

Die Wunderwurzel für (fast) alles

Wer kennt ihn nicht, den Ingwer – doch angewendet oder einfach so einen heissen, gesunden Ingwertee genossen haben wahrscheinlich die Wenigsten. Das liegt wohl am brennend scharfen und würzigen Geschmack. Die Bestandteile sind dabei ein ätherisches Öl, Harzsäuren und neutrales Harz sowie Gingerol, welches dem Ingwer die Schärfe verleiht. Zudem enthält Ingwer verdauungsfördernde, magenstärkende, appetit- und kreislaufanregende Stoffe sowie Vitamin C, Magnesium, Eisen, Calcium etc.

Der Ingwer wächst in den Tropen und Subtropen und ist eine krautige Pflanze, die eine Wuchshöhe von 50 bis über 150 cm erreicht. Die Anwendung von Ingwer kennt keine Grenzen: So gilt er als Heilpflanze gegen Rheuma, Muskelschmerzen oder Erkältungen, hilft aber auch bei Entzündungen wie Arthrose oder bei Übelkeit und Erbrechen. Am meisten wird er wohl aber als heisser Tee bei Erkältungen verwendet. Zudem ist er aus der asiatischen Küche nicht wegzudenken.



Mit Wärme durch den Winter

Dicke kratzige Wollpullover, vom Grosi liebevoll gestrickte Fäustlinge und flauschige Kappen mit bunten Bommeln, warme Stiefel und glücklich strahlende, rot glühende Gesichter: Da kommen Erinnerungen an die schneereichen Winter unserer Kindheit auf! Lassen Sie diese behagliche Wärme in Ihr Herz und geniessen Sie gemeinsam mit der Familie und Freunden die langen Winterabende bei Kerzenschein und einem fröhlich knisternden Kaminfeuer.

Wohlige Wärme verbreiten wir auch in unserer Weihnachtspost: Ein würzig-heisser Hochgenuss nach einem beschaulichen Spaziergang durch die zauberhaft kühle Winterlandschaft ist zum Beispiel der Glühpunsch! Und wenn Sie beim Schlürfen ins Träumen geraten, lassen Sie sich von unseren Gartenideen inspirieren – wer weiss, vielleicht erfüllen Sie sich im neuen Jahr Ihren Wunschgarten? Dann rufen Sie uns einfach an: Sehr gern bauen wir für Sie Ihr individuelles Gartenparadies.
Ihr Andreas Felder

Ausblick Der nächste Frühling kommt bestimmt

Schon jetzt bereiten wir für Sie Wissenswertes rund um Gärten und Grünanlagen vor. In unserem nächsten Frühlings-Newsletter erfahren Sie zum Beispiel, weshalb begrünte Dächer das Klima in Siedlungsräumen und Städten massgebend positiv beeinflussen – gerade nach einem Sommer wie 2018 mit so vielen Hitzetagen ist dieses Thema hoch aktuell und von grosser Bedeutung. Weiter zeigen wir Ihnen auf, wie Gründächer bei starken Niederschlägen beachtliche Mengen an Wasser zurückhalten und es langsam abfliessen lassen – aber nur, wenn der Dachaufbau fachmännisch richtig ausgeführt wird. So können auch Sie aktiv mit-helfen, unser Abwassersystem zu entlasten und unnötige Überschwemmungen zu verhindern.



Landschaftsgärtner/in

Staudengärtner/in EFZ (Schwerpunkt Gartenunterhalt)

Deine Aufgaben:

- Selbstständige Pflege und Betreuung der Kundengärten
- Pflege von Terrassengärten und Dachbegrünungen
- Anspruchsvolle Begrünungen und Bepflanzungen

Stellenantritt nach Vereinbarung

Andreas Felder freut sich auf deine Kontaktaufnahme.

Telefon direkt 079 210 16 77 | info@fuenfsterngarten.ch | www.fuenfsterngarten.ch

Bauführer/in

Gartenbautechniker/in

Deine Aufgaben:

- Erstellung von Offerten, Abrechnungen, Kalkulationen
- Arbeitsvorbereitung
- Bauführung vor Ort



Glühpunsch (für 4 Personen)

- | | |
|---------|-------------------------------|
| 7,5 dl | Apfelwein |
| 5 dl | Apfelsaft klar |
| 1 | Apfel |
| 2 | Scheiben Ingwer |
| 2 EL | Rohrzucker |
| 1 Stk. | Vanilleschote |
| 2 TL | Zimt |
| 1 Prise | Anis, Nelken, Piment gemahlen |

Zubereitung: Apfel schälen, entkernen und in Scheiben oder Würfel schneiden. Alle Zutaten zusammengeben und erhitzen, nicht kochen. In Gläser füllen, heiss servieren und die wohlige Wärme im Körper aufsteigen lassen ...



Herzlichen Dank für das entgegengebrachte Vertrauen.
Wir alle wünschen Ihnen erholsame Festtage und ein glückliches neues Jahr.



- 01: Brigitte Felder
- 02: Michael Rogenmoser
- 03: Andreas Haas
- 04: Janis Pieren
- 05: Pascal Gerber
- 06: Roland Rychener
- 07: Daniel Felder
- 08: Irene Schmid
- 09: Ruth Felder
- 10: Stefan Zemp
- 11: Andreas Felder
- 12: Oliver Alessandri
- 13: Mario Zemp
- 14: Christian Ming
- 15: Luca Schaller
- 16: Christian Trauffer
- 17: Damian Camenzind

Auf dem Bild fehlen:
Fabian Zemp + André Koch

Fünfstern Garten AG
Chlusbode 6
6170 Schüpfheim

Telefon 041 485 00 18
Mobil 079 210 16 77

a.felder@fuenfsterngarten.ch
www.fuenfsterngarten.ch

Garten **POST** Weihnachtspost 2018

Fünfstern Garten AG mit Sternwarten in Luzern – Schüpfheim – Langnau i. E.



Terrassengärten

Der Terrassengarten mit Blick in die Berge lädt zum Geniessen, Spielen und Relaxen ein. Dank der grosszügigen Anordnung der Pflanzentöpfe entfalten die Stauden und das Ziergehölz ihre ganze Schönheit.



Dachgärten

Luftige Höhen Kein Haus zu hoch, kein Balkon zu klein, um ein Fünfstern-Garten zu sein: Mit grosser Erfahrung schaffen wir auf Terrassen, Balkonen und Dächern naturnahe Oasen.



Kneippgärten

Wasser im Garten Ob Brunnen, Zier-, Spielteich, Kneippanlage oder Pool: Wir haben das Fachwissen, das Können und das Partnernetzwerk rund ums Thema Wasser im Garten.



Gartenanlagen

Pflanzungen Sei es ein Landhausgarten oder ein verwunschener Park: Wir beziehen die einzigartige Geschichte und den Mythos eines Ortes mit ein und kombinieren dazu passende Pflanzen sorgfältig und fachkundig.



Gartenservice

Unterhaltsarbeiten Wir kümmern uns um den Unterhalt ihres Gartens und unterstützen Sie gerne bei der Belagsreinigung mit unserem Plattenreiniger oder der Teichreinigung mit unserem Wassersauger.

