**INBJUDAN**

**ÖRTVANDRING MED ROSE WILKINSON**

**LÖRDAG 25 MAJ**

**KUNSKAP FÖR BEREDSKAP OCH LÄTTPLOCKAT I KRIS**

Som del av vår beredskap är det värdefullt, kanske rent av livsviktigt, att lära sig hur vanliga vilda växter kan användas som mat- och läkeväxter. Kunskap som både är rolig och spännande i vardagen, men ovärderlig i en krissituation.

Vår situation i Sverige är unik för vi har både en mycket generös natur och allemansrätt. Denna växtkunskap är egentligen viktig för alla våra invånare.

**DATUM/TID: Lördag 25 maj, kl. 10.00-13.00**

**MÖTESTPLATS: Stegeborgs Slottsruin, Östergötland – Parkeringen**

**TAG MED: Fika, kläder efter väder, promenadskor/stövlar, sittunderlag och anteckningsblock/penna**

**ANMÄLAN: Till Marta Karlsson Köver**

**Tel: 070–6613292, Mejl: mkarlssonkover@gmail.com**

**OBS! Anmälan senast 18 maj. Max 20 deltagare så först till kvarn…**

**VANDRINGEN**

Vandringen är ca 3 km i blandad natur. Rose berättar om vanliga vilda växter som finns i en stor del av Sverige, som har breda användningsområden som både mat-och läkeväxter samt kan skördas en stor del av året. Dessutom nyttiga och goda!

Vi pausar för en fika (medhavd) ca halvvägs på klippor vid havet med fin utsikt. Vid dåligt väder hoppar vi över fikan och deltagarna kan ta en fika eller lunch på Stegeborgs Hamnkrog efteråt i stället.

På Hamnkrogen kan deltagare naturligtvis äta lunch eller ta en glass i vilket fall efteråt, besöka den spännande och vackert belägna slottsruinen eller ta ett dopp i havet ett stenkast därifrån på Notholmen.

**ROSE WILKINSON**

Dipl. Örtpedagog och Läkeörtterapeut, föreläsare, kursledare, forager (plockare) till finkrogar och krönikör i flera tidningar*.* Sitter i styrelsen för Svenska Örtasällskapet och Örtagården i Söderköping.

Hon är även författare till boken ”*Lättplockat - Hur du använder vanliga vilda växter,*

*bär och ogräs till mat och hälsa”* som används som basis för vandringen. Den kan

köpas på plats (279 kr) om man vill så att man kan ta med sig informationen på ett

komplett/detaljerat sätt hem och känna sig trygg med att plocka och använda

växterna själv efteråt.

**VÄLKOMMEN! **