



Selbsterntegarten.ch

Haus & Hof
Hermolingen
Hier lässt es sich gut leben



Haus & Hof Hermolingen
Stationsstrasse 40
6023 Rothenburg

www.hermolingen.ch
www.selbsterntegarten.ch
info@selbsterntegarten.ch

Liebe Freundin, Gleichgesinnte, Mama, Grossmutter, lieber Nachbar, Freund, Grossdäddi, Papi, Gemüseesser und Gartenliebhaber

Seit 2024 pflegen wir einen Selbsterntegarten in der Institution Haus & Hof Hermolingen. Bestimmt habt ihr von unseren wundervollen Gärten schon gehört, es gibt ebenfalls Selbsterntegärten im Kanton Obwalden, in Nidwalden und dem Aargau alle funktionieren mit dem gleichen Konzept.

Wolltest du auch schon Selbstversorger werden? Möchtest du dich mit biologisch angepflanztem Gemüse, saisonal und regional ernähren? Erfahren, wie eine Rande nun wirklich auf dem Feld aussieht, wächst sie im oder auf dem Boden? Möchtest du wissen, woher deine Nahrungsmittel stammen? Möchtest du dir die Zeit nehmen, Stiefel anziehen und aufs Feld zu gehen, um die krümmsten aller krummen Rüebli aus dem Boden zu ziehen? Die besten Cherrytomaten pflücken und, ach was solls gleich in den Mund... Deine eigenen Kräuter sammeln, trocknen und deinen Lieblingstee zusammenstellen. Oder deinen Blumenstraus mit selbstgepflückten Gartenblumen binden? Während gemeinsamen Gartenanlässen spannende Gespräche führen? Oder du magst es dich in Achtsamkeit zu üben und durch den Garten schlendern.

Haus & Hof Hermolingen bietet dir zusammen mit selbsterntegarten.ch die Grundlage dafür.

Mit lieben Grüßen

Sonja Portmann
& Gartenteam Haus & Hof Hermolingen ♥

... Dann bist du auch ein:e Selbsternter:in?

UNSERE VISION

Eine Gemeinschaft, die sich selbstversorgt. Oder ganz sachlich eine Gemüsekooperative!

Die Idee ist es, einen großen Garten anzulegen, bei dem die Mitglieder ihr Gemüse, ihre Blumen und ihre Kräuter, selber ernten kommen. Dadurch entsteht ein lebensnaher Bezug zum biologischen Anbau von Lebensmitteln, welcher durch Mitbestimmung möglich wird. Gemeinsam wollen wir den Garten von Haus & Hof Hermolingen mit euch und eurer Mitarbeit pflegen: ganz nach dem Vorbild der solidarischen Landwirtschaft (solawi.ch).

Zweimal im Jahr finden Helfer-Einsätze (2.5 Stunden) statt, einmal im Frühling und einmal im Herbst. Ansonsten wird der Garten gepflegt und geplant von Sonja und dem Gartenteam von Haus & Hof Hermolingen, sehr kluge und leidenschaftliche Gärtner:innen.♥

SELBSTERNTEGARTEN.CH

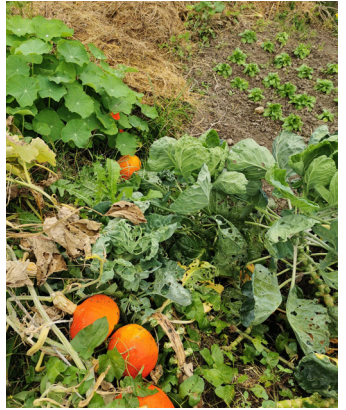
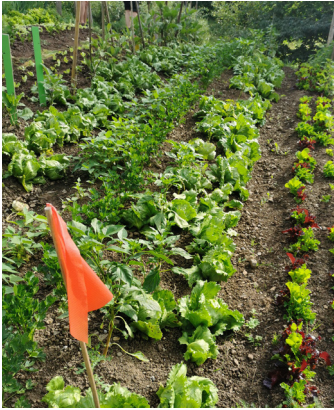
Selbsterntegarten ist als Verein organisiert, auf der Homepage findet ihr unsere Statuten.

STANDORT

Haus & Hof Hermolingen liegt mitten in Rothenburg und bietet 36 Bewohnern ein Zuhause. Die Bewohner haben die Möglichkeit im Haus, im Garten, im Hofladen, in der Werkstatt oder auf dem Landwirtschaftsbetrieb einer sinnvollen Beschäftigung nachzugehen.

Vom dem angelegten Garten werden neben dem Betrieb Haus & Hof Hermolingen 10 Familien, Paare oder Einzelpersonen ernten.

Und so kann das aussehen..



Informationen

INFRASTRUKTUR VOR ORT

Beim Garten steht ein Ort mit Erntewerkzeug und Stiefel zur Verfügung. Es handelt sich um ein Selbsterntegarten, wir liefern nicht nach Hause. Über einen Gartenchat informieren wir, welches Gemüse gerade geerntet werden kann. Es wird genug für alle haben! Und soviel, dass es auch reicht, um mal ein Pesto, Chutney oder Zuchetti süss/sauer einzumachen.

KÜNDIGUNG

Die Abos können jeweils per Ende Dezember gekündigt werden.

GEMEINSAM DURCH FETTE UND MAGERE ZEITEN

Es werden alle Anstrengungen unternommen, die gewünschte Menge Gemüse, Blumen und Kräuter in bester Qualität zu produzieren. In guten Zeiten, wenn das Gemüse dank wüchsigem Wetter beinahe im Überfluss vorhanden ist, profitieren alle von überfüllten Beeten. In mageren Zeiten, wenn die Witterung nicht mitspielt, müssen dafür Abstriche bei Menge und Qualität in Kauf genommen werden. So beteiligen sich alle am Erfolg und alle tragen das Risiko zu gleichen Teilen gemeinsam.

ANMELDUNG ODER WEITERE FRAGEN

info@hermolingen.ch

Sonja Portmann 079 405 78 69 (Mo / Mi / Do / Fr)

ZAHLUNGSBEDINGUNGEN

Rechnungsstellung per 30. April 2025

Raiffeisenbank Rothenburg

Landwirtschaftliches Altersheim Hermolingen

Stationsstrasse 40, 6023 Rothenburg

IBAN: CH25 8080 8005 5717 5065 8

Dein Abo 2025

SOZIALES

- ♥ Teil der Gemeinschaft werden
- ♥ Gemeinsame Helfer-Einsätze (2.5 Stunden)
- ♥ Begegnungen und Austausch mit unseren Bewohnern
- ♥ Katzen, Hasen, Esel, Ziegen, Kühe und Kälber zum beobachten

KULINARISCHES

- ♥ Selbsterntedank Essen
- ♥ Gemeinsamer RezepteChat „regionale Küche“



GRUNDNAHRUNG

- ♥ Vielfältiger Bio-Gemüsegarten
- ♥ Tee- und Küchenkräuter
- ♥ Blumen von der Naturwiese
- ♥ Eier pro Woche (4/6/10 Stück nach Abo-Grösse)
- ♥ Most (pro Saison 3/5/10 Liter nach Abo-Grösse)

WISSENSVERMITTLUNG

- ♥ Grundkurs Ernten
- ♥ Kennenlernen von Gemüse, Kräutern und Blumen
- ♥ Einblick in Haus & Hof Hermolingen
- ♥ Selbstversorgung

BETRIEBSBEITRAG FÜR DAS GESAMTE ANGEBOT PRO HAUSHALT

ABO KLEIN 1-2 Personen	950.- Fr.
ABO MITTEL 3-4 Personen	1245.- Fr.
ABO GROSS 5-6 Personen	1345.- Fr.

«Ein Garten ist ein Spiegel der Seele.
Wer sorgsam pflanzt und pflegt,
erntet nicht nur Blumen und Früchte,
sondern auch Freude und
Gelassenheit.»

(Alfred Austin)

