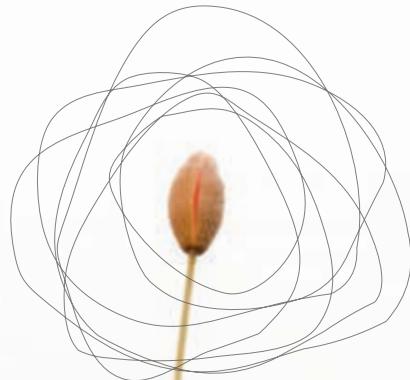


GUATS

Nachhaltig leben
im Allgäu und
Bodenseeraum

www.guats.de
01 | 2021



Aufbruch

Netzwerke | Einkaufsquellen | Produkttipps | Veranstaltungen



INHALT

04 EDITORIAL

Warum GUATS? Warum „Aufbruch“?

06 BIENEN & GÄRTNER

Nützliches Miteinander – mit Harald Schultz

11 FÜR BIENENFREUNDLICHE

Was beim Blumenkauf zu beachten ist

12 NACHHALTIGE GARTENTRÄUME

Insektenfreundliche Pflanzen

16 MENSCH, TIER & NATUR

Traditionelle Landwirtschaft für die Zukunft

20 DER KRÄUTERVEREDLER

Michael Schneider im Interview

22 WILDKRÄUTER-PASTA

Rezepttipp mit Anita Dempfle

24 GUATS ZUM ANZIEHEN

Kleider für Klein und Groß aus der Region

28 DUFT- MISCHUNGEN

Aromen – nicht nur für Homeschooling

29 ÖKO-APPS FÜR DEN ALLTAG

Flora Incognita, Karte von Morgen, Ecosia

30 AUFBRUCH GLOBAL

Können wir den Klimawandel aufhalten?

36 AUFBRUCH LOKAL

Netzwerke in der Region

38 AUFBRUCH ODER SPALTUNG

Gesellschaft im Wandel

42 VERANSTALTUNGEN

Termine von April bis Juni

Warum Guats? Und das Thema „Aufbruch“?

Was kann da schon Neues kommen, wird sich manch einer denken, der dieses Magazin zum ersten Mal in den Händen hält. Schließlich ist das Thema „Nachhaltigkeit“ keinesfalls neu.

Doch, weil ein nachhaltiges Leben nur vor Ort und im Alltag funktionieren kann, ist unser neues Magazin Marktnische und Notwendigkeit zugleich. Denn, für unsere Zukunft gibt es kaum eine bessere Entscheidung als regionalen Erzeugern und fair bezahlten Landwirten den Vorzug zu geben (Seiten 12–21, 24).

In unserem Guats Magazin soll es um das Leben, Wirken und Urlauben in unserer schönen Region gehen. Wir möchten im Allgäu und im Bodenseeraum *guate* Initiativen, Betriebe, Landwirt*innen und Macher*innen sichtbarer machen.

Und was uns ebenfalls wichtig ist: Wir möchten Guats-Leser*innen inspirieren, sich mit eigenen

Ideen und Ressourcen einer der zahlreichen Bürgerinitiativen anzuschließen. In diesem Heft stellen wir Ihnen dazu die zwei größten Netzwerke vor (Seiten 36–39).

Auch wenn Nachhaltigkeit kein neues Thema ist, es wird unserer Meinung nach mit jedem Tag wichtiger. Der Klimawandel erfordert ein neues Bewusstsein und einen „Aufbruch“ im kollektiven Denken (Seiten 34–35, 40–41). Wir sollten uns als Menschheit und als Individuen wieder mehr als Teil der Natur begreifen.

Wann etwas ändern, wenn nicht jetzt? Und genau genommen: Jetzt sofort. Guats lesen ist schon mal ein guter Anfang! ;)

Viel Freude dabei wünscht
Euer Guats-Team

Auch Lust auf #guatstun?

Initiiert haben dieses erste Heft die drei Damen auf den Bildern unten. Kristina brütet bereits seit Jahren darüber, was das ideale Nachhaltigkeitsmagazin auszeichnen sollte. Viola ist unter anderem für die liebevoll

geschriebenen Porträts verantwortlich und Susanne für die vielen schönen Fotos, die diese Porträts so wunderbar ergänzen. Alle drei wünschen sich, dass Guats Spaß macht und Menschen zusammenbringt und

motiviert Guats zu tun. Falls ihr teilhaben möchtet oder einfach nur Ideen und Anregungen habt, freut sich das Guats-Team von euch zu hören. Schreibt uns einfach eine E-Mail an Kristina unter kristina@Guats.de.



Kristina Kalenberg, Herausgeberin



Viola Krauss, Redaktion



Susanne Weimann, Fotografie

ERNÄHRUNGSZAHLEN



20 % Bio? | 14 Mio. €

„Mit den derzeitigen Wachstumsraten können wir bis zum Jahr 2030 gut 20 Prozent Bio erreichen. Allerdings zeigen die immer schärfer zutage tretenden Probleme, dass wir uns dieses langsame Tempo eines Umbaus der Landwirtschaft nicht leisten können.“

Dr. Felix Prinz zu Löwenstein, BÖLW

50 %

Müsste unsere Ernährung mehr kosten, wenn wir mit dem Kauf auch für die Umwelt- und Gesundheitsschäden mit aufkommen würden.

Quelle: Bundeszentrum für Ernährung

1.082 KG

Bio-Höfe verbrauchen jährlich 1.082 Kilogramm weniger CO₂ pro Hektar als konventionelle Höfe – denn Biorinder bekommen mehr Grünfutter, was sich günstig auf den Stoffwechsel und die Methanproduktion der Tiere auswirkt.

Quelle: Thünen Report 65

25 Cent

Jedes Kilo Bio-Äpfel aus Argentinien importiert, ist in der Gesamtrechnung (inklusive der Umweltschäden) 25 Cent günstiger als ein vergleichbares Kilo konventioneller Äpfel.

Quelle: Laut einer Kostenermittlung der Agentur „Soil & More“

40 Länder

40 Länder haben eine ernste Hungersituation. 690 Millionen Menschen sind unternährt. 47 Millionen Kinder leiden an Auszehrung.

Quelle: Deutsche Welthungerhilfe e.V.

„Ernährungssouveränität stellt die Menschen, die Lebensmittel erzeugen, verteilen und konsumieren, ins Zentrum der Nahrungsmittelsysteme, nicht die Interessen der Märkte und der transnationalen Konzerne.“

Erklärung von Nyéléni 2007 in Mali, siehe www.nyeleni.org



Bienen & Gärtner:
Ein nützliches
Miteinander

von Viola Krauss

Fotos von Susanne Weimann



Wenn Harald Schultz von der heimischen Natur, von Gärten und Bienen spricht, scheint sein Gesicht wie eine Pflanze in der Morgensonne aufzublühen. Der gelernte Gärtner, Gartenbauingenieur und Imker ist seit seiner Jugend in der Natur unterwegs und fühlt sich ihr verbunden. Mehr noch: er betrachtet sie als sein Zuhause. Und das ist in Gefahr. Daher macht sich der Gartenfachmann für bienen- und insektenfreundliche Flächen stark. Denn er ist überzeugt: Schon mit wenig Aufwand, ein paar Kniffen zur Gestaltung und Pflanzenauswahl können selbst auf Balkonen die summenden und flatterhaften Gäste angelockt werden. Als Lohn gibt es vom zeitigen Frühjahr bis zum Spätherbst Farbvielfalt, Blüten und leckere Früchte.

Bienen sind wichtig. Nicht nur Honigbienen, auch Wildbienen und andere Insekten spielen für die Bestäubung einer Vielzahl von Wild- und Nutzpflanzen eine wichtige Rolle. Dadurch tragen sie nicht nur zum Erhalt einer ökologischen Pflanzenvielfalt bei. Sie sind auch für die Landwirtschaft unverzichtbar, da sie die Ernteerträge steigern. Zudem sorgen die Insekten auch für den Schutz zahlreicher Tierarten, die sich von den Früchten der Pflanzen ernähren. „Im Laufe der Zeit haben sich Blütenpflanzen und die bestäubenden Insekten perfekt aneinander angepasst“, erklärt der dreifache Vater und Opa. Überhaupt halte die Natur auf alle Fragen eine Antwort bereit, ist er überzeugt. Seine Erkenntnis daraus: *Die Biene braucht uns, so wie wir sie brauchen*. Aktuell sind rund die Hälfte der Wildbienenarten vom Aussterben bedroht. Etliche Wildbienenarten sind bereits ausgestorben. Für Wild- und Honigbienen wird der Lebensraum zunehmend knapper. Die intensive Landwirtschaft und schädliche Pestizide nehmen ihnen immer häufiger ihren ursprünglichen

Lebensraum. Blühende Natur- und Kulturlandschaften sind rar geworden. „Wildbienen sind oft von bestimmten Pflanzenarten oder Pflanzenfamilien abhängig und leiden daher besonders stark unter der abnehmenden Artenvielfalt“, sagt Harald Schultz und weist darauf hin, dass dieser Umstand auch unser Leben ärmer macht. *Bienenfreundlich Gärtnern ist seiner Meinung nach ein entscheidender Beitrag zum Naturschutz:* Gerade Wildbienen haben oft einen Lebensraumradius von wenigen 100 Metern, deshalb müssten Pflanzeninseln geschaffen werden, die miteinander in Verbindung stehen, damit die Art überleben kann. Mit naturbelassenen Gartenecken, heimischen Pflanzen und Unterschlupfmöglichkeiten könne jeder Einzelne wichtige Lebensräume für Bienen und andere Bestäuber-Insekten schaffen. „Schon mit einfachen Mitteln und wenig Aufwand lässt sich ein bienenfreundlicher Garten gestalten. Und auch die Wirkung von nur kleinen, dafür bienenfreundlich bepflanzten Balkonflächen ist nicht zu unterschätzen“, ist der Vorsitzende des Vereins Blumen- und Gartenfreunde Lindenbergs überzeugt. Selbst wer einen größeren Garten sein eigen nennt, muss nicht gleich alles optimieren. „Oft reicht es, einige wenige Sträucher oder Stauden neu anzupflanzen, die bestimmte Blütezeiten abdecken, so dass rund ums Jahr ein durchgängiges Nahrungsangebot vorhanden ist“, bekräftigt der Naturfreund. Wer Bienen helfen möchte, kann auch einen Ra senteil oder eine kleine Ecke im Garten in eine Wildblumenwiese verwandeln. Dabei ist aber Geduld gefragt, eine artenreiche Wiese entwickelt sich nicht von heute auf morgen. Positive Erfahrungen hat der Fachmann auch mit Blühinseln gesammelt, die nicht allzu weit voneinander entfernt sind, aber eben auch gemähte Gartenbereiche möglich machen. Klar, sind große und blühende Gärten für Bienen hilfreich. Doch jede noch so kleine Fläche ist ein Angebot, das von

Insekten dankbar angenommen wird – egal ob auf einem Balkon oder auf einem Beetstreifen an der Straße. *Ein bienenfreundliches Pflanzenangebot bietet Erlebnisse für alle Sinne. Die Insekten lassen sich von Farben und Düften anlocken, die auch dem Hobbygärtner und Naturfreund Freude bereiten.* „Wer seinen Garten oder Balkon zu einer Bienenweide machen möchte, in dem es vom zeitigen Frühjahr bis in den späten Herbst summt und brummt, muss sich vor allem über die Pflanzenauswahl Gedanken machen“, betont Harald Schultz. Eine Blütenpracht rund ums Jahr sei nicht nur schön anzuschauen, sondern auch für all diejenigen nützlich, die Obst und Gemüse im Garten ziehen. Denn: Wer Bienen und andere Bestäuber anlockt, bei dem fällt auch die eigene Frucht- und Gemüseernte reichhaltiger aus. Je vielfältiger die Pflanzenauswahl gestaltet wird, desto reichhaltiger ist auch das Nahrungsangebot für Mensch und Tier.

Für Bienen ist die Bestäubung übrigens nur ein zufälliger Nebeneffekt bei der Nahrungssuche. Doch das Besondere ist, dass Bienen blütenstet ausfliegen. Das heißt, sie sammeln bei ihrem Ausflug nur den Nektar und die Pollen einer Pflanzenart und tragen dabei Pollen von Blüte zu Blüte und sorgen so für den Fortbestand dieser Art. „Wichtig für eine bienenfreundliche Fläche ist eine Mischung aus früh-, mittel- und spätblühenden Arten“, gibt der Imker zu verstehen. Besonders wichtig: Keine gefüllten Blüten. Durch die

zurückgebildeten oder nicht mehr zugänglichen Staubblätter bieten sie keine Nahrung mehr. „Und nicht jede Blüte, die bunt ist und duftet, ist auch für Bienen interessant. Für den Naturgarten eignen sich am besten heimische Pflanzen, die gut an die jeweiligen Boden- und Lichtverhältnisse angepasst sind. Damit sind sie robust und widerstandsfähig, weniger anfällig für Krankheiten und Schädlinge und liefern reichlich Nektar“, erklärt der Fachmann. Doch es geht nicht nur um Blumenwiesen und Stauden, auch viele Sträucher und Bäume liefern Bienen Nahrung. Eine Mischung aus Zier- und Nutzgarten bietet den größtmöglichen Gewinn für Mensch und Tier.

Bleiben Borretsch, Zwiebeln & Co bis zur Blüte stehen, liefern sie reichlich Nektar für die Bienen. Auch Kräuter sind beliebt und pflegeleicht dazu – wenn sie am richtigen Platz stehen. Zu guter Letzt noch ein paar weitere Kleinigkeiten, die die bestäuberfreundliche Pflanzenvielfalt ergänzen:

Eine kleine Wasserschale auf dem Balkon oder im Garten mit einem Kieselstein oder etwas Moos als Landestelle wird von Bienen als Trinkstelle sehr geschätzt. Winkel und Ecken mit abgeschnittenen Pflanzenstengeln, Schilfrohr und kleinen Ästen können zu richtigen kleinen Biotopen werden. Offener Boden, lehmverfügte Mauern, Sträucher, Totholz und Laub bieten Unterschlupf und Nistmöglichkeiten für zahlreiche Insekten und andere Tiere.



Rundes Bild: Harald Schultz mit seiner Frau Inge Schirra-Schultz, die ihn in seinem Engagement mehr als tatkräftig unterstützt



Haralds Tipps für Naturliebhaber:



Bei der Pflanzenwahl sind die ungefüllten Blüten immer vorzuziehen, da sie den Insekten Pollen und Nektar bieten, im Gegensatz zu gefüllten Blüten. Besser in der heimischen Natur vorkommende Pflanzen in den Garten aufnehmen, z. B. Kornelkirsche, Haselnuss, Weißdorn, Schlehendorn, Vogelbeere, Wildrosen, Holunder und Wildstauden, statt z. B. Forsythie. Denn diese sind für Bienen als Nahrung wertlos.

Möglichst Pflanzen aus dem Bio-Anbau auswählen und so, dass von früh bis spät im Jahr immer verschiedene Pflanzen zeitlich überschneidend blühen.

Ruhig mal eine „wilde Ecke“ stehen lassen, auch gern mit Totholz oder einem Natursteinhaufen (kein Schotterbeet) und beobachten, was sich dort ansiedelt.

Die „Deutsche Gründlichkeit“ ist in einem naturnahen Garten fehl am Platz. Lieber Bienentränken und Insektenhotels anbieten.



Harald Schultz bietet zahlreiche Natur- und Gartenerlebnisse in Form von Vorträgen, Workshops und Seminaren. Auf Anfrage berät er auch im eigenen Garten. Er und seine Frau Inge Schirra-Schultz sind seit vielen Jahren im Kreislehrergarten Blumen- und Gartenfreunde Lindenbergs e. V.

aktiv tätig. Inge bietet mit Ihrem fröhlichen Wesen „Gärtnern mit Kindern“ an und wurde dafür vom Bayerischen Landesverband bereits ausgezeichnet. Weitere Infos über Harald und Inge unter www.allgaeuer-naturtherapie.de und www.gartenfreunde-lindenbergs.de



Gartenträume mit konsequentem Nachhaltigkeitsanspruch

von Viola Krauss | Fotos von Susanne Weimann und Viola Krauss



Egal ob über Saat oder durch diverse vegetative Vermehrungsverfahren – die Staudengärtnerei Allgäu-Stauden in Leutkirch produziert nahezu alle Pflanzen selbst. Damit bleibt das Wissen im Betrieb und Ulrike Bosch (Bild linke Seite) und ihr Team werden dem eigenen hohen Anspruch an die Qualität und Sortenechtheit gerecht. „Damit können wir letztlich auch den Bio-Gedanken angemessen weitertragen“, erläutert die Mitinhaberin von AllgäuStauden. Das mache zwar ihre zu koordinierenden und steuernden Tätigkeiten komplexer, bedeute andererseits aber auch eine spannendere Aufgabe.

Die 2011 gegründete Bio-Gärtnerei produziert mit sechs Vollzeitkräften, zwei Auszubildenden und sieben Teilzeitkräften, Stauden, Kräuter, Gräser, Farne und Rosen nach Bioland-Richtlinien. „Das ist uns wichtig. Niemand von uns hat Lust, mit Giften zu hantieren, ganz unabhängig davon, ob unsere Pflanzen auf den Tisch oder ‚nur‘ ins Beet kommen“, sagt die Chefin. Das Sortiment umfasst derzeit etwa 1.400 verschlie-

dene Arten und Sorten. Ein Schwerpunktthema der Leutkircher mit den grünen Daumen sind Veilchen, allen voran Duftveilchen. Ziemlich gut aufgestellt ist die Gärtnerei aber auch bei Nelkenwurzen und Sonnenbräuten.

Den AllgäuStauden-GärtnerInnen liegt nicht nur der Anbau und Verkauf von biozertifizierten Pflanzen am Herzen. Ihnen ist das Ökosystem generell ein Anliegen, weshalb sie natürlich auch bienen- und insektenfreundliche Pflanzen anbieten und auf der Homepage dazu sogar eine eigene Rubrik haben.

Stauden sind mehrjährig. Damit unterstützen sie Bienen & Co. auf lange Sicht. Zudem ist diese Pflanzengruppe sowohl für sonnige als auch für schattige Standorte geeignet und kann oft ebenso im Kübel wie im Beet kultiviert werden. Außerdem variieren ihre Blütezeiten, sodass sich mit ihnen die ganze Gartensaison hindurch für eine insektenfreundliche Bepflanzung sorgen lässt.

*Ulrike Bosch von AllgäuStauden
empfiehlt folgende insektenfreundliche
Stauden und Pflanzen:*

FRÜHBLÜHER

Buschwindröschen – *Anemone nemorosa*
Kugel-Primel – *Primula denticulata*
Krokus – *Crocus*
Küchenschelle – *Pulsatilla vulgaris*
Lungenkraut – *Pulmonaria* (z. B. die Sorte „*Blue Ensign*“)
Traubenzypresse – *Muscari*
Schlüsselblume – *Primula elatior*
Schneerose – *Helleborus niger*
Stinkende Nieswurz – *Helleborus foetidus*
Winterling – *Eranthis*

FRÜHLINGSBLÜHER

Akelei – *Aquilegia vulgaris*
Berg-Flockenblume – *Centaurea montana* (z. B. die Sorte „*Carnea*“)
Etagenprimel – *Primula japonica* „Appleblossom“ (oder auch andere relativ spät blühende Primeln)
Flacher Ehrenpreis – *Veronica prostrata*
Garten-Salbei – *Salvia nemorosa* „Viola Klose“
Katzenminze – *Nepeta racemosa* „Odeur Citron“ (oder auch andere frühblühende Katzenminzen)
Polsterglockenblume – *Campanula x pulloides*, G. F. Wilson (und andere frühblühende Glockenblumen)
Taubnessel – *Lamium maculatum* „White Nancy“
Wolliger Teppich-Thymian – *Thymus praecox* var. *pseudolanuginosus*
Wundklee – *Anthyllis vulneraria* ssp. *coccinea*

SOMMERBLÜHER

Ausdauernder Lauch – *Allium senescens* ssp. *senescens* (ein wahrer Bienenmagnet!)
Blaunessel – *Agastache Rugosa-Hybride* „Blue Fortune“ (oder auch andere Blaunesseln)
Färberkamille – *Anthemis tinctoria*
Gewürz-Thymian – *Thymus vulgaris* (in div. Sorten)
Kaukasus-Gamander – *Teucrium hyrcanicum*
Kugeldistel – *Echinops ritro*
Schafgarbe – *Achillea* (z. B. die Sorte „*Credo*“)
Sonnenbraut – *Helenium* (z. B. Sorte „Königstiger“)
Steinquendel – *Calamintha nepeta* „Triumphator“
Ruten-Weiderich – *Lythrum virgatum* „Swirl“

SPÄTBLÜHER

Aster – alle Herbstastern, diverse Arten und Sorten
Arkansas-Scheinaster – *Vernonia crinita*
Blumen-Dost – *Origanum Laevigatum*-Hybride „Herrenhausen“
Hohe Fetthenne – *Sedum Hybride* „Matrona“ (oder andere Fetthennen)
Großblütige Schönaster – *Kalim. incisa*, „Madiva“
Kandelaber-Ehrenpreis – *Veronicastrum virginicum* „Diana“
Natternkopf – *Echium vulgare*
Purpurdost – *Eupatorium maculatum* „Purple Bush“
Oktober-Sonnenhut – *Rudbeckia triloba*
Staudensonnenblume – *Helianthus* (in diversen Sorten, z. B. „Lemon Queen“)



Weitere Infos und der Online-Shop unter >> www.allgaeustauden.de

AllgäuStauden, Weipoldshofen 2, 88299 Leutkirch

Mensch, Tier & Natur im Einklang

von Viola Krauss | Fotos von Susanne Weimann

Wussten Sie schon?
**„Mit Hörnern“ ist nicht nur die Kuh
besser dran**

Viele Menschen mit Laktoseintoleranz meinen, dass sie Milch von Kühen mit Hörnern besser vertragen. Und das Fleisch gilt oft als hochwertiger, was daran liegen könnte, dass Rinder mit Hörnern weniger Stress haben. Im Stall führen Hörner leicht zu Verletzungen, daher werden sie meistens entfernt, was extrem schmerhaft für die Tiere sein kann. Milch und Fleisch nur von Rindern, die artgerecht leben dürfen, zu geniessen, ist also besser für Mensch & Tier.

mehr Infos: www.hornkuh.de



Traditionell für die Zukunft

Der Arche-Hof Birk in Weitnau

Obwohl sich das Wetter an diesem Nachmittag eher grau in grau zeigt, ist es im Kuhstall des Arche-Hofs Birk hell und friedlich. Einige der dunkelbraunen Kühe sind am Futtertisch und kauen zufrieden am Heu. Andere stehen im großzügigen Laufstall wie Freundinnen beim Kaffeeklatsch beieinander, etliche liegen entspannt im Ruhebereich und käuen wieder. Wolfgang Birk ist im Stallgang und lässt den Blick zufrieden über seine Milchkühe schweifen. Er ruft nach „Krokus“. Es dauert nur ein paar Augenblicke, dann kommt ein Bilderbuch-Exemplar nach vorne an den Futtertisch. Unter den Plüschohren und den elegant geformten Hörnern schauen die dunklen, seelenvollen Augen aus einem munteren Gesicht. Offen und gelassen wartet das Original Allgäuer Braunvieh ab, was die Menschen vor ihr wollen beziehungsweise was passiert. Der Agraringenieur tätschelt „Krokus“ kurz und erzählt von den Vorzügen der alten und erhaltenswerten Zweinutzungsrasse.

Barbara und Wolfgang Birk haben sich auf die Hal tung von vom Aussterben bedrohten heimischen Haustierrassen spezialisiert. Sie bewirtschaften bei Hellengerst auf 900 Meter Meereshöhe zusammen mit einem Azubi 72 Hektar Betriebsfläche. Drei Hektar davon sind im Vertragsnaturschutzprogramm. Rund 50 Kühe der Zweinutzungsrasse „Original Braunvieh alter Zuchtrichtung“, eine 40-köpfige Jungviehherde, 20 braune Bergschafe und Hühner der vom Aussterben bedrohten Rasse „Augsburger Huhn“ bevölkern den Arche-Hof. Eine Ziege und ein Muli ergänzen die Tierschar. Ein Teil der Milch wird auf dem Hof zu Käse verarbeitet und zusammen mit Fleisch und weiteren eigenen Produkten direkt vermarktet. Der Hof ist Mitglied im Bioland-Verband.

Das gesamte Portrait mit Interview unter www.guats.de/blog

Kühe und Jungvieh haben von Frühjahr bis Herbst reichlich Auslauf auf der Weide. Die hofeigenen artenreichen Wiesen sind die Grundlage für die Versorgung der Tiere. Reichlich Bewegung unter freiem Himmel haben auch die Legehennen, denn sie sind während der gesamten Vegetationsperiode tagsüber draußen unterwegs und picken frisches Gras, Würmer, Insekten und Körner. Die gemähten Niedermoore auch Streuwiesen genannt, bieten den hofeigenen Bienen ebenso wie ihre wilden Verwandten, aber auch Faltern, Libelle und Co. einen reichhaltigen Lebensraum. Eine Streuobstwiese rundet die naturnahe Gestaltung des Hofraumes ab. Das Obst landet natürlich auf beziehungsweise in den Kuchen, die die gelernte Technikerin für Hauswirtschaft und Ernährung im Hofcafé anbietet.

Für die Zukunft weitergedacht

Das Ehepaar denkt über die reine Produktion und Vermarktung ihrer Bio-Lebensmittel hinaus. Sie investieren in Naturschutz und Grundlagenarbeit, ebenso wie in verschiedene Netzwerke und Projekte. *Erlebnisführungen für Klein und Groß machen das Leben auf einem Bio-Bauernhof greif- und nachvollziehbar. Immer freitags ist der Hofladen mitsamt Café geöffnet. Dort vertreiben Birks hofeigenen Käse, Eier, Wurst, Fleisch und Felle. Aber auch Produkte anderer Betriebe und Künstler werden angeboten, die mit Rohstoffen vom Arche-Hof neue Erzeugnisse wie Nudeln, Woll- und Filzprodukte, Ledertaschen, Schmuck und anderes herstellen.*

Infos und Bestellmöglichkeiten unter:
www.bio-birk.de, archehof@bio-birk.de,
 Adresse: Wolfgang und Barbara Birk,
 Hellengerstr. 9 in 87480 Weitnau-Hellengerst

Bilder:
Impressionen vom Arche-Hof Birk



Michels KräuterAlp

Das gesamte Interview
unter guats.de/blog

Die Kräuter-Alp von Michael und Gerda Schneider liegt inmitten der Allgäuer Nagelfluhkette auf 1300 Meter neben dem Alpengasthof Hörmoos. Wie es sich für eine Alpe gehört, wird dort Weidevieh gesömmert. Doch diese Alpe ist etwas Besonders: Denn sie besitzt einen Kräuter-Schaugarten und im Haus steht die höchstgelegene Destille des Allgäus. Dort verarbeitet der Brenner und Edelbrandsommelier nur Kräuter aus eigenem Anbau und selbst gesammelten Wildwuchs zu edlen Tröpfchen nach Bioland-Richtlinien. Die Fragen für GUATS stellte Viola Krauss.

Du bist eher für deine Brennereiprodukte denn für Deine Kräuter bekannt. Geht das für Dich Hand in Hand? Ja, klar. In meinen Destillaten, Likören und Bitter sind fast ausschließlich Kräuter drin. Man merkt's auch an den Namen, wie zum Beispiel bei den Destillaten "Meisterwurz", „Melissenspirit“ oder „Engelwurz“ oder beim Vogelbeer-Likör.

Was ist dein wichtigstes Produkt? Gibt es unter Deinen Produkten einen Liebling und wenn ja warum? Ganz wichtig sind die unterschiedlichen Kräuterliköre, so zum Beispiel das Herzenselixier oder der FrauenGut-Likör. Der Enzian ist was ganz Besonderes, der passt zu mir und zum Allgäu. Und seit neuestem haben's mir auch der Gin und der Absinth angetan.

Was war die Motivation für Euren Schaugarten? Ich hab' die Pflänzle im Garten und am Weg entlang gepflanzt. Dort sind sie gut gediehen. Immer wieder bin ich von Wanderern und Kunden gefragt worden, wie welche Pflanze heißt. Da hab' ich irgendwann angefangen, Schilder zu machen und den Namen der Pflanze drauf zu schreiben. Zudem möchte ich gerne die Fähigkeiten der Pflanzen vermitteln. Mittlerweile gibt es um die 200 Schilder.

Woraus beziehst Du Deine Inspiration? Das kommt meist einfach so, ist wohl Intuition. Ein wichtiger Impuls für meine Gins war Monkey 47 von Alexander Stein und Christoph Keller.

Weitere Infos und Kontaktdaten unter >> kraeuterAlp.de



Der Kräuterveredler – Michels KräuterAlp





Weinempfehlung

Weingut Haug, Lindau
Sauvignon Gris QbA 2019

Ein komplexer Bio-Weißwein, der an reife Birne und Vanille erinnert. Der Wein entspricht einem internationalen Weintyp und ist in der Stilistik vergleichbar mit einem nachhaltigen Chardonnay.
www.weingut-haug.de



Anitas große Kräuterliebe

Wildkräuter-Frühlingspasta



Schon als Kind hat Anita Dempfle mit ihrer Oma gerne gekocht und gebacken und mit ihrer jüngeren Schwester „Backwettbewerbe“ ausgetragen. Die Hauswirtschafterin aus Gestatz war vier Jahre lang Küchenchefin auf einer Alpe und Kuchenbäckerin für mehrere Wellnesshäuser. Heute arbeitet sie in einem großen Biobetrieb und stellt unter anderem Nudeln, Brot und eingewickelte Gerichte für den Hofladen her.

500 gr. Pasta nach Wahl
60 gr. Zedernkerne (z.Bsp. Rapunzel)
1 Zwiebel
2 Knoblauchzehen
10 EL hochwertiges Olivenöl
Saft von einer Biozitrone
1 Handvoll Wildkräuter wie Giersch, Vogelmiere, Spitzwegerich, Bärlauch
100 gr. frisch geriebener Bergkäse
200 gr. Kirschtomaten
Salz und Pfeffer nach Geschmack

Für 4 Personen | Zubereitungszeit mit Salat ca.20 Minuten

Pasta nach Packungsangaben kochen, Wildkräuter hacken und beiseitestellen, Zedernkerne in einer großen Pfanne ohne Fett anrösten, Zwiebeln und Knoblauch in kleine Würfel schneiden und im Olivenöl in der Pfanne anschwitzen, Kirschtomaten halbieren und mit Zitronensaft in die Pfanne geben, Fertige Pasta mit den gehackten Wildkräutern in der Pfanne schwenken und mit Salz und Pfeffer würzen. Pasta mit Kräutern auf einem Teller anrichten, den frischen Bergkäse darüberstreuen und sofort servieren. Dazu passt Salat.



Passend, nicht nur zum Salat

Bio Granatapfelkernöl
von Allgäuer Ölmühlen

Aus den Kernen des Punica Granatum (botanisch Granatapfel) wurde ein hochwertigstes Granatapfelkernöl schonend kaltgepresst. Eine Rarität für die Ernährung und zur Hautpflege.



Altes wird neu



UPCYCLING
KINDERMODE
AUS FÜSSEN

Kleidung ist heute vor allem Massenware. Der jährliche CO₂-Ausstoss durch die Modeherstellung ist so hoch wie für Flüge und Kreuzfahrten zusammen. Dieser Kauf-Wahnsinn fängt in vielen Familien bereits für die Kleinsten an. Um dem Ende zu setzen, gründete die Modedesignerin Lara Baseler im Jahr 2020 ihr Kindermode-Label „Purzon“ – mit der Idee fröhliche und alltagstaugliche Kindersachen aus getragenen Kleidungsstücken zu entwerfen.

Lara recycelt alte Textilien und kombiniert sie individuell mit nachhaltig produzierten Bio-Stoffen. Sie wünscht sich Kunden, die Qualität und Individualität zu schätzen wissen und geht dabei auch auf Sonderwünsche ein. Und sie freut sich über Kleider spenden – die sind bei ihr in den besten Händen!

Infos unter:
info@purzon.de >> purzon.de



Stoffwindeln sind heute in der Handhabung genauso einfach wie Wegwerwindeln – der einzige Unterschied: Die Windel landet nicht in der Mülltonne sondern in der Waschmaschine. Anna Schäffeler aus Oy-Mittelberg bietet im Raum Allgäu Beratung, Vermietung und Begleitung zum Thema „achtsame natürliche Säuglingspflege“, sowie Stoffwindel- und Windelfreitreffen an. Außerdem berät sie Frauen, die eine alternative Monatshygiene suchen oder sich einfach über die Möglichkeiten informieren möchten. GUATS hat Anna gefragt, was sie motiviert:

„Die Verwendung von Wegwerwindeln kann so viele gesundheitliche Probleme erzeugen, über die ich gerne aufkläre und die den meisten Eltern nicht bewusst sind. Mit Stoffwindeln sparen sie Müll und Geld – es ist einfach ökologischer. Wickeln soll Spaß und Freude machen und kein notwendiges Übel sein, dass zum Kinderkriegen dazu gehört.“

Mehr Informationen über Anna Schäffeler und ihr tolles und zeitgemäßes Angebot, findet ihr unter: >> wickelspitze.de

Generationswechsel bei Stadelmann Natur



Ingeborg Stadelmann, die bekannte Hebammme, Autorin, Aromaexpertin und Gründerin von Stadelmann Natur hat nach elf Jahren die Geschäftsführung an Ihre Tochter Sonja Selement und Schwiegertochter Verena Stadelmann übergeben. Beide waren von Anfang an dabei und führen das erfolgreiche Konzept weiter. Sowohl in den Verkaufsräumen in Wiggensbach als auch Online erleben Sie ein mit Liebe und Verstand ausgewähltes Sortiment an zertifizierter Naturmode für Klein und Groß.

Neben funktionellen und modischen Aspekten stehen bei der Produktauswahl vor allem **Gesundheit, Nachhaltigkeit, Umweltverträglichkeit und soziale Fairness** im Vordergrund. Das Angebot beinhaltet neben Naturtextilien auch die Original-Stadelmann®-Aromamischungen aus der Bahnhof-Apotheke Kempten und Bücher zu naturheilkundlichen Themen aus dem Stadelmann Verlag. Weitere Infos unter
>> stadelmann-natur.de



Ein gemütlicher Laden hinter dem Bahnhof in Oberstaufen lädt mit seiner liebevollen Ausstattung und einer kleinen sonnigen Kaffee-Terrasse zum Stöbern und Verweilen ein.

„Für Drinnen und Draußen. Aus der Natur, für die Natur, mit der Natur. Für das natürlich bunte Leben. All das und mehr ist Natur bunt Leben.“ sagt Martina Auffinger die Eigentümerin. Sie verkauft nur Waren, die sie selber gerne mag und legt dabei größten Wert auf integere Produzenten und dass diese transparente Produktionswege vorweisen können. Zu ihrem Sortiment zählen wunderschöne (Outdoor-) Bekleidung, Heimtextilien, Hängematten, Taschen, Wolle und auch nette kleine Geschenkmöglichkeiten wie Schokolade, Tee, Gewürze, Kaffee, Bücher... und vieles mehr.

Bei schönem Wetter ist die Terrasse ein Kleinod für Ruhe und Genuss und Martina versüßt mit hausgemachtem Kuchen ihren Kunden den Tag. Es ist ein besonderes Geschäft an einem schönen Platz nahe dem Zentrum von Oberstaufen.

Infos unter www.naturbuntleben.de
Adresse: Säntisweg 9, 87534 Oberstaufen
Öffnungszeiten: Di-Fr. von 10-18 Uhr, Sa. von 10-16 Uhr (Montags geschlossen)



Guats zum Anziehen

Bekleidung und Heimtextilien aus Naturfasern für die ganze Familie
www.biotextilien-allgaeu.de

10%
 Code: GUATS2021



Im Allgäu leben heißt Natur erleben.
 Deshalb ist der Name BioTextilien-Allgäu ein klares Bekenntnis zur Region und Naturverbundenheit. Mit der Gründung von Laden und Onlineshop erfüllten sich Irene Welsing und Roland Spieker 2007 einen Traum. Selbst überzeugt von Bio-Textilien wollten die beiden den Kauf auch für andere einfacher und transparenter gestalten. Denn damals wie heute gilt: „Bio ist nicht gleich Bio.“ Im Laufe der Jahre entwickelte sich BioTextilien-Allgäu zu einer richtigen Erfolgsgeschichte.

Heute finden sich über 40 ausgewählte Hersteller im Sortiment. Dieses kann man entweder im großen Laden in Altusried oder im Onlineshop nach Herzenslust durchstöbern. Bei der Auswahl der Kollektionen ist es den Eigentümern von BioTextilien-Allgäu besonders wichtig, nur qualitativ hochwertige Artikel aufzunehmen, die **ökologisch, nachhaltig und fair** hergestellt wurden. Und diese Liebe zum Detail spürt man. Das Ergebnis ist eine tolle Auswahl an Naturmode für die ganze Familie.

 **BIO TEXTILIEN**
 allgäu Naturmode zum Wohlfühlen

Dufte Mischungen für Eltern & Kinder

Tipps von Claudia Lanz



Ätherische Öle sind hochkonzentrierte natürliche Vielstoffgemische, die aus verschiedenen Teilen bestimmter Pflanzen gewonnen werden. Auf Grund Ihrer Konzentration sollten sie nie innerlich eingenommen oder (bis auf wenige Ausnahmen) pur auf die Haut aufgetragen werden. Besonders bei Kindern, sensiblen und älteren Menschen ist auf die genaue Dosierung zu achten und weniger ist oft mehr. Verschiedene Anwendungsmöglichkeiten stehen zur Verfügung:

- Raumbeduftung mit Duftlampe oder Diffuser
- Raumsprays zur schnellen duften Erfrischung oder Beruhigung
- Riechstifte
- Filzaufkleber (die beispielsweise unter die Stühle geklebt werden)
- Roll-on für die Anwendung unterwegs

Körperöle zur Pflege und Massage

Bestens für die Verarbeitung zu einem Körperöl geeignet, sind beispielsweise die Basisöle Mandel- und Jojoba-Öl. Für trockene Haut empfiehlt sich die Zugabe von Arganöl und Hagebuttenkernöl. Mit etwa 10 Tropfen Ätherisches Öl auf 100 ml Basisöl lassen sich wunderbar eigene Kreationen herstellen. Für die Grundausrüstung empfehle ich die folgenden Ätherischen Öle:

Zitrusdüfte wie

- Orange süß (Citrus sinensis)
- Zitrone (Citrus lemon)
- Grapefruit (Citrus paradisi)

Kräuterdüfte wie

- Lavendel (Lavandula angustifolia)
- Thymian (Thymus zygis linalool)
- Pfefferminze (Mentha piperita – erst bei Kindern ab 6 Jahren anwenden)

Blumendüfte

- Rose türk. 5% (Rosa damascena)
- Geranium (Pelargonium graveolens),
- Ylang Ylang (Cananga odorata)

Nadeldüfte

- Zirbelkiefer (Pinus cembra)
- Weißtanne (Abies alba)

Balsamdüfte

- Tonkabohne (Dipteryx odorata)
- Vanille Extrakt (Vanilla plantifolia)

Dufte Mischungen zur Lern-Unterstützung – nicht nur beim Homeschooling

Die folgenden Duftkompositionen hellen die Stimmung auf und machen das Lernen leichter.

Diffuser/Duftlampe:

4 Tropfen Orange

4 Tropfen Zitrone

1 Tropfen Pfefferminze

Filzaufkleber z. B. auf den Schreistift, Pulli oder in die Gesichtsmaske kleben:

1 Tropfen Orange

1 Tropfen Grapefruit

1 Tropfen Lavendel

Claudia Lanz bietet Esalen®- und Klangschalen-Massagen an und ist ausgebildete Aromaexpertin und praktiziert in Scheidegg. Weitere Infos unter >> seelenbalsam.org

APPS – AUSGESUCHT UND ALLTAGSTAUGLICH



121.866.039

Bäume wurden von Ecosia-Nutzern gepflanzt



FLORA
incognita



Aller Gute auf einer Karte

Karte von Morgen ist eine Nachhaltigkeits-Landkarte für alle, die sich für Gemeinwohl-Netzwerke und -Initiativen und für nachhaltig wirtschaftende Unternehmen und Events interessieren. Der Bodenseekreis und das Allgäu bieten richtig viel. Und ähnlich wie Wikipedia, lässt sich die Karte von allen für alle bearbeiten und pflegen.
[>> kartevonmorgen.org](http://www.kartevonmorgen.org)



**PRÄG ÖKOSTROM FÜR ZU HAUSE.
SERVICESTARK UND REGIONAL.**

WWW.PRAEG.DE



Aufbruch

Das Titelthema der ersten Guats-Ausgabe lautet also „Aufbruch“.

Zum einen, weil es Frühling ist und wir wie jedes Jahr die Wandlung von der kalten in die warme Jahreszeit erleben und das Zurückfließen der Säfte und Kräfte. Keime, Knospen und Samenstände brechen auf, entfalten ihre Schönheit und streben nach Verbreitung und Vermehrung. Und zum anderen, weil es in so vielen Bereichen der Gesellschaft vor dem Hintergrund des drohenden Klimawandels und der präkeren Entwicklungen während der Corona-Zeit eines Aufbruchs im kollektiven Denken bedarf.



Aufbruch global betrachtet

Ohne Handeln kein Wandeln

von Andrea Kohler zusammengefasst

Vor fast 50 Jahren, im Jahr 1972, veröffentlichte der Club of Rome das Buch „Die Grenzen des Wachstums“. Schon damals war deutlich, wie notwendig der maßvolle Umgang mit fossilen Ressourcen ist. Dennoch stieg der weltweite Verbrauch bis heute nicht nur kontinuierlich, sondern sogar exponentiell an. Seltene Erden, Erdöl und Kohle wurden im Vergleich zu den Einkommen stetig billiger statt kostbarer. Das ließ die Produktion nahezu aller Waren in die Höhe schießen. Und das wiederum beschleunigte den Kohlendioxidausstoß in die Erdatmosphäre.

Der schottische Ökonom und Buchautor Graeme Maxton, ehemaliger Generalsekretär des Club of Rome, mahnte 2018 in seinem Buch „Change! Warum wir eine radikale Wende brauchen“, dass wir mittlerweile 1,6 Erden im Jahr verbrauchen – also 1,6 mal mehr als die Erde regeneriert. Hinzu kommt die stetige Zunahme der Weltbevölkerung. Faktoren, die den Klimawandel rasant beschleunigen. Doch, aus seiner Sicht liegt die Krux in der zeitverzögerten kollektiven Wahrnehmung. Schäden, die wir heute durch den weltweiten CO₂-Ausstoß anrichten, spüren wir erst in 15 Jahren. Er beschreibt, dass der Gesamtschaden bereits ein gigantisches, nicht umkehrbares Ausmaß erreicht hat, was in wenigen Jahren massiv durch die zunehmenden Wetterveränderungen spürbar wird. So werden Hitze

und Dürre das menschliche Leben in den Mittelmeerstaaten schon in wenigen Dekaden unmöglich machen.

Um darüber hinausgehende Katastrophen zu vermeiden, müssen wir unseren Konsum drosseln. Und zwar sofort. Maxton fordert, dass der Reichtum besser verteilt, das Wirtschaftswachstum ausgebremst und der ökologische Fußabdruck des Einzelnen reglementiert werden muss. Er schlägt vor, dass Regierungen das Thema „Klimawandel“ wie einen drohenden Krieg betrachten, der außerordentliche Absprachen und Gesetze erforderlich macht.

Als notwendige Maßnahmen sieht er die höhere Besteuerung von Reichtum, Konsum, Rohstoffen und Abfall. Außerdem sollte Arbeit weniger besteuert, die Arbeitszeiten reduziert und Geburten weltweit kontrolliert werden. Der Ökonom hält das Bevölkerungswachstum für eine der Hauptursachen des CO₂-Ausstoßes und stellt fest, dass die Natur dieses „Problem“ lösen wird, wenn wir nicht anfangen, über Geburtenkontrolle zu sprechen.

Maxton geht davon aus, dass Demokratien diese Prozesse langwieriger machen, da der Föderalismus die Interessen von Einzelnen zu sehr berücksichtigt und damit zu träge für die notwendigen Transformationen ist. Er spricht sich unter anderem auch für eine Kontrolle der Medien aus. Denn er sagt in einem Interview mit dem Schweizer Sender SRF: „Sogenannte Klimaskeptiker meinen, dass das Klima nicht wirklich das Problem sei und dass das Thema aufgebaut wird von den Linken.“

Die Interessen der Konzerne, unser Geldsystem und die Konzentration auf das Wirtschaftswachstum sind nicht mehr zeitgemäß und richten großen Schaden an.

Diese Meinung zu verbreiten, verschärft das Problem. Viele Leute sind ernsthaft verwirrt und wissen nicht, was sich ändern muss. Die Medien haben also in diesem Prozess eine negative Rolle gespielt. Doch sie müssen dazu beitragen, dass die Menschen verstehen, wie wichtig Veränderungen sind.“

Maxton sagt nicht, dass er die nötige Wandlung der Gesellschaft für wahrscheinlich hält, sie sei aber „der einzige gangbare Weg“. Wenn die Menschheit ihren Konsum und Lebensstil nicht massiv runterfährt, ist nach seiner Ansicht ihr Überleben nicht möglich.

Seine Hoffnung ist, dass täglich mehr Leute die Risiken erkennen und Vorbildfunktionen für andere übernehmen. Dabei setzt er unter anderem auf China und den deutschsprachigen Raum. Auf China, weil dort zwar heute noch massiv Ressourcen verbraucht, andererseits grüne Technologien vorangebracht werden, wie nirgends sonst auf der Welt. Und auf den deutschsprachigen Raum, weil er beobachtet, dass dort das größte Bewusstsein und die größte Bereitschaft für die notwendigen Veränderungen herrschen.

Für Maxton ist es eine sehr amerikanische Vorstellung, dass wir dem „Problem“ mit positivem Denken, der Hoffnung auf neue Technologien und auf weiteres Wirtschaftswachstum begegnen. Die Leute also auf ein Happy End à la Hollywood vertrauen.

Die Interessen der Konzerne, unser Geldsystem und die Konzentration auf das Wirtschaftswachstum sind nicht mehr zeitgemäß und richten großen Schaden an.

Graeme Maxton sagt: „Es ist extrem schwierig, bei den zu erwartenden Szenarien optimistisch zu bleiben.“ Doch er ist auch davon überzeugt, dass dieser Optimismus alternativlos ist und wir versuchen müssen, was möglich ist. „Angst und Panik sind nie hilfreich, doch den Menschen muss bewusst sein, dass es nicht weitergeht wie bisher.“

Doch wir Menschen scheinen nur allzu leicht bereit zu sein, dies zu verdrängen. Gerhard Reese, Professor für Umweltpsychologie an der Uni Koblenz-Landau sagt: „Wir haben evolutionär nicht gelernt, mit einer Bedrohung wie dem Klimawandel umzugehen. Wenn wir in Gefahr sind, von einem Tiger gefressen zu werden, haben wir Reaktionsmuster. Wir können wegrennen. Für den Klimawandel gibt es kein Skript.“ Wie also werden die Menschen begreifen, dass der Anstieg der Temperatur um zwei Grad Celsius den Planeten um zehn Millionen Jahre zurück katapultiert? Dies scheint eine sehr kleine Veränderung zu sein, aber sie wird ein so enormes Ausmaß haben, dass sie unser Leben und das unserer Kinder und Kindeskinder massiv gefährdet.

Graeme Maxton ist ein schottischer Ökonom. Bis 2007 war er als Director of The Economist Group in Hongkong tätig. Von 2014 bis 2018 war er Generalsekretär des Club of Rome. Als scharfer Kritiker des modernen ökonomischen Denkens ist er Co-Autor des Nummer-eins-Bestsellers „Ein Prozent ist genug: Mit wenig Wachstum soziale Ungleichheit, Arbeitslosigkeit und Klimawandel bekämpfen“. (Quelle: hegelin.de, geringfügig modifiziert; Stand: 03.03.2021)

Aufbruch lokal betrachtet

Netzwerke für die Transformation

von Andrea Kohler | mit Unterstützung von Dr. Ina Schicker

Wir möchten in Guats ein Forum für alle Initiativen und Menschen schaffen, die in unserer Region dazu beitragen, dass ein Wandel innerhalb der Gesellschaft möglich wird. Ein Wandel zu mehr Miteinander und Kooperation, ein Wandel zu mehr Lebensglück und -freude, ein Wandel zu neuen Werten und ein Wandel, der dem Ausmaß des befürchteten Klimawandels mit alternativen Ideen und Reformen begegnet.

Zwei große Transition-Netzwerke

Vielerorts in unserer Region haben Menschen unterschiedliche Ideen, und viele davon wurden bereits aktiv in die Tat umgesetzt. Diese Ansätze sichtbar und bekannt zu machen, ist das Ziel der beiden großen Wandel- bzw. Transition-Netzwerke *wirundjetzt* (www.wirundjetzt.org) und *Allgäu FairNetzt* (www.allgaeu-fairnetzt.de). Die Initiatoren von *wirundjetzt* sind bereits seit 2010 in der Region Bodensee-Oberschwaben aktiv und standen Pate für das jüngere *Allgäu FairNetzt*, das sich im September 2019 erstmals formierte, um die Aktivitäten im Unter-, Ober- und Ostallgäu zu bündeln.

Beide Netzwerke verbinden Menschen aus den verschiedensten Bereichen, die sich für den gesellschaftlichen und ökologischen Wandel hin zu einer zukunftsfähigen Welt einsetzen. Dazu gehören beispielsweise Reparatur-Cafés, Tausch- und Verleihbörsen sowie Initiativen, die die Themen „Gemeinwohlökonomie“ und „Grundeinkommen“ voranbringen möchten oder dazu

beitragen, Müll zu vermeiden, Energie zu sparen, Lebensmittel zu retten, Verkehr zu reduzieren, fair zu handeln und einzukaufen, ökologische Landwirtschaft solidarisch zu unterstützen und vieles mehr.

„Das Augenmerk unseres Nachhaltigkeitsnetzwerks liegt auf Konzepten, die eine Form des Wohlstands ermöglichen, der enkeltauglich über viele Generationen aufrechterhalten werden kann, ohne die Ressourcen des Planeten zu erschöpfen“, sagt *Allgäu FairNetzt*-Mitinitiatorin Dr. Ina Schicker aus Füssen. Dem stimmt auch Simon Neitzel von *wirundjetzt* zu und ergänzt: „Uns liegt daran, für Menschen erfahrbar zu machen, dass wir alle ein Teil des Ganzen sind. Wir wollen vorleben, wie jede und jeder Einzelne gemeinsam mit den Menschen in der Region den momentanen gesellschaftlichen Wandel aktiv und positiv mitgestalten kann.“

Bei allgäuweiten Veranstaltungen und Aktionen der beiden Netzwerke können sich Interessierte und Aktive aus verschiedenen Bereichen kennenlernen und gemeinsame Interessen und Möglichkeiten der Zusammenarbeit ausloten. Beispiele, wie solche Kooperationen gelingen können, sind bei *Allgäu FairNetzt* etwa die Mobilitätsinitiative *Ottobeuren-macht-mobil*, eine regionale Mitfahrbörse, bei der mit Privatfahrzeugen Fahrgemeinschaften gebildet werden, um das Verkehrsaufkommen zu reduzieren. Die Erträge aus diesen Fahrten kommen lokalen Vereinen zugute.



Die Akteure des jungen Nachhaltigkeits-Netzwerks *Allgäu FairNetzt* können sich bereits über öffentliche Anerkennung freuen: Sie wurden mit dem Ehrenamtspreis der Versicherungskammer-Stiftung 2020 ausgezeichnet. Die Stiftung würdigte damit die Aktivitäten, mit denen das Wandel-Netzwerk unter dem Motto „zeamad goht's“ an Nachhaltigkeit und Gemeinwohl ausgerichtete Initiativen, Organisationen und Unternehmen sichtbar macht und unterstützend begleitet. Im Rahmen der Auszeichnung wurde ein kurzer Infofilm gedreht, in dem exemplarisch einige der Menschen und Initiativen in kompakter und informativer Form vorgestellt werden.

Link zum Kurzfilm über Allgäu FairNetzt (> <https://vimeo.com/505365744>)

Oder das Projekt *Piepmatz* des Gemeinwohl-Gesellschaft e. V. in Kempten, wo Akteure aus verschiedenen Bereichen gemeinsam ein Zentrum für nachhaltige Lebensweise planen. Hier sollen Menschen sich im Rahmen einer solidarischen Gemeinschaft bio, fair, regional und unverpackt versorgen und in einem veganen Café Bildungsangebote nutzen können.

Seit der Gründung von Allgäu FairNetzt vor etwa eineinhalb Jahren haben sich dem Netzwerk mittlerweile fast 50 Initiativen angeschlossen. Sie sind über das Online-Kartentool „Karte von morgen“ per Hashtag #allgäu-fairnetzt abrufbar und können an dieser Stelle auch ihre

Veranstaltungstermine zentral einpflegen. Auch wirundjetzt nützt und propagiert diese Karte, ein frei zugängliches digitales Gemeingut-Projekt, in die sich alle Nachhaltigkeitsakteure selbst eintragen und von den Nutzern der Karte dann bewerten lassen können, wie ökologisch, sozial und gemeinwohlorientiert ihr Handeln gesehen wird.

Sowohl Allgäu FairNetzt wie wirundjetzt werden als Plattformen kontinuierlich weiter ausgebaut und freuen sich über ehrenamtliche Unterstützer aus allen Teilen des Allgäus und der Region Bodensee-Oberschwaben.



wirundjetzt e.V.
c/o Simon Neitzel
Obersiggingerstr. 14, 88693 Deggenhausertal
Tel.: 07544 / 96 79 155 Telefon: 0151 / 21 61 59 68
E-Mail: info@wirundjetzt.org
[">>wirundjetzt.org](http://>wirundjetzt.org)



Allgäu-FairNetzt
c/o Dr. Ina Schicker
Alte Steige 24, 87629 Füssen
Tel: 08362 / 92 33 39 oder +49 (0)163 / 683 90 22
E-Mail: info@allgaeu-fairnetzt.de
[">>allgäu-fairnetzt.de](http://>allgäu-fairnetzt.de)

„Mich persönlich als Transformationsforscher kränkt, dass die eigentliche Transformation durch einen Virus stattfindet und nicht durch das, was wir uns ausdenken. Wir erleben jetzt die größte Hochschulreform, die es je gegeben hat. Wir erleben die rapidesten Reformen von Arbeitsprozessen in allen Bereichen, die nicht Handel oder Produktion sind. Wir erleben Diskussionen über die Bewertung von Arbeit und ob sie notwendig sein soll. Das ist eine wahnsinnige Transformation, die wir aber nicht steuern, sondern die einfach passiert.“

Harald Welzer, *27. Juli 1958
Soziologe, Sozialpsychologe und Zukunftsforscher

Eine große Herausforderung Aufbruch oder Spaltung?

von Andrea Kohler

Nicht erst durch die Corona-Krise erleben wir zunehmende Abgrenzungen innerhalb von Gesellschaften. Das Aufkommen von radikalen Denkweisen und die Wut der vermeintlich „Rechtsgläubigen“ aus allen Lagern gegenüber Andersdenkenden nehmen zu.

Die Unzufriedenheit mit der Politik, den Nachbarn, der Arbeit, den dummen anderen scheint flächendeckend gesellschaftliche Norm zu sein und bildet sogar Stoff für Heiterkeit – zum Beispiel wenn Kabarettisten wie Dieter Nuhr die junge Greta Thunberg vorführen und zum Gespött machen oder Corona-Andersdenkende gleich als *Covidioten* abtun.

Niemand scheint zu differenzieren. Statt Empathie und Verantwortungsbewusstsein herrschen Kompromittierungen und Schuldzuweisungen. Jeden Tag erleben wir in den Medien, wie salonfähig das Diskreditieren der *anderen* ist. Politiker tun es, wenn sie über Kollegen anderer Parteien sprechen, Konzernlenker, wenn sie eigene Fehler leugnen, Eltern, wenn sie über Lehrer schimpfen, und schon Kinder tun es in unvorstellbarem Ausmaß in den sozialen Medien und nennen es „dissen“. Eine Zeitikone wie Heidi Klum lebt es der Jugend vor, indem sie junge Frauen herablassend bewertet und vor Zuschauern bloßstellt.

Unser konkurrierender Lebensstil ist das Ergebnis jahrtausender alter Kulturgeschichte. Bis zum Aufkommen des Monotheismus vor etwa 3.000 Jahren waren Gesellschaften in ihrer Spiritualität polytheistisch. Erde, Mond, Sonne, Wind, Feuer, Luft, Steine, männliche und weibliche Aspekte: Hinter allen Naturphänomenen wurden göttliche Wesen vermutet, mit denen man sich gut stellen musste, um nicht Ungemach zu erleben. Erst die Vorstellung, dass der Mensch gottgleich, das Maß aller Dinge sei und sich die Erde untertan machen müsse, erzeugte das Klima der Konkurrenz – und zwar auch dann, wenn genügend Ressourcen verfügbar waren. Wettbewerb, Hedonismus, Statusdenken, Lebensstiloptimierung, Dominanz und damit einhergehend Misstrauen und die Kontrolle der anderen wurden Triebfedern unserer heutigen Gesellschaften.

Auch die Natur wurde damit zunehmend als getrennt und feindlich betrachtet. Die Aufklärung, der tiefe Glaube an das mit dem Verstand Greifbare und die Segnungen der Wissenschaften taten ihr Übriges. Viele Errungenschaften der Menschheit und die Zunahme des Wohlstands wären ohne dies nicht möglich gewesen.

Die schwierige Frage ist die psychologische. Wir leben in einer Arbeits-, Tüchtigkeits-, Leistungsgesellschaft. Das geht zu Ende. Nun ist das Wort ‚Leistung‘ positiv konnotiert, das macht es schwierig.

Richard David Precht, *08.12.1964, Philosoph, Schriftsteller und Publizist

Doch eine der Schattenseiten ist, dass wir achtlos in Ökosysteme eingreifen und sie damit stören und verändern.

Die negativen Auswirkungen dieser Veränderungen werden bekämpft, wodurch das Ungleichgewicht oft nur größer wird.

Wir erleben eine Gesellschaft, die sich im Gefühl des Getrenntseins und mit Ängsten auf die Behandlung der Symptome konzentriert und dabei lebenswichtige Bedürfnisse, wie Verbundenheit, Kooperationen, Nähe und Freude, außen vor lässt.

Statt Frieden, Respekt vor der Schöpfung, Anerkennung, Vertrauen ins Leben und in die Natur zu fühlen, werden wir uns und unserer Umgebung zusehends stärker entfremdet. Krank machende Einsamkeit und Isolation sind für viele Leute Normalität. Warum fragen wir uns nicht vielmehr, was menschliche und spirituelle Bedürfnisse sind und was ein gesundes Leben ausmacht?

Warum sind wir eine Gesellschaft, die sich nahezu manisch auf Todeszahlen und die Vermeidung von Krankheitserregern und -symptomen konzentriert statt auf die Förderung der Gesundheit, der Lebensumstände und der für uns Menschen gesunden Nahrung und Umgebung.

Wir sind Teil der Natur. Wir wissen heute, wir haben mehr nicht menschliche Zellen in uns als menschliche. Diese Zellen, wie das Mikrobiom im Darm, steuern nicht nur die Verdauung, sie bestimmen, ob wir krank, gesund, depressiv oder fröhlich sind.

Wir lernen gerade auch, dass Kooperationen in der Natur die Regel sind. Alles hängt mit allem zusammen. Bäume wachsen, weil es Pilze gibt. Pilze bilden ein weltweites Informationsnetz und auch Tiere und Pflanzen kommunizieren untereinander. Und wir wissen nicht erst seit ein mutiges schwedisches Mädchen auf die Straße ging, dass das menschliche Überleben auf diesem Planeten und in der uns umgebenden Natur nur dann gelingen kann, wenn wir uns wieder als Teil der Schöpfung begreifen.

Achtsamkeit und Respekt für Mensch und Natur muss ein fester Bestandteil unseres globalen Zusammenlebens werden.

Es wird Zeit, dass wir unser Wissen über die mikrobielle Balance in unserer Umgebung stärker berücksichtigen und grundsätzlich Kooperation statt Trennung anstreben. Wenn wir dann auch noch den Frieden und die Freude in uns und mit unseren Mitgeschöpfen pflegen, haben wir vielleicht eine Chance, die fundamentalen Herausforderungen für den nötigen Wandel im Denken und Handeln des Menschen voranzubringen.



Sonett – so anders

ÖKOLOGISCH KONSEQUENT

Wie anders? – Ganz anders!

Alle Sonett-Produkte sind

CO₂-neutral hergestellt

ohne Erdöltenside

ohne Gentechnik

ohne Enzyme

ohne synthetische Duftstoffe

ohne Konservierungsstoffe

ohne Nanotechnologie

ohne Mikroplastik

mit rhythmisierten
balsamischen Zusätzen

100% biologisch abbaubar

100% Seifen aus Bio-Ölen

100% ätherische Öle aus Bioanbau

100% Volldeklaration

Zertifiziert durch:



sonett
ÖKOLOGISCH KONSEQUENT

Erhältlich im Naturkostfachhandel und bei Alnatura.

Märkte Workshops Seminare Führungen

April-Juni

Inwieweit Corona-Maßnahmen Veranstaltungen zulassen werden, war bei Redaktionsschluss unklar. Die meisten Veranstalter haben sich mit festen Terminen zurückgehalten und die hier genannten Termine wurden unter Vorbehalt veröffentlicht.

Wenn Sie Ihre Events rund um die Themen „Nachhaltigkeit und Gesellschaftlicher Wandel“ zukünftig im Guats veröffentlichen möchten, senden Sie uns einfach eine E-Mail mit dem Betreff „Veranstaltungshinweis“ oder füllen Sie das entsprechende Formular auf der Guats-Website aus unter:

>> www.guats.de/veranstaltungshinweise

Vielen Dank für's Mitmachen!

FR | 9. April

Wildkräuterwerkstatt, Artemisia
Workshop mit Freia Burkhardt,
Stiefenhofen, 14.30-17.30 Uhr
Anmeldung bis Mo. vor dem Termin
Kosten: € 30 plus ca. € 10 Materialkosten
Anmeldung: ruth@artemisia.de

SA | 10. April

Obstbaumschnitt, Artemisia
Seminar mit Rafael Kläger
Stiefenhofen, 10.30-ca. 18 Uhr
Kosten: € 75; Anmeldung: ruth@artemisia.de

Bio-Ring Saatgutmarkt, Sontheim

Veranstalter: Bio-Ring Allgäu
10-17 Uhr; Sontheim, Westerheimer Str. 10

MO & DI | 12. und 13. April

Schweißkunst für den Garten
2-tägiger Workshop mit Achim Weber
Kempten | Ob Rankhilfen, Ampeln, Torebögen oder kreative Blumentöpfe aus Metall, die Teilnehmer können ihre Ideen mitbringen und setzen diese unter Anleitung um. Anmeldung: info@kempodium.de

MI | 14. April

Schmuckkurs Silberbesteck
Kempten, Kempodium, 18-20 Uhr
Die Teilnehmer versuchen sich als Silberschmiede und arbeiten altes Besteck in modernen Schmuck um. Kosten: € 50
Anmeldung: info@kempodium.de

DO | 15. April

Gewaltfreie Kommunikation - Übungsgruppe „Mit Kindern wachsen“
Claudia Kircher Kommunikation
Wiggensbach, 18.30-21.30 Uhr
Infos: www.claudiakircher.de

FR | 16. April

Im Kreis der Geschichtenerzähler mit Bärbel Bentele, Artemisia
Stiefenhofen, 17-ca. 18 Uhr
Ohne Anmeldung; Spende erwünscht

SA | 17. April

Der rote Faden, Artemisia
2-tägiges Seminar mit Sabine Glatzer
Stiefenhofen, 10-17 Uhr (Sa. & So.)
Kosten: € 180; Anm.: ruth@artemisia.de
Infos: www.claudiakircher.de

FR | 23. April

Bärenstarke Hausmittel mit Wickel & Co. für Kinder – Artemisia
Seminar mit Ursula Uhlmayr
Stiefenhofen, 10-16 Uhr
Kosten: € 80; Anmeldung: ruth@artemisia.de

Gewaltfreie Kommunikation - Übungsgruppe

Claudia Kircher Kommunikation
Wiggensbach, 19.30-21.30 Uhr
Infos: www.claudiakircher.de

SA | 24. April

Bio-Frühlingsmarkt, Marktoberdorf
Veranstalter: Bio-Ring Allgäu
9-12 Uhr; Marktoberdorfer Stadtplatz
Bio-Bauern, Gärtner und Händler bieten selbst verarbeitete Produkte an

Tag der Durchlässigkeit - Artemisia

Seminar mit Stefan Schöndorfer
Stiefenhofen, Kosten: € 120
Anmeldung: ruth@artemisia.de

Kräuterbiotika - Artemisia

Vortrag mit Felicia Mohlenkamp
Stiefenhofen, Abendkasse € 12
oder Anmeldung: ruth@artemisia.de

SO | 25. April

Zur Seele der Natur - Artemisia
Spaziergang mit Felicia Mohlenkamp
Stiefenhofen, Kosten: € 15
Anmeldung: ruth@artemisia.de

MI | 28. April

Kräuterspaziergang - Artemisia
mit Felicitas Hagen
Stiefenhofen, € 15 Uhr; Kosten: € 9
Anmeldung: f.hagen@posteo.de

FR | 30. April

Gärtner mit der Natur insektenfreundlich - Artemisia-Vortrag
mit Simone Kern im KulturCafé; Kosten: € 12 inkl.Tee; Anm.: ruth@artemisia.de

SA | 1. Mai

Gewaltfreie Kommunikation - Einführungsseminar 2-tägiges Seminar (Sa. & So.)
Claudia Kircher Kommunikation
Wiggensbach, 19-17 Uhr
Kosten: € 50; Anmeldung: info@kempodium.de
Infos: www.claudiakircher.de

SA | 1. Mai

Wolfegg Kräuter- und Blümlesmarkt
Veronika Baum Kulturmanagement
10-18 Uhr; Wolfegg, Bauernhausmuseum
Infos: www.veronikabaum.de

DO | 6. Mai

Klangmeditation - Artemisia
mit Cornelia Haag
Stiefenhofen, 19.30-ca. 20.45 Uhr
Kosten: € 15; Anmeldung bis Dienstag, 17 Uhr: info@cornelias-klangraum.de

SA | 8. Mai

Historisches Markttreiben Schmidsfelden
Schmidsfelden; Vorführungen der Glasmacherkunst in der historischen Glashütte;
Mit mehr als 50 Künstler und Kunsthändern; Infos: www.glas-schmidsfelden.de

Bauernmarkt In Leutkirch

Veranstalter: Umweltkreis
Leutkirch, Marktstraße Nord; 9-12 Uhr
Regionale Händler bieten ein vielfältiges und reichhaltiges Angebot mit saisonalen und regionalen Köstlichkeiten, teils aus kontrolliertem Anbau.
Infos: www.umweltkreis-leutkirch.de

Feuerküche - Kochen mit den Kräutern des Frühlings - Artemisia

Seminar mit Nena Blumenstein
Stiefenhofen, 10-17 Uhr; Kosten: € 75 plus ca. 20 Materialkosten (Familienrabatt auf Anfrage); Anmeldung: ruth@artemisia.de

SO | 9. Mai

Historisches Markttreiben Schmidsfelden
Schmidsfelden; Vorführungen der Glasmacherkunst in der historischen Glashütte; Mit mehr als 50 Künstlern und Kunsthändern. Infos: www.glas-schmidsfelden.de

MI | 12. Mai

Schmuckkurs Silberbesteck
Kempten, 18-20 Uhr
Inhalt siehe 14. April; Kosten: € 50
Anmeldung: info@kempodium.de

Kräuterspaziergang - Artemisia
mit Felicitas Hagen
Stiefenhofen, 15 Uhr; Kosten: € 9
Anmeldung: f.hagen@posteo.de

DO | 13. Mai
Gewaltfreie Kommunikation - Übungsgruppe „Mit Kindern wachsen“
 Claudia Kircher Kommunikation
 Wiggensbach, 18.30–21.30 Uhr
 Infos: www.claudiakircher.de

Hausapotheke - Artemisia
 Seminar mit Coco Burkhardt
 Stiefenhofen, 10–18.30 Uhr; Kosten: € 90 & € 5 Material; Anm.: ruth@arthemisia.de

FR | 14. Mai
Schmuckkurs Silberbesteck
 Kempten, Kempodium, 18–20 Uhr
 Die Teilnehmer versuchen sich als Silberschmiede und arbeiten altes Besteck in modernen Schmuck um. Kosten: € 50
 Anmeldung: info@kempodium.de

Gewaltfreie Kommunikation - Übungsgruppe
 Claudia Kircher Kommunikation
 Wiggensbach, 18.30–21.30 Uhr
 Infos: www.claudiakircher.de

Wildkräuterwerkstatt - Artemisia
 Workshop mit Freia Burkhardt
 Stiefenhofen, 14.30–17.30 Uhr
 Kosten: € 30, zzgl. € 10 Material
 Anmeldung: ruth@arthemisia.de

SA | 15. Mai
Mit Wildpflanzen entgiften - Artemisia
 Seminar mit Coco Burkhardt
 Stiefenhofen, Kosten € 90 & € 5 Material
 Anmeldung: ruth@arthemisia.de

SO | 16. Mai
Pflanzenbräuche: Segen, Schutz und Zauber - Artemisia
 Seminar mit Coco Burkhardt
 Stiefenhofen, 10–17.30 Uhr; Kosten: € 80
 Anmeldung: ruth@arthemisia.de

SO | 16. Mai
Bio Regional Fair Markt in Immenstadt
 11–17.00 Uhr, Kirchplatz und Marienplatz
 Anmeldung: ruth@arthemisia.de

FR | 21. Mai
Im Kreis der Geschichtenerzähler mit Bärbel Bentele, Artemisia
 Stiefenhofen, 17–ca. 18 Uhr
 Ohne Anmeldung; Spende erwünscht

DO | 27. Mai
Kräuterspaziergang - Artemisia
 mit Felicitas Hagen
 Stiefenhofen, 15 Uhr; Kosten: € 9
 Anmeldung bis maximal 12 Uhr:
f.hagen@posteo.de

Gärtnern als Statement, durch den Garten mit Permakultur - Artemisia
 Vortrag mit Lucia Hiemer im KulturCafé,
 Stiefenhofen, 19 Uhr; Kosten: € 12
 Anmeldung; ruth@arthemisia.de

SA | 29. Mai
Korbblechten mit Weiden - Artemisia
 2-tägiges Seminar mit Dieter Deringer
 Stiefenhofen, Sa. & So., 10–19 Uhr
 Kosten: € 160, zzgl. € 40 Material;
 Anmeldung: ruth@arthemisia.de

DO | 3. Juni
Klangmeditation - Artemisia
 mit Cornelia Haag
 Stiefenhofen, 19.30–ca. 20.45 Uhr
 Kosten € 15; mit Anmeldung bis Di., 17 Uhr:
info@cornelias-klangraum.de

FR | 4. Juni
Frauenheilkunde nach Hildegard von Bingen - Artemisia
 Vortrag mit Gabriela Nedoma
 Stiefenhofen, 19 Uhr; Kosten: € 12
 Anmeldung: ruth@arthemisia.de

SA | 5. Juni
Traditionelle europäische Medizin: Naturapotheke - Artemisia
 2-tägiges Seminar mit Gabriela Nedoma
 Stiefenhofen, Sa. & So. 10–18 Uhr
 Kosten: € 210 & € 20 Material
 Anmeldung: ruth@arthemisia.de

SA | 5. Juni
Bauernmarkt In Leutkirch
 Veranstalter: Umweltkreis
 Leutkirch, Marktstraße Nord; 9–12 Uhr
 Regionale Händler bieten ein vielfältiges und reichhaltiges Angebot mit saisonalen und regionalen Köstlichkeiten, teils aus kontrolliertem Anbau.
 Infos: www.umweltkreis-leutkirch.de

MI | 9. Juni
Kinderkräuterwerkstatt - Artemisia
 mit Freia und Katharina
 Stiefenhofen, 15–17.30 Uhr; Kosten: € 15
 Anmeldung bis 1 Woche vor dem Termin per Mail: ruth@arthemisia.de

Kräuterspaziergang - Artemisia
 mit Felicitas Hagen
 Stiefenhofen, € 15 Uhr; Kosten: € 9
 Anmeldung bis maximal 12Uhr: f.hagen@posteo.de

DO | 10. Juni
Gewaltfreie Kommunikation - Übungsgruppe „Mit Kindern wachsen“
 Claudia Kircher Kommunikation
 Wiggensbach, 18.30 bis 21.30 Uhr
 Infos: www.claudiakircher.de

FR | 11. Juni
Geomantie - Artemisia
 Vortrag mit Peter Bauer;
 Stiefenhofen, 19 Uhr; Kosten € 12
 Anmeldung: ruth@arthemisia.de

SA | 12. Juni
Oxymel - heilsame Tinkturen - Artemisia
 Seminar mit Heidi Prinz
 Stiefenhofen, 14.30–17.30 Uhr; Kosten € 40 & € 3 Material; Anm.: ruth@arthemisia.de

Der Erde zugewandt - Artemisia
 Vortrag mit Peter Bauer
 Stiefenhofen, 19 Uhr; Kosten: € 12
 Anmeldung: ruth@arthemisia.de

MI | 16. Juni
Schmuckkurs Silberbesteck

Inhalt siehe 14. Mai; Kosten: € 50

Anmeldung: info@kempodium.de

MI | 16. Juni
Kinderkräuterwerkstatt - Artemisia

mit Freia und Katharina
 Stiefenhofen, 15–17.30 Uhr; Kosten € 15
 Anmeldung: ruth@arthemisia.de

FR | 18. Juni
Zeitgemäße Medialität und Tierkommunikation - Artemisia
 Vortrag mit Franziska Floris
 Stiefenhofen, 19 Uhr
 Anmeldung: ruth@arthemisia.de

Gewaltfreie Kommunikation - Übungsgruppe „Mit Kindern wachsen“
 Claudia Kircher Kommunikation
 Wiggensbach, 18.30–21.30 Uhr
 Infos: www.claudiakircher.de

SA | 19. Juni
Upcycling-Nähkurs für Erwachsene
 mit Schneidermeisterin Mira Rehle
 Kempodium, 9–13 Uhr, Kempten
 Gebrauchtes, wie Klamotten, Stoffe, Knöpfe, Reißverschlüsse werden weiter zu etwas Neuem verarbeitet. Materialien, Garn, Schere usw. sowie Nähmaschine bitte mitbringen. Nähmaschine gibt's für € 5 Leihgebühr; Kosten: € 85; Anmeldung: info@kempodium.de

Räuchern mit heimischen Kräutern - Artemisia | Seminar mit Marlies Bade
 Stiefenhofen, 10–17 Uhr
 Anmeldung: ruth@arthemisia.de

DO | 24. Juni
Zauberpflanzen - Pflanzenzauber - Artemisia
 mit Felicitas Hagen; Stiefenhofen, 15 Uhr
 Kosten: € 9; Anmeldung bis maximal 12 Uhr: f.hagen@posteo.de

Anmeldung: ruth@arthemisia.de

FR | 25. Juni
Kräuterkränze binden zu Johanni - Artemisia
 Stiefenhofen, 14.30–17.30 Uhr; Kosten: € 32 inkl. Material; Anm.: ruth@arthemisia.de

Vergessene Heilpflanzen - Schätze vor unserer Haustür - Artemisia
 Vortrag mit Rudi Beiser
 Stiefenhofen, 19 Uhr; Kosten: € 12 inkl. Tee
 Anmeldung: ruth@arthemisia.de

SA | 26. Juni
Baum und Mensch - Artemisia

Seminar mit Rudi Beiser
 Stiefenhofen, 9.30–17.30 Uhr; Kosten: € 105;
 Anmeldung: ruth@arthemisia.de

Biogärtner im Jahreslauf - Artemisia
 Sommerkurs - Werkkurs mit Rainer Engler
 Stiefenhofen, 10–17 Uhr; Kosten: € 100
 Anmeldung: ruth@arthemisia.de

„Die Adelegg im Wandel der Zeit“ - Wanderung mit Ranger Tobias Boneberg
 Adelegg; Von alten Glasmacherdorf Eisenbach aus geht's durch steile Tobel, dunkle Wälder und über sonnige Höhen durch die Adelegg. Teilnehmer erfahren Interessantes über die Natur dieser Landschaft und ihren besonderen Charakter. Gehzeit: ca. 4 Stunden (9 km), Treffpunkt: 10 Uhr Wanderparkplatz Isny-Eisenbach (beim Haus Tanne); Anmeldung: tobias.boneberger@leutkirch.de

MI | 30. Juni
Kinderkräuterwerkstatt - Artemisia
 mit Freia und Katharina
 Stiefenhofen, 15–17.30 Uhr; Kosten € 15
 Anmeldung bis 1 Woche vor dem Termin per Mail: ruth@arthemisia.de

Für die Richtigkeit der Angaben kann keine Garantie übernommen werden. Genauere Details bitte beim Veranstalter erfragen.

Akademie für Traditionelles KräuterWissen



Interesse an Kräuter- und Heilwissen?
Seminare, Jahresausbildungen, Werkkurse

Marktstraße 7, D-87480 Weitnau
akademie@allgaeuer-kraeuterland.de
 Tel. 08375/9298118, Di 17-19 / Do 16-18 / Fr 10-12 Uhr

www.allgaeuer-kraeuterland.de



Allgäuer Kräuterland e. V. | Dem Verein ist die „Akademie für Traditionelles KräuterWissen“ angeschlossen. Das Programm der Akademie beinhaltet Ausbildungen und Seminare – wie die Jahresausbildung zur Allgäuer Wildkräuterführerin, Fachausbildung für Selbstversorgung, diverse Kräuterwanderungen nach Jahreszeiten und Seminare wie z. B. essbare Blüten, Heilpflanzen für die Haut, Kräuterseifen, Wilde Küche – Kochen mit Wildkräutern, Giftpflanzen im

Allgäu, Milchsauer einlegen, Frauenkräuter, Gemmotherapie, Jahreskreisfeste, Kräuterkränze binden, Kräuter-Kosmetik, Oxymel, Permakultur im Hausgarten usw. Alle zwei Jahre findet im Frühjahr an einem Wochenende, in Fischen bei Oberstdorf, der „Allgäuer Wildkräuterkongress“ statt. Es wird ein buntes Programm an Vorträgen und Workshops geboten. Näheres über Verein und Akademie finden sie unter www.allgaeuer-kraeuterland.de.

WOCHENMÄRKE | Feiertage meist ausgeschlossen

MONTAGS

Leutkirch Wochenmarkt
9–13 Uhr; Marktplatz
Ravensburg Bauernmarkt
9–18 Uhr; Marktstraße 6

DIENSTAGS

Bad Waldsee Wochenmarkt
7–12 Uhr; Stadtmitte
Bregenz Wochenmarkt
7–12.30 Uhr; Kornmarktplatz
Friedrichshafen Wochenmarkt
7–13 Uhr; Markthallenvorplatz, Charlottenhof
Lindau Aeschach Wochenmarkt
8–12.30 Uhr; „Auf der Lärche“
Memmingen Wochenmarkt
7–12.30 Uhr, Marktplatz
Ravensburg Bauernmarkt
9–18 Uhr; Marktstraße 6
Tettnang Wochenmarkt
8–13 Uhr; Montfortplatz

MITTWOCHS

Biberach Wochenmarkt
7–14 Uhr; Biberach an der Riß
Kempten Wochenmarkt
7–13 Uhr; Hildegarplatz
Lindau Insel Wochenmarkt
7–13 Uhr; Therese-von-Bayern Platz

MITTWOCHS (Fortsetzung)

Ravensburg Bauernmarkt
9–18 Uhr; Marktstraße 6
Wangen Wochenmarkt
7–13 Uhr; Marktplatz, Fußgängerzone

FREITAGS (Fortsetzung)

Oberstaufen Wochenmarkt
8–12.30 Uhr; Fußgängerzone

SAMSTAGS

Bad Waldsee Wochenmarkt
7–13 Uhr; Stadtmitte
Biberach Wochenmarkt
7–14 Uhr; Biberach an der Riß
Immenstadt Wochenmarkt
7–13 Uhr; Stadtmitte
Kempten Wochenmarkt
7–13 Uhr; Hildegardplatz
Ravensburg Bauernmarkt
9–18 Uhr; Marktstraße
Ravensburg Wochenmarkt
7.30–13 Uhr; Marktstraße-Marienplatz
Tettnanger Städtlesmarkt
7–13 Uhr; Montfortstraße
Memmingen Wochenmarkt
7–12.30 Uhr, Marktplatz
Wangen Samstagsmarkt
9–13 Uhr, Saumarkt
Lindau Wochenmarkt – Lindau Insel
7–13 Uhr; Therese-von-Bayern-Platz
Oberstdorf Wochenmarkt
8–13 Uhr; Marktplatz bis Prinzenstraße
Sonthofen Wochenmarkt
8–13 Uhr; Spitalplatz

„Radeln for Future“

FR | 23. April Critical Mass-Raddemo



Wir treffen uns am Hildegarplatz, Kempten um 16 Uhr (Ende gegen 17.30 Uhr) und feiern das Fahrrad. Wir sind die Gegenbewegung zur alltäglichen Blechlawine in unserer Stadt. Du bist herzlich eingeladen, mitzuradeln: Wir füllen Kemptens Straßen mit so vielen Radfahrern, dass wir nicht mehr zu übersehen sind! Infos: www.adfc-kempten.de/radeln4future

Das Thema der nächsten Ausgabe lautet unter anderem „Suffizienz – wann haben wir genug?“ Infos unter www.guats.de

Wir freuen uns über jede Form der Mithilfe und Anregungen. Ebenso über Kritik und Leserbriefe! Kontakt : post@guats.de

IMPRESSUM

Herausgeber, Gestaltung: Medienbüro Kalenberg, Lindenberg
Redaktion: Viola Krauss, Gestratz
Druck: Uhl-Media GmbH, Bad Grönenbach
Bildnachweise: Titel Nadine Redlich (modifiziert); S. 3, 4, 6–9, 11, 12, 15, 16–17, 19, 20, 21 von Susanne Weimann (Photostudio Weimann, Lindenberg); S. 10 Janosch Diggelmann (unsplash.de); S. 15, 22 Viola Krauss; S. 24 Lara Baseler; S. 28 Michael Gunz (Hohenems); U3 Sabine Kroschel (pixabay.de)



www.uhl-media.de

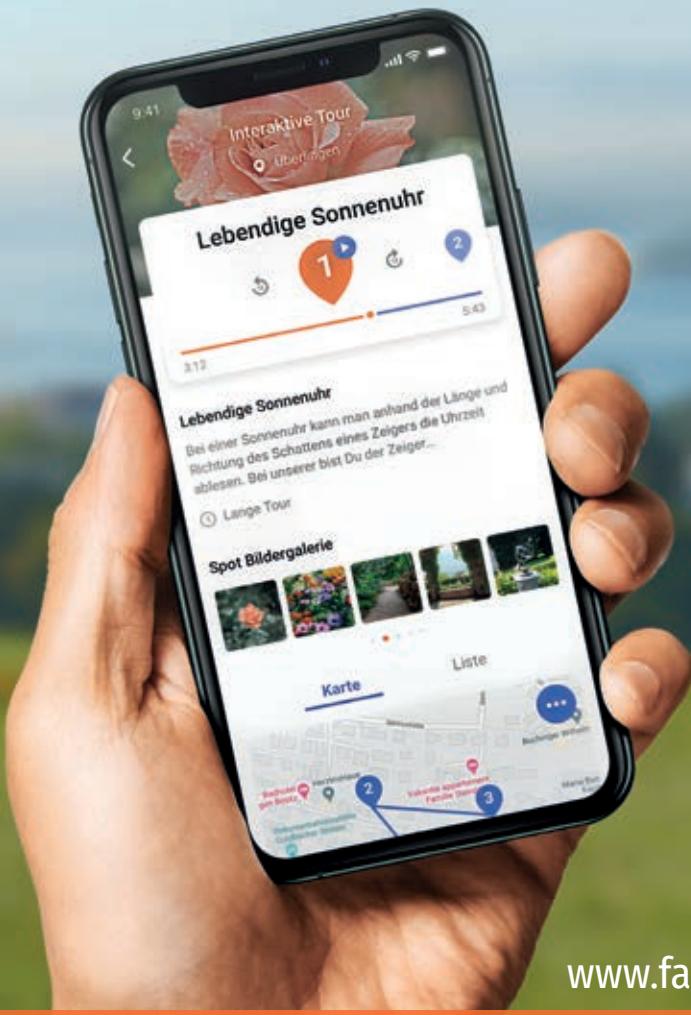


+Ökodruckfarben
+100 % Recyclingpapier
+100 % Ökostrom
+Druckabfall wird ein Baum gepflanzt
+klimaneutral & emissionsarm gedruckt



FAIRFÜHRER

Informieren. Interessieren. Inspirieren.



www.fairfuehrer.com

**Der beste Reiseführer für
nachhaltiges Reisen und Leben
am Bodensee**

