

# Inhaltsverzeichnis

## Aufbruch aus der Winterstarre

---

- 8** z'Alp?
- 12** Checkliste Alpteam
- 14** Checkliste Kuhalp
- 20** Checkliste zum Alpmeistergespräch
- 24** Checkliste Persönliche Dinge
- 26** Zum Überwintern auf Hawaii reicht der Alplohn nicht
- 34** Von Stellensuchenden, Arbeitsverträgen und Davongelaufenen
- 38** Schiefgegangen
- 42** Hilfswerke für die Alpen

## Leib, Leben und Futter des Rindviehs

---

- 48** Technische Daten einer Kuh
- 54** Auswirkungen der Alpung auf das Rindvieh
- 58** Die Alpweide
- 66** Kühe sind nicht geschmacklos
- 72** Das Pferchen
- 78** Der Kuh-Knigge
- 82** Rindviecher sind unmenschlich
- 86** Mutterkühe
- 92** Das Kuhhorn ist ein verkanntes Stoffwechselorgan
- 98** Brunst
- 103** Trockenstellen
- 107** Kranke Tiere
- 116** Die Viehapotheke
- 118** Salz ist keine Schokolade!
- 120** Panaritium
- 126** Ein Blasrohr ist kein Alphorn
- 130** Klauenbehandlungen
- 138** Homöopathie für das Rindvieh
- 143** Ausgerutscht, abgestürzt

## Ziegenschaf, Borstenhuhn und Pferdeschrecke

---

- 150** Als Hirt auf der Geissalp
- 156** Ziegenkrankheiten
- 163** Von Pferden, Eseln, Mulis
- 170** Über das Schafhüten
- 180** Schafkrankheiten und Geburten
- 186** Leben mit dem Wolf
- 192** Güllenwürmer, Bschittigrodlä, Mistbienen
- 194** Sonnenbrand und Schottensuff
- 200** Borsten-, Grunz- und Rüsseltiere
- 207** Hühner
- 211** Das wilde Tierleben der Alpweiden

## Alles aus dem Eimer

---

- 218** Wie melkt man eine Kuh?
- 224** Leben im Milchmeer
- 232** Milchverarbeitung im Piktogramm
- 238** Besonderheiten der Ziegenmilchverarbeitung
- 240** Sirtenkultur
- 248** Zigern ist die Alchemie des Käses
- 256** Käse geht nie in die Hose
- 262** Und am Ende die Schotte
- 268** Phagen, Staph und feiner Käse
- 274** Unter der Fuchtel der Zellzahl

## Grenzen der Freiheit

---

- 282** Mit den Augen der Chefs
- 288** Schön ist es hier!
- 293** Besuch
- 296** Das Geschirr an der Wand
- 302** Pflästerchen für Hirt und Sennerin
- 306** Hunde und Hirten
- 314** Von Ausbruch bis Zaunkrieg
- 324** Mit Rindern unterwegs
- 330** Klauen auf weissem Teppich
- 334** Liebe Rinder, nachlaufen bitte!
- 336** Knotologie
- 342** Formulare bis ans Ende des Kopfes

## Donnergrollen, Feuertopf und Krachsalat

---

- 350** Die meteorologische Anstalt im Instinkt
- 358** Backen in der Pfanne
- 362** Der Alpgarten
- 366** Kochen im Koffer
- 368** Fänz
- 370** Konserviertes von der Alp
- 372** Schmierer und Salben

## Blicke aus dem Alpenglühn

---

- 376** Das Plangen nach dem Gebirge
- 380** Das erste Mal
- 386** Mit Kindern z'Alp
- 394** Wir bleiben fürs ganze Leben
- 400** Fortsetzung aus Leidenschaft
- 408** Alpen, Musik, Instrumente
- 412** Die Vertreibung der Stille
- 420** Johlen, Juitzen, Löcklern und gesetzloses Jodeln
- 424** Toggel, Tuntschi, Wandler
- 430** Ohne Anfang und Ende
- 438** Bevor es uns gab, sind wir schon beschrieben worden
- 446** Die Alpenkratzdistel ist nicht löwenzahngelb
- 452** Auf der Alp gibts viele Sünden
- 456** Von La Chaux-des-Breuleux gegen Klosters zu
- 472** Die Alp ist keine Insel
- 478** Diesseits und jenseits des Bovi-Stops
- 486** Kristallkugelalp

## Anhang

---

- 494** Die Alp zählen und nicht nur die Alp
- 500** Die Köpfe der Mitmachenden
- 506** Fotonachweis
- 507** Dank
- 508** Adressen und Ressourcen
- 515** Glossar
- 522** Stichwortverzeichnis