

Neujahrsvorsätze 2025

Unsere vier Freundinnen treffen sich für einen Spaziergang der Töss entlang. Samantha aufgedreht: Ich finde es soooo passend zum Jahresanfang, hier zu spazieren und dem Wasser nachzuschauen. Ich stelle mir vor, wie Schiffchen den alten Ballast davontragen, dafür entstehen neue Vorsätze.

Anna fragend: Was hast du dir denn vorgenommen fürs neue Jahr? Samantha zieht eine Grimasse: Wie schon letztes Jahr nehme ich mir vor, weniger online zu sein. Ich weiss selber nicht, wie viele Stunden ich im Internet verbringe. Klar ist es immer wieder nützlich, aber mittlerweile ist es wie beim Fernseher zu zappen. Ich habe immer das Gefühl etwas zu verpassen und es flimmern sekundlich neue Nachrichten über den Bildschirm - und das 24 Stunden am Tag. Am Morgen werde ich geweckt und lese vor dem Kleiderschrank den Wetterbericht und schaue in die Webcam, beim Kaffeetrinken bestelle ich online das Essen für den Abend, auf dem Weg ins Büro checke ich meine emails und schaue nach Kommentaren von Freunden zu den Schlagzeilen. Dann besuche ich den Videochat. Und so geht es den ganzen Tag weiter!

Elisabeth nickt zustimmend: Ich lasse mich auch viel zu leicht hetzen und ablenken. Deshalb habe ich schon vor längerem mit Qi gong, diesen meditativen Körperübungen begonnen. Wir machen die Bewegungen extra besonders langsam. Dabei sollen wir den Atem fließen lassen. Tönt ganz einfach, ist es aber nicht. Ich will dabei geduldiger werden und nicht einfach die Übungen herunterrattern. Die Lehrerin ist manchmal richtig empört über mein Eiltempo. Zum Glück befindet sie sich in Indien und wir sprechen nur via Videokonferenz.

Doris neckend: Für einmal kann ich mich dir anschliessen, Elisabeth. Ich will mir und meinen Mitarbeitenden im neuen Jahr deutlich mehr Ruhepausen gönnen. Sogar lachen will ich auf den Stundenplan schreiben. Mein Mann hat mir schon gedroht, er schickt mir eine Clownin in die Gärtnerei vorbei, damit ich sicher zum Lachen komme. Aber das schien mir dann doch zu absurd.

Samantha zu Anna: Und du willst auch das Jahr ruhiger angehen oder hast du ganz etwas ganz Anderes vor?

Unsere vier Freundinnen am Länderspiel

Unsere vier Freundinnen treffen sich an einem frühlingshaften Tag im Februar an der Grabenpromenade. Doris ächzt: Die Saison beginnt jedes Jahr früher in der Gärtnerei. Vor sechzehn Jahren gab es um diese Zeit nur Schneeglöcklein ... und Marronistände. Elisabeth brüsk: Dafür kann ich heute fast jeden Morgen joggen gehen, weil es wärmer ist. Doris zynisch: Dafür ist es am Mittag zu heiss zum Joggen geworden. Anna unterbricht: He, ich habe euch Karten fürs Länderspiel gegen Litauen mitgebracht. Samantha jubelt: Oh, danke vielmals. Ich freue mich so. Anna freudig: Oh ja das ist eine grosse Ehre für mein Fussballteam. Die ganze Schule ist in Aufregung. So ein Anlass ist eine riesige Herausforderung. Es werden Tribünen aufgebaut, Schattendächer gespannt, Palmen herangekarrt und alles schön dekoriert. Schliesslich gibt es für das erste geschlechtergemischte Fussballteam eine Übertragung ins Internet. Sponsorinnen mussten gefunden und der Kartenverkauf organisiert werden. Und weil Litauen das Land der grossen Chöre ist, mussten wir lange nach einem Chor suchen, der genügend gross, gut und bezahlbar ist. Litauische Volkstänze hingegen konnte wir der schuleigenen Tanztruppe übergeben. Nicht zu vergessen, es muss auch für das leibliche Wohl gesorgt sein, z.B. gibt es litauische Spezialitäten wie geröstetes Knoblauchbrot, Räucherfisch und -käse. Dazu gibt's deftiges Schwarzbrot. Doris versöhnlich: Das ist der Hammer, dass wir Tribünenplätze kriegen. So haben wir beste Sicht aufs Spiel. Elisabeth murmelt: Ja, danke, ist echt nett von Dir. Samantha verlegen: Das kann ich nicht bieten. In Yoga gibt es keine Meisterschaften. Dafür kann ich mich einer Gruppe anschliessen wenn ich in einer anderen Stadt unterwegs bin. Doris irritiert: Wetschwimmen gäbe es schon, aber nach einem strengen Tag in der Gärtnerei will ich nicht weiter krampfen sondern mich erholen. Bewegung habe ich eigentlich genügend, aber für mich ist es Ausgleich und Gegenmittel zum Ausbrennen. Elisabeth nachdenklich: Früher ging ich vor allem wegen der Fitness rennen. Und dann habe ich mir sogar einen Fitnessraum zuhause eingerichtet. Heute ist für mich wichtiger, dass ich mich nach dem Sport geistig wacher fühle. Mir ist es mir wichtig, zeitlich unabhängig von anderen zu sein. Sport nach Stundenplan wäre bei mir unmöglich. Anna zuckt mit den Schultern: Mir ist es genau anders rum. Wenn es nicht im Stundenplan stünde, würde ich nichts machen. Ich brauche zudem den Gruppendruck. Wehe ich erscheine einmal nicht zum Training. Dann muss ich Red und Antwort stehen. Das motiviert mich ungemein, mir einen Schubs zu geben. Doris grinsend: Aber keinen Schubs braucht es wohl für in die nächste Saftbar. Das ist auch gesund. Kommt ihr mit?

Im Erlebnispark für erneuerbare Energien

Unsere vier Freundinnen treffen sich an einem frühlingshaften Tag vor der Schule für Energiedetektiv/innen. Anna erleichtert: Vielen Dank dass ihr an einem freien Tag mitkommt mir zu helfen. Die Schule will den Erlebnispark für erneuerbare Energien modernisieren. wenn ich nur wüsste wie. Doris keck: Ich bin gespannt auf die Fahrt mit Eurem schuleigenen Kompostgas-Kleinbus. Nach was riecht er wohl heute? Elisabeth nachdenklich: Wisst ihr noch wie im Jahr 2011 die neuen AKW-pläne überraschend auf Eis gelegt wurden? Anna nickt: Danach wurde der Erlebnispark aus dem Boden gestampft, um die erneuerbaren Energien publikumswirksam vorzustellen. Trotz Neuerungen wie der Brennstoffzelle und einem Recyclinglabor wirkt er nach fünfzehn Jahren etwas gar angestaubt. Samantha interessiert: Bei unserer ersten Rundfahrt besichtigten wir eine grosse Vielfalt erneuerbarer Energienutzung: Wasser-, Wind- und Solarkraftwerke, Holzpellets- und Schnitzelheizungen. Elisabeth versonnen: Spannend wurde es, als wir Solarboote auf dem Rhein einsetzen durften. Doris wiegt den Kopf: Mir war das alles zu kopflastig. Mir machte es Spass, mit dem Messgerät Haushaltsgeräte auf ihren Stromverbrauch zu untersuchen. Anna ernst: Genau dieses Wissen erarbeiten wir an unserer Schule. Wir arbeiten eng mit energietal-toggenburg und der Solarteurschule in Wattwil, wo meine Tochter Martha zur Solaranlageninstallaterin ausgebildet wurde, zusammen. Samantha verdreht die Augen: Weisst du Anna, das mit der rein technischen Information ist längst passé, und sogar das Glas entsorgen wurde zum Erlebnis hochgestylt. Heute geht es um den Spieltrieb. Vor allem die Männer müsst ihr bei der Ehre packen. Doris mault: Ach was. Verzicht ist und bleibt etwas Lauwarmes. Samantha schmolzt: Es muss eben umformuliert werden: Schaffen sie es, zehn, zwanzig, fünfzig Punkte zu sammeln. Schliesslich spielen viele nächtelang Computerspiele. Doris herausfordernd: Wie wärs mit einem Monopoly, bei dem die Häuser bereits gebaut sind und energiesparend saniert werden müssen? Elisabeth genervt: Sollen wir noch mehr zu Hause hinter Computern sitzen? Fahren wir überhaupt los oder diskutieren wir noch lange? Ich muss rechtzeitig zurück sein, um meine Nichte von der Pfadi abzuholen Anna schlägt sich die flache Hand vor die Stirn: Jetzt hab' ich's. Wir machen wie in der Pfadi eine Schnitzeljagd und an jeder Station gibt es Fragen zu Energiethemen zu beantworten. Die Antwort verrät dann, wo's weitergeht. Und dazu muss das energieeffizienteste Fahrzeug zur Weiterfahrt gewählt werden. Dann findet es draussen statt, bietet ein Erlebnis und das Wissen ist nicht knochentrocken. Doris seufzt laut: Bravo. Und als Preis gibt es dann Rekachecks oder eine Tankfüllung Compogas. Dann hätten wir unsere Aufgabe erledigt und können ja direkt anstossen und feiern.

Unsere vier Freundinnen haben grüne Daumen

Unsere vier Freundinnen treffen sich an einen regnerischen Tag bei Samantha auf ihrem Balkon. Samantha bedauernd: Das ist jetzt schade, dass es ausgerechnet heute regnet. Es wäre viel schöner bei Sonnenschein. Meine wilden Reben sind phantastische Schatten-spender. Aber ich hoffe ihr findet es gemütlich in meiner «Koje». Ich möchte euch unbedingt meine neuesten Minigemüse präsentieren.

Doris schnaubt: Ich kann froh sein, dass es regnet nach so langer Zeit. Das eigenhändige Wässern ist mühsam und trotzdem nicht dasselbe. Elisabeth achselzuckend: Manche mögen's nass, andere heiss. Ich mochte schon immer Orchideen und bin erfreut, dass sie nun dank Klimaerwärmung wild in meinem Garten wachsen.

Samantha stirnrunzelnd: Also meine Süssen. Bitte schaut nun mal her. Hier in diesen Balkonkästchen ziehe ich Minizucchini, die nur so gross wie mittlere Rüebli werden. Cherrytomaten kennt ihr, aber habt ihr mal einen faustgrossen Blumenkohl oder Brokkoli gesehen? Ich meine, Rosmarin, Thymian, Lavendel und Salbei hat jede auf einem Fensterbrett. Aber statt dass das Gemüse im Kühlschrank vor sich hinwelkt, weil ich dann doch keine Zeit zu kochen hatte, bleibt es so frischer als frisch.

Anna schmunzelnd: Meine Tochter Emma hatte vor ein paar Jahren eine Phase, da war sie Guerilla Gärtnerin. Da bin ich schon erschrocken, das war nur halb legal. Sie und ihre Freundinnen haben mit missionarischem Eifer heimlich Pflanzensamen gesät und gegossen, weil sie trotz der Parks fanden, die Stadt sei zu wenig grün. Sie haben auch meterlange Kletterpflanzen gezüchtet und sie dann nachts an hohen Mauern befestigt. Heute kann ich lachen, aber damals war mit schon nicht so wohl, wenn sie nachts unterwegs waren. Dann gewannen die Urban Farmers den Prix Nature Swisssanto. Plötzlich war es en vogue, mitten in der Stadt zu gärtnern und die Stadtgärtnereien fingen an, freie Flächen zur Verfügung zu stellen. Sogar das städtische Gesamtverkehrskonzept sah plötzlich mitten auf der Strasse eine Baumallee vor!

Elisabeth schmallippig: Du kannst schon lachen. ich fand es damals gar nicht lustig mit diesen Guerilla Gärtnern, wenn auch aus anderen Gründen. Sie haben an feuchten Mauern Moos gezüchtet und mittels Schablonen richtige Muster entstehen lassen. Oder aus einer Mischung aus Moos, Bier und Zucker Sprüche aufgepinselt. Da man das Gemalte erst viel später sah, konnten sie nie auf frischer Tat ertappt werden. Aber Moos von den Wänden kratzen ist zeit- und darum kostspielig. Ich kenne da einige Liegenschaftsbesitzer, die gar keine Freude daran hatten. Doris verdrossen: Ich denke, von den Reben gibt es keinen Wein. Trinken wir nun Tee von selbst gezogenen Zitronenmelissen oder gehst du doch noch ab und zu etwas Trinkbares einkaufen?

<http://www.urbanfarmers.ch/>