

# Gartemus



Österreichische Post AG  
Info. Mail Entgelt bezahlt



“Die Zeit vergeht nicht  
schneller als früher, aber wir  
laufen eiliger an ihr vorbei”  
George Orwell

März 01/2025 - 112. Auflage



## Veranstaltungskalender 2025

<p><b>Freitag</b> <b>28. März</b></p>	<p style="text-align: center;"><b>Baumschnittkurs</b></p> <p>Wir treffen uns um 16:30 Uhr zum alljährlichen Baumschnittkurs. Wer Lust hat, das Erlernte gleich in der Praxis und mit der Fachexpertise unserer Baumwärter auszuprobieren, ist am 29.3.25 ab 8 Uhr eingeladen, dies im OGV Garten umzusetzen. Es ist keine Anmeldung nötig. Wer hat, bringt am 29.3. bitte sein eigenes Werkzeug mit.</p>
<p><b>Mittwoch</b> <b>02. April</b></p>	<p style="text-align: center;"><b>Resteküche de luxe- das Beste aus Resten</b></p> <p>Wir, das e5 Team der Marktgemeinde Egg und der OGV laden euch herzlich zu unserem Resteverwertungs- Kochkurs ein. Dabei lassen wir uns von Ingrid Benedikt inspirieren, wie aus Resten aus dem Kühl- und Gefrierschrank allerlei Köstlichkeiten zubereitet werden können. Der Kurs finanziert sich über freiwillige Spenden. Anmeldung bei Monika Simma unter 0664 2456601 Wir freuen uns über viele interessierte TeilnehmerInnen</p>
<p><b>Donnerstag</b> <b>08. Mai</b> <b>und evtl.</b> <b>Samstag 24.</b> <b>Mai</b></p>	<p style="text-align: center;"><b>Töpferkurs</b></p> <p>in der Guten Stube in Andelsbuch. Lust, deine eigene Schale oder Schüssel zu töpfern? Der Kurs ist auf 2 Module aufgeteilt. Am ersten Abend treffen wir uns von 17- 21 Uhr und erlernen den Umgang mit Ton sowie Aufbautechnik. Beim zweiten Termin von 13- 15:30 Uhr geht es um die Glasur der hergestellten Werke. Das Datum für den 2. Teil wird beim 1. Termin fixiert. Kosten für Mitglieder 120€ (Material und Brennen inkludiert), für Nichtmitglieder 145€ + 8€ je Brennvorgang. Max. 7 Personen, verbindliche Anmeldung bis spätestens 08.04.25 bei Anita Waldner unter 0664 7829337 Wir bitten bei der Anmeldung auch um die Einzahlung der Kosten auf das Konto AT03 3742 3000 0001 2393 Danke!</p>
<p><b>Samstag 5.</b> <b>April</b></p>	<p style="text-align: center;"><b>Roggen und Hafer- Workshop</b> <b>Getreideanbau</b></p> <p>In unserer Küche wird Getreide vielseitig verwendet. Gemeinsam mit dem Schulgarten, dem Kindergarten Großdorf, der VS Egg, und dem Gemeinschaftsgarten wollen wir auf der Fläche des Gemeinschafts- und Schulgartens, Roggen und Hafer anbauen. Michael Meusburger wird uns grundlegendes Wissen zum Anbau erklären und auch gleich mit uns in die Praxis gehen.</p>

	<p>Voraussichtlich finden 3 Workshops statt: im Frühling geht es um den Anbau und die Aussaat, im Sommer um die Pflege und im späteren Sommer um die Ernte der Körner.</p> <p>Weitere Termine werden je nach Wetter und Reifestadium kurzfristig bekannt gegeben. Für Mitglieder ist der Kurs kostenlos, für Nichtmitglieder werden 10€ verrechnet. Wir treffen uns um 9:30 Uhr im Schulacker der Mittelschule und bitten um Anmeldung bei Monika Simma unter 0664 2456601 bis 1.4.</p>
<p><b>Mittwoch 28. Mai</b></p>	<p><b>Gartenbegehung Wäschtobelgarten Langenegg</b></p> <p>Der Garten von Bernd und Theresia Katzenmaier hat viel zu bieten, vor allem viel Bio Gemüse. Die beiden bauen das Gemüse im größeren Stil an und vermarkten es entweder gleich direkt oder machen dieses haltbar. Wir treffen uns um 17:30 Uhr beim Parkplatz hinter dem Ampuls und bilden Fahrgemeinschaften. Anmeldung bei Gerhard Machnik unter 0664 4143324 bis Dienstag 27.5. Auch Kurzentschlossene sind willkommen. Die Kosten für die Führung übernimmt der Verein.</p>
	<p><b>Floristikkurs- aus Feldblumen einen Strauß wie vom Gärtner binden</b> Details folgen noch</p>
	<p><b>(Männer)- Brotbackkurs</b></p> <p>Nachdem das Jahresthema des OGV heuer das Getreide ist, und auch in unserem Verein Veranstaltungen zum Anbau, der Pflege und der Ernte stattfinden, wollen wir im Herbst auch etwas aus der Ernte backen. Weitere Details folgen noch.</p>
	<p>Sollten noch kurzfristig weitere Kurse dazukommen werdet ihr über Egg- News, die Community und das Gemeindeblatt informiert</p>

## Getreide im Bregenzerwald- ein Projekt mit Zukunft?

Einige haben es die letzten Jahre schon vorgemacht. Wer manchmal spazieren geht, dem sind die goldgelben Getreideflächen in Egg und Umgebung sicher schon aufgefallen. Der Kindergarten Großdorf hat es vor zwei Jahren auch probiert- mit Erfolg! Es ist unser tägliches Brot, unser Grundnahrungsmittel und eigentlich wissen wir kaum etwas darüber.

Michael Meusbürger hat die letzten Jahre immer wieder Getreide angebaut und freut sich, sein Wissen und seine Erfahrungen mit uns zu teilen.

Von der Bodenaufbereitung, den verschiedenen Getreidesorten über Pflege und den richtigen Erntezeitpunkt bis hin zu Wissenswerten über Schädlinge etc. wird thematisiert.

Ein rundum Paket für alle, die sich für Getreide interessieren oder in den Anbau einsteigen möchten.

Wir freuen uns über viele Interessierte und laden euch herzlich am Samstag, den 5.4. um 9:30 Uhr in den Schulacker der Mittelschule Egg ein.

## Energy Balls mit Haferflocken

Zutaten:

80g Datteln entsteint

50g Haferflocken

etwas Zimt und/oder Nelken

ca. 2-3 EL Wasser

50g gehackte Nüsse oder Mandeln

1 Prise Salz

Sesam, Kokosraspeln oder Kakaopulver zum die Balls wälzen



Alle Zutaten mischen und pürieren oder mixen, bis eine klebrige Masse entsteht.

Masse mit feuchten Händen zu kleinen Kugeln formen und diese in Sesam, Kokosraspeln oder Kakaopulver wälzen. Das Rezept kann gut variiert werden, z.B. können andere Trockenfrüchte verwendet werden, etwas Mandelmus hinzugefügt werden oder verschiedene Nüsse zum Einsatz kommen. Die Energie- Kugeln sind auch stets ein nettes Geschenk. Gutes Gelingen!

## Tinkturen für den Frühling

### Bärlauchtinktur

Bärlauch enthält reichlich Vitamine und Mineralstoffe. Der hohe Vitamin- und Mineralstoffgehalt vieler Frühlingskräuter ist der Grund für ihre entwässernde und reinigende Wirkung. In der Regel sind sie außerdem reich an antioxidativ wirkenden Flavonoiden und an Chlorophyll, welches u.a. das Blut verbessert. Daher sind Kräuter wie Bärlauch, Birkenblätter, Brennnessel, Giersch, Gänseblümchen und Löwenzahn äußerst beliebt und wirkungsvoll für Frühjahrskuren. Beim Bärlauch sind außerdem schwefelhaltige Lauchöle wirksam. Sie haben einen positiven Einfluss auf die Verdauung und den Stoffwechsel und helfen gegen Fäulnis- und Gärungsprozesse im Darm.

#### **Zutaten:**

Bärlauchblätter

250ml Wodka oder Korn (38-40Vol.- %)

Schraubglas, dunkle Tropfflasche

#### **Zubereitung und Anwendung:**

Bärlauchblätter mit einem scharfen Messer klein schneiden-

1/3 Volumenanteil des frischen Krautes locker in ein sauberes Schraubglas füllen und mit 2/3 Volumenanteil Alkohol (38%) auffüllen.

Das Kraut wird bei Zimmertemperatur und nicht unter direkter Sonneneinstrahlung eine Woche lang ausgezogen.

Das Glas wird täglich geschwenkt, damit die Tinktur gut durchsättigt wird.

Nach einer Woche wird die Tinktur durch einen Filter abgeseiht und in dunkle, lichtundurchlässige Tropfflaschen gefüllt.

Von der Tinktur werden max. 3x täglich 10 bis 15 Tropfen genommen (ggf. verdünnt in Wasser oder Saft), nicht über einen Zeitraum von 4 Wochen hinaus (nur kurmäßig). Sollte es zu Nebenwirkungen, wie Juckreiz oder Hautausschlägen kommen, ist die Menge entweder zu reduzieren oder die Einnahme abzusetzen.

## Weidenrindentinktur

Unter der Weidenrinde lagert der Pflanzenstoff Salizin, der vom menschlichen Verdauungssystem und der Leber zu Salicylsäure weiterverarbeitet wird. Salicylsäure wirkt fiebersenkend, antioxidativ und antientzündlich. Weidenrindenauszüge leisten daher gute Dienste bei Gelenks- und Kopfschmerzen, Rheuma, Arthrose oder Fieber.

Für die Gewinnung von Weidenrinde für die Hausapotheke eignen sich fingerdicke Ruten aus dem Vorjahr. Diese werden im Frühjahr geschnitten (Februar/ März). Mit einem Messer lässt sich die Rinde abschaben oder in größeren Stücken abziehen.

### **Zutaten für ca 250ml:**

2 gehäufte EL Weidenrinde

250ml Wodka oder Korn (38-40Vol.- %)

Schraubglas, dunkle Tropfflasche

### **Zubereitung:**

Rinde in das Glas geben, mit Alkohol aufgießen. Verschlossen für zwei Wochen ausziehen lassen, dabei das Glas täglich schütteln. Dann die Pflanzenteile absieben und in die Tropfflasche füllen. Rund 2 Jahre haltbar.

### **Anwendung:**

Bis zu dreimal täglich acht Tropfen auf 1 EL Wasser geben und im Mund wirken lassen. Bei Gelenkschmerzen einen Umschlag mit Tinktur beträufeln und diesen auf die betreffende Körperregion legen.

## Allfälliges

- **Mi Kischta Gärtle- Kleiner Garten ganz groß**

Kischta Gärtle schaffen Biodiversität!

Ausgezeichnet beim Grand Prix der Biodiversität 2022 des Naturschutzbundes

Österreich sowie mit dem Klimaschutzpreis der Vorarlberger Nachrichten geht die Aktion „Kischta Gärtle- Kleiner Garten ganz groß“ in die bereits fünfte Runde.

Auch in diesem Schuljahr sind Kinder und Jugendliche aller Bildungseinrichtungen, Vereine und Gemeinden eingeladen, Vorarlbergs Gartenfläche zu vergrößern, dabei die Artenvielfalt zu fördern und einen regionalen Beitrag zum Klimaschutz zu leisten.

Ein Kischtogärtle kann auch für all jene, die keine Fläche für Garten zur Verfügung haben eine Möglichkeit sein, mal klein mit dem Anbau zu beginnen. Ein Balkon reicht vollkommen aus.

- Kennst du jemanden, der gerne gärt, jedoch keinen Platz dafür hat? Bei uns im Gemeinschaftsgarten bei der Mittelschule sind ein paar Beete frei geworden. Der kunterbunte Haufen freut sich immer über Zuwachs und auf ein tolles Gartenjahr! Also bitte unbedingt weitersagen und gerne melden bei

Monika Simma 0664 2456601

## UNGEWÜNSCHTE HAUSGÄSTE?

### SCHÄDLINGSBEKÄMPFUNG VOM FACHBETRIEB IN DER NÄHE!

Rasch, wirkungsvoll und nachhaltig.

Schädlingsbekämpfung im Garten und Haus • Verkauf von Nützlingen, Spritzmitteln und Ködern • Schädlingsbestimmung



**MACHNIK Schädlingsbekämpfung GmbH**  
Meisterbetrieb

Wirth 424, 6866 Andelsbuch  
T. 05512 / 2341 • E. info@machnik.at

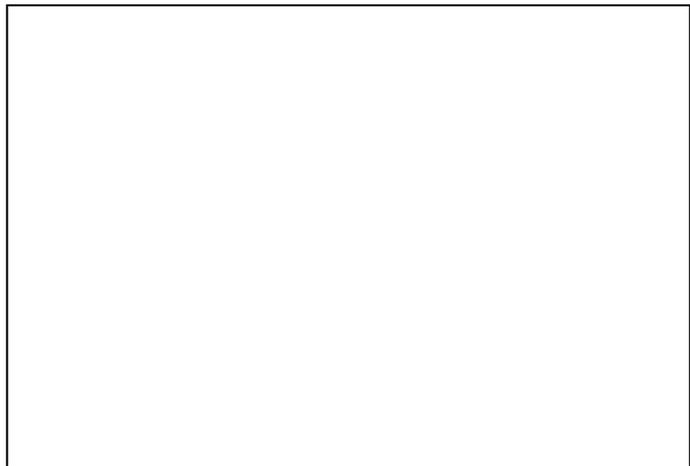
Mehr Infos auf unserer Website: [www.machnik.at](http://www.machnik.at)

# Raiffeisenbank Mittelbregenzerwald



Impressum:  
Für den Inhalt verantwortlich und  
Herausgeber: Obst- und  
Gartenbauverein Egg-Großdorf  
ogv-egg-grossdorf@gmx.at  
www.ogv.at  
ZVR-Zahl: 052232833

Nächste Ausgabe: März. 2025



Quellen: Mein schönes Land Jan./Feb. 2025, <https://wildemöhre.at/2020/03/15/baerlauch-tinktur-fuer-fruehlings-fitness/>,  
<http://www.gartatquat.at/kischtagarta/Mi%20Kischta%20Gaertle%20-%201%20-%20C3%9Cber%20das%20Projekt%202025.pdf>

Fotos: Elena Fetz

In **Farbe** ist diese Gartomus auch auf unserer Homepage [www.ogv.at](http://www.ogv.at) unter unserem Verein zu finden.