

## MEIN WOCHENBERICHT IM AGRIPRAKTI VOM 30. MÄRZ - 03. APRIL 2026

### DAS BIN ICH:

Mein Name ist Christina Bockemühl und ich bin 19 Jahre alt. Ich lebe mit meinen Eltern Cornelis und Lucienne, meiner kleinen Schwester Elisa (16) sowie mit unserer Katze in Grellingen in Basel-Land. Ausserdem habe ich noch drei ältere Geschwister, Lukas (26), Felix (24) und Michaela (21), die aber bereits von zu Hause weggezogen sind.

In meiner Freizeit lese ich sehr gerne oder bin kreativ tätig, zum Beispiel beim Malen oder Zeichnen. Ausserdem bin ich gerne draussen in der Natur.

Mein agriPrakti absolviere ich auf dem Glück-Hof in Baden. Der Hof ist noch ein sehr junges Projekt, welches von meiner Ausbildnerin Miriam Zehnder und einer Gruppe von Mitarbeitenden aufgebaut wird. Er lebt grösstenteils von der Solawi (Solidarische Landwirtschaft) und vom Verkauf des Gemüses und der Ackerprodukte auf dem Markt und im kleinen Hofladen. Ausserdem leben dort zwei Esel, acht Ziegen, drei Schafe, drei Schweine, 16 Hühner, zwei Enten sowie zwei Katzen und zwei Hunde.



### MONTAG, 30. MÄRZ 2026

Am Montagmorgen habe ich um 7:30 Uhr damit angefangen, Kräcker zu backen. Das ist eine Aufgabe, die ich einmal wöchentlich erledige. Dafür musste ich erst etwas Emmermehl mahlen und dieses dann anschliessend mit Sonnenblumenkernen, Hanfsamen, Leinsamen, Kürbiskernen sowie Öl, Salz und Wasser in einer Schüssel zu einem Teig verrühren. Dann walle ich eine kleine Portion des Teigs zwischen zwei Backpapieren dünn aus. Anschliessend entferne ich das obere Backpapier und schneide die Kräcker zu ihrer vorgesehenen Grösse zu. Dann werden sie eine Stunde gebacken. Ich kann immer sechs Bleche gleichzeitig backen; in drei Öfen jeweils zwei. Parallel dazu habe ich weiter Emmer gemahlen, damit wir für die Woche genug haben, da damit auch das Brot für den Markt gebacken wird.



Das Auswallen und Schneiden des Teigs nimmt sehr viel Zeit ein, so dass ich vor dem Mittagessen zu nicht viel mehr gekommen bin, ausser dass ich mit meiner Ausbildnerin Miriam meinen Plan für die Woche kurz zusammenstellte und besprach.



Das Mittagessen gab es um 12:30 Uhr in der Gemeinschaftsküche mit dem ganzen Team. Nach meiner einstündigen Mittagspause habe ich, während die Kräcker am Backen waren, die Wäsche vom Hof gewaschen, also die Geschirrtücher und Putzlappen aus der Gemeinschaftsküche sowie ein paar Tischdecken, die auf dem Markt gebraucht wurden. Als die Maschine fertig war, habe ich die Wäsche zum Trocknen im Wäschekeller aufgehängt. Ausserdem habe ich mich um den Hofladen gekümmert, das heisst, ich habe etwas geputzt, die Produkte aufgefüllt, die Kaffeemaschine gereinigt und das dreckige Geschirr gewaschen. Als Letztes musste ich, als die Kräcker alle gebacken waren, die Bleche abwaschen und meinen Arbeitsplatz in der Küche reinigen.

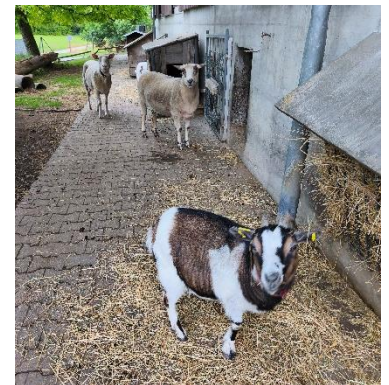
## DIENSTAG, 31. MÄRZ 2026

---

Am Dienstag bin ich den ganzen Tag für die Tiere zuständig. Ich habe also um 7:30 Uhr damit angefangen. Zuerst lasse ich die Enten und Hühner aus den Ställen, dann werden nacheinander alle Tiere gefüttert, getränkt und die Ställe werden gemistet. Wir haben eine kleine Weide, die von den Schafen, Ziegen und Eseln gleichermassen genutzt wird; am Morgen lasse ich zuerst die Schafe und die Ziegen für ein paar Stunden drauf.



Nach dem Morgentierdienst habe ich in der Wohnung die Spülmaschine aus- und wieder eingeräumt und die Küche etwas geputzt. Miriam hatte einen Kuchen gebacken, diesen habe ich in Stücke geschnitten, in Plastikfolie eingepackt und tiefgefroren, damit wir sie für spätere Events auf dem Hof hervorholen können. Zum Mittagessen habe ich mir selber Spätzle mit Sosse gemacht und diese allein gegessen, denn Miriam ist am Dienstag in der Bäuerinnenschule und sonst war auch nichts los auf dem Hof. Dann habe ich nochmal nach den Tieren geschaut, dabei habe ich die Schafe und Ziegen von der Weide geholt und stattdessen die Esel draufgelassen. Als ich sie nach etwa einer Stunde wieder von der Weide geholt habe, habe ich ihnen noch die Hufe ausgekratzt. Dann habe ich die Wäsche vom gestrigen Tag abgenommen und versorgt, das Badezimmer geputzt und noch einmal nach dem Hofladen gesehen. Als Letztes habe ich am Abend erneut die Tiere gefüttert, gemistet und Enten und Hühner wieder in den Stall gesperrt.



## MITTWOCH, 01. APRIL 2026

---

Am Mittwoch bin ich für die Schule um 5:20 Uhr aufgestanden und habe um 6:00 Uhr den Bus genommen. Mit diesem fahre ich zum Badener Bahnhof, wo ich einen Zug nach Olten und von dort einen Zug nach Sursee nehme, wo meine Schule ist. Ich hatte am Morgen Kochen. Unser Menü war ein Frühlingssalat, Schweinskarree an Portweinrahmsauce, Nudeln und zum Dessert Rhabarbermousse. Ich habe mit einer Nudelmaschine die Nudeln selbst hergestellt. Ausserdem haben wir verschiedene Rezepte für süsses Gebäck ausprobiert, die sich gut als Geschenk eignen. Am Nachmittag haben wir gelernt, wie Glas korrekt gereinigt wird. Dafür hatten wir alle etwas aus Glas von zu Hause mitgebracht, das wir putzen wollten. Bei Frau Amstutz hatten wir danach Gartenbau. Danach haben wir für die Geschenke aus der Küche, die wir am Morgen gebacken hatten, süsse Osterverpackungen gebastelt.

Um 17:00 Uhr war die Schule zu Ende und ich bin wieder über Olten nach Baden und schliesslich auf den Hof gefahren. Etwa um 19:00 Uhr bin ich angekommen.

## DONNERSTAG, 02. APRIL 2026

Am Donnerstag durfte ich morgens das Brot für die Solawi-Mitglieder backen, also für diejenigen, die eines bestellt haben. Damit muss ich um 7:00 Uhr anfangen. Miriam bereitet am Mittwochnachmittag das Brühstück und den Vorteig vor, damit dieser lange genug aufgehen kann. Am Donnerstag werden diese als Erstes zusammen mit Mehl und Wasser vermischt und kurz ruhen gelassen. Später muss ich die Formen, in die der Teig gefüllt wird, mit Öl bestreichen und mit Mehl auspudern. Dann wiege ich immer 650g vom Teig ab und lege das Teigstück in die Form und backe es schliesslich für eine Stunde.

Die Brote und ein paar andere Ackerproducte wie Emmermehl, Haferflocken oder Leinsamen habe ich danach in Boxen verteilt und diese mit einem Namen beschriftet. So werden sie dann zusammen mit den Gemüseetaschen an die entsprechende Person geliefert.

Das Mittagessen gab es wieder mit dem ganzen Team in der Gemeinschaftsküche.

Nach dem Mittag habe ich mich noch einmal um die Tiere gekümmert und dann den Nachmittag damit verbracht, in der Küche verschiedene Reinigungsarbeiten zu erledigen. Ausserdem habe ich noch einmal den Hofladen kontrolliert.

Da am nächsten Tag ein Feiertag war, bin ich am Abend nach Hause gefahren und hatte den Freitag frei.



Christina Bockemühl, 6. April 2026