

Presstext Abschlussevent 18.11.2025

10 Jahre Gartenkooperative Liechtenstein Werdenberg e.G.

Gesundes Gemüse – gemeinsam angebaut, frisch geerntet und gleich verwendet

Die Gartenkooperative Liechtenstein Werdenberg e.G. erzeugt seit 10 Jahren Biogemüse für die regionale Versorgung nach den Grundsätzen der solidarischen Landwirtschaft. Dabei erhalten die rund 100 Haushalte der Genossenschaftsmitglieder wöchentlich eine Gemüsetasche. Im Anbau wird besonders auf den Boden und die Artenvielfalt geachtet. Dabei arbeiten die professionellen Gärtner*innen mit den Mitgliedern Hand in Hand und ein großer Teil der Arbeit wird ohne Maschineneinsatz erledigt. Laut neueren wissenschaftlichen Erkenntnissen dient diese Anbauform der eigenen menschlichen Gesundheit mehr als bisher angenommen.

Im sogenannten „One-Health“-Ansatz wird der enge Zusammenhang zwischen Mensch und Umwelt beschrieben. Ein Schlüssel dazu ist die Vielfalt und die Ähnlichkeit der Mikroorganismen in unserem Darm und im Wurzelbereich der Pflanzen. Diese Gemeinschaften aus Viren, Pilzen, Bakterien und verwandten Arten nennt man Mikrobiom. Kurz gefasst: Das Bodenmikrobiom sorgt für die Gesundheit der Pflanze. Bei uns Menschen trägt das Darmmikrobiom wesentlich zur Gesundheit bei. Wenn wir Obst und Gemüse essen, nehmen wir nicht nur Vitamine, Mineralien und Ballaststoffe auf, sondern auch viele gesundheitsfördernde Mikroorganismen, die unserer Darmflora zugutekommen.

Daher die Annahme: Je höher die Biodiversität im Boden, desto besser wird die Pflanze versorgt. Je frischer und weniger verarbeitet die Lebensmittel, desto intakter die Bakterienflora. Und bei der aktiven Feldarbeit am Biogemüseacker arbeitet man direkt mit Erde, die reich an Mikroorganismen ist.

Zum 10-jährigen Jubiläum lädt die Gartenkooperative gemeinsam mit verschiedenen Partnerorganisationen alle Interessierten herzlich ein diese Kenntnisse mit Hilfe von Experten zu vertiefen. Der öffentlichen Vortragsabend unter dem Motto „Erde gut, alles gut- die Wurzeln unserer Gesundheit“ findet am 18.11. in Triesen statt.

Factbox 1:

Dienstag 18.11.2025, ab 18:30 Uhr, Saal der Musikschule in Triesen, Landstrasse 220

Gesundheit im Dialog anlässlich 10 Jahre Gartenkooperative Liechtenstein Werdenberg e.G.

Erde gut, alles gut – die Wurzeln unserer Gesundheit

Eintritt frei Apero für alle

Alle Infos unter: www.gartenkooperative.li/10jahrejubilaeum

Factbox 2:

In Zusammenarbeit mit:

Gerda Techow Gemeinnützige Stiftung, Private Universität im Fürstentum Liechtenstein, Stiftung Lebenswertes Liechtenstein, Liechtensteinische Gesellschaft für Umwelt, CIPRA international, Verein Feldfreunde, Verein Hortus, Supergut, Druckladen, Liechtensteiner Brauhaus, Vegaluna

Referenten und Fotonachweise



Prof. Dr. Markus Hilty (Uni Bern) zeigt, wie sich das kindliche Mikrobiom im ersten Lebensjahr entwickelt – und welchen Einfluss Ernährung und Diäten haben.



Dr. Natacha Bodenhausen (FiBL) zeigt, wie Bodenmikroben Pflanzengesundheit, Ernährung und Landwirtschaft prägen.



Eliane Vogt, Dipl. Ernährungsberaterin und Vorstandmitglied Verein Feldfreunde, verbindet Wohlbefinden mit Gesundheitstipps im Engagement für hochwertige Lebensmittel.



DI Simone König, Gartenfachkraft, berät zur naturnahen Gestaltung und fördert Biodiversität bei der Gartenkooperative Liechtenstein-Werdenberg.



Tanja Cissé, Jugendarbeiterin, Landtagsabgeordnete und gelernte Köchin, setzt sich für regionale Lebensmittel und Ernährungssicherheit ein.



Gartenkooperative – Erde gut, alles gut

Bildnachweis:

Referentenfotos – privat

Wurzelgemüse – Gartenkooperative

3.11.2025 Simone König