

**WILD- UND HEILKRÄUTER  
EIN- & ABTAUCHEN**

**1. Heilkräuter-  
Hausapotheke**

An 4 Abenden erfahren wir im Jahresverlauf etwas über die einheimischen Heilpflanzen, beginnen unsere eigene NaturHausapotheke zusammenzustellen, lernen geeignete Anwendungen kennen und verbinden uns wieder mit dem Wissen unserer Vorfahren.

**Ort**  
Bergweg 3, Trogen drinnen und draussen

**Zeiten**  
4 Abende  
19.00-21.30

04.05 06.07  
07.09 09.11

**Kosten**  
Fr. 225.-  
zuz. Material 25.-

**2. Salbenküche**

Wir erfahren etwas über die Salben- und Crèmeherstellung und produzieren aus Wildkräutern unsere eigenen Salben. Das Erlernte ermöglicht es, selbständig weiter in die Welt der Salben, Cremes, Lotionen und Kosmetika einzutauchen.

**Ort**  
Bergweg 3, Trogen

**Zeit**  
Samstag  
10.00-17.00

25. November

**Kosten**  
Fr. 175.-  
zuz. Material 25.-

**3. Räuchertag, Räuchern  
mit Heimischem**

Wir lernen bei uns wachsende Räucherkräuter und Harze kennen und hören etwas über das Sammeln und Lagern. Gleichzeitig erfahren wir, wie mit den Räucherstoffen gereinigt, geheilt, geschützt, gesegnet, die Energie gestärkt oder auch spezielle Atmosphären geschaffen werden können.

**Ort**  
Bergweg 3, Trogen

**Zeit**  
Samstag  
10.00-17.00

01. April oder  
16. Dezember

**Kosten**  
Fr. 175.-

**allerWERK**

Robert Kull  
Bergweg 3  
9043 Trogen  
+41 79 219 7107  
robert@allerwerk.ch

Anmerkungen, Anmeldebedingungen und Weiteres unter [www.allerwerk.ch](http://www.allerwerk.ch)

15.01./05.04./12.05.23

**JAHRESKREISFESTE, TROMMELKREIS  
& NATURRITUALE**

**4. Jahreskreisfeste**

Gemeinsam feiern wir mit Trommeln am Feuer die 4 vom Vollmond bestimmten Imbolc, Beltane, Lughnasad, Samhain und die 4 vom Lauf der Sonne festgelegten Frühjahrstagundnachtgleiche, Sommersonnenwende, Herbsttagundnachtgleiche und Winter-sonnenwende.

**Ort**  
im Garten  
Bergweg 3, Trogen

**Zeiten**  
19.15-21.45

05.02, So Imbolc  
21.03, Di Frühling  
05.05, Fr Beltane  
21.06, Mi Sommer  
01.08, Di Lughnasad  
22.09, Fr Herbst  
28.10, Sa Samhain  
21.12, Do Winter

**Kosten**  
pro Abend Fr. 25.-

**5. Trommelkreis**

Zweimal im Monat besteht die Möglichkeit gemeinsam mit unseren Schamanentrommeln zu reisen. Das Reisen in die NichtAlltäglicheWelt hilft uns Antworten zu finden und uns aufs Neue mit den uns umgebenden Kräften zu verbinden.

**Ort**  
Bergweg 3, Trogen (zumeist) drinnen

**Zeiten**  
am 2. Dienstag und am letzten Donnerstag jeden Monats

19.30-21.45

10.01 26.01 14.02  
23.02 14.03 30.03  
11.04 27.04 09.05  
25.05 29.06  
11.07 27.07 08.08  
31.08 12.09 28.09  
10.10 26.10 14.11  
30.11 12.12 28.12

**Kosten**  
pro Abend Fr. 25.-  
6er Abo Fr. 125.-

**6. Naturritual**

Einmal im Monat treffen wir uns an magischen Orten, feiern gemeinsam Naturrituale und verbinden uns mit den Naturkräften.

**Ort**  
Umland St.Gallens oder im Appenzellerland

**Zeiten**  
Sa, 14.00-16.30

21.01 18.02 18.03  
15.04 27.05  
08.07 19.08 23.09  
28.10 11.11 09.12

**Kosten**  
pro Abend Fr. 25.-  
6er Abo Fr. 125.-

**Gartenbesuche  
Gartenberatung  
schamanische Rituale  
Hausräucherungen  
& Meditationen**

nach Absprache



SCHAMANISCHE  
RITUALE  
KRÄU-  
TER  
GARTEN  
NATUR

**SCHWITZHÜTTEN**

**Schwitzhütten**

Das Schwitzhüttenritual (=Inipi) war ursprünglich bei vielen Völkern der nördlichen Erdhalbkugel weit verbreitet und dient auch heute noch der körperlichen Reinigung und Stärkung und zur Heilung von Erkrankung. Die Schwitzhütte wird von Susanna Gerber oder mir in der Tradition der Lakotas gegossen.

**Zeiten**  
alle 2 Wochen  
sonntags (ausser \*)  
10.00-17.00

08.01 22.01 05.02  
19.02 \*04.03 05.03  
19.03 02.04 16.04  
30.04 14.05 \*29.05  
11.06 25.06 09.07  
23.07 06.08 20.08  
\*02.09 03.09 17.09  
01.10 15.10 29.10  
12.11 26.11 10.12

**Donation**  
Fr. 50.-

mehr auf [inipi.ch](http://inipi.ch)

**STREIFZÜGE  
UND NATUR-  
ERLEBNISSE**

**7. Naturperlen im  
Umland St.Gallens**

Über das Jahr verteilt entdecken wir überraschende und bekannte Besonderheiten der Umgebung St.Gallens.

**Ort**  
Umland Stadt St.Gallen

**Zeiten**  
Sa, 09.00-11.30

21.01 18.02 18.03  
15.04 27.05  
08.07 19.08 23.09  
28.10 11.11 09.12

**Kosten**  
pro Anlass Fr. 25.-  
6er Abo Fr. 125.-

