



Obst- und Gartenbauverein **Schwaihofen – Eugendorf**

Mitglied des Landesverbandes der Salzburger Obst- und Gartenvereine

GARTENPOST

17. Jahrgang, 2. Ausgabe

Dezember 2020



*Ich wünsche dir die zärtliche Ungeduld des Frühlings,
das milde Wachstum des Sommers,
die stille Reife des Herbstes
und die Weisheit des erhabenen Winters.*

Irischer Segenswunsch

Liebe Vereinsmitglieder!

Wie schnell die Zeit vergeht

Das Jahr neigt sich dem Ende zu und wenn wir das Schaugartenjahr Revue passieren lassen, freut man sich, was sich alles getan hat. Der Schaugarten wurde das ganze Jahr gehegt und gepflegt. Die positiven Rückmeldungen der Besucherinnen und Besucher sind uns auch weiterhin ein Ansporn, unser Bestes zu geben.

Wer uns im Garten unterstützen möchte, ist jetzt schon eingeladen, sich bei uns zu melden, oder ab ca. Ostern am Freitagnachmittag im Garten vorbei zu kommen.

Außerdem haben wir eine eigene Homepage (www.bluehendes-salzburg.at/eugendorf), die von unserer Roswitha sehr schön gestaltet wird. Auch beim Kräuterbüschl binden haben uns viele unterstützt und unser Kräutersalz, bestehend aus Kräutern von unserem Garten, steht auch zum Verkauf bereit. Danke an all die fleißigen Helfer und Helferinnen, die uns immer bei unseren Aktivitäten so toll unterstützen. Wir wünschen euch einen schönen, besinnlichen Advent und wenn Corona es zulässt, freuen wir uns auf das kommende Jahr, um Ausflüge und Workshops durchführen zu können. Bleibt gesund!

Eure Schriftführerin
Doris Kittl



Vorstellung des Vorstandes - Obfrau



Ich bin Angela Lindner, verheiratet und Mutter von 2 erwachsenen Kindern. Mein ganzer Einsatz gilt den Menschen und der Umwelt. Daher bin ich auch schon 22 Jahre in der Gemeindevertretung von Eugendorf tätig. Eine gesunde Umwelt, sauberes Wasser und gute Luft sind die Basis für unsere Ernährung.

Mir ist es sehr wichtig, dass wir miteinander und mit der Umwelt sorgsam umgehen. Die neue Arbeit im Schaugarten lehrt mich noch mehr Achtsamkeit. Dieses Bewusstsein versuche ich auch in meinem Beruf als HTL-Professorin für Physik und Informatik an meine SchülerInnen weiterzugeben.

Vorstellung des Vorstandes - Obfrau Stv.



Mein Name ist Sandra Jessner. Ich bin Mutter von 2 Kindern, zertifizierte Kräuterpädagogin, diplomierte Ernährungstrainerin und Dipl. Fleisch Sommelière.

Seit einem Jahr leite ich die Metzgerei Franz in Bergheim. Ich bin jetzt seit ca. 10 Jahren im Vorstand des Gartenbauvereines. Es freut mich sehr, dass der Verein weiter besteht und sich ein Team gefunden hat. Auf eine gute Zusammenarbeit!

Kräutersegnung zu Maria Himmelfahrt

Einem alten Brauch zufolge wird auch in Eugendorf zu Mariä Aufnahme in den Himmel, am 15. August eine Kräutersegnung abgehalten.

Im Jahr 2011 haben die fleißigen „Kräuter-Gärtler“ in unserem Schaugarten begonnen, aus den Kräutern Büscherl zu binden und segnen zu lassen.

Zu Beginn waren es 113 Büscherl, davon wurden ca. 50 Stück im Altenwohnhaus St. Martin verteilt. Heuer wurden 255 gebunden!



Beim Binden der Kräuter gibt es verschiedene Varianten, sieben bis neunundneunzig Kräuter sollen zu einem Kräuterbüscherl gebunden werden.

„Bei uns wird einfach alles was grad blüht genommen“, so erzählt Rosi Ramsauer. Meistens am Tag vorher vormittags, werden die Kräuter geerntet. Am Nachmittag kommt dann eine kleine Gruppe zusammen, die die vorbereiteten Kräuter zusammen bindet. Wir sind auch immer dankbar für so manche Kräuterspende aus privaten Gärten.

Nach der Segnung werden die Kräuterbüscherl vor der Kirche verteilt. Die Kräuter für das Haus St. Martin konnten wir heuer Corona bedingt nicht direkt übergeben, sondern wurden von der Leiterin Eveline Bayrhamer persönlich entgegengenommen.

Die Büscherl sollen Gottes Segen ins Haus bringen, daher werden sie in Haus und Hof aufgehängt, mit Weihrauch vermengt geräuchert, als Tee überbrüht, dem Vieh unters Futter gemischt oder sogar unters Kopfkissen gelegt, um das Eheglück zu erhalten.



Roswitha Freundlinger

Kulinarische Wildpflanzen

Hagebutten

Die leuchtend, roten Hagebutten lachen uns jetzt entgegen, um uns im Winter mit Vitamin C zu versorgen. Wenn sie den ersten Frost erlebt haben, schmecken sie noch süßer. Als Tee, Saft oder Mus. Hier ein Rezept zum Haltbarmachen von Hagebutten. Mit Beigabe von Zucker hat man die süße Variante. Köstlich als Brotaufstrich.

Hagebuttenmark *Aus dem Buch „Wildpflanzen“ von Celia Nentwig*

Zutaten: 600g Hagebutten, etwas Wasser, Weißwein oder Apfelsaft
Zubereitung: Von den gewaschenen Hagebutten die Stiele, Kelchblätter abschneiden, sie halbieren und die Kerne entfernen. Nochmals die feinen Härchen abwaschen, in einem Topf mit Wasser, Wein oder Apfelsaft bedecken und ca. 15 min. bei offenem Topf köcheln lassen. Danach fein pürieren, heiß in saubere Gläser füllen, und bis zum Verbrauch im Kühlschrank lagern. Es ist eine wunderbare und Vitamin C reiche Zutat in Soßen bei Gemüse - und Fleischgerichten.

*TEH-Praktikerin
Doris Kittl*





Kräuterbüschel binden



Adi bringt Vogelbeeren



Farbenfrohes Ergebnis



Ausflug nach Gut Aich



Nach der „Homepage-Einschulung“

Neues Altes aus Dorlis Kräuterwelt

Pflanzen gegen Viren (pflanzliche Virenpolizei)

Viren begleiten uns das ganze Leben, werden immer gefährlicher und entwickeln Resistenzen gegen antivirale Pharmazeutika. Momentan hat uns das Corona Virus fest im Griff, auch die Grippezeit steht vor der Tür und darum schauen wir, was es in unserer Pflanzenwelt an immunsteigernden und antiviralen Pflanzen für unsere Gesundheit gibt. Heilpflanzen haben eine Vielfalt an zusammen wirkenden Substanzen, die uns bei Viruserkrankungen helfen können, den Verlauf der Erkrankung zu lindern oder diesen verkürzen.

Propolis

Durch die antivirale, antibiotische, immunstimulierende Wirkung ist Propolis ein wunderbares Antibiotikum und verhindert das Andocken der Viren. Bei ersten Anzeichen einer Verkühlung, kratzigem Hals oder als Vorbeugung in Grippezeiten einnehmen. Bevorzugt kauft man selbstverständlich bei heimischen Imkern.

Holunder (*Sambucus nigra* L.)

Nicht nur als Wohnsitz der beschützenden Hausgötter, sondern auch als wunderbare Heilpflanze bei einer beginnenden Erkältung ist der Holler bekannt. Reife Beeren werden gerne bei grippalen Infekten, Rheuma, Wassersucht zur Unterstützung genommen. Aus Blättern rührt man Salben, zur Linderung bei Verstauchungen und Prellungen. Blüten wirken schweißtreibend, schleimlösend harntreibend.

Hollerbeeren-Sirup bei Erkältung und Grippe

(Rezept von Stephen Harrod Buhner)



Zutaten: 2 Tassen frische Beeren, 2 Liter Wasser, 1 kg Zucker

Zubereitung: Nach dem Aufkochen der Beeren-Wasser-Mischung wird die Hitze reduziert und so lange geköchelt, bis es auf die Hälfte reduziert ist - dauert Stunden. Danach abkühlen und durch ein Sieb abseihen. Den Saft mit Zucker vermengen, aufkochen bis sich der Zucker aufgelöst hat und in Flaschen abfüllen.

Anwendung: In der Anfangsphase einer Erkältung alle 2 - 4 Stunden 2 - 4 TL einnehmen.

Neues Altes aus Dorlis Kräuterwelt

Ingwer

Das Wirkspektrum von Ingwer ist sehr breit gefächert. Ingwer ist als kreislaufanregendes Antivirenmittel für die Atemwege geeignet, das Durchfall, Übelkeit, Magenkrämpfe lindert, bronchitische Beschwerden reduziert, Fieber senkt (schweißtreibend), Schleim verdünnt und Auswurf fördert. Er lindert Husten (genauso gut wie Codein Sirup) ist schmerzlindernd (wirkt wie Ibuprofen) und ist ein Synergist. Das heißt, Ingwer verstärkt die Wirkung anderer Heilkräuter und fördert deren Heilwirkung, da die Durchblutung gefördert wird und sich die Inhaltsstoffe im Körper besser verteilen können. Auch bei Kreislaufstörungen und Kopfschmerzen, die mit Kältegefühl in Händen und Füßen einhergehen, ist Ingwer sehr hilfreich.

Wichtig ist, dass Ingwer immer aus der frischen Wurzel zubereitet wird. Getrocknet ist er ohne Heilwirkung!

Ingwersaft-Tee

nach Stephen Harrod Buhner:

Zubereitung: Entsaften Sie ca. ½ bis 1 kg Ingwer-Wurzel. Kühl aufbewahren. Für eine Tasse nimmt man ca. 90 ml Ingwersaft, dazu Zitronensaft, 1 Tl. Honig, 1 Messerspitze Cayenne und 250 ml heißes Wasser. 4 - 6 Tassen täglich. Die entsaftenden Wurzelstücke nicht wegwerfen, sie enthalten noch genügend Inhaltsstoffe, um daraus Tee zu brühen. In dieser Form ist Ingwer ein sehr gutes Antivirenmittel. Dieser Tee schützt die Schleimhautmembranen, ist schleimverdünnend und wirkt fiebersenkend bei Infektionen.



Baikal-Helmkraut (*Scutellaria baicalensis*)

Das Baikal-Helmkraut ist bei uns leider nicht heimisch, jedoch besitzt es große antivirale Eigenschaften und deshalb wollte ich es euch nicht vorenthalten. Es wird bei dieser Pflanze nur die Wurzel verwendet. In China, der Mongolei und in Russland wird es schon lange bei Lungenentzündung, Fieber, Husten und vielen anderen Erkrankungen eingesetzt. Baikal-Helmkraut besitzt die Eigenschaft bei einem Virusbefall die Vermehrung der Erreger und die angeborene antivirale Abwehr des Wirtes zu stärken. Als Tinktur kann man Baikal-Helmkraut bei www.kraeuterschulte.de beziehen.

Baikal-Helmkraut kann Wechselwirkung bei Blutdruck senkenden Medikamenten hervorrufen und Diabetes1 Patienten sollen die Einnahme vermeiden!

Neues Altes aus Dorlis Kräuterwelt

Wichtig ist es, die Immunabwehr zu stärken. Daher braucht man täglich Vitamin C und Knoblauch für die Abwehr.

Zitronen-Knoblauch Saft:

Zubereitung: 3 geschälte Bio-Zitronen werden mit 17 geschälten Zehen Knoblauch klein geschnitten und mit dem Mixer püriert. Die Masse mit ca. 0,7 l Wasser aufkochen, vom Herd nehmen und abseihen. Gekühlt im Kühlschrank aufbewahren und täglich ein Likörglas trinken. Ist auch ein gutes Venentonicum.

Geschälte Zitronen mit der weißen Haut sind effektiver, als der reine Zitronensaft, da das Wirkspektrum im Körper erhöht wird.

Es gibt noch viele antivirale Pflanzen, die ein heilkräftiges Potential besitzen. Hier ist nur ein kleiner, aber wie ich finde, sehr wichtiger Auszug von antiviralen Pflanzen, die uns in dieser Zeit sehr unterstützend begleiten können. Ich hoffe, ihr bleibt gesund und ich wünsche euch eine schöne Zeit.

„Altes Kräuterwissen – Hausmittel“ – ersetzt nicht den Besuch beim Arzt!

TEH Praktikerin
Doris Kittl



Unsere neue Homepage

Wenn du dich gerne im Internet informierst, dann schau doch mal vorbei! Auf der Seite des Salzburger Landesverband für Obst- und Gartenbau!

www.bluehendes-salzburg.at/eugendorf

Wenn du sonst noch Fragen zu unserem Verein hast, kannst du auch gerne anrufen, oder eine E-Mail schreiben.

Obfrau, Angela Lindner: 0676 / 549 14 37

Schriftführerin, Doris Kittl: 0699 / 122 57 061

eugendorfgv@gmail.com

Erntedank

Herbst ist Zeit Danke zu sagen für die guten Früchte der Erde, die wir dieses Jahr wieder ernten durften. Viele Menschen haben im Frühjahr gesät, sich oft gebückt, gegossen, Beikräuter entfernt, gehegt und gepflegt. Alle Kulturen dieser Erde sagen mindestens einmal im Jahr „Danke“ an den Schöpfer.

In Salzburg waren wir heuer wieder mit gutem Wetter gesegnet, genügend Sonne und Regen, damit die Pflanzen gut wachsen konnten. Viele von uns haben ein kleines Gemüsebeet oder zumindest ein paar Kräuter am Fensterbrett. Da sehen wir, wie verletzlich die Pflanzen sind. Zu viel oder zu wenig Sonne, zu viel oder zu wenig Wasser – und der beste Gärtner kann keine Ernte einbringen.

Wir erfahren immer mehr, wie alles zusammenhängt. Im Kloster Gut Aich wird gelehrt, was viele alte Kulturen, wie Indianer oder Aborigines in Australien, Franz von Assisi schon immer gesagt haben: „Alles hängt mit allem zusammen.“ Wie wir hier leben, auf die Umwelt achten hat Auswirkungen auf die ganze Welt.



Scheinbar billige Lebensmittel, die auf anderen Teilen der Erde geerntet werden, weit transportiert werden, kommen so billig zu uns, weil diese Menschen nur einen sehr geringen Lohn bekommen und beim Transport die wahren Kosten geleugnet werden. Als Gärtner kennen wir die Arbeit für gute, gesunde, biologische Lebensmittel und sind bereit, einen fairen Preis dafür zu zahlen. Ich freue mich für jeden, der selber gut kochen kann.

Wie jeder von uns handelt, kauft, kocht, isst und lebt hat große Auswirkungen auf unsere Mutter Erde und alle Menschen, die darauf wohnen. Für eure Achtsamkeit für unsere Mutter Erde, der wir dank sagen für unsere gute Ernte, möchte ich mich sehr herzlich bedanken.

Obfrau Angela Lindner

Neues, Terminvorschau & Informationen

Freitag, 19.03.21 Jahreshauptversammlung 19.00 Uhr Holznerwirt

„Corona“ bedingt könnten geplante Veranstaltungen kurzfristig abgesagt werden.

Aktuelle Änderungen sind auf unserer Homepage nachzulesen!

Herzlichen Dank an alle Mitglieder, die ihren Mitgliedsbeitrag bereits eingezahlt haben. Einige Beiträge sind leider noch ausständig. Bitte mit beiliegendem Erlagschein einzahlen!

Bitte um Einzahlung auf unser Vereinskonto:

Volksbank Eugendorf, IBAN: AT68 4501 0000 7111 1827

Der Mitgliedsbeitrag beträgt für:

Einzelmitgliedschaft € 13,- / für Paare € 20,-



Um Papierverbrauch zu verringern, könnt ihr die Gartenpost gerne per E-Mail erhalten. Bei Bedarf bitte an folgende E-Mail Adresse schreiben!

eugendorfogv@gmail.com



Herausgeber: Obst- und Gartenbauverein
Schwaighofen–Eugendorf ZVR. 268734227,
f. d. Inhalt verantwortlich: Doris Kittl
Layout: Roswitha Freundlinger
Foto & Grafiken: OGV / Pixabay
eugendorfogv@gmail.com
www.bluehendes-salzburg.at/eugendorf