

Infobrief “Naturzeit” 2026

Hallo

Du überlegst dir mit uns eine kleine Reise zu unternehmen, die dich aus dem Alltag hebt?!

Ich habe dir hier detaillierte Informationen zusammengestellt, um dir den Entscheidungsprozess zu erleichtern:

Leitung

Matthias Bosshard und Eva Bonauer (Assistenz und Co-Gastgeberin)

Anreise und Treffpunkt und Seminarende

Treffpunkt ist am Mittwoch, 13.05. 2026 zwischen 19.00 und 20.30 Uhr am Feuer.

Für Brot und heisse Suppe ist gesorgt. Du kannst dazu gerne eigenes Grillgut mitbringen.

Seminarbeginn um 21.00 Uhr

Ferienhaus am Chall

Kartenlink zum Parkplatz: <https://s.geo.admin.ch/ek5u7cro0oxp>

Das Seminarende ist am Sonntag, 17.05.2026 um ca. 16.00 Uhr. Um allenfalls Fahrgemeinschaften zu gründen, sende ich dir die Mailadressen von anderen Teilnehmer*innen zeitnah zu.

Verpflegung

Die Kosten für das Essen sind im Preis inklusive. Wir (Eva und ich) bekochen dich freudig und bitten dich, manchmal den Abwasch zu übernehmen. Bitte zur Planung Allergien und Lebensmittelunverträglichkeiten bei der Anmeldung angeben.

Zelt für die Vor-und Integrationszeit

Bitte bringe ein kleines Zelt als dein zu Hause für die Zeit vor und nach deiner Auszeit mit. Falls du keine Möglichkeit hast, ein 1-3 Personenzelt mitzubringen verständige uns bitte, oder schliesse dich mit anderen Teilnehmer*innen zusammen. Wir werden dir in diesem Fall helfen ein Zelt für dich zu organisieren.

Ausrüstungsliste

Wir haben das Wichtigste in einer Liste zusammengetragen. Du wirst diese nach der Anmeldung bekommen. Du brauchst dir keinesfalls eine teure Ausrüstung anzuschaffen. Wichtig ist, dass du alles gut tragen kannst und dich in den Sachen wohl fühlst. Einzig der Schlafsack sollte dir wirklich Schutz bieten und dich nachts wärmen, sodass dir wohl ist.

Um diese Zeit kann es noch recht kühl sein. Vor allem nachts!

Kleidung

Auf dieser Höhe (ca 700m) kann es vor allem nachts noch kühl werden.

Deshalb empfehle ich dir, ausreichend warme Kleidung mitzunehmen: einen warmen Pullover, warme Unterwäsche, eine Wollmütze und warme Socken.

Bitte denke auch an die Regentage, die kommen könnten, deshalb ist gute Regenkleidung wie Regenjacke, Regenhose, evtl. Poncho (kannst du auch gerne von uns ausleihen) und/oder Gamaschen hilfreich. Feste Schuhe sind wirklich unerlässlich.

Zecken

Es ist Zeckenzeit! Es macht auf alle Fälle Sinn, sich jeden Tag abzusuchen. Ich empfehle einen kleinen Handspiegel und eine gute Zeckenzange oder einen sogenannten „Zeckenentferner“. Am besten du erkundigst dich bei deinem Arzt, Heilpraktiker oder in einer Apotheke.

Plane oder Tarp und Schnüre

Bauplane mit Ösen 2x3m, 20 m Schnur (10m davon mit einem Durchmesser von ca 4 mm)

Drogen, Medikamente: Drogen sind untersagt. Wenn ein regelmäßig verordnetes Medikament genommen werden muss, sollte mit dem Arzt die Anwendung während des Fastens und Alleinseins besprochen werden. Die Leitung der Naturzeit muss darüber unbedingt vor Seminarbeginn informiert werden. Du bestätigst mit der Anmeldung, dass du dies gelesen und verstanden hast.

Haftung

Die Teilnahme an den Seminaren ist freiwillig und kann immer unterbrochen werden. Mit der Anmeldung weisen wir ausdrücklich darauf hin, dass du für Dein Handeln innerhalb und außerhalb der Gruppe die volle Verantwortung übernimmst und uns von allen Haftungsansprüchen (u.a. Naturkatastrophen, höhere Naturgewalt etc.) entbindest. Teilnehmerinnen kommen für verursachte Schäden selbst auf. Mit der Anmeldung wird bestätigt, dass du dich geistig und körperlich fit fühlst, um an diesem Seminar teilzunehmen. Dieser Workshop ersetzt keine medizinischen oder therapeutischen Behandlungen.

Was die **telefonische Erreichbarkeit** während der ganzen Auszeit an betrifft, so bitten wir dich, wenn möglich mit Freunden und Freundinnen, Liebsten und Eltern eine Kommunikationspause zu vereinbaren. Hintergrund ist einen Raum zu schaffen, um dich leichter auf die Auszeit einlassen zu können und alltägliche Verpflichtungen in die Ferne rücken zu lassen. Wichtige Nachrichten können auf mein Handy gesprochen werden.

Matthias Bosshard: 0041 774218475

Melde dich bitte, wenn du noch Fragen hast oder Gesprächsbedarf besteht.
Ein gutes Einstimmen wünsche ich dir,
vorfreudig matthias