

Objekttyp: **FrontMatter**

Zeitschrift: **Kultur und Politik : Zeitschrift für ökologische, soziale und wirtschaftliche Zusammenhänge**

Band (Jahr): **50 (1995)**

Heft 4

PDF erstellt am: **12.07.2024**

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.

Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.

Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

### **Haftungsausschluss**

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Ein Dienst der *ETH-Bibliothek*  
ETH Zürich, Rämistrasse 101, 8092 Zürich, Schweiz, [www.library.ethz.ch](http://www.library.ethz.ch)

<http://www.e-periodica.ch>

# KULTUR UND POLITIK

Nr. 4 / 1995

Zeitschrift für organisch-biologischen Landbau, gesunde Ernährung und ganzheitliche Lebensführung.  
Mitteilungsblatt des Zentrums Möschberg, der Bio-Gemüse AVG Galmiz und der Biofarm-Genossenschaft Kleindietwil



**NEU**  
in unserem Versand:

**BIOGEMÜSE**

**AVG  
GALMIZ**

## Alpen-Hanföl

Eine diätetische Köstlichkeit mit Haselnuss-Geschmack

Der Hanf ist eine grasartige Pflanze, die ursprünglich aus Zentralasien stammt. Er wurde während Jahrhunderten für seine ganzheitliche Verwertung angebaut. Die ölhaltigen Samen waren ein wichtiger Nahrungsausgleich; die Fasern wurden zu Textilien (Kleider, Seile) oder zu Papierpaste verarbeitet. Der lateinische Name lautet: *Cannabis Sativa*, was soviel wie «nützlicher Hanf» bedeutet.

Die Hanfsamen enthalten 25 % vollwertiger Proteine (alle Fettsäuren sind vorhanden). Diese Samen können gekeimt, in Backgut verarbeitet oder als «Hanfmilch» genossen werden.

Das aus erster Kaltpressung gewonnene Öl ist wohl das wertvollste, was uns diese Pflanze bietet. Dieses Öl ist sehr reich an mehrfach ungesättigten Fettsäuren, darunter die unentbehrliche Gammalinolensäure (GLS) (25 % Linolensäure und 55 % Linolsäure, auch als Vitamin F bekannt). Der Anteil an gesättigten Fettsäuren ist sehr gering (nur 8 %).

Das Öl «Valchanvre» schliesst 2,8 % GLS ein, die sehr wichtig für den Aufbau des menschlichen Körpers ist. Sie spielt eine wichtige Rolle bei der Entwicklung der Hirnzellen und des Nervensystems, sorgt für eine gesunde Haut und reduziert Risiken wie Arteriosklerose, Magengeschwüre, Herzbeschwerden und zu hohen Cholesterin-Spiegel.

Unter gewissen Umständen (beim Altern, einseitiger Ernährungsweise, Diabetes, übermäßigem Genuss von gesättigten Fettsäuren), verliert der menschliche Organismus die Fähigkeit Gammalinolensäure aus Linolsäure zu erzeugen. Die GLS-Quellen sind

rar, die reichste davon ist die Muttermilch. Ausserdem findet man sie im Nachtkerzenöl, Cassiskernöl, Borretschöl und in der Mikroalge Spirulina vor. Das Hanföl ist bis anhin der billigste Spender von GLS.

Preisvergleiche (pro Gramm):	Nachtkerzenöl	CHF 75.-/g
	Borretschöl	22.-/g
	Spirulina	18.-/g
	Hanföl	4.-/g

Hanföl soll nicht erhitzt werden und ist im Kühlschrank aufzubewahren, da es zum Ranzigwerden neigt. Es eignet sich auch ausgezeichnet für kosmetische Zwecke (Cremen, Shampoo, Badezusatz usw.), es hält dem Vergleich mit Jojobaöl stand. Hanföl ist ausserdem eine vortreffliche Massageölbasis, da es hervorragende Eigenschaften aufweist, sowohl für die Hautpflege als auch für die Muskelentspannung.

Valchanvre bietet jetzt dieses wertvolle Produkt dem Handel an, wo es einen Ehrenplatz im Fachgeschäft und auf den ärztlichen Verordnungen der Therapeuten verdient.

**Preis:** 0,5 l Fr. 49.- (inkl. 2 % MWST), zuzüglich Porto und Verpackung

**Bestellungen:** Telefon 037 71 42 42 / Fax 037 71 27 72  
Bio Gemüse AVG, 3285 Galmiz

# Biotta

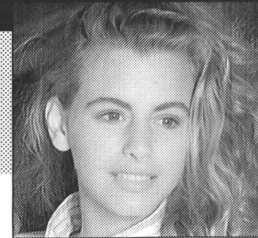
## Garantie für biologischen Anbau

Seit über 30 Jahren setzt sich die Biotta AG für den biologischen Landbau ein.



Biotta AG 8274 Tägerwilen Telefon 072/69 15 15

Der andere Katalog



## Mode ganz Natur

- Naturmode – von Kopf bis Fuss, für Tag und Nacht: kompromisslos, modisch, aktuell
- 1000 Dinge für ein gesundes Schlafen, Kleiden, Pflegen, Wohnen, Leben: alles «ganz Natur»



**KÖPPEL**

Senden Sie mir kostenlos Ihren Katalog kp 8

Meine Adresse:

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Köppel, Versandhaus für biologische Produkte  
9464 Rüthi/Rheintal ☎ 071-79 16 25  
Fax 071-79 19 25

# Inhalt

<b>Exotica</b>	3
<b>Kultur</b>	
Die dänische Volkshochschulbewegung	4
<b>Politik</b>	
Am Puls der Agrarpolitik	6
<b>Landbau</b>	
Das Korn, aus dem das Bio-Brot ist	9
<b>Gesundheit</b>	
Die raffinierte Verführung	10
<b>Leserreise</b>	
Die Studienreise 1995 – ein eindrückliches Erlebnis	13
Die Hofgemeinschaft Schmölau von Ralph Gertz und Margarethe Meyer	13
8 Biobauern – 11 000 kg Milch pro Tag!	15
<b>Biofarm</b>	
Grossaufmarsch an der Erdbeertagung am 20. Mai 1995 bei Ernst Niederer, Berneck	16
BIOFARM-FLEISCH – ein Markenprogramm, das nicht auf halbem Weg stecken bleibt	17
Zu Besuch bei BIOFARM-Haselnussproduzenten in Italien	18
<b>Veranstaltungen</b>	20

## Titelbild:

Johannisfeuer zur Sommersonnwende in Doestrup DK.



Gedruckt auf chlorfrei hergestelltem Papier

## KULTUR UND POLITIK

50. Jahrgang, Nr.4/Juli 1995

Zeitschrift für den organisch-biologischen Landbau, gesunde Ernährung und ganzheitliche Lebensführung.

Mitteilungsblatt des Zentrums Möschi, der Bio-Gemüse AVG Galmiz und der Biofarm-Genossenschaft Kleindietwil.

Erscheint 6mal jährlich Mitte der ungeraden Monate.

**Redaktionsschluss:** 15. des Vormonats

### Herausgeber und Verlag:

Schweizerische Bauernheimatbewegung; Bio-Gemüse AVG; Biofarm-Genossenschaft

**Adresse:** «KULTUR UND POLITIK»

Postfach 24, CH-4936 Kleindietwil  
Telefon 063 56 11 27 oder 56 20 10  
Telefax 063 56 20 27, PC 30-3638-2

**Redaktion:** W. Scheidegger, Madiswil

### Ständige Mitarbeiter:

Prof. F. Braumann, Köstendorf bei Salzburg; Gerhard Elias, Hinwil; Martin Lichtenhahn, Agriswil; Hansruedi Schmutz, Aarberg; Niklaus Steiner, Dagmersellen

### Abonnement:

Jährlich Fr. 30.–, Ausland Fr. 35.–

**Druck:** Druckerei Jakob AG  
CH-3506 Grosshöchstetten

# Exotica

*Im fernen Land Exotica lebte einmal ein Volk, dem es an nichts mangelte. Essen war im Überfluss vorhanden, und die meisten Leute konnten sich viele Dinge leisten, die sie zu einem erfüllten Leben eigentlich gar nicht brauchten. Das führte mit der Zeit dazu, dass die Menschen nicht mehr richtig wussten, welches die wirklich unverzichtbaren Güter waren.*

*Die Vorstellungen darüber gingen denn auch bei den Exoticanern weit auseinander. Wie nicht anders zu erwarten war, hatte jede Gruppe den Eindruck, ohne sie könnte das Staatswesen nicht gedeihen.*

*Die Bauern von Exotica, von denen es nur noch wenige gab, wehrten sich verzweifelt für ihren Stand. Da Bauern jedoch von Natur aus sehr friedliebend sind und das Sorgen für andere ihre tägliche Aufgabe ist, waren sie den andern Ständen immer mehr unterlegen. Zwar gab es Gruppen, wie z.B. die der Bankiers oder der Direktoren, die zahlenmässig nicht grösser waren als die der Bauern, aber durch ihr Geschick im Umgang mit Geld wussten sie dieses sehr zu mehren und zu ihren Gunsten einzusetzen.*

*Deshalb mussten nach und nach viele Exoticaner einen grossen Teil ihrer Arbeitszeit investieren, um nur den Zins für jene zu erarbeiten, die im Besitz des Geldes waren.*

*Wie leicht einzusehen ist, führte dies mit der Zeit zu einem wirtschaftlichen Kollaps.*

*Da ging der König von Exotica in sich und dachte lange darüber nach, wie seinen Untertanen geholfen werden könnte. Um eine neue Wirtschaftsordnung aufzubauen, so dachte er, wäre es nützlich zu wissen, welche Wirtschaftszweige deren unentbehrliche Stützen werden sollten.*

*Um dies herauszufinden wies er seine Minister an, den freien Handel, der am Kollaps nicht ganz unschuldig zu sein schien, vorerst einmal auszuschalten und dafür zu sorgen, das sich jeder Bürger von seiner eigenen Hände Arbeit ernähren und durchbringen sollte.*

*Da fingen die Bauern an, Kartoffeln und Weizen, Milch und Speck zu produzieren, die Bankiers erstellten Bilanzen und zählten das Geld, die Fabrikanten fabrizierten Autos, Kühlschränke und Computer und die Programmierer programmierten.*

*Da nun aber der freie Handel eingestellt war und jeder von dem leben sollte, was er mit seiner Hände Arbeit produzierte, hob bald ein grosses Wehklagen an in Exotica. Von Geld, Autos, Kühlschränken und Computern konnte nämlich niemand seinen Hunger stillen, auch die besten Programme halfen da nicht weiter. Einzig die Bauern lebten recht vergnügt, ihnen mangelte es eigentlich an nichts. Sie hatten Brot zu essen, Milch zu trinken und Wolle, um sich zu kleiden.*

*Und alle Menschen von Exotica, die nicht wenigstens noch einen kleinen Garten hinter dem Haus hatten, stellten sich bei den Bauern an, um ihre Banknoten, Autos, Kühlschränke und Computer gegen Kartoffeln, Weizen, Milch und Speck zu tauschen. Allen Bürgerinnen und Bürgern im Land, selbst dem König, war klar geworden, dass das Leben ohne die Bauern nicht möglich ist. Denn auch er, der König, konnte von seinen Gesetzen und Regierungserklärungen nicht satt werden.*

*Also wurde das ganze Währungs- und Wirtschaftssystem auf Kartoffeln, Weizen, Milch und Speck ausgerichtet und die Bauern wurden in Exotica zum wichtigsten Stand ausgerufen und jedermann hielt sie hoch in Ehren.*

*Und wenn sie nicht gestorben sind...*

Exoticus