

NEWSLETTER September 2026

Inhalt

- + Schule am Bauernhof - was kommt da noch ?
- + Auszeichnung von Familienbetrieben
- + Ist Sauerteig gesünder ?
- + Bauernregeln nicht vergessen
- + Cool und regionale Produkte
- + Lästige Wespen und wie begegnen ?
- + Impulsveranstaltung LANGES LEBEN



Joel Westreicher aus Mils auf den Spuren zu einem systemischen Bildungsprogramm

Ausgangspunkt war das Projekt „Die Schafe warten auf mich“



Landwirtschaft als Schule fürs Leben
oder Landwirtschaft wird nicht besucht, sondern verstanden – als Kreislauf aus Verantwortung, Ernährung, Energie und Zukunft



Kartoffeln, Hauswürste, Langzeitdünger (Schafwolle) bietet der Jungbauer an.

Viele kennen das Format „Schule am Bauernhof“. Es ist wertvoll, aber kann dieses Design nicht weiter entwickelt werden ?? Tiere anschauen, Lebensmittel kennenlernen, Landwirtschaft erleben oder doch mehr.

Mit dem neuen Bildungsdesign „**Die Schafe warten auf mich**“ sollte schon ein erster Schritt weitergegangen werden. Landwirtschaft wird nicht nur gezeigt, sondern als **vernetztes System** begreifbar gemacht: Tiere, Boden, Wiese, Wetter, Lebensmittel, Gesundheit, Energie und Verantwortung hängen zusammen.

Der Satz „**Die Schafe warten auf mich**“ stand dabei für den Kern des Projekts. Ein Jungbauer erzählt den Schüler:innen, dass er früh am Morgen in den Stall geht, danach seinem Beruf nachgeht und am Abend wieder zu den Tieren kommt. Warum? Weil die Tiere ihn brauchen. So wird Verantwortung für Schüler:innen unmittelbar verständlich. Und nun der zweite Schritt -Das neue Design verbindet drei Lernfelder:

1. Verantwortung erleben

Am Beispiel der Schafe geht es um Fütterung, Pflege, Tierwohl, Wolle, Milch, Käse, Mist und den täglichen Einsatz in der Landwirtschaft.

2. Kreisläufe verstehen

Schafwolle wird als natürlicher Langzeitdünger und Wasserspeicher in Erde eingearbeitet. Die Schüler:innen setzen Pflanzen und erleben: Was vom Tier kommt, kann den Boden stärken und neues Wachstum ermöglichen.

3. Zukunft begreifen

Wetter, Heu, Bauernregeln, Wind, Sonne, Biogas und einfache Experimente zeigen, wie Landwirtschaft, Naturkräfte und erneuerbare Energie zusammenhängen. Für MINT-Schulen entstehen damit zusätzliche, praxisnahe Anknüpfungspunkte.

So wird aus einem Bauernhofbesuch ein **systemisches Bildungsprogramm**. Die Schüler:innen lernen nicht nur, wo Lebensmittel herkommen. Sie erkennen, dass Landwirtschaft Verantwortung, Kreislaufwirtschaft, Gesundheitsbildung, Naturverständnis und **Zukunftskompetenz verbindet**.

Vom Schaf zur Pflanze, vom Mist zur Energie, von der Jause zur Gesundheitsbildung: Das neue Design zeigt Landwirtschaft als das, was sie ist – ein lebendiges System für die Zukunft.



Das Land Tirol hat wiederum einige Familienbetriebe ausgezeichnet: Ein Beispiel: Auszeichnung für die Familie Spielmann aus Mieming: **ERBFOLGE**: Der Hof muss seit über 200 Jahren in Familienbesitz sein. Die Weitergabe muss in gerader Linie oder Seitenlinie bis zum zweiten Grad erfolgt sein.

NACHGEFORSCHT

Ist Sauerteigbrot gesünder?

Sauerteigbrot ist eine der traditionsreichsten Brotsorten überhaupt. Es gilt als besonders schmackhaft, gesund und bekömmlich. Warum ist das so? Michael Kleinert ist Lebensmitteltechnologe an der Zürcher Hochschule für Angewandte Wissenschaften. Er erforscht Prozesse beim Backen, Mehl und Enzyme.

Das Bäckerhandwerk hat in seiner Familie Tradition, auch Kleinert hat es gelernt. Das Sauerteigbrot werde vollkommen zu Recht gefeiert, sagt er.

Damit Teig aufgeht und luftig wird, braucht man ein Triebmittel. Das kann Backhefe sein, Backpulver oder bereits vorhandener Sauerteig.

Das Besondere des Sauerteigs ist die Fermentation: Dabei werden natürliche Hefen und Milchsäurebakterien aktiviert, die im Mehl und in der Umgebungsluft vorhanden sind. Die Hefen bauen Zuckerbestandteile im Mehl ab und wandeln sie in Alkohol und

Kohlenstoffdioxid um. Das Gas bildet Blasen im Teig und lässt ihn aufgehen. Die Bakterien beeinflussen den Geschmack und das Aroma.

Wie ausgeprägt der säuerliche Geschmack des Brotes am Ende ist, hängt Kleinert zufolge hauptsächlich von der Reifezeit und -temperatur ab, aber auch davon, mit welchem Mehl der Sauerteig verbacken wird.

Tatsächlich kann ein Sauerteigbrot gesünder sein als andere Sorten. Es hilft dabei, Mineralstoffe wie Kalium, Calcium, Eisen oder Magnesium für den Körper verfügbar zu machen.

Außerdem bleibt Sauerteigbrot oft länger frisch. »Beim Backen von Sauerteig verfestigen sich Eiweißstoffe, die Feuchtigkeit im Brot halten«, sagt Kleinert. Der niedrige pH-Wert des Sauerteigs verzögere das Wachstum von Schimmelpilzen.

Das allerdings hänge davon ab, wie sauber man arbeite, sagt Kleinert. ANI



Illustration: GOLDEN COSMOS / DER SPIEGEL

BAUERNREGELN mit Pflanzen und Tieren

- Bleiben die Schwalben lange, sei vor dem Winter nicht bange
- Wenn die Amseln laut flöten nach langem Schweigen, wollen sie Sturm und Regen anzeigen
- Hocken die Hühner in den Ecken, kommt bald Frost und Winters Schrecken

- Wenn die Gänse stehen auf einem Fuß, dann kommt gewiss ein Regenguss
- Kannst du in die blauen Blüten der Wegwarte schauen, darfst du auf anhaltend Schönwetter bauen.
- Treibt die Esche vor der Eiche, bringt der Sommer große Bleiche (Trockenheit)

Einfach COOL -Erfrischend regional

Kühlende Lebensmittel haben in der traditionellen chinesischen Medizin (TCM) eine besondere Bedeutung. Sie helfen, den Körper zu erfrischen und die innere Hitze zu reduzieren.

Typische kühlende Lebensmittel sind reich an Wasser und enthalten bestimmte Nährstoffe, die kühlend wirken. Hier sind einige Beispiele:

- **Gurken:** Gurken bestehen zu etwa 95% aus Wasser und sind daher ein hervorragendes Mittel zur Hydratation und Abkühlung.
- **Wassermelonen:** Diese saftigen Früchte sind nicht nur erfrischend, sondern liefern auch wichtige Vitamine und Mineralstoffe.
- **Tomaten:** Sie sind nicht nur kühlend, sondern auch reich an Antioxidantien wie Lycopin.
- **Blattsalate:** Verschiedene Salatsorten wie Kopfsalat oder Rucola sind leicht und wasserreich, ideal für heiße Tage.



WESPEN

In der Natur sind sie nützlich, am Gartentisch oder am Balkon allerdings weniger gern gesehen. Mit diesen Tipps und Methoden, wie Kaffeesatz oder einer Ablenkfütterung, halten Sie Wespen fern.

Maßnahmen gegen Wespen am Gartentisch oder auf der Terrasse

- Um Wespen gar nicht erst anzulocken, lassen Sie **Speisen im Freien nicht offen stehen**, Deckel auf Schüsseln oder Abdeckhauben helfen hier. Räumen Sie Speisereste nach dem Essen sofort vom Tisch ab. Das gilt auch für Futterreste von Hunden und Katzen, die im Freien gefüttert werden.
- **Kleinkindern** nach dem Essen **Mund und Hände abwischen**.
- **Getränke im Freien abdecken** und nicht direkt aus der Flasche trinken, sondern nur mit Strohalm. Abfalleimer gut verschlossen halten.

- Ein **feiner Wassernebel aus einer Sprühflasche** hilft Wespen zu vertreiben. Die Tiere glauben es beginnt zu regnen und sie flüchten. Dazu benötigen sie nur eine Sprühflasche gefüllt mit klarem Wasser. Zusatznutzen: der feine Sprühnebel wirkt an heißen Sommertagen für uns Menschen kühlend und angenehm.
- Auch **Ventilatoren** können helfen. Wespen mögen keine starken Luftströmungen, sie werden dadurch beim Fliegen behindert.
- **Düfte einsetzen:** Vertreiben kann man Wespen mit Zitronenduft, Gewürznelken, Teebaumöl aus Duftlampen und Räucherstäbchen.
- Ein gutes und **tierfreundliches Hausmittel gegen Wespen ist gemahlener Kaffee**. Dafür geben Sie einfach Kaffeepulver in ein feuerfestes Gefäß und zünden es an. Halten Sie das Feuerzeug aber griffbereit, da die Glut im Kaffeepulver immer wieder ausgehen kann.

Bei Begegnung mit Wespen Ruhe bewahren

Wespen haben nicht die Absicht zu stechen. Ruhige Bewegungen verhindern schon viele Vorfälle. Auch wenn es schwer fällt hilft Gelassenheit. Panische Reaktionen und heftiges Um-sich-schlagen führt nur dazu, dass die Insekten nervös werden und sich im Extremfall mit ihrem Stachel verteidigen. Blasen Sie die Wespen nicht an, denn das in der Atemluft enthaltene CO₂ steigert ihre Aggressivität. Auch starke Düfte von Parfums, Körperlotionen etc. beunruhigen die Tiere.

SEIDEMANN in VÖLS: Bio für Garten, Balkon und Terrasse

Herbstbeginn im Blumenpark

Jetzt blühen die Chrysanthemen, Erika und Herbsttrios in leuchtenden Farben und der Herbst hält Einzug in Haus, Garten und Balkon. Im Blumenpark gibt es momentan neben hübschen Zierkürbissen, Speisekürbissen und vielen anderen natürlichen Deko-Ideen alles, was man für blühende Herbstträume und einen gepflegten Garten in dieser Jahreszeit braucht. Einfach vorbeischaun – Herbst- und Allerheiligenschau sowie tolle Workshops ab Oktober. Alle Informationen dazu unter blumenpark.at

Erwins Tipp: Grünkohl - winterhart & gesund

Wintergemüse für Hochbeet und Balkon – verschiedene Sorten Grünkohl, Mangold und Pflücksalat einfach ins Hochbeet pflanzen und den Winter über ernten. Auch winterhart: wohlschmeckendes Bergbohnenkraut. Natürlich in Bio-Qualität!

Gute Kräuter in Bio-Qualität

Bei Seidemann gibt es das ganze Jahr über duftende Küchenkräuter in großer Auswahl und in Bio-Qualität. Jetzt aktuell: Kräftiger Rosmarin, Basilikum in verschiedenen Sorten, Petersilie, Koriander Bohnenkraut und viele mehr.

Im Herbst den Garten düngen

Mit Erwins Reifedünger bereitet man den Garten optimal auf die Winterzeit vor. Auch Kübelpflanzen und Rasen dabei nicht vergessen. Das Seidemann Team berät zum Thema Düngen und beantwortet alle Fragen rund um das Gärtnern.

Jetzt noch Gemüse pflanzen

Setzen Sie jetzt noch Salate in vielen Sorten, aber auch Mangold, Kohlrabi und andere sind noch im Kräuterhaus zu finden.



BIO SEIDEMANN und der Herbst

DIE LIEDER & GESCHICHTEN UNSERES LEBENS



Langes Leben
Ein Lebens- und Begleitmodell

Mit der
Landesmusikschule Imst
und emotionalen
Geschichten
von jung bis alt.



23.10.2026
ab 15.30 Uhr



WO: Cafe Rosengartl Imst
Pfarrgasse 10, 6460 Imst



VON JUNG
BIS ALT



GESCHICHTEN,
DIE BLEIBEN



Homepage/Mehr Infos: www.regional..tirol/LangesLeben

Impressum: Verein Ökozentrum, 6460 Imst

Nimm GUTES vom
Bauern in Tirol 😊

Du entscheidest über deine Gesundheit !

Schau dir auch die Alltagsfilme von Direktvermarktern aus Tirol an -
unter www.regional.tirol (Alltag) und lass dich von den zahlreichen
Rezepten verwöhnen.

[Abbestellen](#)

Danke für die Unterstützung.



regional.tirol

Bergstraße 24, 6460, Imst

Diese E-Mail wurde an {{contact.EMAIL}} gesendet.



MIT UNTERSTÜTZUNG VON BUND, LAND UND EUROPÄISCHER UNION



Europäischer
Landwirtschaftsfonds für
die Entwicklung des
ländlichen Raums:
Hier investiert Europa in
die ländlichen Gebiete



Impressum: Bergstraße 24, 6460 Imst; Mag Gottfried Mair,
0676 73 58 167-info@regional.tirol

www.regional.tirol
info@regional.tirol 0676 73 58 167

