



WWOOF

Österreich

52. RUNDBRIEF



Freiwillige HelferInnen auf biologischen Höfen

Elz 99, A 8182 Puch bei Weiz

Mobil + 43 (0)676-5051639 (Mo - Do 18-20 Uhr)

office@wwoof.at, www.wwoof.at

Raiffeisenkasse Stainz, Konto-Nr. 5008743, BLZ 38210

IBAN AT12 3821 0000 0500 8743, BIC RZSTAT2G210

Liebe WWOOF- und alle anderen Menschen,

ich hoffe, Ihr hattet einen schönen und ereignisreichen WWOOF-Sommer. Selber war ich auch WWOOFen, dieses Mal in Irland und wieder begleitete mich meine Nichte Helena. Aber erst im nächsten Rundbrief werden wir Euch über unsere Erlebnisse berichten, da dieser schon besonders viele Erfahrungsberichte von WWOOFerInnen und von Hofleuten enthält. Herzlichen Dank an alle, die sich beim Schreiben so viel Mühe gegeben haben!

Bald beginnt wieder ein neues Jahr, die Natur stellt sich schon langsam auf die Winterruhe ein. Dass es Euch auch manchmal gelingt Kraft zu sammeln, um dann gestärkt in den Frühling zu starten, dass wünsche ich mir.

Auch bei WWOOF wird es im neuen Jahr Veränderungen geben. Eine neue Webseite ist geplant, seit einigen Monaten arbeite ich bereits daran, und so wie es aussieht wird sie im nächsten Jahr online gehen. Die WWOOFerInnen, aber auch die einzelnen Mitgliedshöfe können dann selbst ein Profil erstellen und dieses auch bearbeiten. Die österreichische Hofliste wird dann erstmals über die Webseite online abrufbar sein, die gedruckte Hofliste wird es aber weiterhin auf Wunsch geben. Durch die neue Webseite wird hoffentlich auch der große administrative Aufwand der Mitgliederverwaltung vereinfacht. Alle Mitglieder haben dann die Möglichkeit selbst aktiv zu werden und sich einzubringen. Natürlich schließt diese Neuerung niemanden aus, sollte jemand kein Internet haben oder es nicht verwenden wollen, ist die Anmeldung für HelferInnen und Höfe wie bisher über mich möglich. Wenn es dann wirklich soweit ist, werden wir Euch genau über den Ablauf informieren.

Einen schönen Winter und
nur Gutes und viel Gesundheit für 2014!

Viele sonnige Grüße,
Eure Martina



Ach ja, ich darf noch jemanden vorstellen:
Luna, meine treue und langjährige
Mitarbeiterin im WWOOF-Büro ☺

Mit großem Bedauern teilen wir mit, dass

Herr **Jakobus Langerhorst**

WWOOF-Bauer seit 1996 am
7. Oktober 2013 im
69. Lebensjahr verstorben ist.



Jakobus war einer der ersten WWOOF-Bauern und damit Mitbegründer von WWOOF Österreich. Zahlreiche WWOOFerinnen und WWOOFer aus aller Welt durften von seiner grossen Erfahrung lernen, mit ihm und seiner Familie den Aufenthalt auf dem Kleingigerl-Hof verbringen. Durch die besondere Art, wie er seinen Boden erfolgreich bearbeitete, war er weitem bekannt und ein grosses Vorbild für den biologischen Landbau.

Wir trauern um Jakobus und
wünschen der großen Familie viel Kraft!

TERMINE

13.-17. April 2014

Nyéléni Austria 2014, Österr. Forum für Ernährungssouveränität,
Schloss Goldegg (im Pongau, Salzburg) – [siehe Rückseite](#)

1. - 4. Mai 2014

1. GEMEINWOHL-ÖKONOMIE Kongress, in Graz – [siehe Seite 17](#)

WWOOF-INFORMATIONSTAGE IN WIEN

Wir stehen Euch für Informationen, zum Abholen der Hofliste, zum
Kennenlernen und Wiedersehen zur Verfügung:

Jeden 2. Mittwoch des Monats, 15 – 19 Uhr

Freiraum im Restaurant Dreiklang

Wasagasse 28, 1090 Wien

(Schottentor, Station Schwarzspanierstrasse, Berggasse hinunter, 1. links)

Achtung: **Zahlschein** (in der Heftmitte) ist aus postalischen Gründen ohne Aufdruck!

Mitgliedsbeiträge pro Kalenderjahr bei WWOOF-Österreich:

Beitrag WWOOF-Hof € 30

Beitrag WWOOFerInnen Einzelliste € 25 / Partnerliste € 37

Wir sehen uns gezwungen, WWOOF-Höfe die mit dem Beitrag zwei Jahre im Rückstand sind, auszuschließen!



Liebe WWOOF-Bäuerin, lieber WWOOF-Bauer,

zur Erinnerung, nachdem es immer wieder in Vergessenheit gerät:

WWOOFerInnen dürfen keine bezahlten Arbeitskräfte ersetzen und nicht für gewerbliche Tätigkeiten heran gezogen werden.

WWOOFerInnen helfen 4-6 Stunden täglich für freie Kost und Unterkunft bei mindestens 1 freien Tag pro Woche.

WWOOFerInnen dürfen keine gefährlichen Geräte bedienen.

WWOOFerInnen haben nur mit einer gültigen Hofliste den WWOOFer-Status. Bitte fragt unbedingt danach! Fragt auch nach einer Krankenversicherung.

Mitglieder können gerne kostenlos im Rundbrief inserieren.

Schickt mir einfach eine Email an **office@wwoof.at**.

BRIEFE AN WWOOF ÖSTERREICH

Vom Schnaitln und Filzen

Die Organisation WWOOF bietet die Möglichkeit, Arbeit und Urlaub am Bauernhof zu verbinden. Eine Gelegenheit, das bäuerliche Leben kennenzulernen.

Bäuerin Elisabeth
hinter ihrem liebevoll
dekorierten
Verkaufsstand in der
Braunauer Markthalle.
Bild: Eckerstorfer



Der Zug fährt in
den Bahnhof
Mattighofen ein –

mein diesjähriges Ziel für meinen WWOOF-Einsatz. Elisabeth wartet bereits am Bahnsteig auf mich. Wir sind uns auf Anhieb sympathisch. Ihr Hof, den sie mit ihrem Mann Herbert gemeinsam bewirtschaftet, liegt etwas außerhalb von Mattighofen. Dort tummeln sich viele Schafe auf den Wiesen rund ums Haus – eine Idylle, die man sich als Stadtmensch nur erträumen kann.

Hier werde ich eine Woche mitarbeiten, wo immer ich gebraucht werde – Neues kennen lernen! Im Austausch bekomme ich Unterkunft und Verpflegung – das ist der Grundsatz von WWOOF.

Der erste Tag beginnt zeitig um 6.30 Uhr mit einem gemeinsamen Frühstück. Wir besprechen den Tagesablauf. Ich darf heute Herbert beim „Schnaitln“ behilflich sein. Klauenpflege steckt hinter dem Wort. Wir gehen in den Stall. Dort zeigt mir Herbert den „Schnaitl“-Stand – ein käfigartiges Gerät, in dem das Schaf eingespannt und anschließend um 180 Grad gedreht wird, sodass die Beine nach oben zeigen. Das Schaf ist der Situation hilflos ausgesetzt, aber wir können so in Ruhe und ohne Gefahr die Klauen bearbeiten. Ich darf mit einem Messer zuerst den Mist rund um die Klauen entfernen, damit Herbert die „Zehennägel“ schneiden kann.

Erster Kontakt mit Schafen

Ich habe bisher noch keinerlei direkten Kontakt mit Tieren am Bauernhof gehabt. Bei dem Gedanken, mit meinen bloßen Händen an die mit Mist verschmierten Beine zu greifen, kommt mir das Grauen. Doch ich bin hier, um Neues zu lernen. So überwinde ich mich beim ersten Schaf. Ab dem zweiten ist aller Ekel bereits verschwunden.

Als nächstes geht's raus auf die Wiese, um einen neuen Weidezaun für die Schafe zu errichten. Es wartet eine saftige Kräuter- und Blumenwiese auf die Tiere. Doch eine Herde sturer Schafe von einer Wiese auf die andere zu treiben ist gar nicht so einfach. Mit einem Kübel Futter versucht Herbert sie anzulocken. Ein paar folgen. Der Rest rennt in die andere Richtung. Wie sollen wir die alle zusammentreiben? Hier wäre ein Hund hilfreich. Doch schlussendlich sind wir erfolgreich – der Elektrozaun wird angeschlossen.

Die nächsten Tage wartet eine weitere neue Arbeit auf mich. Ich darf mit Elisabeth in ihrer Werkstatt filzen. Elisabeth hat sich auf die Verarbeitung von Wolle spezialisiert: sie wäscht, färbt, spinnt die Wolle meist selber. Aus dem feinen Wollfließ werden wunderschöne Dinge gefilzt: Hüte, Taschen, Pantoffel, Schals, Blumen, Bilder. Alle ihre Produkte stellt sie in ihrem Verkaufsladen direkt am Hof aus. Zum Filzen benötigt man Wolle, heißes, mit Schmierseife versetztes Wasser, eine glatte Unterlage, Kreativität, und jede Menge Kraft und Ausdauer.

Training für Schultern und Arme

Mittels Druck und kreisenden Bewegungen werden die Fliessschichten miteinander verrieben. Ein gutes Training für Schulter- und Armmuskulatur. Bis eine Tasche fix und fertig ist, vergehen zwei Tage. Ich rechne mir den Stundenlohn aus. Das ist Liebhaberei, der Profit kann nicht im Vordergrund stehen. Elisabeth bietet auf ihrem Hof auch Filz-Kurse an, führt Interessierte durch ihren Hof. Am Freitag, dem letzten Tag meines Einsatzes, fahre ich mit Elisabeth auf den Wochenmarkt nach Braunau. Dort hat sie einen fixen Platz in der Markthalle. Zu zweit ist der Stand schnell

aufgestellt. Auch ihre mitgebrachten Lammwürste und das frisch gebackene Brot erfreuen sich großer Beliebtheit.

Abreisetag: Ich bin dankbar für die vielen schönen Erfahrungen, das Erlernte, die netten Begegnungen. Es wird auch nächstes Jahr wieder einen WWOOF-Einsatz für mich geben.

Die WWOOFerin **Anita Eckerstorfer** hat für die OÖ Nachrichten diesen Bericht verfasst.

*Leben wie ein Baum, einzeln und frei,
doch brüderlich wie ein Wald, das ist unsere Sehnsucht.
Nazim Hikmet*

Im Frühling 2013 konnte ich 2 WWOOF-Höfe besuchen. Beide Erfahrungen waren sehr besonders und können schwer miteinander verglichen werden.

Bei Johanna in der Nähe von Salzburg lernte ich meine neu erwählte Heimat noch ein Stück besser kennen. Ich bekam erste Einblicke in das Leben von ökologisch wirtschaftenden Bauern und es war für mich vor allem spannend zu sehen, wie eine starke Frau eine Familie und einen Milchbetrieb managed und sich nebenbei noch politisch engagiert und für ihre Ideale eintritt. Ich habe die Gespräche mit ihr und auch die Tätigkeiten rund um den Hof sehr genossen.

In den Osterferien war ich 2 Wochen auf einem biodynamischen Bauernhof in Serbien. Die holländisch-französisch-deutsche Hofgemeinschaft dort arbeitet von früh bis spät und tut sich auf dem noch sehr kleinen ökologischen Markt in Serbien recht schwer. Ich habe dort gelernt, sehr bescheiden und auf kleinstem Raum zu leben, hart zu arbeiten und vor allem in einer Gruppe tätig zu sein. Ohne große Maschinen muss man oft den ganzen Tag zu viert werkeln und auch hier ergeben sich wunderbare Gespräche.

Wie schon viele vor mir möchte ich mich auch sehr für deine Arbeit bedanken, Martina! Du bringst dadurch Menschen und Ideen zusammen. Mein weiterer Lebensweg bzw. Lebensweise wurde durch diese Erfahrungen maßgeblich beeinflusst.

Susanne Popp, Salzburg

Hallo Martina,

Danke erstmal für dein E-Mail, und nachdem ich es schon einige Zeit in meinem Posteingang aufbewahrt habe, möchte ich dir nun doch einen kleinen Erfahrungsbericht über meinen ersten WWOOFer-Aufenthalt nicht vorenthalten.

Als nicht mehr ganz so junge Helferin (46 😊) hatte ich das Glück, auf einer Alpe im wunderschönen Vorarlberg einmal 3 Wochen und dann noch einmal 10 Tage als WWOOFerin zu verbringen. Als ich ankam, war das für mich wie "heimkommen". Die Zeit auf der Alpe war eine ganz besondere, bei besonderen Menschen in einer besonderen Umgebung. Ich hab so viel bekommen, so viel an Eindrücken und Erfahrungen sammeln dürfen, dass ich sehr dankbar bin für diese Zeit. Trotz harter Arbeit, um 4:30 "mussten" wir aufstehen, Kühe melken, auf die Weide treiben, ausmisten, dann ab in die Sennküche ... viel, viel Arbeit ... Gäste bewirten wieder die Kühe versorgen ... hatten wir immer auch Spaß. Spaß am Miteinander, Spaß am Helfen und zu sehen, was am Ende des Tages daraus geworden ist, Spaß einfach an der Natur und am Leben.

Danke, dass ihr diese Plattform zur Verfügung stellt, und so noch viele Menschen es nutzen können, am LEBEN teilzuhaben.

Für mich war es ein ganz besonderer Sommer, und ich bin sicher bald wieder auf die schöne Alpe zu kommen!!

Herzliche Grüße, **Monika Egger** aus Mattsee

WWOOF Erfahrungen 2012 am Biohof Madritsch – Halder im Kärntner Gailtal

Letztes Jahr waren wieder einige WWOOFerInnen bei uns am Biohof. Schon im März hatten wir (mein Mann Hans und ich) die erste WWOOFerin aus Deutschland: Annalena. (ausführlicher Erfahrungsbericht im Rundbrief Nr. 49, Frühjahr 2012) Da hatten wir vor allem in unserer großen Streuobstwiese zu tun, Obstbaumschnitt, das Schnittgut zusammentragen, Laub rechnen, etc. Annalena war Studentin der Sozialen Arbeit und war Veganerin. Wir verstanden uns recht gut und hatten eine schöne Zeit

miteinander. Vegan zu kochen war eine gewisse Herausforderung für mich, da wir normalerweise gemischte Kost essen, aber es ließ sich letztlich gut vereinbaren.

Mitte Mai bis Mitte Juni kam Eva, ebenfalls ein Studentin aus Deutschland. Sie studierte Sportökonomie und hatte sich gerade ein Aussemester genehmigt um verschiedene WWOOF Erfahrungen zu machen. In dieser Zeit waren die Jungpflanzenanzucht der Gemüse- und Kräuterpflanzen, dann auch schon deren Vermarktung an unserem Verkaufsstand am Biobauernmarkt in Villach am Programm. Die Pflege der Beerenobstkulturen und die Freilandpflanzung



der Gemüsekulturen sowie die Bestellung der Gewächshäuser waren weitere Aktivitäten. Ihre Freizeit nutzte Eva für viele Wanderungen in der näheren Umgebung, entsprechend ihrem Studium war sie natürlich sehr sportlich unterwegs, erklimmte auch den einen oder anderen Berg. Auch mit ihr verbrachten wir eine gute Zeit.

Zwischendurch kam Marketa aus Tschechien, eine Studentin der Landschaftsplanung, bzw. mittlerweile schon mit abgeschlossener Ausbildung und bereits einer Arbeitsstelle im Magistrat in Breclav in Tschechien. Sie kam nun schon das dritte Mal zu uns und ist uns richtig ans Herz gewachsen. Sie konnte bei uns ihre Deutschkenntnisse verbessern, was für sie bei der Arbeitsplatzsuche eine wichtige Zusatzqualifikation war. Wir hatten immer viel Spaß mit ihr, da sie sehr humorvoll ist. Genauso war sie eine tüchtige Helferin, im Zusammenleben sehr unkompliziert und ich freute mich darüber, mich mit ihr über den wissenschaftlichen Namen der Pflanzen unterhalten zu können. Sie lernte bei uns den Obstbaumschnitt und ich denke auch noch Einiges andere, was praktische Fähigkeiten mit Pflanzen anbelangt. In ihrer Freizeit liebte sie es, in der Natur Wanderungen zu unternehmen, und am glücklichsten war sie, wenn sie auch einen Berg ersteigen konnte.



Mitte Juni bis Mitte Juli kam dann Cleopatra aus Venedig zu uns, sie war dort verheiratet mit einem Italiener, war aber von Ihrer Herkunft her Amerikanerin mit österreichisch / italienischen Wurzeln. Sie war etwa 50 und suchte mit ihrem Mann eine neue Heimat in Kärnten. Der Aufenthalt bei uns sollte dazu

dienen, die Deutschkenntnisse zu verbessern, eine naturgemäße Lebensweise kennenzulernen und auch um in Kärnten Kontakte zu knüpfen. Sprachlich konnten wir uns am leichtesten in Englisch verständigen. Cleo nahm aber zu den gemeinsamen Mahlzeiten immer einen Notizblock mit, um jedesmal ein paar deutsche Wörter zu notieren. Als WWOOFerin packte sie kräftig mit an und entwickelte sich bald zu einer sehr selbständigen Helferin. Als Frühaufsteherin half sie von 5 Uhr bis 9 Uhr und hatte dann frei. Ihre Freizeit verbrachte sie am Computer, um ihre Angelegenheiten zu checken und mit ihrem Mann zu kommunizieren, aber auch mit ausgedehnten Spaziergängen in der näheren Umgebung.

Im Sommer und Herbst hatte wir dann Studenten und –innen, großteils von der Universität für Bodenkultur, die zu uns kamen um praktische Erfahrungen zu sammeln.

Was ich an WWOOF als WWOOF-Hofbetreiberin schätze:

- interessante Leute kennenlernen
- motivierte MithelferInnen
- sprachliche Herausforderung bei WWOOFerInnen aus anderssprachigen Ländern
- Diskussionen über Werthaltungen (ökologische Lebensweise, gesunde Ernährung)
- eine nette Abwechslung im Berufsalltag
- Weitergabe von Erfahrungen und Wissen

Was trägt aus meiner Sicht zum guten Gelingen der WWOOF-Beziehungen bei?

- Hofbeschreibung im WWOOF Heft ehrlich / zutreffend und umfassend
- Bei Email- oder Telefonkontakt mit WWOOFerInnen: gegenseitige Erwartungen vorab nochmal näher abklären
- Falls nötig (Anreise mit Öffis) Abholung am Bahnhof
- Zimmer ordentlich und sauber, evt. mit einem frischen Blumenstrauß und einem Willkommensgruß
- Strukturiertes Tagesablauf: gemeinsame Mahlzeiten / gemeinsame Arbeitszeiten
- Vorausschauende Planung der Tätigkeitsabläufe (der/die WWOOFerIn soll wissen, was ihn /sie erwartet)
- Klare Regelung der Mithilfe / Freizeit entsprechend den WWOOF Richtlinien (4-6 Stunden pro Tag Mithilfe , mindestens ein Tag frei pro Woche)
- Gute und sorgfältig zubereitete Mahlzeiten
- Zumindest 2 gemeinsame Mahlzeiten pro Tag mit Zeit zur Unterhaltung
- Einstellen auf individuelle Bedürfnisse im Rahmen der Möglichkeiten (Ernährung, Freizeitwünsche, Zeiten der Mithilfe)
- Gute Anleitung bei den Tätigkeiten (Erklärung, zusammenarbeiten, etc.)
- Keine gefährlichen Tätigkeiten, fordern ohne zu überfordern
- Kontinuierlich etwas tun ohne Stress
- Rücksichtnahme auf individuelle Fähigkeiten und Grenzen
- Respektvoller freundlicher Umgang auf Augenhöhe
- Ausreichende Privatsphäre für die WWOOFerIn (eigenes Zimmer, Freizeit, etc.)
- Internetzugang
- Mitbenützung unsere Bibliothek bei Interesse
- Gemeinsame Freizeitaktivitäten am Sonntag, falls erwünscht
- Ausreichende persönliche Auseinandersetzung (Gespräche, etc....)

Nun kann ich und mein Mann schon auf viele Jahre WWOOF – Hoferfahrung zurückblicken. Ich kann sagen, dass sie durchwegs positiv und bereichernd sind. Anfangs waren wir zugegebenermaßen etwas skeptisch und es waren auch Vorbehalte mit dabei. Mein Mann dachte, es handle sich bei den WWOOFern um „Hängemattentouristen“ und ich dachte, bei uns am Hof sei es

zu ruhig. Inzwischen sind wir da aber eines besseren belehrt worden.

Meinerseits als Betriebsleiterin sehe ich klar, was zum guten Gelingen der Beziehungen beiträgt. Ich bemühe mich immer, im Rahmen unserer Möglichkeiten, mich auf die Personen, die zu uns kommen, einzustellen und ihre Erwartungen und Bedürfnisse zu respektieren und zu erfüllen. Das Geben und Nehmen muss ausgeglichen sein, damit beide Teile sich wohlfühlen und auf ihre Rechnung kommen.

Auch mein Mann, der unter der Woche einen anderen Beruf ausübt, trägt durch seine Offenheit und das Interesse an Menschen seines dazu bei.

Die Werthaltungen der Menschen, die über WWOOF zu uns kommen stimmen im Wesentlichen mit den unsrigen überein, das ist schon einmal eine ganz wichtige Voraussetzung. Bei den zumeist jungen WWOOFerInnen habe ich die Erfahrung gemacht, dass sie diese Werte (ökologischen Denken und Handeln....) oft schon von ihren Eltern mitbekommen haben.

Meist kommen Frauen zu uns. Woran das genau liegt, kann ich nicht sagen, vielleicht eine Präferenz zu unserem Biogemüseanbau, der mit viel Handarbeit verbunden ist.

Eher selten sind es ältere Menschen (so um die 50), die zu uns kommen. Sie befinden sich dann in einer Um- oder Neuorientierungsphase und bringen auch schon viel Lebenserfahrung mit. So war etwa die WWOOFerin Gabi, eine wunderbare Köchin, der ich ab und zu das Kochen überlassen konnte und von der ich auch noch Einiges gelernt habe. – Ein paar Rezepte mit dem Vermerk Gabi und der Jahrzahl sind mir noch geblieben als Erinnerung. Gerne koche ich sie ab und zu nach. Mittlerweile ist Gabi nach Neuseeland, ihre zweite Heimat, ausgewandert bzw. zurückgekehrt.

Meist bleibt das Kochen aber mir, da die jungen WWOOFerinnen meist nicht die Erfahrungen und die Routine und auch keine Präferenz zum Kochen mitbringen.

Trotzdem, zum einem oder anderen Rezept in meiner Sammlung reicht es, immer mit dem Vermerk des namens der WWOOFerin,

die es mir hinterlassen hat und der entsprechenden Jahrzahl.(z.B. Mohnkuchen von Eva, Käsekuchen von Marlen, ...)

Also, nun bin ich schon wieder gespannt und freue mich auf die nächste WWOOF-Saison und neue Begegnungen mit WWOOFerInnen.

Christiane Halder

WWOOFen auf Sizilien

Liebe Martina,

zum WWOOFen möchte ich noch was erwähnen.

Ich bin 56 Jahre und habe vor einem halben Jahr meinen Buchhalterberuf aufgegeben. Den Schritt habe ich nicht bereut, und bei meinem ersten WWOOFen habe ich gemerkt wieviel Freude mir das Mithelfen in der Natur macht. Für mich steht fest, dass ich keinen Bürojob mehr machen möchte. Das WWOOFen in Italien war mein erster Einsatz und es war für mich ein grosser Lernprozess, in Bezug auf körperliche Arbeit, die hygienische Verhältnisse und auch das gemeinsame Leben mit fast immer 14 WWOOFern. Es waren Menschen aus Deutschland, Amerika, Italien, England, Österreich und Belgien (Alter von 25-70 Jahre). Was mir besonders gefallen hat, wie unkompliziert diese Menschen waren und mit welcher Freude und Einsatz gearbeitet und zusammen gelebt worden ist. Gelernt habe ich dass Fremdsprachen sehr wichtig sind, besonders Englisch, und dass man sich bezüglich der Tätigkeiten usw. vorher unbedingt erkundigen muss, siehe Checkliste im Heft, was wir nicht gemacht haben und völlig ohne Vorkenntnisse über den Hof gefahren sind.

Mit mir war Isabella, sie ist 62 Jahre, in Sizilien und es war auch für sie die erste WWOOF-Erfahrung. Sie schreibt, dass es gerade für ältere Menschen eine gute Erfahrung ist, denn sie haben eine Aufgabe, haben das Gefühl noch am Leben teilzunehmen und ihre Erfahrungen weitergeben zu können. Für die jüngeren ist es gut, zu sehen, dass man sich gegenseitig unterstützen und voneinander lernen kann. Auch für sie war es eine grosse Erfahrung im normalen Alltag, mit vielen verschiedenen Menschen zusammen zu sein.

Wir haben z.B. dort erst erfahren, dass auch von den WWOOFern gekocht, geputzt usw. werden musste, was bei anderen Höfen laut

anderer WWOOFer nicht der Fall ist, dafür mussten wir nur ca. 4 Stunden pro Tag aktiv in der Plantage mithelfen. Es war trotzdem eine schöne und interessante Zeit und ich habe nach dem WWOOFen noch mit einer anderen Urlaub in Sizilien gemacht, wir haben viel gesehen und es war ein schöner Abschluss für diese Zeit. Ich kann es nur weiterempfehlen, nicht nur "Jungen" und werde sicher weitermachen.

Herzliche Grüße, **Renate Steidl**

*Wer morgens zerknittert aussieht,
hat den ganzen Tag Entfaltungsmöglichkeiten.*

Ende April wurden auf unserem WWOOF Hof Aufzeichnungen für die Ö1 Sendung Radiokolleg über WWOOF gemacht. Der Journalist, Herr Nickolaus Scholz kam mit dem 12 Uhr Zug an, von wo ich ihn – wie fast alle WWOOFer/innen abholte. Ich kochte fertig, derweil machten die WWOOFer Samantha und Lauren aus Washington State, sowie Susi, sie studiert in Salzburg, eine Hofführung. Susi ist dafür extra angeradelt! Nach dem Essen wurden die zwei WWOOFer aus Amerika interviewt – sie WWOOFen bereits ein ganzes Jahr in Europa. Dann wurde Susi über ihre Erfahrungen mit dem WWOOFen befragt und zum Schluss kam ich dran. Ich habe mich auf Fragen vorbereitet, ob das WWOOFen ein besseres Verständnis für biologische Landwirtschaft bringt oder wie die Einschulung erfolgt. Relativ überrascht war ich, wie die Fragen eher in Richtung billig und sinnvolles Reisen für junge Menschen ging. Auch die drei WWOOFer wurden von der Frage überrascht, wie die Familienverhältnisse in der Regel auf einem Gast-Hof sind. Wir hoffen trotzdem, dass unsere Interviews für unserer WWOOF-Organisation gut sind. Ich fuhr Herrn Scholz zum vier Uhr Zug. In der ganzen Aufregung haben wir gar nicht bemerkt, dass in der Zwischenzeit Bianca ein Kälbchen geboren hatte!

Johanna, Salzburg

Liebe Martina,

wir sind seit diesem Jahr Mitglied und haben im März unseren ersten WWOOF-Aufenthalt bei den Gemüsebauern Mogg in Niederösterreich gehabt. Dort war es so bereichernd für uns und wir wissen nun, wo unsere Gemüsekiste herkommt! Uns gefällt diese Art unsere Freizeit zu verbringen so gut, dass wir unseren nächsten Urlaub gerne wieder mit einem WWOOF-Aufenthalt verbinden würden. Wir fahren wahrscheinlich nach Sardinien und wollten dich fragen, ob du dort schon Erfahrung gemacht hast. Vielleicht hast du ein paar Tipps für uns? Und wo müssen wir für Italien überhaupt Mitglied werden?

Danke für deine Organisationsarbeit und sonnige Grüße aus Wien,

Sabrina Afzali & Florian Bauer

Erfahrungsbericht über WWOOF Aufenthalt im Yoga Zentrum in Tirol im Juli 2012

Im Jahr 2012 habe ich zum ersten Mal in meinem Leben gewwooft. Ich habe 3 erlebnisreiche, spannende und unvergessliche Wochen in Tirol verbracht. Ich bin Sonderschullehrerin von Beruf, wollte mich aber im Sommer mit etwas ganz anderem beschäftigen. Da ich mich schon seit längerer Zeit für organic gardening interessiere, hielt ich WWOOFen für die beste Idee. Ich fing ziemlich spät an (im Juni) meinen Aufenthalt zu organisieren, hat trotzdem alles super gut geklappt! Ich habe mit dem Hof alles ganz schnell abgesprochen und in 2 Wochen fuhr ich schon ab! Ich denke, ich war wirklich zur richtigen Zeit am richtigen Ort! Die GastgeberInnen und MitarbeiterInnen im Yoga Zentrum waren alle unglaublich nett, freundlich und großzügig. Sie haben sich um mich gekümmert, alle WWOOFerInnen wurden sehr respektvoll behandelt. Die Stimmung im Haus war immer so locker und fröhlich, alle waren immer gutgelaunt. Ich habe unheimlich viel gelernt, viel Neues und Interessantes gehört und gesehen! z.B. wie man eine Entgiftungskur/Fastenkur macht oder wie man Kompostbehälter für gekochtes Essen selber baut. In der Freizeit hatte ich viele Möglichkeiten, um mich auszuruhen: schwimmen in Seen, wandern, Städte ansehen, Bücher aus der Hausbibliothek lesen. Ich hatte auch aussergewöhnliche und einzigartige Erfahrungen, wozu man wirklich sehr selten die Chance hat, diese zu erfahren, z.B. habe ich

bei einer Schwitzhütte teilgenommen! Ich habe viele interessante Leute aus aller Welt kennengelernt: Leute, die sehr aussergewöhnliche Lebensstile führen. Auch gute Freundschaften habe ich geknüpft!! Ich habe solche Informationen gesammelt, die auf mich eine große Wirkung ausgeübt haben, z.B. Rohkost probiert und seitdem hab ich mir und meiner Familie mehrere rohe Torten zubereitet. Im Garten zu helfen, war ein echtes Erlebnis: zwischen den hohen Bergen fühlte ich mich immer wie im Wunderland. Alles in allem: ich hatte viel Spaß, ganz viele schöne und lustige Momente. Ich empfehle meinen Freunden WWOOFen zu gehen, und ich habe vor dieses Jahr wieder zu WWOOFen!

Ich bedanke mich für deine Hilfe und wünsche Dir viel Erfolg und Glück mit deiner Arbeit!

Alles Liebe, **Janka Merfelsz (aus Ungarn)**

Liebe Martina!

Ich schreibe im Namen vom Kloster in Salzburg. Letztes Jahr hatten wir von Mai bis Oktober das erste Mal immer wieder WWOOFerInnen und haben uns sehr darüber gefreut. Es waren alles sehr liebe und hilfsbereite Menschen (von 20 bis circa 60 Jahren) - wir haben nur positive Erfahrungen gemacht. Da ich die WWOOFerInnen betreue und mit ihnen auch viel zusammenarbeite, habe ich sehr liebe Menschen kennengelernt. Danke für deine Arbeit und Unterstützung auf vielerlei Weise!

Mit lieben und dankbaren Grüßen, **Elfi Kern**

*Es kommt eine Zeit im Leben, da bleibt einem nichts
anderes übrig als seinen eigenen Weg zu gehen.*

*Eine Zeit, in der man die eigenen Träume verwirklichen muss.
Eine Zeit, in der man endlich für die eigenen Überzeugungen
eintreten muss. Letztlich liegt die große Herausforderung des
Lebens darin, die Grenzen in dir selbst zu überwinden und so
weit zu gehen, wie du dir niemals hättest träumen lassen.*

Sergio Bambaren

DIES UND DAS

GEMEINWOHL-ÖKONOMIE Kongress

Von **1. bis 4. Mai 2014** findet in Graz der erste **GEMEINWOHL-ÖKONOMIE Kongress** statt.

Die Gemeinwohl-Ökonomie ist ein Wirtschaftsmodell, das eine Umpolung des Anreizrahmens anstrebt: Demnach sollen jene Unternehmen belohnt werden, die sich verantwortungsbewusst und kooperativ verhalten und Werte wie Menschenwürde, Solidarität, ökologische

Nachhaltigkeit,

soziale

Gerechtigkeit,

Transparenz und

Demokratie über



Graz, 1. bis 4. Mai 2014

das bloße Gewinnstreben stellen. Seit der offiziellen Gründung 2010 haben sich über 6200 UnterstützerInnen in 17 Ländern, davon 1400 Unternehmen, dieser Bewegung angeschlossen, die zeugen, dass es diesem Wandel bedarf und er machbar ist.

Der Kongress ist für alle Interessierte unabhängig dem Vorwissen. Thema ist eine zukunftsfähige Gesellschaft und der Beitrag den die Gemeinwohl-Ökonomie dazu leisten kann. Die Ziele des Kongresses sind die unterschiedlichen Akteure zu vernetzen, Wissen zu vermitteln sowie neue Impulse für eine nachhaltige Entwicklung zu setzen. **Kontakt:** Gemeinwohl-Ökonomie

Steiermark, Email: graz@gemeinwohl-oekonomie.org,

Web: <http://kongress.gwoe.net>,

<http://graz.gwoe.net>,

<http://www.gemeinwohl-oekonomie.org>

I fear the day that technology will surpass our human interaction. The world will have a generation of idiots.

Albert Einstein

Foodsharing in Österreich

Die erste Foodsharing-Webseite in Österreich ist online: Unter myfoodsharing.at kann jeder Interessierte (Privatperson, Händler und Produzenten) Lebensmittel teilen und tauschen statt entsorgen.

Natürlich teilen und tauschen von Lebensmitteln, die noch genießbar sind, lautet die Zielsetzung der neuen Internetplattform myfoodsharing.at, die im Sommer im Rahmen einer Pressekonferenz vorgestellt und freigeschaltet wurde. Kooperationspartner dieser neuen Plattform sind das Lebensministerium, der Umwelt- und Sozialverein „Wiener Tafel“ und der Verein „Foodsharing.de“.

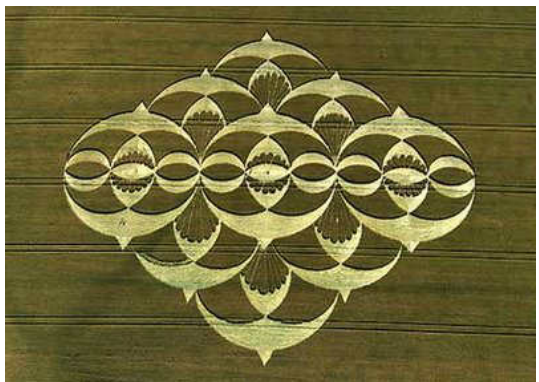
Das Konzept für dieses Lebensmittel-Teilen online stammt von Valentin Thurn (Autor und Regisseur), der 2011 mit seinem Film „Taste The Waste“ die Lebensmittelverschwendung zum großen Thema gemacht hat. Mit myfoodsharing.at wurde nun die erste heimische Internet-Plattform in Sachen Essen-Teilen gestartet, die allen Interessenten eine kostenlose Abgabe von Nahrungsmitteln ermöglichen soll.

Wer zu viel eingekauft oder gekocht hat, vor dem Urlaub den Kühlschrank noch leer bekommen muss oder die reiche Ernte der Obstbäume im eigenen Garten nicht alleine nutzen kann, der könnte via Internet dank Foodsharing kostenlos Abnehmer in der eigenen Umgebung finden. Das Prinzip sei recht einfach: Im Netz erstellen Nutzer „Körbe“ mit Lebensmittel, die sie verschenken möchten. Dabei können sie sich entscheiden, ob Interessenten das Ganze vor der eigenen Haustüre oder doch lieber an einem sogenannten „FairTeiler“ (organisierter Tauschplatz) abholen sollen.

www.myfoodsharing.at

Kornkreise-sind sie Landschaftskunst oder doch Botschaften einer anderen Intelligenz??

Jedes Jahr erscheinen weltweit,-aber hauptsächlich in Südengland um Stonehenge und Avebury- an die 100 - 150 Muster die von wenigen Metern bis hin zu mehr als 200m Durchmesser haben. Innerhalb von Sekunden bilden sich diese Muster in den Getreidefeldern.



Menschen die direkt Zeugen wurden, erzählen von Lichtkugeln und Lichtblitzen die über das Feld schweben und dann durch eine uns noch unbekannte Energie sich das Getreide im oder gegen den Uhrzeigersinn 15cm über den Boden legt, die Getreidehalme sind gebogen und es richtet sich dann wieder teilweise auf.

Die Muster sind so perfekt und komplex gemacht, und zeugen von hohem mathematischen Wissen (ausgehend von bestimmten Zahlencodes und Geometrien) sowie auch über physikalisches und zukunftsstechnisches Wissen (freie Energien).

Die Hauptsaison beginnt Ende April im Raps und ist dann hauptsächlich im Getreide, aber auch in Lavendel, Reis, Mais, Bohnenkraut.

In Österreich gibt es 2 Forscher - Jay Goldner und Günther Schermann - die sich mit dem Phänomen ausführlich auseinandersetzen und es von mehreren Seiten betrachten. (nähere Infos auf: www.kornkreiswelt.at)

Außer den Geometrien weisen diese Muster auch auf eine hohe Schwingung hin. Ich war selber 2008 in Südengland und in 4 Kornkreisen drinnen und man verspürt etwas sehr besonderes und erfurchtvolles.

Wir haben seit 2007 unser Kornkreismuseum und wenn uns jemand fragt: "Wer macht jetzt diese Muster?" Dann sagen wir: "Es kommt aus der göttlichen Hand, die uns die Hand reicht, aber es liegt an uns diese Hand anzunehmen." Es ist nun auch an der Zeit aufzuwachen, und zu erkennen dass wir sehr klein und dumm gehalten werden.

Mit lieben Kornkreisgrüßen und vielleicht sehen wir euch mal im Museum (nähere Infos unter: www.grissenberger-gimpersdorf.at)

Heidi und Franz Grissenberger, WWOOF-Bauern in NÖ

Liebe Martina,

ich habe hier einen Beitrag für den nächsten Rundbrief und wollte dich bitten, diesen abzdrukken. Ich arbeite mit hochwertigen Bioprodukten im Gesundheitsbereich und möchte die Information darüber gerne weitergeben. Ich kann mir vorstellen, dass es für etliche ein interessantes Thema ist, deshalb mein Angebot:

Ich möchte Euch auf etwas aufmerksam machen, wonach ich lange

gesucht habe und das mir nun zugeführt wurde. Gerne lasse ich Euch daran teilhaben, weil ich mir vorstellen kann, dass es auch unter Euch welche gibt, die dankbar für diesen Zugang sind. Und zwar gesundheitliche Unterstützung für den Körper mit den Pflanzen aus Gottes Natur. Ich arbeite mit einem österreichischen, vielfach ausgezeichneten Unternehmen, das Frischeprodukte derart hochwertig und vegan erzeugt:

- Produkte werden zu 100 % frisch hergestellt
- strengste Kontrollen für die Auswahl der Inhaltsstoffe
- jeder Inhaltsstoff ist ein Wirkstoff – rein vegan, ohne Tierversuche und Tierprodukte
- keine Konservierungsstoffe, Mineralöle, Zusatzstoffe, Aromen und Farbstoffe

Wem Bio, Ethik und Nachhaltigkeit wichtig ist, wer sein Deo ohne Aluminium verwenden möchte, wer Omega 3 nicht aus Fischöl mit belastenden Schwermetallen zu sich nehmen will, wer weiß, dass synthetische Vitamine krebserregend sein können, wer seinen Körper in einen idealen Säure-Basen-Haushalt bringen möchte, wer einen Energy Drink schätzt, der rein pflanzlich und hoch wirkungsvoll ist, wer entschlacken oder abnehmen will u.v.m. ...

... dem gebe ich gerne weitere Informationen! Ich freue mich auf Ihre/Eure Antwort unter graciella.kocher@aon.at oder Telefon 0699/181 233 08! **Graciella Kocher**

Gesunde Innenraumluft

Wenn es draußen langsam kühler wird, halten wir uns wieder mehr in unseren eigenen vier Wänden auf. Eine gesunde Raumluft ist dabei ein wichtiger Faktor für die Lebensqualität. Unser Wohlbefinden hängt nämlich untrennbar damit zusammen, wie es um das Raumklima, Gerüche, Schadstoffe und Allergene bestellt ist. Diese neue Broschüre des Lebensministeriums hilft Ihnen dabei, Schadstoffquellen in Ihrer Wohnung aufzuspüren und gibt wertvolle Tipps für die richtigen Gegenmaßnahmen. Für eine frische und gesunde Raumluft.

Gratisdownload unter:

www.lebensministerium.at/publikationen/umwelt/klimaschutz_luft/innenraumluft.html

SOL-Kalender 2014 „Ich habe genug“

Der überkonfessionelle SOL-Kalender für 2014 ist ein Kalender, der zum Nachdenken anregen soll: mit inspirierenden Fotos, spirituellen Texten und Zitaten. Der SOL-Kalender entsteht in Zusammenarbeit mit VertreterInnen von katholischem und evangelischem Christentum, Islam, Judentum, Buddhismus und Bahai-Religion. Die Kalendereinnahmen sind ein wesentlicher Teil des SOL-Jahresbudgets und ermöglichen die Umsetzung vieler Projekte.



Den Kalender könnt ihr auf **www.nachhaltig.at/kalender** ansehen und bestellen. Preis pro Stück 12 Euro (ab 3 Stück gestaffelte Preise).

Bürgerinitiative: Mehr Lebensqualität durch Tempo 30

Der VCÖ (Verkehrsclub Österreich) ist gemeinsam mit mehreren Organisationen aus verschiedenen Ländern für Tempo 30 im Ortsgebiet aktiv. Es geht um mehr Sicherheit und Lebensqualität auf den Straßen. Deshalb soll Tempo 30 EU-weit zum standardmäßigen Tempolimit in den Orten werden, überall, wo Menschen leben. Mit der „Europäischen Bürgerinitiative (EBI)“, einem Volksbegehren auf EU-Ebene, kann direkt Einfluss auf die Gesetzgebung der EU genommen werden, wenn innerhalb eines Jahres mindestens eine Million Unterstützungserklärungen aus sieben oder mehr Mitgliedsländern der EU gesammelt werden. Der VCÖ empfiehlt daher, jetzt zu unterschreiben (Reisepass-Nummer ist anzugeben) – einfach online auf **<http://de.30kmh.eu/>**

*Wenn du wirklich glaubst, dass die Umwelt weniger wichtig ist
als die Wirtschaft, dann versuche mal die Luft anzuhalten,
während du dein Geld zählst.*

Dr. Guy McPherson

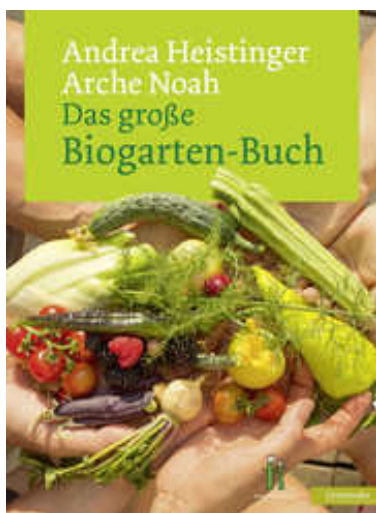
Hast du schon unterschrieben?

Es gibt immer noch die Möglichkeit die Bürgerinitiative betreffend Freiheit der direkten Kreditgewährung (Heini Staudinger – Firma GEA und Waldviertler Schuhwerkstatt vs. Finanzmarktaufsicht) zu unterstützen. Jede Stimme zählt! Infos und unterzeichnen auf: www.wirsindviele.at

Zum Nachdenken:

Laut aktuellem Ernährungsbericht der UNO müssen weltweit 868 Millionen Menschen Hunger leiden. 1,4 Milliarden Menschen sind übergewichtig!

BÜCHER



Das große Biogarten-Buch

Andrea Heisteringer, Arche Noah

624 Seiten mit über 1000 Abbildungen,

ISBN 978-3-7066-2516-6

Erschienen im Löwenzahn Verlag

Das komplette Praxiswissen für Bio-Gärtnerinnen und Bio-Gärtner!

Die Freude an der Gartenarbeit, das gute Gefühl, biologisch und nachhaltig anzubauen, und nicht zuletzt der unvergleichliche Geschmack der Bio-Lebensmittel aus dem eigenen Hausgarten sind die wertvolle Ernte des großen Biogarten-Buches! Ausführliche

Grundlagen und aktuelles Wissen über den Anbau von Gemüse, Obst, Kräutern, Blumen, Pilzen und Getreide machen dieses Buch zum unentbehrlichen Nachschlagewerk für AnfängerInnen, Fortgeschrittene und Profis. Das Anlegen eines Nutzgartens, Aspekte der Selbstversorgung, Kompostierung, Bewässerung, das Gärtnern mit Kindern und vieles mehr werden praxisnah und fundiert beschrieben.

- das Standardwerk für biologisches Gärtnern
- genaue Anleitungen für den Anbau von Gemüse, Obst, Kräutern, Blumen, Pilzen und Getreide
- der gebündelte Erfahrungsschatz der Arche Noah-VielfaltsgärtnerInnen
- einzigartige Sortenvielfalt: über 400 Sortenporträts in Wort und Bild
- fundiert und leicht verständlich geschrieben, benutzerfreundlich gestaltet
- mit Rezepten und Tipps zur Verarbeitung

Andrea Heisting, Agrarwissenschaftlerin, Gärtnerin und Autorin, veröffentlichte u.a. die Bestseller „Handbuch Samengärtnerei“ (2004), „Handbuch Bio-Gemüse“ (2010) und „Handbuch Bio-Balkongarten“ (2012). **www.kulturpflanzenkonzepte.at**

Arche Noah setzt sich seit über 20 Jahren für den Erhalt alter Kulturpflanzen und ihre Weiterentwicklung ein. Der Schaugarten in Schiltern bei Langenlois zeigt jährlich hunderte Sortenraritäten. **www.arche-noah.at**

Das kleine Zebra Amelie und die Reise ans Ende der Welt

Von Reinhold Richtsfeld

Auf der Suche nach dem Herzschlag. Amelie ist ein junges Zebra, das sich Gedanken über den Sinn des Lebens macht. Als Amelie eines Tages feststellt, dass sie ihr Herz nicht mehr klopfen hört, beschließt sie zu Fuß auf eine Reise zu gehen. Gemeinsam mit anderen Wanderern begibt sich Amelie auf einen abenteuerlichen Weg: bis ans Ende der Welt...



Das Kinderbuch: 4. limitierte Auflage 2012, 48 Seiten, **für Kinder von 5 bis 99**. Erschienen im Eigenverlag, Graz. Das Buch entstand unterwegs an Originalschauplätzen u.a. am Jakobsweg.

Das Bilderbuchkino: Seit kurzem gibt es Amelie's Abenteuer live: Eine interaktiv erzählte und gelesene Geschichte, stimmungsvoll

aufbereitet für die Leinwand mit schönen Bildern und Soundeffekten. Kommt mit auf Amelie's Reise!

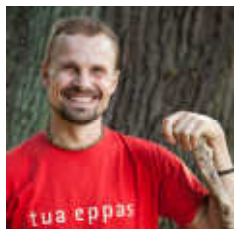


Foto: www.wohu.at

Reinhold Richtsfeld, Mag. DI, Jahrgang 1977. Studium der Elektrotechnik und der Soziologie. Seit 2008 Weltenwanderer, Autor, Referent. Ging 7000km zu Fuß durch Europa und Marokko auf der Suche nach einem zukunftsfähigen Lebensstil. Theoretische und praktische Recherchen zum Thema „einfach und nachhaltig leben“. Inhaltlicher Schwerpunkt auf die Bereiche Wachstum, Alternativen, Lebensqualitäts- und Glücksforschung. Publikation von Themen- und Reiseartikeln. Multiplikator bei der Plattform Footprint.

Bildervortrag „Das Herz des Abenteuers – 7000km zu Fuß“

In seinem aktuellen Bildervortrag berichtet er von seiner intensiven Fußreise. Ein Vortrag voller Lebensfreude über Freiheit, Glück und den Luxus, wenig zu benötigen.

Aktuelle Informationen, Bestellungen, Termine und Buchung:

reinhold.richtsfeld@rytz.at, Tel. 0680 - 3233264, **www.rytz.at**

Es gibt kein großes Genie ohne einen Schuss Verrücktheit.

Film

Die Akte Aluminium

Dokumentation von Bert Ehgartner

Eva Glave hat Brustkrebs. Sie hat jahrelang Deodorants mit Aluminiumchlorid als Wirkstoff verwendet. Nun rät ihr die Ärztin, solche Deos nicht mehr zu verwenden. Der Grund: Britische Onkologen haben den Verdacht geäußert, Aluminium könnte über die Haut aufgenommen werden und Krebs auslösen. Günter Paroll ist mit nur 56 Jahren an Alzheimer erkrankt. Er hat drei Jahrzehnte lang Mittel gegen Sodbrennen eingenommen, die regelrechte Hochdosen an Aluminium enthalten. Forscher vermuten, Aluminium könne sich im Hirn anreichern und die Entstehung von Alzheimer begünstigen. Aluminium ist ein faszinierendes Metall: leicht, rostfrei

und einfach zu verarbeiten. Noch vor hundert Jahren war es so exotisch, dass Aluminium auf Welt-Ausstellungen präsentiert wurde. Das Metall ist aus unserem täglichen Leben nicht mehr wegzudenken. Wir trinken aus Aludosen, verwenden es als Werkstoff für Fassaden und in der Automobilindustrie, oder als Treibstoff für Raketen. In der industriellen Verarbeitung weist kein anderes Metall eine derart rasant ansteigende Wachstumskurve auf wie Aluminium. Der Film porträtiert das Zeitalter des Aluminiums und zeigt die Produktion beginnend mit dem Abbau von Bauxit, über die Aluschmelze bis hin zur Endverarbeitung diverser Aluprodukte.



Doch auch kritische Stimmen rücken vermehrt ins Zentrum öffentlichen Interesses: Für die Herstellung werden große Mengen Rohstoffe und Energie benötigt. Die Gewinnung kann, wie vor gut einem Jahr in Ungarn passiert, zu Umweltkatastrophen beachtlichen Ausmaßes führen. Und aus Studien geht hervor, dass die toxische Wirkung des Leichtmetalls nicht zuletzt direkten Einfluss auf unsere modernen Zivilisationskrankheiten wie Alzheimer und Allergien hat. www.dieaktealuminium.com

REZEPT

Klassische Kürbiscremesuppe

Für 2 Personen: ca. 100 g Kürbis (zB Hokkaido), 10 g Lauch, 10 g Sellerie, ½ Zwiebel, ½ Knoblauchzehe, 1 TL Butter, ¼ TL edelsüßer Paprika, 1 Messerspitze Kümmel, 1 Lorbeerblatt, Salz, Pfeffer, etwas Balsamico-Essig, ½ l Gemüsefond oder Rindsuppe, 2 EL Schlagobers. Nach Geschmack: 2 EL geröstete Brotwürfel, geschrotete Kürbiskerne und Kernöl.

Butter im Topf erhitzen, Zwiebel anschwitzen, gewürfeltes Gemüse und Kürbis zugeben und ein paar Minuten dünsten. Zerdrückten Knoblauch, Lorbeerblatt und die restlichen Gewürze beifügen. Mit Suppe oder Fond aufgießen, aufkochen und ca. 15-20 Minuten köcheln lassen, Lorbeerblatt entfernen und pürieren. Wenn nötig mit

Stärkemehl etwas binden. Beim Anrichten mit gerösteten Brotwürfeln, geschroteten und gerösteten Kürbiskernen und ein paar Tropfen Kernöl verzieren.

BAUERNSCHMANKERL

Hallo meine Lieben,
die nächsten Ferien/Feiertage stehen vor der Tür

WEIHNACHTSFERIEN ACTIVITIES 2013 - 2014

FR, 27. 12 2013 , Bodenarbeit - Horsemanship - Dressur
MO, 30. 12.2013, Gelassenheitstraining - Gymnastizierung -
Stangenarbeit

CAMP: 02. - 04. Jänner 2014

INFO + ANMELDUNG: Tel. 0676-7772086 oder 0676-3493066,
www.nexenhof.com

!Weihnachtsfeier + Reitvorführungen! SA, 7. 12. 2013, 17.30 Uhr

Wir freuen uns auf dich

REITERFARM NEXENHOF, Ingrid und Marion Plasch

English Christmas

Im Dezember feiern wir auch heuer wieder englisches Weihnachten mit Schulklassen. Dauer des Programms 3 Stunden, Kosten: 5 €/Kind inkl. Essen und Getränke. Bei Interesse bitte rechtzeitig anmelden: 0664/73411515

Tiergestützte Pädagogik und Kompetenzförderung

Ab Frühling 2014 werden unsere Tiere nicht nur Milch, Eier, Fleisch, Wolle, Federn, Dünger, ... liefern, sondern auch pädagogisch-therapeutisch arbeiten. Weitere Informationen dazu findet ihr auf: www.bauernhof-therapietiere.at

Wir wünschen euch einen farbenfrohen Herbst und freuen uns auf ein Wiedersehen auf unserem Hof!

Ben und Birgit Chalcraft,

www.timewalk.at

www.facebook.com/pages/TIMEWALK/221752757851385

SUCHE - HABE - BRAUCHE

Mitbewohner/Mitbewirtschafter gesucht!

Wir sind eine fünfköpfige Familie, die seit 2008 einen kleinen Bio-Selbstversorger-Hof in der Nähe von Weiz/Steiermark betreibt. Das Thema Gemeinschaft war uns immer sehr wichtig, ursprünglich wollten wir auch in ein Ökodorf ziehen. Wir haben nun ein Jahr lang eine Familie bei uns am Hof in Miete gehabt und dieses Zusammenleben sehr genossen. Leider hat der Mann einen Schlaganfall erlitten und die Familie ist daraufhin wieder in die Stadt gezogen. So sind wir nun auf der Suche nach einer Familie/einem Pärchen und/oder einem Single, die gerne bei uns leben würden und sich mit uns die Freuden und die Arbeit (!) des Landlebens teilen wollen. Wir sind gerade dabei, eine zweite, unabhängige Wohneinheit zu bauen und wollen langfristig auch einen Betrieb am Hof aufbauen, sei es im Bereich alternative Energie, Reparaturen, Holzverarbeitung o.ä.. Weitere Infos zu uns finden sich im Wwoof-Katalog unter Bruggerhof, **Marion und Gerhard Wiesler**.
wieslerhof@aon.at

*Hinfallen - Aufstehen - Krone richten - Weitergehen
Gesehen beim „Lebi-Laden“ in Gleisdorf, Steiermark
(Abkürzung für „Lebensmittel billiger“, Sozialmarkt für alle)*

Herausgeber: WWOOF Österreich, Elz 99, A 8182 Puch bei Weiz
Mobil +43 (0)676 5051639 (Mo – Do 18 – 20 Uhr), office@wwoof.at, www.wwoof.at
Redaktion: Martina Almer, **Druck:** REHA-Druck, 8020 Graz

Erscheinungsweise: 2.000 fallweise

Offenlegung laut § 25 Mediengesetz: WWOOF Österreich ist als eigenständiger Verein Teil der weltweiten, friedlichen WWOOF-Bewegung, die interessierten Menschen ermöglicht, auf biologischen Höfen für freie Kost und Unterkunft mit zu helfen. Zum Ziel haben wir uns gesetzt, den biologischen Landbau in Österreich konkret zu unterstützen, den Kulturaustausch zwischen Stadt und Land zu fördern, Erfahrungen im biologischen Landbau, Lebenserfahrungen zu ermöglichen. Der Rundbrief dient zur Weitergabe vereinsinterner und für unsere Mitglieder interessanter Informationen.

Dieser Rundbrief ist unabhängig und frei von Werbung!



13.-17. April 2014 Schloss Goldegg (im Pongau, Salzburg)

Willst Du es nicht länger hinnehmen, dass einige wenige bestimmen wie **Landwirtschaftspolitik** und das **Ernährungssystem** gestaltet wird?

Wir wollen dies gemeinsam tun!

Die Bewegung für Ernährungssouveränität wächst. Damit wir auch mehr zusammenwachsen soll es im Frühjahr 2014 ein Forum geben – zum Austausch von Ideen, Visionen und Forderungen, zum Gründen von Arbeitsgruppen und Initiativen, zum gegenseitigen Motivieren, zum Feiern!

Mitmachen!

Wir sind keine fixe, geschlossene Organisation, sondern offen für alle Menschen und Initiativen, die sich für Ernährungssouveränität einsetzen wollen. Helft bei der Vorbereitung und Durchführung des Forums, unterschreibt den Aufruf, baut gemeinsam **Regional-** und **Inhaltsgruppen** auf oder beteiligt Euch in den Arbeitsgruppen:

AG Methodologie ...

strukturiert den methodischen Ablauf des Forums

AG Mobilisierung/Öffentlichkeitsarbeit ...

ist Anlaufstelle für Interessierte, betreut die Homepage, erstellt Infomaterial

AG Finanzen/Logistik ...

kümmert sich um Finanzierung, Ort, Verpflegung, Schlafplätze,... für das Forum

austria@nyelenieurope.net
www.ernaehrungssouveraenitaet.at