

## Blick in die Woche: KW 13 2026

Liebe solawi-Mitglieder,  
diese Woche ist für mich deshalb sehr besonders, da ich viele Dinge zum letzten Mal erledige:  
Die Gemüseverteilung planen und in der Montagmail Euch zusenden, das Angebot für Wiederverkäufer schreiben, Lieferscheine erstellen, den Blick in die Woche und die Produktübersichten für Euch erstellen, den Mittwochsmarkt und morgen den Samstagsmarkt das letzte Mal beschicken ([hier ein schöner Artikel im Haller Tagblatt](#)),  
das letzte Mal die Gemüseauslieferungstour zu Euren Verteilräumen usw...  
... dabei sind allerlei Gefühle mit dabei und es fällt mir schwer zu sagen, welches Gefühl hier überwiegt – in jedem Fall kunterbunt, wie auf dem Bild am Marktstand ☺.  
Nun stehen für mich in den nächsten Wochen Aufräumarbeiten, Sortierarbeiten, Inventarauflösung, die Auflösung meiner Selbständigen Tätigkeit und allerhand was in diesem Zusammenhang steht an. Ein Abschied nehmender Prozess.

Auch Ihr erhaltet diese oder gar schon letzte Woche das letzte Mal Gemüse aus der solawi, die bisher unter meinem Namen lief.  
Für diejenigen, die nun Mitglied im solawi Verein sind und auch einen Gemüseanteil haben, geht es nächste Woche gleich weiter, denn Katharina hat unter vollem Einsatz mit vielen helfenden solawi Händen und Hannes und Michi bereits den Anbau in den Häusern parallel vorangetrieben.

Die vergangenen Wochen waren für uns in Großhöchberg teilweise sehr anstrengend:  
für den Abschluss ein gutes und schönes Ende zu erarbeiten und gleichzeitig den Weg für die Zukunft in sichere und gute Bahnen zu lenken.



„Es hat immer Spaß gemacht, auf dem Markt zu arbeiten, es wird mir sehr fehlen“, sagt Florian Keimer. Am Samstag ist sein letzter Markttag in Hall. *Fotos: Bettina Lober*

Am kommenden Montag treffen wir uns alle, die hier in Großhöchberg gearbeitet haben gemeinsam noch einmal zum Frühstück/Brunch, also die Vergangenheit und die Zukunft treffen sich in der Gegenwart für einen schönen Abschluss und einen guten Start in die Zukunft.

Für diese Zukunft – also auch für diejenigen, die im Verein doch (noch) nicht Mitglied geworden sind, gibt es schon die ersten Aktivitäten, die ich hier unten mit angehängt habe und Euch gleich mit einladen darf – vielleicht zündet ja dann doch ein kleiner Funke für eine Fördermitgliedschaft oder gar zu einem Gemüseanteil ???



Liebe Solawi-Mitglieder,  
Frühling lässt sein blaues Band wieder flattern durch die Lüfte... der Frühling ist da!!!  
Und schon bald steht die Gärtnerei-Übergabe an - der Pachtvertrag ist unterzeichnet und das Inventar verhandelt. Zum 1. April starten wir mit unserer Solawi als Verein.

In den Gewächshäusern sprießt und wächst - dank der fleissigen Gärtner - schon so allerhand Salat wie Feldsalat, Postelein, Asiasalat, Eichblatt rot und grün, Ruccola und Schnittsalat und natürlich das erste Gemüse wie Radieschen, Blumenkohl, Spinat, Kohlrabi, Brokkoli, Spitzkohl und Fenchel. Freut euch schon jetzt auf die neue Ernte.



Im April finden gleich 2 Veranstaltungen statt, zu denen wir euch ganz herzlich einladen möchten:

### **Ostersonntag zum Osterwasser schöpfen**

Am Ostersonntag, 5. April wird zum Sonnenaufgang das Osterwasser geschöpft. Treffpunkt ist um 6:15 Uhr an der sogenannten "Knoblauchquelle" im Winterlautertal, zwischen Bernhalden und Spiegelberg-Nassach/ Kurzach an der L1117. Gegenüber der Quelle kann geparkt werden. Bringt gerne Behälter mit.

Anmerkungen von Frank:

Das Osterwasser schöpfen ist ein alter Brauch. Er entstand durch die Feststellung, dass dieses Wasser besondere "Lebenskräfte" in sich trägt. Z.B. altert es viel langsamer als "normales" Wasser. Deshalb, so sagen die Legenden, führt das Trinken des Wassers zu ewiger Jugend (ich finde, bei Katharina sieht man dies ganz deutlich...), zu gesunder, feiner Haut, heilt Augenkrankheiten und ist einfach sehr "lebendig". Man findet dazu noch viele Hinweise, die viel Bemerkenswertes in sich tragen. Es ist aber auch einfach ein schönes Erlebnis, mit anderen Menschen am Ostermorgen in guter Stimmung an einer Quelle zu sein. Wir sind dort schweigend einige Minuten vor Sonnenaufgang mit

Vorratsbehältern. Je nachdem kann es sein, dass wir zum Sonnenaufgang ein Liedchen anstimmen oder ein Geschichtchen erzählen oder andere Ideen umsetzen. Ab 6.38 Uhr füllen wir unsere Flaschen und Behälter. Das Osterwasser wird dann beim Präparate rühren weiterverwendet.

### **Präparate rühren zu Ostern**

Und am Samstag, 11. April findet um 15 Uhr das Präparate rühren zu Ostern in der Gärtnerei in Großhöchberg statt. Treffpunkt ist bei den Folienhäusern. Am besten am Friedhof am Ortseingang parken. Im Anschluss stärken wir uns gemeinsam am Buffet.

Anmerkungen von Frank:

Den Sinn und die Bedeutung des Präparate Rührens erläutern, mache ich immer direkt an den Rührfesten. Grundsätzlich geht es darum, die biodynamischen Präparate und deren Weiterentwicklungen zusammen eine Stunde lang gemeinsam zu verrühren und dann mit Hilfe von Handbesen auf die Felder und Gewächshäuser auszubringen. Dabei kommt es natürlich stark auf die verwendeten Substanzen an, aber genauso auf den Prozess des gemeinsamen Tuns. Etwas, das eigentlich für den Anbau nicht sein MUSS, aber von uns aus freiem Willen und Erkenntnis getan werden WILL.

Bringt am 11. April gerne was für das gemeinsame Buffet mit. Wir freuen uns über alle kulinarischen Köstlichkeiten.

Bitte meldet euch verbindlich **bis Montag, 30. März** bei Frank Dürrschnabel per Mail an: [frankundfrei3009@gmail.com](mailto:frankundfrei3009@gmail.com)

Weitere Solawi-Feste sind dieses Jahr geplant. Gerne schon mal vormerken:

**Präparate-Rühren** (Orga: Frank Dürrschnabel)

Samstag, 27. Juni 2026 (Johanni)

Samstag, 3. Oktober 2026 (Michaeli)

**Sommerfest** (Orga: Peter Spathelf)

Samstag, 18. Juli 2026

Und zum Schluss noch folgende Info:

### **Infoblatt Solawi Großhöchberg e.V.**

Falls ihr Leute kennt, die an der Solawi Großhöchberg e.V. interessiert sind und ebenfalls das leckere Gemüse genießen möchten, so findet ihr im Anhang das neue Infoblatt, um Werbung für uns zu machen. Also gerne munter weitererzählen, weitermailen oder ausdrucken und verteilen. Neue Mitglieder sind jederzeit willkommen!

Parallel sind wir dran, einen neuen Instagram-Account, eine Homepage und einen Flyer zu erstellen. Wir halten euch auf dem Laufenden.

Geniesst den Frühling.

Euer Arbeitskreis Öffentlichkeitsarbeit (AKÖ)



**Du schätzt gutes Essen und ernährst Dich gesund? Du kaufst lieber regional und nachhaltig ein und wünschst Dir natürliche Lebensmittel ohne Pestizide? Dann ist unsere Solawi das Richtige für Dich.**

### **Was ist eine Solawi?**

Solawi bedeutet "Solidarische Landwirtschaft". Wir sind Ernte-Teilende, das heißt, wir erhalten den vollen Ernteertrag unseres landwirtschaftlichen Betriebs und tragen dafür die Kosten des Betriebes vom Saatgut bis zu den Personalkosten der Gemüsegärtner. Auch bei einem Ernteausfall stehen Solawi-Gemüsegärtner nicht alleine da. Uns ist es wichtig, unabhängig von der industriellen Landwirtschaft zu sein, über einen gesunden Boden gesunde Nahrungsmittel zu erhalten und Lebensmittelverschwendung zu vermeiden.

### **Wer sind wir?**

Wir sind die Solawi Großhöchberg e.V. - etwa 175 Mitglieder, die "ihre" Solawi gerettet haben: als Gemüsegärtner Florian Keimer nach über 10 Jahren Solawi seinen Betrieb aufgab, gründeten wir gemeinsam mit den Gemüsegärtnern einen Verein und übernahmen Gemüseanbau und -verteilung. Wir verwalten und entscheiden alles selbst.

### **Wie kann ich mir einen Ernteanteil vorstellen?**

Als Solawi-Mitglied erhältst Du jede Woche oder jede zweite Woche Deinen Ernteanteil im Verteilraum Deiner Wahl. Das Gemüse ist frisch vom Feld und demeter-zertifiziert. Je nach Saison ist der Anteil unterschiedlich groß. Im Winter gibt es viele verschiedene Kohlsorten und Wurzelgemüse, im Sommer Salate, Tomaten, Gurken, Paprika, Zucchini usw. - insgesamt etwa 70 verschiedene Gemüsesorten und Kräuter.

### **Was kostet ein Ernteanteil?**

- Voller, wöchentlicher Anteil: 140 Euro/ Monat (reicht für ca. 3 Personen)
- halber, wöchentlicher Anteil: 84 Euro/ Monat (reicht für ca. 2 Personen)
- 14-tägiger voller Anteil: 84 Euro/ Monat (reicht für ca. 1-2 Personen)

Diesen sogenannten "Richtwert" für die Anteile legen wir jedes Jahr in der Mitgliederversammlung gemeinschaftlich neu fest, auf Grundlage der Kostenplanung für das kommende Jahr. Du kannst mit einem zusätzlichen solidarischen Beitrag die Gärtner und die Gärtnerei unterstützen oder einen zusätzlichen Beitrag leisten für Mitglieder mit geringerem Budget. Sollte Dir der Richtwert zu hoch sein, wende Dich bitte an unseren Vereinsvorstand.

Wenn Du erstmal reinschnuppern möchtest, kannst Du ein Probe-Abo für 8 Wochen beantragen.

Solawi Verein Großhöchberg e.V.  
Hauptstr. 16  
71579 Spiegelberg  
[info@solawi-ghb.de](mailto:info@solawi-ghb.de)

**Unsere Bankverbindung:**  
Solawi Grosshöchberg Verein e.V.  
IBAN: DE66 4306 0967 1375 8486 00

### Beitrag für eine Mitgliedschaft:

Der Mitgliedsbeitrag im Verein liegt bei 60 Euro/Jahr. Du kannst entweder reines Fördermitglied werden oder auch einen Gemüseanteil beziehen. Gemüse beziehen können nur Vereinsmitglieder.

### Wo bekomme ich mein Gemüse?

In aktuell 13 Verteilräumen im Rems-Murr-Kreis und Raum Ludwigsburg gelangt das unverpackte Gemüse zu den Mitgliedern. Dort kannst Du Dein Gemüse wöchentlich oder alle 14 Tage abholen. Die Kontaktdaten der Verteilraumverantwortlichen vor Ort bekommst du mit deiner Gemüsebestellung. Sie erklären Dir alles Nötige und stehen für Fragen zur Verfügung.

Die Verteilräume befinden sich in:

Asperg  
Backnang  
Beilstein  
Benningen  
Engelberg

Großhöchberg  
Gschwend  
Ludwigsburg  
Murrhardt  
Oppenweiler

Schorndorf  
Schwäbisch Gmünd  
Waiblingen

Stand März 2026 – es dürfen nach Absprache auch gerne mehr werden!

### Muss ich mitarbeiten?

Sehr gerne, aber aktive Mitarbeit auf dem Acker ist kein Muss. Ein paar Stunden Zwiebelhacken oder Karottenwaschen an der frischen Großhöchberger Luft ist aber eine gute Gelegenheit zum Kennenlernen und Austauschen. Wenn du dich handwerklich, im Marketing oder organisatorisch engagieren möchtest, sprich uns gerne an.

### Sei dabei und werde Mitglied in unserer Solawi!

#### Kontakt:

[info@solawi-ghb.de](mailto:info@solawi-ghb.de) bei Fragen, Anregungen, Wünschen rund um die Solawi  
[anmeldung@solawi-ghb.de](mailto:anmeldung@solawi-ghb.de) für Mitgliedsanträge und Gemüsebestellung



Fotos: Farina Hasak, Anja van Felten

Solawi Verein Großhöchberg e.V. **Unsere Bankverbindung:**

Hauptstr. 16 Solawi Grosshöchberg Verein e.V.

71579 Spiegelberg IBAN: DE66 4306 0967 1375 8486 00

[info@solawi-ghb.de](mailto:info@solawi-ghb.de)