

**Zeitschrift:** Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung

**Herausgeber:** Pro Senectute Schweiz

**Band:** 94 (2016)

**Heft:** 7-8

**Artikel:** Die Kräutersammlerin

**Autor:** Keel, Gallus

**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-1078727>

### Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

### Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

### Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 20.01.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**



# Die Kräutersammlerin



Man gehe in die Natur – statt ständig zum Arzt. Eine, die weiss, was uns guttut und heilt, ist Lisetta Loretz Crameri aus Brunegg AG. Ihr Wissen gibt sie mit Freude weiter.

Von Gallus Keel, mit Bildern von Sonja Ruckstuhl

**A**ufgewachsen im Maderanertal, kam sie bald herunter ins «Ausland», wurde soziokulturelle Animatorin und landete schliesslich als Museumsrädergogin oben auf der Lenzburg, wo sie die mittelalterliche Heilkräuterkunde entdeckte. Heute ist die 64-Jährige, die sich zur Lebens- und Gesundheitsberaterin ausgebildet hat, eine moderne Hexe und gibt seit über 25 Jahren Kurse im Bereich Heilkräuter.

«Zu Beginn kamen vier, fünf Leute, jetzt ist das Interesse viel grösser. Es macht den Leuten sichtlich Spass, eine Tinktur zu mixen oder eine Salbe zu mischen», sagt die Urnerin. Sie könnte wohl einen flotten Handel aufziehen, aber in ihrem Onlineshop verkauft sie wenige Produkte. Sie wolle nicht einfach Fertigprodukte anpreisen, Selbermachen sei am besten.

Lieber gibt sie ihr Wissen in Kursen weiter. Und diese führen sie oft in ihr geliebtes Maderanertal zurück. Die Leute vom Tal und deren Produkte baut sie gerne in ihre Kurse ein. Es sei noch immer hart, dort oben zu leben. Die Kursteilnehmenden, so verspricht sie auf ihrer Webseite, «erfahren viel über das Sammeln, Trocknen und Lagern der Heilkräuter. Sie stellen eigene Frischpflanzentinktur her und haben die Gelegenheit, aus dem Kräuter-Öl-Auszug eine Heilsalbe zu mischen.» Wie stellt man einen Hustensirup aus Spitzwegerich her oder einen Rosmarin-Zaubertrank?

Die Gesundheit liegt am Wegrand, man muss sie nur pflücken. Plötzlich werden aus vielen Unkräutern Heilkräuter. Und aus Spaziergängen werden Erntetage, man sammelt sich seinen Tee und was es für die Hausapotheke braucht, selber in Feld, Wald und Wiese zusammen.

Bildergalerie auf [www.zeitlupe.ch](http://www.zeitlupe.ch)

**Fernsehtipp:** Lisetta Loretz Crameri tritt – unterstützt von ihrem Partner Bruno – als Kandidatin in der Sendung «Eusi Chuchi» an, und zwar am Freitag, 22. Juli, um 20.05 Uhr auf SRF1.

**Kontakt:** Lisetta Loretz Crameri, Schlossgasse 7, 5505 Brunegg, 062 534 57 24, 076 334 19 52, [www.lisetta-loretz.ch](http://www.lisetta-loretz.ch)