



 **Ernährung** **Ingrid Amann 05572 36601**  
[www.kneippbund.at](http://www.kneippbund.at)

**Dem Zucker auf der Spur**

Bewusst genießen lohnt sich für Wohlbefinden und für die Gesundheit!

**Mittwoch, 16. Oktober 2019**

– 19.30 Uhr Pfarrheim Hatlerdorf

**Referentin**

– Mag. Angelika Stöckler MHP

**Dinkelbrot mit Vorteig backen**

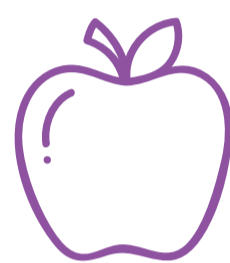
Brotbacken mit Dinkelmehl in Kombination mit verschiedensten Quellstufen (Dinkel-Vollkorn Toast, Broche, Dinkelvollkornbrot und orientalisches Fladenbrot)

**Mittwoch, 20. November 2019**

– 19.00 Uhr Pfarrheim Hatlerdorf

**Referentin**

– Elisabeth Bachmair



 **Heilkräuter** **Frederike Schmid-Kopf 0664 6105441**  
[www.kneippbund.at](http://www.kneippbund.at)

**Rosen-Träume**

Wir tauchen ein in die Welt der Rose, lassen uns betören von ihrem Duft und ihrer Heilkraft. Fachfrau Irmtraud Hecht, FNL Kräutereexpertin führt uns durch ihren Garten und lässt uns teilhaben an ihrem Wissen in Theorie und Praxis

**Freitag, 05. Juni 2020**

– 17.00 bis 21.00 Uhr Brunnengasse 9, Dornbirn Haselstauden

**Referentin**

– Irmtraud Hecht

**Permakultur - wo Pflanzen, Tier und Mensch im Einklang mit der Natur leben.**

Der „Naturerlebnis Permakultur Garten“ unter dem Ausflugsziel „Karren“ in Dornbirn, wird nach den Prinzipien der Permakultur in nachhaltiger Weise bewirtschaftet. Bei einem Rundgang durch ihren Garten wird uns Margit Rusch diese näher bringen. Datum und Uhrzeit der Führung werden im Gemeindeblatt angekündigt und finden Sie auf unserer Homepage [www.dornbirn.kneippbund.at](http://www.dornbirn.kneippbund.at)

**Samstag, 28. September 2019**

– 15.00 bis 18.00 Uhr Dornbirn, Bürgle 8

**Referentin**

– Margit Rusch



 **Wasser** **Margit Achammer 05572 22416**  
[www.kneippbund.at](http://www.kneippbund.at)

**Wasser**

Ein Wickel für alle Fälle ...  
Wickel- und Kompressen Kurs nach Omas Hausmittelrezepten.

**Samstag, 12. Oktober 2019**

– 09.00 bis 12.00 Uhr evgl. Pfarrsaal in der Rosenstraße

**Referentin**

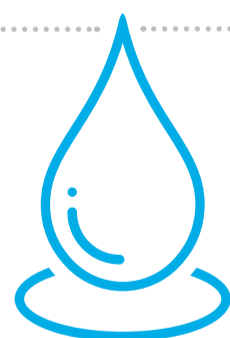
– DGKP Lydia Hagspiel

**Öffentliche Wassertrete beim Treffpunkt an der Ache**

Alle Dornbirner/-Innen sind herzlich eingeladen, die Wassertrete zu benutzen. Gerne beraten wir Sie auf Wunsch über die verschiedenen Wasseranwendungen. Bitte die Anlage sauber halten. Danke.

**Ort**

– Brückengasse/Höchsterstraße



 **Lebensfreude** **Andrea Bodemann 0664 3874955**  
[www.kneippbund.at](http://www.kneippbund.at)

**Rauhnightwanderung**

Am Abend des 5. Jänner 2020, dem Hohen-Frauen-Tag, machen wir eine ca. 1 stündige Schweigewanderung. Anschließend werden wir mit einer Räucherung das neue Jahr mit positiver Energie befüllen.

**Sonntag, 05. Jänner 2020**

– 19.00 Uhr Ort wird bekannt gegeben!

**Kaffeekränzchen**

Unser beliebtes Kaffeekränzchen findet am „Bromigen“ Freitag, den 21. Februar 2020, statt. Wir freuen uns auf einen lustigen Nachmittag und Abend mit Euch!

**Freitag, 21. Februar 2020**

– 15.00 Uhr Pfarrheim Hatlerdorf

