

WIRTSCHAFT IM HAUS: Unter dem Schlagwort #ALMA finden sich beim SBLV Tipps und Tricks für den Alltag

Bäuerinnen geben ihr Wissen weiter

Die Kommission Ernährung und Hauswirtschaft des SBLV hat ein neues Projekt: #ALMA. Dabei wird das Wissen der Bäuerinnen und Landfrauen über praktische Tipps und Tricks für den Alltag weitergegeben.

SILVIA AMAUDRUZ*

Nach dem langjährigen Projekt «Gesund essen, wir wissen wie» hat die Kommission Ernährung und Hauswirtschaft des Schweizerischen Bäuerinnen- und Landfrauenverbands das neue Projekt #ALMA erarbeitet. Dabei wird das Wissen der Bäuerinnen und Landfrauen über praktische Tipps und Tricks für den Alltag weitergegeben. Der Name #ALMA ist aus den Anfangsbuchstaben von Haushalts- und ALtags-MANagement entstanden. (auf Italienisch und Spanisch bedeutet alma zudem «Seele»).

Seit dem 3. Mai werden Tipps und Tricks von Bäuerinnen und Landfrauen online verbreitet, und sie richten sich an junge Familien, Konsumentinnen und Konsumenten, die ihr Know-how in den Bereichen Ernährung, Garten und Haushalt erweitern möchten.

Backen während Corona

Die Corona-Krise hat es eindrücklich gezeigt: Die Leute haben das Backen und Kochen wieder neu entdeckt. Auch

*ZUR AUTORIN

Silvia Amaudruz ist Vorstandsmitglied und Präsidentin der Kommission Ernährung und Hauswirtschaft des Schweizerischen Bäuerinnen- und Landfrauenverbands. Sie wohnt in Le Mont-sur-Lausanne. 2019 haben sie und ihr Mann den Hof ihrem Sohn übergeben. Er bewirtschaftet einen Betrieb mit Grosskulturen (Kartoffeln, Weizen, Raps, Zuckerrüben und Gemüse). Mit viel Freude unterstützen die Eltern ihren Sohn bei der täglichen Arbeit. *mgt*



Migga Falett aus Bergün GR auf dem Bild der #ALMA-Kampagne. (Bilder: zug)

#ALMA

Seit Anfang Mai wird das Wissen der Landfrauen in Form von Tipps und Tricks im Alltag weitergegeben. Wöchentlich erscheint eine saisonale und praktische Anregung zu einem der folgenden Themenbereiche:

Kochen, Garten, Gesundheit & Beauty, Upcycling sowie Haushalt. Gestartet wurde mit dem Thema Kräuter. In der Kategorie «Garten» erschien ein umfangreiches Merkblatt zur Bepflanzung eines Kräutergartens.

das Gärtnern hat einen neuen Boom erlebt. Viele haben zu dieser Zeit zum ersten Mal einen Garten angelegt oder ihren Balkon mit Hochbeeten bestückt. Die Krisenzeit hat das Bedürfnis verstärkt, sich selbst zu versorgen, selber gesund und lecker zu kochen und den Haushalt einwandfrei zu führen.

Es ist eine Tatsache, dass diese Praxiskompetenzen an den

Schulen laufend weniger Platz im Lehrplan finden. Umso wichtiger ist es, dass zu Hause das Wissen rund um gesunde Ernährung und Hauswirtschaft an die Kinder weitergegeben wird und dass eine bewusste Ernährung vorgelebt wird.

Botschafterinnen

Bäuerinnen und Landfrauen sind authentische und glaub-



Silvia Amaudruz ist stellvertretend für andere Bäuerinnen und Landfrauen ein Kopf der Kampagne.

Darauf folgte im Bereich «Upcycling» das Projekt Basteln eines Paletten-Kräutergarten. In der Rubrik «Kochen» wurde eine eher langweilige Salatsauce aufgepeppt und im «Haushalt» ein natürlicher Raumduft

hergestellt. Nächste Woche stehen Gesundheit & Beauty mit einem Kräutertee und einem Kräuteröl im Fokus. Wöchentlich erscheinen neue Tipps und Tricks im Alltag auf www.landfrauen.ch und Facebook. *mgt*

würdige Botschafterinnen für die Themen Ernährung und Hauswirtschaft. Sie produzieren Lebensmittel, die ihnen am Herzen liegen. Oft führen sie einen grossen Haushalt oder Garten und bringen deshalb grosse Kompetenzen in diesen Bereichen mit. Sie kennen sich bei den Themen clever und bewusst einkaufen, Budget erstellen und einhalten, Vorrat anlegen und

bewirtschaften, Food Waste verhindern und gesund und lecker kochen bestens aus.

Im Namen aller Bäuerinnen und Landfrauen trägt der SBLV das Wissen mittels #ALMA weiter.

Die Mitglieder der Kommission Ernährung und Hauswirtschaft machen dies stellvertretend mit ihrem Namen und mit einem Porträtbild.