

Samstag, 18. Juni 2022

Exkursion II

Littenheid – eine sanfte Hügellandschaft im Voralpenland und Standort der Clenia Privatklinik – einer phyto- und aromatherapeutisch fortschrittlichen Klinik

Das Flachmoor Ägelsee, Teil einer der im Hochwürm grössten ostschweizerischen Schmelzwasserrinne, ist landschaftlich zwischen Wäldern und Grasterrassen eingebettet. Bis ins 14. Jahrhundert war das Gebiet noch ein grosser flacher See, der durch Torfstecherei bis nach dem 2. Weltkrieg fast austrocknete. Der fast ebene Wanderweg entlang des Ägelsees führt durch einen grossräumigen Lebensraums für bedrohte Tier- und Pflanzenarten. Hier jagen Neuntöter Insekten und der Baumpieper findet geeignete Brutplätze.

Der Rundwanderweg beginnt an der Clenia Privatklinik Littenheid vorbei an Wiesen und Weiden hin zum Ägelsee und in den angrenzenden Wald „Ägelseehalden“, umrundet das Flachmoorgebiet und führt in einem weiten Bogen zur Klinik zurück. In den unterschiedlichen Vegetationszonen lassen sich neben bekannten Arzneipflanzen auch botanische Seltenheiten entdecken.

Im Café der Clenia Privatklinik gibt es ein leichtes Mittagessen.

Danach erfahren wir einem Kurzvortrag, wie die Phytotherapie in der psychotherapeutischen Clenia Privatklinik Littenheid erfolgreich etabliert werden konnte. Das vor einigen Jahren grosszügig angelegte klinikeigene Biotop lädt zum Schauen und Verweilen ein.

Die Wanderung ist nicht anstrengend und nahezu eben. Reine Wanderzeit 1,25 Stunden.

Vom Klinikgelände bringt uns der Bus zum nahe gelegenen Kloster Fischingen (gegründet 1138).

Im angrenzenden Wald erfahren wir etwas über die positiven Effekte der Waldtherapie, die Dagmar Wemmer dort seit Jahren mit psychisch Kranken durchführt. Anschliessend kann die Klosterkirche mit der berühmten Iddakapelle besichtigt werden und / oder im Klosterrestaurant noch eine Erfrischung erfolgen.

Exkursion und Route: Landeskarte der Schweiz: 1:25'000, Wil, Blatt 1073

Die Exkursion wird bei jeder Witterung durchgeführt.

Treffpunkt Busparkplatz beim Hauptbahnhof Zürich am Sihlquai
Einsteigen ab **08.15 Uhr**; Abfahrt 08.30 Uhr
Rückkehr ca. **17.30 Uhr**, Zürich Sihlquai
Für Anreisende direkt aus der Ostschweiz wird ein Treffpunkt in Littenheid bekannt gegeben.



Ausrüstung gutes Schuhwerk, der Witterung angepasste Kleidung. Eventuell auch Mückenschutz, Sonnen- und Regenschutz, Notizmaterial
wenn vorhanden: Bestimmungsliteratur, Lupe 8 bis 10-fach, Feldstecher und Fotoausrüstung

Mittagsverpflegung Auf Anmeldung steht ein Mittagessen im Bistro der Privatklinik Clenia Littenheid bereit (auf eigene Kosten).

Exkursionsleitung Dagmar Wemmer, Dr. med., Mosnang
Beat Meier, Prof. Dr., Brütten

Kontaktadresse Dagmar Wemmer, praxis@phytopraxis.ch
Handy **am Tag der Exkursion: 079 794 19 30**

Letzte Informationen für die Exkursion werden den angemeldeten Teilnehmenden Anfang Juni 2022 per Mail zugestellt.

Je nach Anzahl Anmeldungen werden kleinere Gruppen gebildet und können sich dadurch leichte Programmänderungen ergeben. Treffpunkt und Ende bleiben fix.

Hinweis

Aus organisatorischen Gründen bitten wir Sie, auf der Anmeldung unter Mitteilungen zu vermerken, ob Sie mit dem Bus von Zürich anreisen werden und ob Sie ein Mittagessen im Bistro der Privatklinik Clenia Littenheid wünschen oder selber Picknick mitbringen.

Danke!

Sponsoren



WIR DANKEN UNSEREN SPONSOREN FÜR IHRE
GROSSZÜGIGE UNTERSTÜTZUNG

GOLDSPONSOREN



Schwabe
Pharma AG
From Nature. For Health.

zeller

SILBERSPONSOREN



BioMed

PADMA

ISCADOR AG

OM
PHARMA
A Vifor Pharma Group Company

BRONZESPONSOREN

ebi-pharm

WELEDA
Seit 1921



Going further
for health

Dixa
HEILKRÄUTER & GEWÜRZE

Helixor
Bringing life to life.

Exkursionen

Ricola



FiBL



ESCOP
EUROPEAN SCIENTIFIC
COOPERATIVE ON PHYTOTHERAPY

USZ
Universitäts
Spital Zürich