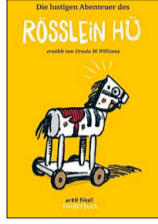


BUCHTIPP

Die Abenteuer des Rösslein Hü



«Die lustigen Abenteuer des Rösslein Hü», ein Klassiker der Kinderliteratur, ist als überarbeitete und sanft modernisierte Neuauflage herausgekommen. Mit den Abenteuern des kleinen Holzpferds, das auszieht, um Onkel Peter, dem Spielzeugschnitzer, zu helfen, sind ganze Generationen aufgewachsen. Nun ist der Klassiker «Die lustigen Abenteuer des Rösslein Hü» wieder lieferbar. Aus dem Inhalt: Onkel Peter ist Spielzeugschnitzer – und eines Tages gelingt ihm ein ganz besonders schönes Rösslein. Er freut sich, denn bestimmt wird er für sein Rösslein Hü einen Käufer finden. Doch Rösslein Hü möchte viel lieber bei Onkel Peter bleiben. Aber die Geschichte mit dem Spielzeug laufen immer schlechter, und als Onkel Peter auch noch krank wird, rollt Hü los, um seinem Freund zu helfen. Hü reist übers Meer, strandet auf einer Schatzinsel, arbeitet in einem Zirkus und erlebt viele Abenteuer, bis es endlich glücklich wieder nach Hause kommt. *pam*

«Die lustigen Abenteuer des Rösslein Hü», erzählt von Ursula M. Williams, Deutsch, Übersetzung: Franz Caspar, Verlag: Orell Füssli 2015, online bei books.ch für Fr. 19.90

TIPP

Neujahrsvorsätze durchziehen



Haben Sie sich für 2016 etwas vorgenommen? Mehr Sport, weniger Kilos auf der Waage, mehr Zeit für die Familie? Schwammig und unklar formulierte Pauschalziele haben selten eine lange Lebensdauer. Deshalb nehmen sich viele gar nichts mehr vor. Schade. Denn wer seine Vorsätze in klaren terminierten Zielen formuliert, hat durchaus Chancen, dass sie sich auch langfristig durchsetzen können. Auf www.neujahrsvorsaeetze.ch finden Sie viele Tipps und Tricks zum Einhalten und Verwirklichen Ihrer Vorsätze. *pam*

GARTEN: Zeit für die Planung

Garten planen und Arbeit sparen

Um im Frühjahr den Garten zügig bearbeiten zu können, braucht es einen Plan, wie der Garten aussehen soll. Im Winter, wenn der Garten ruht, ist die ideale Zeit für die Planung des kommenden Gartenjahres.

PAUL STALDER

Kaum ist das Neujahr vorbei, bringt die Post bereits die ersten Gartenillustrierten, wo man in aller Ruhe Gemüse-, Kräuter- und Blumensamen, oft auch ganze Pflanzen bestellen kann. Wer sich jetzt Zeit nimmt, diese Illustrierten durchzublättern, das neue Gartenjahr zu überlegen und zu planen, spart im Endeffekt Zeit. Im Frühjahr fehlt die Zeit zum Stöbern und Überlegen. Kurzfristige Kaufentschlüsse im überfüllten Pflanzenmarkt befriedigen dann in den seltensten Fällen, werden doch kaum alle Eventualitäten und Folgen in den Kaufentscheid einbezogen. Eine sorgfältige Planung hilft nicht nur Zeit sparen, sondern bringt auch mehr Freude, wenn sich der Garten im Laufe des Sommers nach den eigenen Vorstellungen entwickelt.

Notizen vom Vorjahr

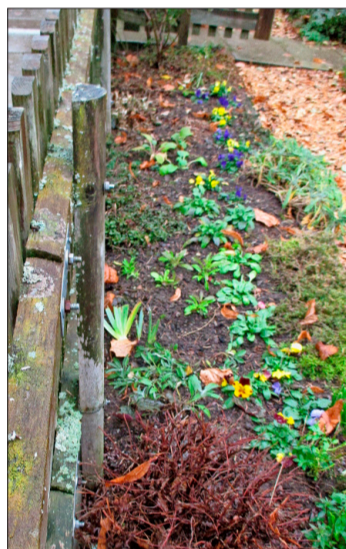
Aufzeichnungen über Geschehnisse und Fehler vom vergangenen Jahr sind wichtig. All diese Notizen sollen in die neue Planung einfließen – mit den entsprechenden Verbesserungen. Produktionsmengen überprüfen, gegebenenfalls anpassen und Flächen entsprechend einteilen gehören auch zu den Veränderungen für das neue Gartenjahr.

Mehrjährige Blumen

Blumen sind der grösste Aufwandsposten in einem Garten, finanziell und arbeitsmässig. Gewiss, die Schönheit darf auch etwas kosten. Es ist aber sinnvoll, im Voraus zu überlegen, wie viel Zeit denn eigentlich für die Pflege der Blumenbeete zur Verfügung steht. Es ist schade, wenn die grosszügig angelegten Blumenbeete im Sommer wegen Zeitmangel kaum gepflegt



Was mühelos atemberaubend aussieht, ist meist sehr gut geplant. (Bilder: Paul Stalder)



Genug Pflanzen einplanen, offene Stellen neigen zur Verunkrautung.

werden können. Es lohnt sich deshalb, frühzeitig zu überlegen, ob nicht ein Teil der Blumenbeete mit mehrjährigen Blumen mit dem gleichen Farbeffekt bepflanzt werden könnten. Werden noch einfache, flachwachsende Bodenbedecker für eine Dichtpflanzung mit eingepflanzt wie Sedum-Arten, Feldthymian oder Taubnesseln u.a., die einen dichten Teppich bilden, können die Pflegearbeiten auf ein Minimum redu-

ziert werden, da eine Verunkrautung sich nur noch schlecht entwickeln kann. Mehrjährige Blumen können so ausgewählt werden, dass diese auch noch für Insekten, allen voran für Bienen und Hummeln, wertvoll sind. In den guten Gartenillustrierten und in den Verzeichnissen von Staudengärtnereien und Baumschulen sind solche Pflanzen heute meistens gekennzeichnet.

Planbarer Pflanzenschutz

Um das Gemüse während der Vegetation möglichst gesund zu erhalten, ist eine gute Fruchtfolgeplanung wichtig. Spinat, Mangold, Stielmangold und Randen vertragen sich schlecht und werden gerne krank. Das ist auch so, wenn diese Gemüse wieder auf die gleiche Fläche des Vorjahres angebaut werden. Das Gleiche gilt auch für Kohlgewächse oder Lauch und Zwiebeln. Die Flächen für diese Gemüse müssen unbedingt gewechselt werden, um den Ertrag zu erhalten. Besser weniger Fläche, dafür einen höheren Ertrag pro m².

Auch Karotten sollten nicht den gleichen Standort haben wie im Vorjahr. Die Planung der Gemüsebeete soll sorgfältig er-

folgen. Krankheiten können dadurch reduziert und Schädlinge zum Teil verhindert werden. Wer dazu noch Mischkulturen wählt, hat gute Chancen, dass sich der Befall von Krankheiten und Schädlinge auf ein Minimum begrenzt.

Kräuter nicht vergessen

Kräuter erfüllen eine vielseitige Funktion in Garten und Haus. Die Wirkung auf die Nachbarschaft im Garten darf dabei nicht vergessen werden. Kräuter wirken sich günstig auf Blumen und Gemüse aus. Sie gedeihen (Pfefferminze, Oregano, Taubnesseln u.a.) auch im Halbschatten von Beerensträuchern und verhindern eine Verunkrautung. Die Kräuter stehen heute kaum mehr in einem Kräuterbeet. Sie sind vielmehr in die Mischpflanzungen der Rand- oder Staudenbeete integriert. Kräuter blühen schön, vertragen sich mit ihren Nachbarn und behalten ihren typischen Duft, der für den Verbraucher besonders wichtig ist.

Besonders Minzenarten können mit ihren starken Aromen andere Minzen, aber auch andere Kräuter in der Intensität des Geschmackes beeinflussen. Um die negative Beeinflussung zu

verhindern, können die einzelnen Arten dezentral gepflanzt werden. Kräuter können mit ihrem starken Duft aber auch im vorbeugenden Pflanzenschutz eingesetzt werden (Bergminze oder Thymian zwischen Kohlgewächsen = weniger Raupen). Ausserdem wirken Kräuter günstig auf die Bodenqualität und die Struktur.

Bei der frühzeitigen Planung ist es wichtig, dass das Sortiment festgelegt wird. Muss es ergänzt werden oder reicht das Sortiment aus? Neue Kräuter sollen im Frühjahr möglichst früh im April, beschafft werden, damit das Gewünschte noch im Angebot ist.

AKTUELLE ARBEITEN

- Lagergemüse regelmässig kontrollieren und verdorbenes Gemüse entfernen.
- Trocken stehende Geranien und Kübelpflanzen in den Überwinterungsräumen jetzt giessen. Abgeblühte Azaleen zu den Kübelpflanzen mit etwas Licht stellen und nicht austrocknen lassen.
- Brüsseler Wurzeln in Kübel einpflanzen, mit schwarzer Plastikfolie abdecken und bei Zimmertemperatur oder wärmer antreiben.
- Kresse, für einen würzigen Salatzusatz, in Teller oder andere Gefässe auf Watte oder Haushaltspapier aussäen, hell und warm aufstellen.
- Sprossen in Gläsern oder anderen Gefässen für einen schmackhaften und wertvollen Salatzusatz anziehen.
- Zimmerpflanzen umtopfen, dürre Blätter entfernen und durch lauwarmes Abduschen in der Badewanne auch Blätter reinigen.
- Gartennotizen vom vergangenen Jahr nachlesen, Gartenplan erstellen und neues Saatgut bestellen.
- Nistmöglichkeiten für Wildbienen und Vögel jetzt vorbereiten und an einen günstigen Standort platzieren.
- Wenn bei Bäumen und Sträuchern das Holz nicht gefroren ist, Beeren- und Blütensträucher schneiden.

BERATUNG

Dieses Jahr muss anders werden...



Das letzte Jahr war für mich schrecklich! Ich stand die ganze Zeit unter Anspannung und hatte tagtäglich Angst davor, dass es eskaliert. Mein Mann und ich laufen am Limit und arbeiten fast rund um die Uhr. Ich bin so müde. Am schlimmsten ist aber, dass auf unserem Betrieb neben unseren Kindern und den Schwiegereltern auch noch der jüngste Bruder meines Mannes lebt. Dieser ist das Nesthäkchen der Eltern und mischt sich andauernd bei uns ein. Für meinen Mann ist dies völlig in Ordnung, für mich nicht. Meine Schwiegermutter versucht zwar zu schlichten, doch gelingt ihr dies auch nicht. Das Ganze belastet unsere Ehe, weil mein Mann mich nur noch als Störenfried sieht – eigen-

sinnig, stur und gegen seine Familie. Erziehungsfragen haben gar keinen Platz mehr. Wir geraten immer öfter aneinander – meist wegen Kleinigkeiten. Die Streitereien belasten auch unsere Kinder, welche in der Unter- und der Mittelstufe sind. Sie weichen uns aus, sind oft bei Freunden und versuchen, selbst nicht auch noch Grund zu Auseinandersetzungen zu sein. Über die Weihnachtstage haben sich alle zusammengenommen, und es ging recht gut. Als ich jedoch mit meinem Mann aufs neue Jahr ansties, kam mir nur ein Gedanke: So mache ich nicht mehr weiter, ich gehe. Was soll ich nur tun? Frau A. Liebe Frau A. Ja, Sie sind offensichtlich auf verschiedensten Ebenen sehr unter Druck, und ich verstehe Ihren Wunsch sehr gut. Bevor Sie jedoch eine Kurzschluss-handlung machen, rate ich Ih-

nen sehr dazu, zuerst einmal die verschiedenen Themen auseinanderzufädeln, um zu schauen, ob es für die einzelnen Punkte nicht doch noch Veränderungsmöglichkeiten gibt: 1. Überarbeitung: Die offensichtliche Überbelastung in der Arbeit klingt sehr alarmierend und muss unbedingt angegangen werden, wollen Sie längerfristig leistungsfähig bleiben. Gibt es Möglichkeiten, dass Sie Arbeiten abgeben können? Wie wärs auch mal mit einer Auszeit, beispielsweise auch gerade als Paar? Vielleicht könnten Sie zusammen mal ein paar Tage verreisen – jetzt gerade in den Wintertagen? Wenn nicht zusammen, so tun Ihnen vielleicht ein paar Tage und dadurch danach auch Ihrem Mann gut. Versuchen Sie sich dies zu organisieren; packen Sie diese Zeit auch als Chance, um zu überlegen, wo Sie Arbeit abbauen können.

2. Die Beziehung zum Schwager: Die Beziehung zum jüngsten Bruder Ihres Mannes ist sicher ein zentrales Thema. Hätte er den Betrieb auch übernehmen wollen? Vielleicht empfindet ja Ihr Mann auch eine Art Schuldgefühl ihm gegenüber und akzeptiert deshalb auch alles. Vielleicht könnte Ihr Schwager aber auch im Betrieb eingebunden werden, Arbeiten übernehmen und Sie alle entlasten? Vielleicht wäre er ja auch eine gute Ressource? Hier sehe ich ein grosses Potenzial für alle. Versuchen Sie trotz allem, dies mit Ihrem Mann zu besprechen. Fragen Sie Ihren Mann, ob er nicht auch etwas verändern will. Vielleicht wäre hier ein Gespräch am runden Tisch, geleitet von einer externen Fachperson, sinnvoll. 3. Die Kinder: Haben Sie mit Ihren Kindern schon einmal die Situation besprochen? Wissen sie von Ihrer Überlastung und

Müdigkeit? Vielleicht können ja auch sie gegen ein Taschengeld etwas beitragen? Vielleicht verstehen sie aber auch Ihre Reaktionen besser, wenn sie wissen, weshalb Sie und Ihr Partner manchmal so dünnhäutig sind. Vielleicht kommen sie aber auch in die Pubertät und suchen, unabhängig von Ihrer Situation, Raum für sich selbst und mehr Austausch mit Altersgenossen, und ihre Reaktionen haben gar nicht so viel

mit Ihnen zu tun. Auch sie stecken in einer Entwicklungsphase und Veränderungen sind auch normal. Geben Sie dem 2016 doch eine Chance, um Veränderungen anzugehen. Nicht alles muss schon im Januar auf den Kopf gestellt sein, doch Ende Jahr sollen Sie, Ihr Mann und auch Ihre Kinder sich besser fühlen. Ich wünsche Ihnen dazu viel Erfolg! Franziska Feller franziska.feller@hofkonflikt.ch

BERATUNG



• Franziska Feller ist Mediatorin und ist Gründerin des schweizerweiten Netzwerks Mediation im ländlichen Raum: www.hofkonflikt.ch



• Lukas Schwyn ist Pfarrer und Leiter des Schweizerischen Bäuerlichen Sorgen- Homepages: www.bauernfamilie.ch