

# «Wäre ich eine Blume, so wäre ich eine *Wildrose*»

Über Kopf, Herz und Hand bringt Andrea Frommherz als Beraterin und naturpädagogische Kursleiterin Kindern und Erwachsenen die Natur näher. Dabei lernen diese nicht nur etwas über Pflanzen, sondern auch über sich selbst.

Von Sandra Weber

Wäre sie eine Blume, dann eine Wildrose, sagt Andrea Frommherz. Denn diese finde man oft in Hecken am Siedlungsrand, mit einem Fuss in der Wildnis, mit dem anderen bei den Menschen. Natur und Kultur – für sie keine Gegensätze, sondern Elemente, die sich ergänzen. Und so scheinen sich auch ihre zwei grossen Leidenschaften, auf den ersten Blick gegensätzlich, bestens zu vereinen: Am Vormittag im Deuxpièce vor fünfzig Menschen einen Vortrag zum Thema Führungskompetenzen zu halten und am Nachmittag mit einem Dutzend Kindern im Wald um ein Feuer zu stehen und Holunderbeersuppe zu kochen. Denn einerseits ist Andrea Frommherz Geschäftsleiterin des Bieler Informations- und Beratungszentrums Frau und Arbeit, wo sie auch als Coach und Berufsberaterin tätig ist. Andererseits leitet sie naturpädagogische Kurse für Kinder und Erwachsene und hat zur gleichen Thematik bereits vier Bücher geschrieben. Diese sogenannten Naturwerkstätten wollen Kinder und Erwachsene anregen, sich auf spielerische Art und Weise mit Wildkräutern, Steinen, Bäumen und im jüngsten Buch, das in Zusammenarbeit mit Pro Specie Rara entstanden ist, mit Samen und Gemüse zu befassen. «Als die Anfrage kam, dachte ich erst: «Ui, iig u Gmües?», gesteht Andrea Frommherz lachend. Denn vor drei Jahren war sie vieles, nur keine Gemüsegärtnerin. «Aber ich bin neugierig, experimentiere gern und liebe Herausforderungen.» Also studierte sie am Wochenmarkt die Sorten- und Geschmacksvielfalt, besuchte Samendreschereien und legte ein Hochbeet mit blühenden Karotten und Salaten an. «Je länger ich mich mit dem Thema, mit diesem magischen Kreislauf des Lebens, beschäftigte, desto mehr hat es mich fasziniert. Ich hatte vorher nie überlegt, woher Rüebli ihre Samen haben. Eigentlich reisst man sie beim Ernten mitten aus dem Leben!», sagt Andrea Frommherz. «Ich glaube, wer einmal Samen zum Keimen gebracht hat, die daraus entstandenen Pflänzchen gehegt, ihre Früchte geerntet und gegessen oder

wieder neue Samen gewonnen hat, nimmt Lebensmittel und die Natur ganz anders wahr.» Etwas, was sie auch bei ihren Kursteilnehmern immer wieder beobachten kann: «Kinder, aber auch Erwachsene, lernen am besten durch das Ausprobieren, Erleben, Selbermachen. Eben über Kopf, Herz und Hand, wie Pestalozzi schon sagte. Und so macht das Lernen auch Spass!» Sie staune immer wieder, «wie Giele u Modi stundenlang werken können, wenn sie etwas begeistert». Und auch die Eltern machen grosse Augen, wenn sie sehen, was ihre Kinder alles probieren, wenn sie es selber pflanzen, ernten und verarbeiten konnten. Randen! Chrutstiil! Dazu kommt, dass die Menüs bei Andrea Frommherz immer mit einer Prise Abenteuer gewürzt sind, kocht sie doch vom Rüebliüteneintopf über Pastinakenchips bis zum Randenkuchen am liebsten alles auf dem Feuer. Denn: «Die Stimmung ist einfach unvergleichlich!» Stets versucht sie, in ihren Kursen und Büchern eine ausgewogene Mischung aus Geschichten, Liedern, Rezepten und Spielideen, aber auch komplexere Hintergrundinformationen zu vermitteln. So erzählt sie in einer Naturwerkstatt mehr über die Entstehung der verschiedenen Gesteine, während sie in ihrem jüngsten Buch die Themen Biodiversität und Ernährungssouveränität aufgriff. «Es ist einfach nicht fair, dass Grosskonzerne die Möglichkeit haben, Samensorten patentieren zu lassen und den Bauern, insbesondere auch in den armen Ländern, durch Hybridsaatgut oder rechtliche Grundlagen die Möglichkeit vorenthalten, ihr eigenes Saatgut zu gewinnen.» Klar spiele das im Hausgebrauch weniger eine Rolle. «Aber ich finde, schon Kinder sollten wissen, was es heisst, wenn auf einer Samenpackung F1 steht.»

Ihre zwei Leidenschaften, Natur und Menschen, noch stärker zu verknüpfen, das versucht Andrea Frommherz derzeit in einer Weiterbildung zur Gartentherapeutin. «Erlebnisse in der Natur sprechen alle Sinne an und vermitteln Kindern Vertrauen in ihre Fähigkeiten. Sie schaffen einen guten Boden, auf dem Neues keimen kann.» Aber auch Erwachsenen tue Natur gut, und zwar nicht nur körperlich, sondern auch über ihre Symbolik: «Bei einem Waldspaziergang trifft man auf unzählige Bilder: Ein reissender Bach, ein Dickicht oder ein tief verwurzelter Baum können als Metaphern für persönliche Probleme, aber auch mögliche Lösungen stehen. Solche Bilder wirken weit intensiver als reine Gedankenkonstrukte.» In naher Zukunft möchte Andrea Frommherz ihre Beratungsarbeit darum vermehrt draussen durchführen. Nicht nur zugunsten ihrer Klienten, sondern auch für sich. Schliesslich gedeihen Wildrosen noch immer am besten unter freiem Himmel.

Weitere Infos: [www.wildrose.ch](http://www.wildrose.ch)

**Buchtip:** Naturwerkstatt Samen und Gemüse, Andrea Frommherz, AT-Verlag Aarau, 2015, Fr. 32.90. **Bestellatalon Seite 59**

