

Die Bäuerin



Regelmäßige Wertschätzung im Arbeits- und Alltagsleben führt zu höherer Zufriedenheit, gesteigerter Produktivität und besserer Gesundheit.

wirphoto

Lob ausdrücken und Danke sagen

Wenn Menschen gelobt werden, dann wird dadurch ihr Selbstbewusstsein gestärkt. Was passiert, wenn Frauen für ihre Leistungen mehr ins Rampenlicht geholt werden, soll hier verraten werden.

Mag. Heidemarie Deubl-Krenmayr

Frauen auf unseren Bauernhöfen leisten Unglaubliches, wobei ihnen das selbst oft nicht bewusst ist. Bäuerinnen sind auf den heimischen Betrieben neben der herkömmlichen, traditionellen Tätigkeit in der klassischen Urproduktion für eine Vielzahl an neuen Betriebszweigen, zusätzliche Einkommensquellen und Innovationen verantwortlich. Einmal im Monat sollen daher heuer unterschiedlichste Bäuerinnen und moderne Unternehmerinnen aus Oberösterreich vor den Vorhang geholt werden. Gemeinsam mit den Beraterinnen in den Bezirksbauernkammern wurden interessante Persönlichkeiten ausgewählt, Betriebsleiterinnen aber auch Funktionärinnen, die in dieser Serie vorgestellt werden.

Immer wieder passiert es, dass Bäuerinnen meinen: „Das ist doch nichts Besonderes, ich mach doch eh das Gleiche wie alle ...“ Mit den Berichten aus ihrem Leben soll gezeigt werden, dass das vermeintlich Normale schon etwas Besonderes ist: 365 Tage im Jahr Bäuerin zu sein, mit der Verantwortung für den Betrieb, die Tiere und die Natur. Es ist eine Lebenseinstellung, für die sich Frauen aktiv entschei-

den und dafür soll hier „Danke“ gesagt werden. Diverse Studien belegen, dass Lob bei weitem kein „weicher Faktor“, sondern ein bewährtes psychologisches Instrument mit messbaren Auswirkungen auf Motivation, Leistung, Wohlbefinden und soziale Beziehungen ist. Es kostet nichts, kann aber Leben verändern – besonders, wenn es ehrlich, konkret und wertschätzend ist.

5 Gründe, warum ein ehrlich gemeintes Lob immer positiv auf die Umwelt wirkt

■ 1. Loben stärkt das Selbstbewusstsein und bricht mit der Unsichtbarkeit: Anerkennung für die eigene Leistung ist wichtig, zumal gerade Frauen in der Landwirtschaft oft vielfältige Aufgaben übernehmen, die manchmal als selbstverständlich wahrgenommen werden. Auch die klassisch angesehene Frauenarbeit – sei es am Hof, im Haushalt oder im Ehrenamt – wird oft nicht bewusst wahrgenommen. Lob macht diese oft unsichtbaren Leistungen sichtbar und schafft Anerkennung.

■ 2. Es motiviert und schafft Energie: Ein ehrliches Lob

wirkt wie ein Energie-Booster. Es motiviert, weiterzumachen, und gibt Kraft, auch schwierige Tage zu meistern. Frauen, die gelobt werden, sind oft eher bereit, auch Neues auszuprobieren und Herausforderungen anzunehmen.

■ 3. Es verbessert Beziehungen: Loben bringt Wertschätzung zum Ausdruck, was wiederum das Miteinander stärkt. Es schafft eine positive Atmosphäre und fördert Vertrauen – sei es in der Familie, im Betrieb oder in der Gemeinschaft.

■ 4. Lob verstärkt positives Verhalten und es macht glücklich – beide Seiten: Wenn eine Frau für ihre Stärken gelobt wird, fühlt sie sich bestätigt und tendiert dazu, diese weiter einzusetzen. Lob ist somit ein Anker für positive Entwicklungen. Und ein Lob gibt nicht nur der gelobten Person ein gutes Gefühl, sondern auch derjenigen, die lobt. Es setzt Glückshormone frei und hebt die Stimmung – ein Gewinn für alle Beteiligten.

■ 5. Lob als Vorbildfunktion: Wer lobt, inspiriert andere, es ebenfalls zu tun. Wenn Sie eine Frau in der Landwirtschaft für ihren Einsatz oder ihre Ideen loben, regen Sie möglicherweise auch andere an, positiver und wertschätzender miteinander umzugehen.

Kommentar

Bäuerinnen noch sichtbarer machen



Rosemarie Ferstl (BB)
LK OÖ-Vizepräsidentin

Derzeit werden rund 44,3 Prozent der oberösterreichischen Betriebe von Frauen beziehungsweise in Ehegemeinschaften geführt. Das zeigt, dass die Frauen in der Landwirtschaft einen beträchtlichen Teil der Verantwortung schultern, was die Betriebsführung betrifft. Vor allem leisten sie aber einen Großteil der Arbeit, die kaum gesehen wird. Sie kümmern sich neben der Arbeit am Hof um die Familien, von der Kindererziehung bis hin zur Pflege der älteren Angehörigen. Sie engagieren sich aber auch ehrenamtlich in unterschiedlichen Organisationen, auch dort bleiben sie dabei viel zu oft eher im Hintergrund. Deshalb ist es so wichtig, die Leistungen der Bäuerinnen sichtbarer zu machen und ihre Talente und Fähigkeiten mehr vor den Vorhang zu holen. Sie sind die stützenden Säulen in der Landwirtschaft. Sie sind es, die so vieles auch leisten, um die Lebensqualität hoch zu halten. Deshalb soll nun mit einer Serie „Die Bäuerin“ das Wirken der Frauen in den Fokus gerückt werden. Auf vier Seiten erfolgt in dieser Ausgabe der Auftakt dazu. Ich freue mich auf eine vielseitige Berichterstattung!

Was macht eine Bäuerin aus? 5 Fragen an ...

... die Bundesbäuerin LKR Irene Neumann-Hartberger (NÖ) und die Vorsitzende des Bäuerinnenausschusses OÖ LKR ÖR Johanna Haider:

Wie würdest Du „Bäuerin“ definieren?

Die eine Definition „Bäuerin“ gibt es nicht. Es stellt sich eher die Frage: Wer sieht sich als Bäuerin? Ist es die Frau am Hof mit eigenem Arbeitsbereich z.B. in der Diversifizierung? Ist es auch die Frau des Bauern, die einer außerlandwirtschaftlichen Tätigkeit nachgeht und ihr Herzblut in ihrer Freizeit in die Land- und Forstwirtschaft steckt. Die Vielfalt an Möglichkeiten gibt nicht die EINE Definition her. Für mich sind es Frauen mit vielen Zuständigkeitsbereichen am Hof – Familie, Haus, Garten, Betrieb - bis hin zur Pflege der Übergeber. Es sind auf jeden Fall Frauen zwischen Tradition und Innovation und man muss nicht als Bäuerin geboren werden, um eine Bäuerin zu sein.

Bäuerin sein bedeutet, in verschiedene Rollen zu schlüpfen, mit Tier und Natur zu arbeiten, ich bin aber auch meine eigene Chefin. Ganz besonders gefällt mir, dass ich mir meinen Tag selber einteilen kann und ich selbst bestimme, wie und wann ich meine Ideen umsetzen kann. Bäuerin sein ist ein herausfordernder sowie erfüllender Beruf, die Vielseitigkeit ist das Schöne. Wir Frauen haben Verantwortung für die Bewirtschaftung unserer Höfe.



LKR

Welche Deiner Rollen bzw. Funktionen hast du am liebsten?



www.pomassl-fotografie.at

Ich betrachte es als großes Glück, all meine Funktionen oder Rollen gleich gern auszuüben. Ob es politische Funktionen sind, die im Ehrenamt oder bei den Bäuerinnen auf Bezirks-, Landes- und Bundesebene. Es gibt nur welche, die haben ein bisschen mehr Wohlfühlfaktor. Und ohne Engagement und Herzblut funktioniert es nicht.

Selbstbestimmtheit und die vielen Entfaltungsmöglichkeiten.

Als Bäuerin kann ich meine eigenen Ideen entwickeln und dann umsetzen. In meiner Funktion als Vorsitzende des Bäuerinnenausschusses bringe ich vollen Einsatz (mit Herz und Leidenschaft) für die Anliegen meiner Bäuerinnen. Es bereitet mir vor allem auch Freude, andere zu motivieren, eine Funktion zu übernehmen.

Weil es miteinander leichter geht ... Was sind Deine Tipps für ein gutes Zusammenleben am Hof?

Zusammenleben am Hof könnte die Idealform sein und nichts Nützlicheres könnte es geben. Leider sieht die Realität oft anders aus. Tipps für ein gelingendes Zusammenleben wären aus meiner Sicht getrennte Wohnbereiche und viel Toleranz und Verständnis für die unterschiedlichen Einstellungen der jeweils anderen Generation.

Miteinander reden, auch wenn es manchmal schwer fällt. Gerade nach einer schwierigen Zeit des Miteinanders ist es wichtig, in Kontakt bzw. im Gespräch zu bleiben, damit auch wieder eine gemeinsame Basis gefunden wird. Ein wertschätzender Umgang miteinander und Freundlichkeit gehören dazu: Der Ton macht die Musik!

Was ist für Dich Lebensqualität?

Lebensqualität ist für mich glücklich und zufrieden mit dem eigenen Tun zu sein. Seinen eigenen Weg, abgestimmt mit der kleinsten Familieneinheit, zu finden. Sich auch über Konventionen hinwegzusetzen, halte ich für qualitätsfördernd. Sich kleine Auszeiten oder „Me-Time“ zu schaffen – und wenn es nur eine Stunde in der Natur ohne Arbeit ist. Aber auch da hat jeder seine persönlichen Ansprüche und Empfindungen.

Da gibt es so vieles. Ein gutes Buch lesen. Ein paar Tage vom Alltag ausspannen. Sich den eigenen persönlichen Interessen widmen – das geht im Alltag oft unter. Was für mich auch wirklich zählt ist, wenn sich die Familie gut miteinander versteht und wirklich aufeinander verlassen kann. Wichtig ist aber auch, dass der Hof sowie der Betrieb „läuft“ und man somit Freude am Tun haben kann.

Welche Deiner Ausbildungen bzw. Weiterbildungen ist für Dich am wichtigsten?

Bildung und stetige Weiterbildung halte ich für absolut wichtig. Ich verdanke sehr viel Grundbildung meiner Zeit in der HBLA Sitzenberg. Danach habe ich immer wieder Angebote des LFI genutzt und natürlich hat mich auch der ZAMM-Lehrgang besonders gestärkt.

Der Facharbeiter bzw. der Meister. Für meine Direktvermarktung auch mein erlernter Beruf: Einzelhandelskauffrau – da ich viel mit Konsumenten zu tun habe. Der Zertifikatslehrgang Brotsommelière für meine Backkurse und in meiner Funktion der ZAMM-Lehrgang.

Zwei Bäuerinnen-Funktionärinnen, die anpacken

Die beiden Mühlviertler Beirätinnen Christa Ahorner aus Alberndorf und Katrin Elmecker aus Hellmonsödt erzählen im Interview aus ihren Leben am Hof und über ihre Aufgabe als Funktionärinnen.

Elke Leitner, ABL

Christa Ahorner ist 37 Jahre alt, gelernte Floristin und Mutter von drei Kindern: Anna (zehn Jahre), Patrick (acht Jahre) und Julia (fünf Jahre alt). Auf ihrem Betrieb betreibt sie gemeinsam mit ihrem Mann und mit Unterstützung seiner Eltern eine Kälber- und Rindermast mit AMA-Gütesiegel im Nebenerwerb. Ihr Steckpferd ist die Direktvermarktung von Säften und Gemüse, welche sie im Strobladen in Alberndorf verkauft. Die aus Altenberg stammende Katrin Elmecker ist 35 Jahre alt, auf einem Milchviehbetrieb aufgewachsen, hat Friseurin gelernt und bis zu ihrem Sohn Felix dann als Kindergartenhelferin gearbeitet. 2017 kam dann noch Tochter Emely zur Welt. Während ihr Mann als Mechatroniker arbeitet, bewirtschaftet die zweifache Mama den Hof der Familie in Hellmonsödt mit 300 Bio-Hühnern. Beide Bäuerinnen sind außerdem als Beirätinnen engagiert.



Christa Ahorner (l.) und Katrin Elmecker (r.): Beirätinnen mit Leidenschaft.

Leitner

Wie seid ihr zu euren Funktionen als Beirätin gekommen?

Christa: Meine Vorgängerin hat mich angesprochen, ob ich Interesse hätte, ihre Funktion als Ortsbäuerin und Beirätin zu übernehmen. Ich durfte schon als junger Teenager bei den Bäuerinnen

erinnern Luft schnuppern. Ich war schon immer in der Landjugend aktiv und es hat mir gefallen, also habe ich zugesagt. Meine Familie unterstützt mich dabei sehr.

Katrin: Ich war ebenfalls in der Landjugend und meine Mama war schon bei den Bäuerinnen engagiert. Meine Vorgängerin hat mich 2020 gefragt, aber damals war es mir noch zu früh. Letztes Jahr war dann der richtige Zeitpunkt, um die Funktion der Beirätin zu übernehmen.

Was macht euch an eurer Arbeit besondere Freude und was bereitet euch Mühe?

Christa: Ich freue mich, neue Ideen einzubringen, wie beispielsweise die Gesunde Jause in der Volksschule anbieten, die Organisation von der Hofroas in Alberndorf oder auch von verschiedenen Ausflügen. Ich empfinde die Arbeit eigentlich nicht als Mühe, es macht mir Spaß.

Katrin: Mir gefällt die gemeinsame Zeit mit anderen Bäuerinnen und dass ich viele Gleichgesinnte kennenlerne. Die Arbeit ist bereichernd und macht Freude.

Fühlt ihr euch in eurem Team auf Ortsebene gut aufgehoben?

Christa: Ja, absolut. Unser Team besteht aus jungen und älteren Bäuerinnen und wir lernen alle voneinander. Es wird nach Ideen gefragt und wir besprechen alles gemeinsam.

Katrin: Im Team wird offen kommuniziert. Jung und Alt arbeiten zusammen, Aufgaben werden verteilt, und es gibt ehrliche Rückmeldungen. Das schafft ein tolles Miteinander.

Habt ihr Vorschläge, wie man junge Bäuerinnen wieder für öffentliche Funktionen begeistern kann?

Christa: Wichtig ist, mit Bäuerinnen persönlich zu sprechen und es wäre hilfreich, wenn man klar macht, dass es sich um ein freiwilliges Ehrenamt handelt. Eine kleine Entschädigung könnte ebenfalls ein Ansporn sein, Junge zu überzeugen.

Katrin: Es ist wichtig, offen und aktiv auf junge Bäuerinnen zuzugehen und sie anzusprechen. Das kann auf jeden Fall helfen, ihr Interesse zu wecken.

Wie wichtig ist euch der Austausch und die Vernetzung mit anderen Jungbäuerinnen in eurer Region?

Christa und Katrin: Sehr wichtig! Es entstehen nicht nur berufliche, sondern auch persönliche Freundschaften, durch die man viel Unterstützung erfährt.

Wo sollten idealerweise Bildungsveranstaltungen stattfinden, in Bezug auf Entfernung und Fahrzeit?

Christa und Katrin: Optimal wären Orte, die maximal eine halbe Stunde von zu Hause entfernt sind. Das fördert die Teilnahme und ist für viele gut erreichbar.

Mehr dazu: BAEUERINNEN.AT

BRANCHEN TRADITION UND KULTUR

BAUERN UND FUNKTIONÄRINN SEIN

INTERESSENVERTRETUNG

DIALOG ERNÄHRUNG UND KONSUMBILDUNG

AKTIONSTAGE IN SCHULEN

IK Bäuerinnen Österreich

STÄRKUNG VON FRAUEN

WIR SIND ENGAGIERT!

WIR SETZEN UNS FÜR MINDESTENS 30% FRAUEN- ANTEIL IN AGRARISCHEN & POLITISCHEN GREMIEN EIN

© LKO_APP/Elisabeth Granzl

Bildung macht's möglich: selbstbewusst und erfolgreich Bäuerin sein

Das LFI OÖ bietet passende Bildungsangebote für Bäuerinnen in allen Lebensphasen.

Mag. Iris Kierlinger-Seiberl

Das Leben als Bäuerin kann sehr bereichernd und schön sein, in manchen Lebensphasen aber eine echte Herausforderung darstellen. Bäuerinnen haben viele verschiedene Rollen. In jeder einzelnen Lebensphase und in allen Rollen ist Weiterbildung und begleitetes Lernen wichtig. Das Ländliche Fortbildungsinstitut OÖ hat eine Vielzahl an Bildungsangeboten im Programm, um sich persönlich und betrieblich weiterentwickeln zu können. Kontinuierlich entwickelt das LFI neue, innovative Seminarformate wie zum Beispiel die Onlineseminar-Reihe: „Plötzlich Bäuerin“. An drei Abenden haben Frauen, die

durch Heirat, Erbschaft oder aus eigenem Wunsch plötzlich in die Rolle der Bäuerin schlüpfen, die Möglichkeit, online von Zuhause aus Einblick in die Themen „Recht für junge Frauen“, „Zusammenleben am Hof“ und „Neue Weg für ein Einkommen in die Landwirtschaft“ zu erhalten.

Bildung unterstützt bei Prozessen

Bei den Bildungsangeboten geht es aber nicht nur um Informationen und Austausch, sie bieten auch Orientierung bei komplexeren Thematiken. Die Besonderheit für bäuerliche Familienbetriebe ist oftmals die Herausforderung, mit



Bildungsangebote des LFI OÖ finden sich im Branchenheft „Bildung für Bäuerinnen“. AdobeStock/643819622

mehreren Familienmitgliedern und Generationen am Hof zu leben und teilweise auch zu arbeiten. Worauf gerade beim Zusammenleben mehrerer Generationen am Hof geachtet werden soll, wird bei den Seminaren „Alt und Jung am Bau-

ernhof“, „Gute Gespräche am Bauernhof“ oder „Gut übergeben und übernehmen – gut zusammenleben“ genauer erläutert.

Bei den Veranstaltungen kann neue Energie und Motivation aufgetankt werden, die Bäuerinnen mit in den Alltag nehmen können.

Detaillierte Informationen zu den vielen verschiedenen Bildungsangeboten finden sich im Branchenheft „Bildung für Bäuerinnen“. Mehr Infos auf: ooe.lfi.at



Landjugend erteilt sexueller Belästigung eine klare Absage

Lange Abende, an denen man die Alltagsorgen einfach hinter sich lassen kann und mit seinen Freunden eine tolle Zeit verbringt: Das spiegelt für viele die Fest- und auch die Ballsaison wider. Damit das Fortgehen mit Freundinnen aber nicht zu einem einschneidenden negativen Erlebnis wird, startete die Landjugend OÖ in Zusammenarbeit mit dem Frauenreferat des Landes Oberösterreich auf Initiative von Landeshauptmann-Stellvertreterin Christine Haberlander im Juli 2024 die „NO GO Kampagne“. Denn sexuelle Belästigung hat auf Festen und allgemein auf dieser Welt nichts verloren. Veranstaltungen, die bei der Kampagne mitmachen, erkennt man durch die Plakate, die am ganzen Veranstaltungsgelände aufgehängt werden. Die Helfer dieser Veran-

staltungen wurden im Zuge der Einschulung auch mit der Kampagne vertraut gemacht. Fühlt man sich als Besucherin von jemandem bedrängt oder einem ist sehr unwohl, kann man sich mit der Frage „Ist Luisa da?“ oder indem man einen „Angel Shot“ bestellt, an das Barpersonal auffällig um Hilfe wenden.

Plakate jederzeit verfügbar

Die Plakate, die bei der Veranstaltung vor Ort aufgehängt werden können, können nicht nur von Landjugend-Gruppen, sondern gerne auch von anderen Vereinen im Landjugend-Büro bestellt werden.

Nähere Infos findet man auf der Webseite der Landjugend OÖ: ooe.landjugend.at

lk-bäuerinnen

www.baeuerinnen.at

*Schau nicht weg bei sexueller Belästigung. Frag beim Barpersonal nach Hilfe.

Landjugend Oberösterreich Frauen Oberösterreich