

# KRUIDEN IN DE ZWITSERSE BERGEN

5 dagen ➤ 11 juni tot 15 juni 2010



Herboriste Daniëlle Houbrechts nodigt ons uit op deze historische kruidenreis in het land van Alfred Vogel: Oost-Zwitserland en het Zuid-Duitse Reichenau. Zij neemt ons mee en vraagt beroemde herboristen als Walafried Strabo (808-849) en Alfred Vogel (1902 - 1996) om ons samen met haar te begeleiden. We vernemen wat zij over kruiden vertelden en Daniëlle frist deze oude kruidenkennis op. Ze linkt die kennis aan haar eigen bevindingen en update ze met de nieuwste kruidenwijsheden. We ontsluiten samen met Daniëlle een eeuwenoude kruidenschat via bezoeken aan bekoorlijke kloostertuinen, charmante musea, verbazingwekkende Unesco-werelderfgoedsites en verrassende bergwandelingen. De boeiende verhalen en praktische tips van Daniëlle vormen de kersen op deze superlekkere 'reistaart'.

## TUINEN EN KRUIDEN

### ➤ DAG 1

Lijnvlucht naar Zürich. Met de autobus naar Sankt-Gallen. Middagmaal. Geleid bezoek aan de stad. De naam **Sankt-Gallen** dateert van 720: toen rees het nieuwe klooster van Sankt Gallen uit de grond. En dan nog wel op de plaats waar de monnik Gallus in 612 al een kerk had gebouwd. De Abdij van Sankt-Gallen staat als monument op de Werelderfgoedlijst van de UNESCO. Heel wat kerkelijke kruidentuinen zijn in de 20ste eeuw op basis van het kloosterplan van Sankt Gallen aangelegd. Na een geleid bezoek

aan de kerk, de bibliotheek en de kruidentuin reizen we door naar het hotel in Wildhaus.

### ➤ DAG 2

Vertrek naar **Teufen** waar we het gezondheidscentrum, nu een museum van Alfred Vogel (\*Aesch, 26 oktober 1902 - † Feusisberg, 1 oktober 1996) bezoeken. Heel zijn leven heeft Alfred Vogel zich ingezet voor de erkenning van de natuur- en plantengeneeskunde. Het fascinerende levensverhaal van Alfred Vogel vertelt zijn talrijke ontdekkingen over de werkwijze van de natuur,

ontelbare reizen naar alle delen van de wereld en vele succesvolle publicaties. Hij heeft zich permanent ingezet voor de erkenning van de natuur- en plantengeneeskunde, en hij bewees als geen ander de medicinale kracht van kruiden. De bevindingen van Alfred Vogel hebben nog niets aan geldigheid ingeboet. Zijn levensvisie is in deze tijd nog altijd heel actueel. Middagmaal. Doorreis naar **Appenzell**. Bezoek aan de Appenzeller Alpenbitter. Appenzeller is het hoofdproduct van de onderneming 'Emil Ebnetter & Co. AG'. Over heel Zwitserland en ver daarbuiten kennen ze Appenzeller Alpenbitter. Tot vandaag is 'Emil Ebnetter & Co.' een écht familiebedrijf. Het recept blijft een goed bewaarde familieschat. Appenzeller Alpenbitter maken

gebeurt via een complexe procedure. De kern van het product bestaat uit 42 kruiden, die ze trekken uit wortels, bladeren, bloesems, zaden en schors.

### ➤ DAG 3

Vandaag trekken we samen met Daniëlle de natuur in en worden we ons bewust van al onze zintuigen. Op een unieke manier in een uitzonderlijk kader. We wandelen op de '**Klangweg Toggenburg**' tussen **Wildhaus** en **Unterwasser**. Bekende instrumentmakers hebben hier, aan de voet van de Churfürsten, een origineel wandelpad gecreëerd. En het heeft allemaal met klanken, en de manier waarop die ontstaan en harmoniëren te maken. We horen hoe steen klinkt en kunnen op de eerste rots-digeridoo van

Zwitserland spelen. Of 23 verschillende rotsinstrumenten testen. We ervaren bijvoorbeeld hoe een boom klanken transporteert. We zien hoe meterslange snaren koebellen laten trillen. En we horen dat de natuur eigenlijk sowieso vol instrumenten zit. En tussendoor genieten we van een wonderlijk uitzicht. Superlatiefervaringen voor oog en oor. Na de middag is iedereen vrij om, ofwel met Daniëlle kruiden in de natuur op te zoeken, ofwel met de zetlift of te voet naar de top van de berg te gaan. Voor elk wat wils dus!

### ➤ DAG 4

Vertrek naar **Konstanz** voor een begeleid stadsbezoek. Daarna schepen we in voor een boottocht naar **Reichenau**. Dit kloostereiland ligt in

de Bodensee (Duitsland), en pronkt sinds 2000 op de werelderfgoedlijst van de UNESCO. Heel veel inwoners van Reichenau leven van de tuinbouw, vooral van de bloemeteelt. Die teelt gebeurt zowel onder glas als in de volle grond. Middagmaal. We bezoeken de kruidentuin van Walafried Strabo (808-849), abt van het klooster Reichenau. Hij schreef gedichten in het Latijn. Het beroemdste en meest geliefde daarvan is wel zijn Hortulus ('het tuintje'), over zijn kloostertuin. In dit gedicht, dat bestaat uit 444 hexameters, volgt Walafried op erudiete wijze de taal en stijl na van de antieke Romeinse dichters, vooral Vergilius en zijn kompanen. Uiteraard geeft Daniëlle hier ook de nodige toelichting. Daarna bezoeken we nog de St.-Georgkerk.

### ➤ DAG 5

Vertrek naar **Cham**. Onderweg stoppen we, tenzij het verkeer te filedruk is, in het rozenstadje **Rapperswil-Jona**. We wandelen door de oude binnenstad, met haar dromerige steegjes, drukke pleinen en prachtige rozentuinen. Van juni tot oktober bloeien hier meer dan 15.000 rozenplanten van 600 soorten. Daarna bezoeken we het Klooster Heiligenkreuz in Cham. Waarom? Tja, voor die heerlijke kruidentuin natuurlijk! Middagmaal in Cham. Doorreis naar **Zurich**, waar we de botanische tuin van de universiteit bezoeken. Transfer naar de luchthaven en terugvlucht naar Brussel.



**Daniëlle Houbrechts: haar passie: kruiden.** Op haar site [www.kruidjes.be](http://www.kruidjes.be) geniet je optimaal van de verrassende kruidenwereld: zij verzamelt speciale recepten, gezondheidstips, weetjes en eeuwenoude verhalen. Zij is regelmatig te horen op Radio 2.



**Prijs per persoon basis tweepersoonskamer: 1.185 EUR**  
Toeslag eenpersoonskamer: 110 EUR

#### Inbegrepen:

- lijnvlucht Brussels Airlines Brussel – Zürich – Brussel
- 4 overnachtingen in Hotel Hirsch, Wildhaus met ontbijt en avondmaal
- luxeautocar voor verplaatsingen
- inkomgelden voor de vermelde bezoeken
- 3 middagmalen
- boottocht dag 4
- deskundige reisbegeleiding door Daniëlle Houbrechts

- fooi chauffeur ter plaatse
- KBC reis- en annuleringsverzekering
- BTW, taksen en bijdrage Garantiefonds Reizen

#### Niet inbegrepen:

- overige middagmalen
- dranken en persoonlijke uitgaven

**Maximum 30 deelnemers**