

Presseinformation

Dornbirn, 15. Oktober 2020

Veranstaltungen am 20. und 22. Oktober in der inatura

Die inatura lädt ganz herzlich zu folgenden Veranstaltungen:

Vortrag

„Schlaf aus Sicht der Traditionellen Chinesischen Medizin“

Vortrag mit **Dr. Marc Sohm** (Spezialist für Traditionelle Chinesische Medizin)

Dienstag, 20. Oktober 2020, 19 Uhr

inatura - Erlebnis Naturschau Dornbirn

Ein chinesisches Sprichwort sagt: Das Geheimnis guter Gesundheit liegt an einem guten und erholsamen Schlaf.

Wer gut schläft, stellt seine Energie wieder her, belebt sein inneres System und stärkt seine Muskulatur.

Schlaf ist ein Wundermittel, nicht nur ein Heilmittel für Krankheiten, sondern ein Heilmittel, das tausend Leben retten kann.

Dr. Sohm erklärt in seinem Vortrag die Hintergründe und Ursachen von Schlafstörungen aus Sicht der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM) und versucht den Bogen in die heutige westliche Kultur zu schlagen. An praxisnahen Beispielen werden Lösungsvorschläge und Therapieansätze für dieses komplexe Thema aufgezeigt.

Kosten: € 5,-

Nur gegen Voranmeldung unter naturschau@inatura.at oder T +43 676 83306 4770 und unter Einhaltung der aktuell vorgeschriebenen Corona-Schutzmaßnahmen

Vortrag

"Geheimnisse der Wildhecke" - Heilkraft, Mythen und Kulturgeschichte

Ein Vortrag der Obst- Gartenkultur Vorarlberg in Kooperation mit der inatura – Erlebnis Naturschau Dornbirn

Vortrag mit Rudi Beiser

Donnerstag, 22. Oktober 2020, 19 Uhr
inatura - Erlebnis Naturschau Dornbirn

Menschen und Hecken pflegen seit Jahrtausenden eine Beziehung der besonderen Art – man denke nur an den Hollerbusch. Holunder, Schlehe, Weißdorn. Diese waren nicht nur Feldgrenzen, sondern auch Nahrung und Medizin für Mensch und Tier. Ein mitreißender Vortragsabend mit dem Buchautor Rudi Beiser und seinem umfangreichen Wissen über aktuelle Heilpflanzenkunde. Neben Legenden und Mythen wird bei dem Vortrag auch die ökologische Bedeutung der Hecke erörtert.

Kosten: € 7,- m. Reservierung, € 10,- Abendkasse
Reservierung unter schrift@ogv.at oder T +43 664/5222901
