



I höstas lade vi om den mesta av kursverksamheten till digitalt, även om vi haft några kurser med få deltagare som fysisk träff på Vreta. Kurser med fler träffar ges i samarbete med Studieförbundet Vuxenskolan. Dagskurser ges enbart genom Vreta Gård.

I vintras beslutade jag att ta ett ytterligare kliv i arbetet med miljö-, natur- och hållbarhetsfrågor. Det resulterade i att när jag råkade se att LRF sökte fler "hållbarhetsambassadörer" ansökte och är nu en av åtta inom LRF Mälardalen. Målet i den här satsningen är att nå ut till konsumenter, främst i åldern 20-40, i dialog kring mat, klimat och naturvård i Sverige och allt möjligt därtill. Det är just du som inte kan så mycket om lantbruk som är den vi gärna vill prata med.

För detta har jag valt att bland annat samarbeta med studieförbund och ett antal tillfällen finns att boka in via Studieförbundet Vuxenskolan samt Studieförbundet som digitala möten.

Är ni ett gäng som är intresserade av "enskilt möte- i grupp", hör av er. Det kan vara via ditt jobb, förening eller kompisgäng. Mötet kan vara digitalt, men även "fysiskt" här på Vreta.

Även mitt (Annette) uppdrag hos Civilförsvarsförbundet kring hemberedskap och allmän brandkunskap har lagts om till digitalt. Under hösten kommer vissa kurser i hemberedskap samköras med träffar kring hållbarhet, de hänger ihop 😊.

Innan sommaren blev jag också tillfrågad av ett nystartat företag som heter HelpMeUp att gå in som "expert" hos dem det gäller får-

och hönsskötsel genom att hålla digitala workshops och privata videomöten. Sedan några dagar ligger nu några bokningsbara tjänster hos dem, fler kommer. Det känns också roligt och rätt att samarbeta med andra aktörer kring bokningar och marknadsföring så jag själv hinner hjälpa fler som kursledare.

### **TIPS!!** Ny kurs **Hälsokurs - din och planetens hållbarhet**

Den är på distans (digitala träffar). Läs mer om den längre fram i nyhetsbrevet.

Vi är med på Trädgårdsveckan (v. 35) i Enköping via föreningen Fjärdhundraland. Pga. pandemin är det i år en vecka, med aktiviteter utspridda över kommunen. Hos oss kan du komma på "Möte i trädgården - Hållbarhet". Hoppas på fint väder och att vi kan sitta i vår trädgård och prata trädgård/hållbarhet/natur- och miljövård med mera.

Självklart kommer jag visa runt i vår trädgård också.

Två tillfällen, föransmälan (begränsat antal).

Måndag 30/8 17.30-19.00

Tisdag 31/8 11.30-13.00

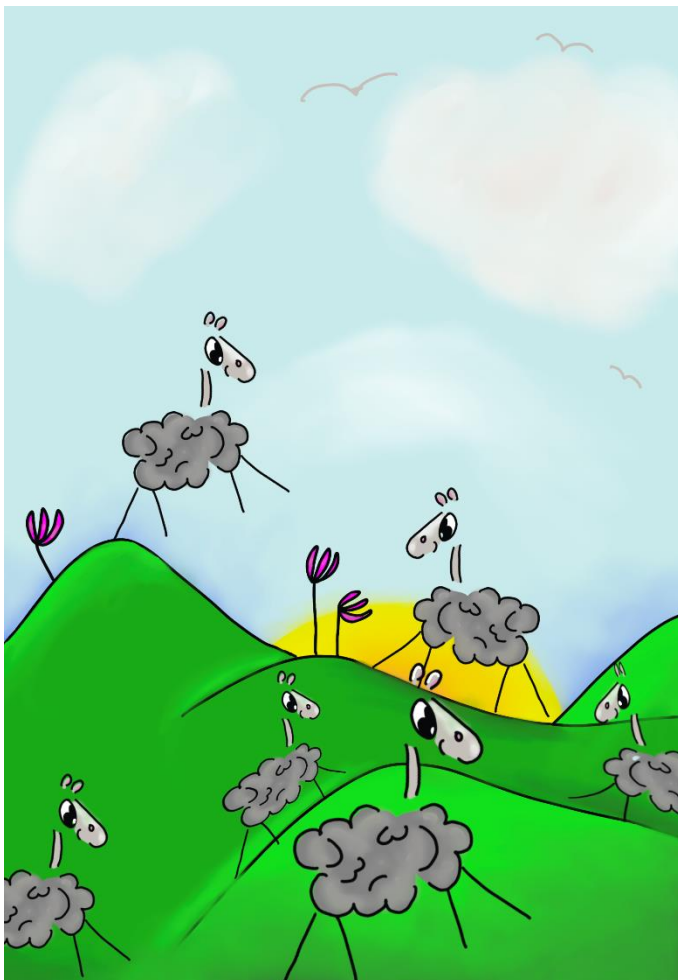
Dessutom kommer jag för Stockholm-Uppsala Fåravelsförenings räkning vara kontaktperson för LRF Skolkontakt. Tips till er i skolan eller andra, webbsidan "Bonden i skolan" med mycket material. Skolan har en sådan viktig roll i att lära barnen hur mat "blir till". De gröna näringarna är ju basen för att vi ska äta oss mätta. Dessutom är det viktigt att få in ungdomar i de gröna näringarna så att vi också i framtiden har lant- och skogsbrukare. Det är en bransch med så stor spännvidd, ofantligt många olika typer av jobb, allt från trädgårdsskötsel, äggproduktion, hästrelaterade jobb, natur- och miljövård till forskning kring nya innovativa lösningar för en hållbar växtodling. <https://www.lrf.se/om-lrf/mer-om-lrf/bonden-i-skolan/>

Så till hänt och på gång:

Lamningen blev lång i år, utdragen och i två toppar pga. seminering men också att brunsten inte gick som planerat. Varför? Kanske tillfällighet, men en del tror att det beror på att hösten var varmare än normalt.

Betesläppet blev sent i år eftersom värmen kom sent. Och sedan regn, regn, regn. Oj vad blött, men nu har värmen kommit... 😊

Anders jobbar ju som många andra hemifrån, han tittar ut från sitt kontor lite då och då och ibland hinner vi ta en kaffe eller lunch tillsammans. Tonårsgrabbarna var tiden innan lovet mer i skolan och nu är det ledigt och sommarjobb som gäller.



Så här såg det ut när Vreta Gårds fårlogga stack ut på betet.

Vart den tagit vägen vet jag inte riktigt, men det ser härligt ut! Vilken semester 😊

Tack Åsa att föra att du lyckades fånga loggan på den här härliga bilden!

Illustratör: Åsa Morath, Annettes syster

**I** stort sett alla vallar måste läggas om, torkan 2017 (vi fick inget regn mellan maj-augusti) med följande torka/värme 2018 har tårt hårt på våra vallar (åkrar). Det är mycket som dött ut. Dessutom har vi försökt hålla dem lite för länge innan vi jordbearbetat och sått nytt och kanske inte optimal gödsling. Det är ju extra knepigt när man kör ekologiskt. Vi kan inte skylla två torrår på allt, men vi försöker så in arter som klarar torka bättre. Cikoria, svartkämpe och nu ska vi prova med lusern och kärringtand. Det är en hel vetenskap det här och vi känner oss fortfarande som nybörjare. Vi håller tummarna, men det måste ju som när man sår i trädgårdslandet vara gynnsamma förhållanden.

Annette tänkte att 2021 skulle bli gödslets år på Vreta, nu hinner jag nog inte med det som jag tänkt, men som ett led i att lära mig mer om olika gödsel så anmälde jag mig lite spontant till en studiecirkel i akvaponi., fisk- och grönsaksodling i samspel. Också för att förstå hydroponi och akvaponi som nu kommer som alternativa odlingsmetoder. Intressant 😊. Som allt annat, för- och nackdelar och inte lätt.

**H**edemorahönsen var inne från november till början av juni. Det är fågelinfluensan som härjar och som med Covid-19, det gäller att hålla sig undan från att exponeras av viruset.

Som en del i arbetet med hållbarhet kommer jag även att plugga i höst-vår, kommer vara tillbaka på Väddö Folkhögskola för att gå en kurs på distans "Agenda 2030 Akademin". Den handlar just om FN:s 17 hållbarhetsmål. Får chansen att djupdyka i lite olika frågor. Blir mycket i höst, men det ska nog gå vägen.

**V**ar i väg på en semestervecka i juni på en femdagars yogakurs, både privat och i jobb 😊. Yoga, mindfulness och meditation, allt är kanon

att göra ute i naturen och blir inslag i den nya kursen "Hälsa - för din och planetens hållbarhet".

**S**kriv gärna recension på Google om oss 😊. Jag har nu sett till att vi "äger" Vreta Gård även på Google och har mer jobb att fixa där, men skriv gärna recension.

Detsamma gäller på Facebook, recensera oss gärna och jag tar gärna emot recensioner till vår hemsida.

## Kurser på gång

### **Ny kurs!** Hälsokurs - din och planetens hållbarhet - digital

Start 29 september 9.30-12.00

Är du intresserad av din hälsa och har tankar kring val och beteenden du vill förändra, men det har liksom inte blivit av? Med den här kursen hoppas jag kunna inspirera dig.

Funderar du också kring klimatförändringar och vår natur på planeten? Den röda tråden i kursen är hållbarhet, både din och planetens. Vi håller oss på en grundläggande nivå och lämnar de stora frågorna till forskningen, men inspirerar varandra till små val i vardagen som kan ha betydelse för både din hälsa och planetens.

Vi kommer att ses sex gånger digitalt, där emellan har du övningar och uppgifter att göra hemma. Du kan också gärna engagera familjen i övningar då mycket ligger på det privata planet för att analysera livsstil, kost och motion med koppling till både en hållbar kropp och knopp, men också en hållbar planet.

Naturen är en viktig del i kursen och vissa övningar kommer göras utomhus.

Under de digitala träffarna varvas "föreläsning" med diskussioner i gruppen.

Jag är diplomerad kost- och hälsocoach (1-årig utbildning) samt utbildad naturguide.

<https://www.sv.se/avdelningar/sv-uppsala-lan/kurser/halsokurs--din-och-planetens-hallbarhet---distans--43850/>



**Fårkurs**, sex träffar, digital fredag dag, start 3/9 **SV**

<https://www.sv.se/avdelningar/sv-uppsala-lan/kurser/farkurs-borja-med-far---distans-43915/>

**Fårkurs**, sex träffar, digital tisdag kväll start 9/11 **SV**

<https://www.sv.se/avdelningar/sv-uppsala-lan/kurser/farkurs-borja-med-far---distans-43918/>

**Fårkurs**, fyra träffar, 2 digitalt & 2 på plats. Start 5/9 **SV**

<https://www.sv.se/avdelningar/sv-uppsala-lan/kurser/farkurs---halften-pa-distans-och-halften-pa-vreta-gard-enkoping-43849/>

### **Studiecirkel kring skötsel och aktiv förvaltning av diken**

Digital. Datum: Start 6/9 9.30-12.30 (blandad grupp)

Anmälan direkt till mig. Arrangör SV/LRF/Jordbruksverket

Har även två kurser på gång för två lokalavdelningar inom LRF.

### **Diverse kostnadsfria digitala kurser:**

*Hemberedskap genom Civilförsvarsförbundet på uppdrag av MSB.*

*Hållbarhet på uppdrag av LRF*

### **Hemberedskap & Hållbarhet, digital **Anmälan Studieförbundet Vuxenskolan.****

23/8 18.30-20.00 Hemberedskap + Hållbarhet (tema biologisk mångfald)

<https://www.sv.se/avdelningar/sv-uppsala-lan/kurser/hemberedskap-och-dialog-kring-hallbarhet-och-biologisk-mangfald--distans-44208/>

6/9 18.30-20.30 Hemberedskap + Hållbarhet (tema mat i Sverige, till vardags och kris)

<https://www.sv.se/avdelningar/sv-uppsala-lan/kurser/hemberedskap-och-dialog-kring-hallbarhet-och-matproduktion-i-sverige---distans-44209/>

4/10 9.30-11.30 Hemberedskap + Hållbarhet (tema mat i Sverige, till vardags och kris)

<https://www.sv.se/avdelningar/sv-uppsala-lan/kurser/hemberedskap-och-dialog-kring-hallbarhet-och-matproduktion-i-sverige---distans-44210/>

## Anmälan Studieförbundet

**Hemberedskap och djur**, digital. Anmälan Studieförbundet

<https://www.studieforamjandet.se/stockholms-lan/gustav-arrangemang/kurser/2021/augusti/kurs-i-hemberedskap-med-aven-fokus-pa-djur---digital/>

**Hemberedskap & Hållbarhet**, digital

25/8 18.30-20.00 Hållbarhet - Tema biologisk mångfald

Naturskyddsföreningen

7/9 Hemberedskap + Hållbarhet (tema mat i Sverige, till vardags och kris)

29/9 Hemberedskap + Hållbarhet (tema mat i Sverige, till vardags och kris). *Svenska Blå Stjärnan*

12/10 10.00-11.30 Hållbarhet - Tema biologisk mångfald

8/11 13-14.00 Hållbarhet - Tema mat i Sverige, till vardags och kris

Hållbarhet: målgrupp: 20-40 år, men du kan vara i annan ålder. I första hand du som inte har praktisk erfarenhet av lantbruk, men övriga välkomna 😊

*Ges genom Civilförsvarsförbundet (hemberedskap) på uppdrag av MSB samt Hållbarhet på uppdrag av LRF. Båda kostnadsfria.*

**OBS!** Hemberedskap med tid för diskussion kring matproduktionen i Sverige för dig som är i branschen eller motsvarande (kanske gått fårkurs hos oss), hör av dig eller anmäl dig till dessa datum:

13/9 18.30-20.30

1/12 14.00-16.00

*Ges genom Civilförsvarsförbundet på uppdrag av MSB.*

*Anmälan till Studieförbundet Vuxenskolan. Kostnadsfri.*

Digitala workshops och Personlig experthjälp - HelpMeUp  
<https://helpmeup.se/>

- Starta med får - undvik de vanligaste fallgroparna
- Vilken ras passar mig och min gård
- Enskild rådgivning - får
- Enskild rådgivning - höns

Kommer mer datum och det går också att boka in ett sällskap för digitala workshops.

Alla digitala workshops ges "live", dvs du träffar mig och kan ställa frågor.

Gårdsbutiken är "stängd", dvs vi har ingen "fysisk" butik att gå in i nu under pandemin (har den i bostadshuset), men vi tar gärna ut skinn eller ullgarn om du vill komma och handla. Du kan också höra av dig så skickar vi garn eller skinn.

Det är dags att boka lammlåda, tidigare kunder har dock förtur.

Är du intresserad att köpa bagge? Vi brukar ha flera bagglamm till salu. Några kommer troligen att säljas på baggauktion (Mälardalen), men har alltid även icke riksbedömda gårdsbaggar till salu.

Följ och gilla oss gärna på Facebook och Instagram. Här lägger vi kontinuerligt in vad som händer på gården. Klicka på ikonerna nedan eller via vår hemsida [www.vreta-gard.se](http://www.vreta-gard.se).

Facebook Vreta Gård 

Instagram Vreta Gård 

[www.vreta-gard.se](http://www.vreta-gard.se)  
[info@vreta-gard.se](mailto:info@vreta-gard.se)

Hälsningar!

Annette, Anders, Erik, Albin och alla djuren på Vreta Gård

