

# Naturfreund

Magazin für Freizeit und Umwelt

117. Jahrgang 3a/2024

**NIEDERÖSTERREICH-  
AUSGABE**

REISEN SEITE 22-23

**Gemeinsames Abenteuer:**

## **Klettern als Familiensport**

**Seite 9**

Unsere Hütten –  
leistbarer Luxus

**Seite 10**

Auf in die Zukunft  
des Vereinslebens

**Seite 12**

Herausforderung  
Polarlichtfotografie





Outdoor 422 m<sup>2</sup> Kletterfläche bis 17 m Höhe (Kletterturm)

Mehr als 5000 Klettergriffe installiert

Einsteigerrouen mit getrennten Vorstiegswänden mit Fixseilen

Indoor 700 m<sup>2</sup> Kletterfläche bis 17 m Höhe und Boulderbereich mit 50 Bouldergriffen

Erlebnisbereich mit Sky-Walk (Indoorhochseilgarten)

Bereich für Therapie- und Erlebnisklettern

Sauna, Solarium und Energie Lounge

## Klettern und Bouldern: Sport für alle Generationen

Vor allem als Hallensport gewinnt Klettern und Bouldern immer mehr Anhänger\*innen. Die Kletterinnen und Kletterer schätzen den Kick an der hohen Wand, die Boulderinnen und Boulderer die schnellen und geschmeidigen Bewegungsabläufe in Absprunghöhe. Das Kletterzentrum Weinburg bietet neben dem 1122 m<sup>2</sup> großen Outdoor- und Indoorkletterbereich auch eine frei zugängliche naturnahe Freizeitanlage in unmittelbarer Nähe. Dort gibt es Motorikparks, einen Wassersandspielplatz für die Kleinsten, einen Volleyballplatz, einen Naturerlebnisweg, einen TEH®-Kräuterschaugarten und weitere tolle Angebote.

**Das Team des Kletterzentrums Weinburg freut sich auf dein Kommen!**



Mehr Informationen durch Scannen des QR-Codes.



**KLETT- UND THERAPIE  
ZENTRUM WEINBURG**



**Naturfreunde  
Österreich**

# Sozial und ökologisch engagiert



**Karin Scheele**  
Vorsitzende der  
Naturfreunde  
Niederösterreich

**A**bseits der weltpolitischen Ereignisse, die auch an uns Naturfreunden nicht spur- und diskussionslos vorübergehen, haben wir stets unsere Aufgabe als moderne Naturschutzorganisation im Auge. Die Erhaltung einer lebenswerten Umwelt und der schonende Umgang mit der Natur sind Triebfedern unseres Handelns.

Dazu zählt auch ein intaktes Umfeld für die heimischen Insekten. Die negativen Auswirkungen einer intensiven Landwirtschaft und die Zerstörung von Lebensräumen lassen die Artenvielfalt dramatisch zurückgehen. Die Naturfreunde Niederösterreich haben immer auf die gravierenden Veränderungen hingewiesen und werden das auch weiter tun. Aber auch jede und jeder Einzelne kann einen Beitrag zur Erhaltung der Artenvielfalt leisten. Ob man auf dem Balkon oder im Garten ein Insektenbuffet anlegt, also Blühpflanzen sät, eine Trinkstelle für Vögel, Igel und eben auch Insekten einrichtet oder ein Nützlingshotel aufstellt – das alles sind kleine, aber sehr wichtige Schritte zur Bewahrung einer intakten Natur.

Ein weiterer Baustein der Naturfreunde-Arbeit ist die Erhaltung des freien Zugangs zu unseren Wäldern. Immer wieder erreichen uns Berichte, dass dieser Zugang erschwert oder verhindert wird. Plötzlich sind wo „Sperrgebiete“ ausgewiesen oder Wanderwege enden abrupt. Gemeinsam werden wir uns gegen diese Tendenz wehren und Fehlentwicklungen aufzeigen, um einen fairen Zugang zu gewährleisten.

Die drastische Teuerung, die rasant gestiegenen Lebenshaltungskosten und die damit einhergehende Kinderarmut waren in den letzten Monaten in der medialen Berichterstattung sehr präsent. Für viele Menschen, speziell Familien, sind das nicht nur Schlagworte, sondern eine traurige Realität, die sich massiv auf ihr Leben auswirkt und mit der sie täglich umgehen müssen. Unter dem Motto „Raus aus dem Alltag, rein in die Natur!“ stellen die Naturfreunde Niederösterreich 29 Hütten zur Verfügung. Nicht alle sind bewirtschaftet, sondern es sind auch Selbstversorgerhütten darunter, wo man zu überschaubaren Preisen die Natur und die Bergwelt erleben und die Hüttenromantik genießen kann. Gerade wenn das Geld knapp ist und die Gedanken ständig um materielle Notwendigkeiten kreisen, braucht man einen Szenenwechsel, Entspannung und den Kontakt zur Natur, um sich wieder zu erden, aus dem Gedankenkarussell auszubrechen und Kraft zu schöpfen. So werden die Naturfreunde ihrer sozialen Verantwortung gerecht.

## Niederösterreich- Ausgabe

Naturfreund 3a/2024

### Inhalt

Verlängerung des Wasserleitungswegs _____	4
Klettern mit der ganzen Familie _____	7
Die neue Wirtin der Peilsteinhütte _____	8
Hüttenurlaub für wenig Geld _____	9
Frischer Wind im Vereinsleben _____	10
Polarlichter fotografieren _____	12
Das stille Sterben der Insekten _____	16
Naturfreundetag Niederösterreich _____	20
Veranstaltungen _____	22
Impressum _____	24



**Naturfreunde  
Niederösterreich**

# Sicher durch das Höllental: Ziel in Sicht

**Aktuell** ■ Der Wasserleitungsweg von Hirschwang nach Kaiserbrunn ist einer der schönsten Flusswanderwege im südlichen Niederösterreich. Jetzt soll er endlich bis zum ehemaligen Gasthaus Singerin verlängert werden.

Text: Hubert Prigl, Vorsitzender der Naturfreunde Hirschwang-Reichenau, Fotos: Ewald Putz, AdobeStock/kerkezz

Seit über zehn Jahren denken Mitglieder der Naturfreunde darüber nach, den Wasserleitungsweg bis zum Weichtalhaus zu verlängern. Die 2015 neu errichtete Hütte ist von Kaiserbrunn aus nur über die stark befahrene Bundesstraße 27 erreichbar. Das Gehen auf

dieser Straße durch das Höllental, entlang der Schwarza, ist für Kletter-sportler\*innen, Wanderbegeisterte und Wallfahrer\*innen gefährlich. Schulklassen, die im Naturfreundehaus nächtigen und Kaiserbrunn besuchen wollen – mit seinem Naturlehrpfad und seinem Wasserleitungsmuseum ein wunderbares Ausflugsziel –, muss trotz der kurzen Distanz die Fahrt mit dem Bus empfohlen werden.

So entstand die Idee einer Verlängerung des Wasserleitungsweges von Kaiserbrunn bis zum Weichtalhaus und darüber hinaus zum ehemaligen Gasthaus Singerin. Das Projekt ist nun endlich auf der Zielgeraden. Es war ein langer und steiniger Weg.

## Tourenplanung

Es gab viele Gründe, das Projekt zu starten: Erstens könnte man damit das Naturerlebnis Höllental den Menschen näherbringen und sie für Umwelt- und Naturschutz sensibilisieren. Zweitens könnte man eine attraktive Verbindung zum Naturfreundehaus Knofeleben erschließen. Und drittens ließe sich eine Verbindung zum Weichtalhaus herstellen, einem bekannten Ausgangspunkt für alpine Wanderungen. Das

dachte sich der Autor am Beginn seiner Tätigkeit als Vorsitzender der Ortsgruppe Hirschwang-Reichenau.

## Umwege und Sackgassen

Die formalen Beschlüsse für den Wanderweg waren bis zur Landes- und Bundesorganisation bald gefasst. Die Diskussion über die Wegvarianten führte vor allem in der Pandemie zum Planungsstillstand. Schlussendlich einigte man sich nach über drei Jahren auf eine Variante, die eine Verlängerung bis zum ehemaligen Gasthaus Singerin vorsah. Die Gesamtbaukosten wurden mit rund 770.000 Euro veranschlagt.

## Umkehren?

Über mangelnde Unterstützung aus der Bevölkerung konnten sich die treibenden Kräfte bei den Naturfreunden Hirschwang-Reichenau nicht beklagen. Die Gemeinderäte von Reichenau, Payerbach und Schwarza im Gebirge beschlossen im Herbst 2022 einstimmig, den Flusswanderweg „inhaltlich“ zu unterstützen – die Betonung liegt auf „inhaltlich“. Aus budgetären Gründen könnten keine Geldmittel zugeschossen werden, hieß es. Das Projekt musste also aus anderen Quellen finanziert werden.

## Der Wasserleitungsweg

Der Wasserleitungsweg von Hirschwang nach Kaiserbrunn wurde von der Stadt Wien errichtet und 1998 zur Benutzung freigegeben. Er führt durch das wildromantische Höllental – zwischen Rax und Schneeberg gelegen –, entlang der I. Wiener Hochquellenleitung, die Wien seit den frühen 1870er-Jahren mit Trinkwasser versorgt. Die Bauzeit für die circa 100 Kilometer lange Leitung betrug vier Jahre. Da Kaiser Franz Joseph I. ihre Errichtung anordnete, nannte man die Quelle Kaiserbrunn. Heute noch kommt die Hälfte des Wiener Wassers von dort.

Wenn man auf dem Wasserleitungsweg wandern will, bietet sich als Ausgangspunkt der Parkplatz am Ortsende von Hirschwang an, der auch mit öffentlichen Verkehrsmitteln erreichbar ist. Von dort kann man durch das Höllental bis Kaiserbrunn gehen. Von Kaiserbrunn kann man den gleichen Weg zurück nehmen oder mit dem Bus zum Ausgangspunkt zurückkehren.





**Für alle, die uns noch unterstützen wollen:**

Name des Spendenkontos: Flusswanderweg –  
Höllental Naturfreunde  
IBAN: AT83 2024 1050 2560 6335  
BIC: SPNGAT21XXX

### Aufgaben?

Unzählige Gespräche, Diskussionen, Sitzungen und Schreiben später waren rund 85 Prozent Fördergeld gesichert. Doch von den Gemeinden kam weiterhin kein Geld, die Budgetentscheidungen im Tourismusbereich fielen zugunsten anderer Projekte aus. Bei den Aktivist\*innen machte sich Frustration breit. War das jahrelange Engagement vergebens? Nein!

### Noch einmal durchstarten

Die Pächterin des Weichtalhauses, Manuela Grabherr-Gappmayer, wollte nicht aufgeben. Sie begann ein Crowdfunding. Motiviert von der Initiative, schüttelten die Mitglieder der Naturfreunde Hirschwang-Reichenau den Frust ab und starteten noch einmal durch: Sie drehten einen Informationsfilm, entwarfen Flyer, montierten Schautafeln und stellten in den Gasthäusern und Schutzhütten Spendenboxen auf.

Es funktionierte! In der Bevölkerung ist die Bereitschaft, Geld zu geben, groß – Privatpersonen, Tourismusbetriebe und andere Firmen aus der Region spendeten großzügig. Bis Redaktionsschluss Mitte Juli wurden innerhalb von drei Monaten rund 46.000 Euro (rund sechs Prozent der Baukosten) für die Umsetzung des Flusswanderweges im Höllental gesammelt. Danke an alle, die uns unterstützt haben!

### Die letzten Meter

Endlich ist das Ziel der langen Reise in Sicht. Mit dem Bau könnte noch heuer begonnen werden, wenn die Gemeinden, die von dem Tourismusprojekt profitieren, ihren finanziellen Beitrag leisten – etwa indem sie einen Teil der Erträge aus den eingenommenen Nächtigungstaxen in den Flusswanderweg investieren. ■





# Heilfasten im Wienerwald

**Aktuell** ■ Entspannen, entschlacken, zu sich finden: Das kann man im Frühjahr und Herbst 2025 bei zwei Fastenwochen im idyllischen Hotel Refugium Hochstrass. Wir haben mit der ärztlich zertifizierten Fastenleiterin Gabriele Fluch gesprochen.

Text: Barbara Dieringer, freie Autorin, Fotos: Fred Lindmoser, Shutterstock

**A**ls Gabriele Fluch zum Fasten gefunden hat, war das für sie vor allem seelisch eine sehr positive Erfahrung. Durch das Fasten kommt nämlich nicht nur der Körper zur Ruhe, sondern es werden auch Glücksgefühle ausgelöst. Die Extraportion Serotonin sorgt für gute Laune, und der Adrenalinpiegel im Blut steigt. Das sorgt für einen Energieschub.

## Fasten als Jungbrunnen

„Man fühlt sich danach wie neugeboren!“, erzählt uns Gabriele Fluch. Beeindruckt von den positiven Wirkungen hat sie eine Ausbildung zur ärztlich zertifizierten Fastenleiterin gemacht. Seither hilft sie Menschen, durch Fasten ihr Wohlbefinden zu steigern.

Seit Hunderten Jahren gilt das Fasten als Reinigungsritual. Heute wird oft auch aus gesundheitlichen Gründen gefastet. Fasten bedeutet aber keineswegs, einfach nur wenig oder nichts zu essen. Es gibt verschiedene Methoden, erklärt

Gabriele Fluch: „Beim Basenfasten werden aus Obst, Gemüse, frischen Kräutern, Keimlingen und Samen genussvolle Gerichte zubereitet. Beim Saftfasten dagegen nimmt man ein- bis zweimal täglich Frucht- und Gemüsesäfte und Gemüsebrühen sowie Kräutertees und viel Wasser zu sich. Durch die gedrosselte Nahrungszufuhr regeneriert der gesamte Körper, besonders das Verdauungssystem, die Blutgefäße und die Haut.“

## Nicht für jede\*n geeignet

Wichtig ist, sich vorab gut zu informieren und eventuell eine\*n Ernährungsmediziner\*in oder eine naturheilkundlich geschulte Person zu konsultieren. Sie können individuelle Ratschläge geben und auf persönliche Bedürfnisse eingehen. Es gibt auch Menschen, die nicht fasten sollten, vor allem Kinder, Ältere, schwangere und stillende Frauen oder Personen mit bestimmten Erkrankungen. Sie benötigen kontinuierlich Nährstoffe – ein Mangel kann



**Gabriele Fluch** begleitet Menschen, die durch Fasten aus dem Alltag heraustreten und mehr auf ihren Körper hören wollen.

ihnen schaden. Auch bei schwerer seelischer Belastung, Depressionen oder anderen psychischen Störungen sowie regelmäßiger Medikamenteneinnahme ist Vorsicht geboten. Und generell gilt: Nicht jede\*r fühlt sich wohl beim Fasten.

Um von einer Fastenkur bestmöglich zu profitieren, sollte man sich gut informieren und sich im Idealfall dabei begleiten lassen. Im entspannten Umfeld unter Gleichgesinnten sind viele Menschen außerdem motivierter, denn gemeinsam fällt das Fasten leichter. ■

## Fastenwochen 2025

**Saftfasten:** 23.–29. März 2025

**Basenfasten:** 25.–31. Oktober 2025

**Anmeldung:** Naturfreunde-Touristik,  
irina.donninger@naturfreunde.at

**Weitere Infos:** [www.fastencoaching.at](http://www.fastencoaching.at),  
Naturfreunde-Reiseprogramm 2025

# Klettern mit der ganzen Familie

**Service** ■ Klettern mit Kindern kann eine tolle Erfahrung sein. Der vielseitige Sport begeistert Profis wie Amateure und eignet sich auch für Familien. Schon die Jüngsten zeigen in Fels und Halle ihr Können.

Text: Dieringer, freie Autorin, Fotos: Martin Moser

Was gibt es Schöneres, als mit der Familie Zeit zu verbringen? Und dabei vielleicht ein Hobby zu finden, das den Eltern genauso viel Spaß macht wie den Kids? Klettern ist ein Sport, der schon im Kindergartenalter spielerisch gefördert und bis ins hohe Alter ausgeübt werden kann. Allerdings braucht man Basiswissen, vor allem zur Sicherheit. Wie man sichert, sollte vorab gut erlernt werden.

In den Kletterhallen und über unsere Naturfreunde-Website gibt

es dazu immer wieder Kurse, in denen die Technik sehr anschaulich erklärt und praktisch angewendet wird. Sobald man damit vertraut ist, kann es losgehen.

Beim Klettern werden nahezu alle Muskelgruppen beeinflusst, es verbessert Kraft und Körperspannung und stärkt vor allem die Rückenmuskulatur. Aber auch Gleichgewicht und Koordination sind gefragt – beim Klettern trainiert man die Feinmotorik und das räumliche Denken. Außerdem fördert es die psychische Belastbarkeit, die

mentale Flexibilität und das Selbstbewusstsein. Nicht zuletzt eignet es sich hervorragend dazu, Stress abzubauen und den Teamgeist zu stärken.

Wer Lust bekommen hat, es einmal mit der Familie zu versuchen, findet im Kasten Tipps dafür. ■



## So gelingt das Familienklettern

**Wahl des Klettergebiets:** Es sollte kinderfreundlich sein – und der Zustieg nicht zu lang, damit die Kinder nicht schon vor dem Klettern erschöpft sind. Das Gelände sollte sicher sein, mit verschiedenen Schwierigkeitsgraden. Vor dem Wandfuß sollte genug Platz für ein kleines Basislager sein (wegen Steinschlaggefahr aber nicht direkt am Felsen!).

**Ausrüstung und Proviant:** Überprüft vor dem Ausflug Passform und Funktionalität der Kletterausrüstung. Nehmt geeignete Zustiegsschuhe und ans Wetter angepasste Kleidung, eine Picknickdecke und Sonnen- und Insektenschutz mit. Wasser und Essen nicht vergessen! Damit der Spaß nicht zu kurz kommt, könnt ihr eine Lupe, ein Taschenmesser oder kleine Behälter für das Sammeln von Naturschätzen einpacken (und unbedingt Gummibärchen!).

**Verhalten in der Kletterhalle:** Wer lieber in der Halle klettert, sollte sich vorab beim Personal über die Gegebenheiten erkundigen. Gerade bei viel Betrieb ist es wichtig, dass alle aufeinander Rücksicht nehmen und Gefahren minimiert werden. Kinder sollten nie unbeaufsichtigt sein und man sollte sie vorher auf Gefahren hinweisen (nicht herumlaufen oder ohne Aufsicht klettern!).

**Infos zu Kursen:**  
[niederoesterreich.naturfreunde.at](http://niederoesterreich.naturfreunde.at)

Schon die Kleinsten können klettern lernen und Spaß daran haben, wenn sie spielerisch gefördert werden.



**Aktuell** ■ Die Peilsteinhütte im südlichen Wienerwald ist ein beliebtes Ausflugsziel für Familien. Die Pächterin Karin Stangl aus Pottenstein hat uns erzählt, warum Hüttenwirtin ihre Berufung ist.

*Text: Karin Stangl im Gespräch mit den Naturfreunden Niederösterreich, Fotos: Herbert Mayerhofer*



Die Peilsteinhütte liegt auf 640 Metern und ist auch für Senior\*innen und Kinder gut zu Fuß zu erreichen.

## Die neue Wirtin der Peilsteinhütte

**Was hat dich bewogen, die Peilsteinhütte der Naturfreunde zu übernehmen?**

**Karin Stangl:** Herbert Mayerhofer, ein passionierter Bergsteiger und gelernter Konditor, hat mir erzählt, dass sie zu pachten ist. Sie hat weniger Besucher\*innen als das Peilsteinhaus, das ich früher mit Peter Kühmayer geführt habe und das inzwischen meine Kinder betreiben. Deshalb geht es ruhiger zu. Wir haben dann beschlossen, sie gemeinsam zu bewirtschaften – Herbert, Marion, Franz Reischer und ich.

**Habt ihr etwas adaptiert?**

**Karin Stangl:** Es gibt jetzt einen Industriegeschirrspüler und eine Bierzapfanlage. Wir haben nämlich unser eigenes Bier, weil Franz ein begeisterter Bierbrauer ist.

**Warum ist die Peilsteinhütte eine Wanderung wert?**

**Karin Stangl:** Sie ist ein Ausflugsziel für die ganze Familie und ohne viel Kondition leicht erreichbar. Vom Ort Schwarzensee geht man über die Forststraße 20 Minuten. Es gibt



**Karin Stangl,** Hüttenwirtin aus Leidenschaft, lenkt nun die Geschicke der Peilsteinhütte.

auch anspruchsvollere Routen, zum Beispiel vom Bahnhof Weissenbach mit einer Gehzeit von eineinhalb Stunden, von Raisenmarkt mit zwei Stunden oder von Nöstach mit zweieinhalb Stunden.

**Was wird Kindern geboten?**

**Karin Stangl:** Wir haben zwar keinen Spielplatz, aber eine riesige Wiese und Wald, wo sie sich austoben können. Und natürlich haben wir auch Gerichte, die ihnen zusagen.

**Was dürfen sich die Besucher\*innen kulinarisch erwarten?**

**Karin Stangl:** Wir setzen auf möglichst regionale und auch saisonale Küche. Wir kaufen Fleisch vom Bio-Bauern, außerdem gibt es bei uns nur selbst gemachte Säfte. Es findet sich für jeden Geschmack etwas:

gutbürgerliche Hausmannskost, aber auch vegane und glutenfreie Gerichte. Und die Mehlspeisen sind hausgemacht.

**Lohnt sich ein Besuch auch für größere Wandergruppen?**

**Karin Stangl:** Wir haben Platz für rund 60 Leute. Bei größeren Gruppen empfiehlt sich eine Voranmeldung. Wir bieten unsere Hütte auch für kleine Feste an, und wir veranstalten Diavorträge übers Bergsteigen und Ähnliches.

**Wie lange willst du Hüttenwirtin bleiben?**

**Karin Stangl:** Ich bin jetzt 61 Jahre alt. Ich liebe das selbstbestimmte Arbeiten und den Kontakt mit Menschen. Solange es mir Freude macht und ich gesund bin, werde ich Hüttenwirtin sein. Ich bin in diesen Beruf hineingerutscht und dann dabeigeblichen. Es ist eine Lebensweise, die einfach gut zu mir passt. ■

**Weitere Infos:**

[peilsteinhuette.naturfreunde.at](http://peilsteinhuette.naturfreunde.at)



**Es ist eine Lebensweise, die einfach zu mir passt.**



# Hüttenurlaub für wenig Geld

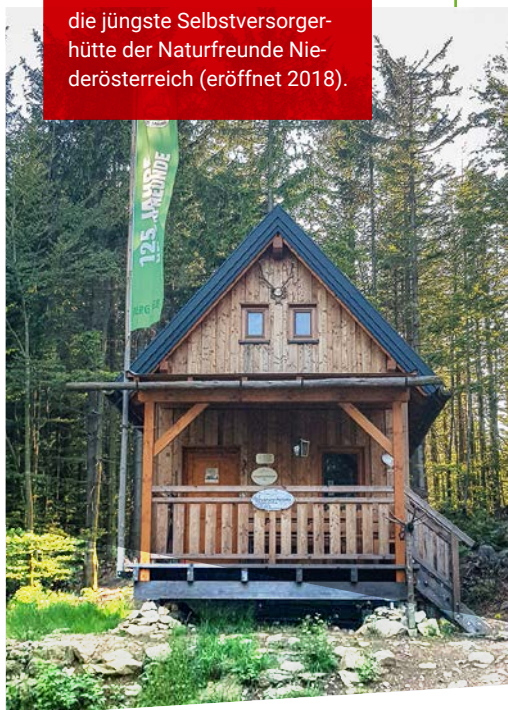
**Aktuell** ■ Die Natur erleben und Hüttenromantik genießen: Das ist für viele ein Traumurlaub. In Zeiten der Teuerung sorgen die Naturfreunde Niederösterreich mit 29 Hütten für ein leistbares Bergerlebnis.

Text: Jürgen Karner, Landeshüttenreferent der Naturfreunde Niederösterreich, Foto: Naturfreunde Yspertal

**E**in Teil dieser Hütten ist bewirtschaftet, der Rest sind Selbstversorgerhütten. Familien mit Kindern und sportliche Gipfelstürmer\*innen, Erholungsuchende und Feinschmecker\*innen – die Hütten und Häuser sind für alle ein lohnendes Ziel. Sie dienen als Ausgangspunkt für Wanderungen im Sommer und Skitouren im Winter.

„Unsere soziale Verantwortung sehen wir vor allem darin, Gruppen zu fördern, die hinsichtlich ihrer Chancen auf Teilnahme am Freizeitangebot benachteiligt sind. Dafür leisten vor allem unsere Selbstversorgerhütten einen wertvollen Beitrag“, so Karin Scheele, die Vorsitzende der Naturfreunde Niederösterreich. ■

Die Schutzhütte Peilstein ist die jüngste Selbstversorgerhütte der Naturfreunde Niederösterreich (eröffnet 2018).



## Die Selbstversorgerhütten der Naturfreunde Niederösterreich

### Anton-Dupal-Hütte (800 m)

Ennstaler Alpen, Nationalpark Kalkalpen  
Hüttenwarte: Markus und Heidelinde Zeitlhofer  
Kleinreifling 90, 4464 Weyer, Oberösterreich  
Tel.: 06 77/633 615 49  
nf.uhn.huette@gmail.com  
antondupalhuette.naturfreunde.at

### Bergsteigerhütte Hohe Wand (1050 m)

Gutensteiner Alpen  
Hüttenwarte: Alfred und Josefa Grimm  
Kleine-Kanzel-Straße 92, 2724 Hohe Wand, Niederösterreich  
Tel.: 06 64/410 82 61  
Bergsteigerhuette\_Hohe\_Wand@gmx.at  
bergsteigerhuette-hohewand.naturfreunde.at

### Gmünderhütte (980 m)

Waldviertel, Aichelberg  
Hüttenwartin: Andrea Mezera  
Karlstift 134, 3973 Bad Großpert-  
holz, Niederösterreich  
Tel.: 06 64/132 32 93  
a.mezera@aon.at  
gmuenderhuette.naturfreunde.at

### Himbergerhaus (980 m)

Rax-Schneeberg-Gruppe, am östlichen Fuß des Schneebergs im Rohrbachgraben  
Hüttenwart: Martin Trinkl  
Rohrbacher Straße 21,  
2734 Puchberg am Schneeberg,  
Niederösterreich

Tel.: 06 64/424 72 40  
nicole76.st@gmx.at  
himbergerhaus.naturfreunde.at

### Hirschwangerhütte (1540 m)

Rax-Schneeberg-Gruppe, Niederösterreich  
Hüttenwartin: Sandra Hofer  
Tel.: 0 26 66/530 58 (nur 17 bis 20 Uhr)  
hirschwangerhuette.naturfreunde.at

### Schutzhütte Peilstein (1018 m)

Ostrong, Hohes Waldviertel, Niederösterreich  
Hüttenwart: Alexander Kamleithner  
Tel.: 06 64/381 09 00  
schutzhuetten-peilstein.naturfreunde.at

### Sonnrißhütte (810 m)

Oberösterreichische Voralpen  
Hüttenwart: Jürgen Kiesenhofer  
Kleinreifling 49, 4464 Kleinreifling, Oberösterreich  
Tel.: 06 64/465 37 00  
sonnrissshuetten@naturfreunde.at  
sonnrissshuetten.naturfreunde.at

### Wimpassinger Schutzhaus (905 m)

Randgebirge östlich der Mur, Wechsel (Joglland)  
Hüttenwart: Rudolf Friesinger  
Schmiedviertel 74, 8252 Waldbach-Mönichwald, Steiermark  
Tel.: 06 99/155 852 39  
rudolf.friesinger@gmail.com  
wimpassingerhaus.naturfreunde.at

# „I steh auf mein' Verein!“

**Aktuell** ■ Machen statt zaudern: Du willst die Welt nicht nur anschauen, sondern mitten in sie hinein? Du willst die Dinge anpacken, gemeinsam mit anderen? Freunde finden ohne Ende? Engagier dich bei uns!

Text: Sonja Riedl, Fotos: Rawpixel.com/AdobeStock, WavebreakMediaMicro/AdobeStock

Es gibt wohl nur wenige, denen die Boxen und Aufsteller in den Filialen einer heimischen Supermarktkette im Frühsommer nicht aufgefallen sind. Fleißig haben die Menschen Lose eingeworfen, um ihren Lieblingsverein zu unterstützen. „I leb' für mein' Verein!“ – so hieß die Marketingkampagne, die erfreulicherweise die Aufmerksamkeit auf unsere Sport- und Freizeitvereine gelenkt hat, und damit auch auf die Naturfreunde. Zwar können nicht alle von sich behaupten, für ihren Verein zu leben. Aber ganz sicher „stehen“ sie auf ihn.

Viele von uns Freiwilligen schätzen das Gemeinschaftsgefühl und die positiven Erlebnisse, die eine ehrenamtliche Tätigkeit mit sich bringt. Jene, die seit Jahren als Funktionär\*in einen erheblichen Teil ihrer Freizeit ihrem Verein widmen, werden mir zustimmen: Vereinsarbeit bereitet viel Freude.

## Nachwuchsprobleme

Werfen wir aber einen Blick hinter die Kulissen. Ist das Vereinsleben wirklich so rosig? Man wird mir hoffentlich verzeihen, wenn ich sage, dass die Funktionärinnen und Funk-

tionäre mancherorts ein bisschen in die Jahre gekommen sind. Und mit ihnen zum Teil das Veranstaltungsangebot. Oft wird es für sie zu einer großen Herausforderung, Jahr für Jahr Touren und Veranstaltungen zu planen und mit wenigen Mitstreiter\*innen durchzuführen. Ihnen gebührt höchste Anerkennung. Sie üben ihre Funktion aus Überzeugung und Liebe zu ihrem Verein aus. Sie erachten Gemeinschaft als etwas Wertvolles, das wir bewahren müssen. Ich stimme ihnen voll und ganz zu. Ungeachtet dessen ist das Freizeitverhalten weitreichenden gesellschaftlichen Entwicklungen unterworfen. Davon sind auch die Naturfreunde betroffen.

## Frischer Wind

Neue Impulse wären dringend gefragt – und Vereinsmitglieder, die sich einbringen möchten, um ihrem Verein oder speziell ihrer Ortsgruppe frisches Leben einzuhauchen.

Es liegt an uns allen, die vielfältigen Chancen von Veränderungen zu sehen. Öffnen wir uns für das Neue, das oft nur aus der Entfernung irritierend oder bedrohlich erscheint, können wir gemeinsam einen Weg beschreiten, der unser Miteinander und letztlich auch die Zukunft unserer Ortsgruppen sichert.

Beispielsweise ist das Thema Natur und Umweltschutz aktueller denn je und vielen ein wichtiges Anliegen. Wo, wenn nicht bei den Naturfreunden können wir uns diesem



Allein sein war gestern –  
leg dich bei uns so richtig  
ins Zeug und finde dabei  
Freunde fürs Leben.





Unser Verein organisiert ein riesiges Sport- und Freizeitangebot und zahlreiche Weiterbildungen.

Thema gemeinschaftlich widmen und unsere Jugend spielerisch einbeziehen? Ortsgruppen mit Upcycling- oder Reparaturworkshops und Bachsäuberungsaktionen machen es vor. Andernorts sammelt und verarbeitet man gemeinsam Wildkräuter. Das sind nur wenige Beispiele. Die Möglichkeiten, sich durch neue Angebote zu entfalten, sind nahezu unendlich.

Das vielfältige Sport- und Freizeitangebot für die Mitglieder – rund 7000 Veranstaltungen im Jahr allein in Niederösterreich – wird ergänzt durch Weiterbildungen unter anderem in den Bereichen Bergsteigen und Klettern, Mountainbiken, Kanusport, Schneesport, Wandern und Outdoorpädagogik. Der Blick ins Programm deiner Ortsgruppe, der Landesorganisation oder der Weiterbildungsakademie lohnt sich definitiv. Abgerundet wird es durch Ausbildungen für jene, die in ihren Ortsgruppen ein Angebot speziell für Kinder und Jugendliche schaffen möchten. Das reicht vom Kinder-Mountainbike-Guide oder

Pumptrack-Techniktraining bis zur Erlebnispädagogik.

### Packen wir's an!

Besonders für junge Menschen kann es eine wertvolle Erfahrung sein, eine Funktion zu übernehmen. Man lernt, sein Umfeld mitzugestalten, Veränderungen zu bewirken, im Team zu arbeiten und sich für seine Überzeugungen einzusetzen. Und man kann Gleichgesinnte kennenlernen – und zwar in Fleisch und Blut, nicht nur über Social Media. Einsam bist du bei uns sicher nicht! Im Verein entstehen nicht nur Seilschaften, sondern oft Freundschaften fürs Leben.

Und nun frage ich mich: „Stehen“ wir noch auf unseren Verein? Gibt es diese Menschen noch, die nicht nur dabei sein, sondern auch etwas beitragen möchten? Bist du vielleicht so jemand? Haben wir dich nur noch nicht bemerkt oder noch nicht angesprochen? Du bist mit deinem Wissen, deinen Ideen und deiner Leidenschaft für die Gemeinschaft herzlich willkommen, sei es

bei der nächsten Veranstaltung oder schon bald im Funktionärsteam. Sprich mit uns – wir freuen uns auf dich! ■



### Die Autorin

Sonja Riedl arbeitet seit über 20 Jahren als Führungskraft und Trainerin in der Vertriebsunterstützung und Personalentwicklung. Ihre Leidenschaft ist der Radsport. Sie ist unter anderem als MTB-Instruktorin ehrenamtlich tätig. Ihr Masterstudium im Bereich der Beratungswissenschaft schloss sie mit einer Arbeit über die Begleitung von Veränderungsprozessen in ungewissen Zeiten ab.

Mit ihrem Unternehmen DIE RIEDLEREI verbindet sie diese drei Welten und unterstützt Organisationen, Sport- und Freizeitvereine sowie deren Führungskräfte dabei, einen zukunftsfähigen Weg zu beschreiten.



# Tanzende Nordlichter

**Service** ■ Polarlichter begeistern wohl jede\*n Naturfreund\*in: Wenn die Aurora borealis über einem tanzt, wird man regelrecht euphorisch. Das Phänomen zu fotografieren, ist aber eine Herausforderung.

*Text und Fotos: Johannes Landschauer, Naturfotograf*



**Johannes Landschauer** ist leidenschaftlicher Natur- und Tierfotograf. Der Weinviertler hat schon zahlreiche Länder bereist.

## Warum und wo gibt es Polarlichter?

Vereinfacht ausgedrückt: Teilchen, die bei einer Sonneneruption ausgestoßen werden, fliegen als Sonnenwind durch das Weltall. Treffen sie auf das Magnetfeld der Erde, wird die elektrisch geladene Teilchenstrahlung aus dem Weltraum zu den magnetischen Polen hin abgelenkt. Die Luftmoleküle beginnen dann in einer Höhe von 65 bis 800 Kilometern zu leuchten.

Der Kp-Index zeigt die globalen geomagnetischen Bedingungen und ermöglicht eine gewisse Vorhersagewahrscheinlichkeit. Neben dem hohen Kp-Index muss

der Sonnenwind eine bestimmte Dichte aufweisen, das Magnetfeld muss richtig ausgerichtet sein und der Sonnenwind muss die Erde treffen – all diese Parameter kann die Fotografin oder der Fotograf nicht beeinflussen.

## Wie bereitet man sich vor?

Damit man Polarlichter sehen kann, muss es dunkel sein. Das ist vor allem im Winter in den nördlichen Breiten möglich. Da bieten sich Regionen wie Grönland, Island, Skandinavien oder Kanada an. Wir haben uns für die Lofoten in Nordnorwegen entschieden, weil das Klima durch den Golfstrom relativ

mild und die Lichtverschmutzung an der Küste eher gering ist. Die Lofoten bieten aber auch untertags unfassbar schöne Fotomotive, oft mit traumhaften Lichtstimmungen.

Warme Kleidung ist in den langen, kalten Nächten ein Muss. Mehrere Schichten aus Merinowolle, eine Thermohose, zum Fotografieren geeignete Handschuhe, eine warme, wasserdichte Winterjacke und Schuhe mit Spikes gehören zur Ausrüstung. Warum Spikes? Die Straßen auf den Lofoten werden geräumt, aber nicht gesalzt. Manchmal steht man auf blankem Eis – dann sind Spikes unerlässlich, um sich sicher fortzubewegen.





“  
**Sorgfältige Planung  
ist entscheidend für  
ein gelungenes Foto –  
der Standort will gut  
gewählt sein.**

Eine gute Planung und Vorbereitung sind entscheidend für ein gelungenes Foto. Es hilft, wenn man den Standort schon bei Tag besichtigt: Wo kann man parken? Gibt es störende Straßenbeleuchtung oder Verkehr, der zu Lichtspuren auf den Fotos führen könnte? Wenn man an einem Strand fotografiert, müssen die Rückzugswegen geklärt sein, falls die Flut einsetzt. Wann geht der Mond auf und unter? Gibt es eine Landschaft, die man in den Bildaufbau einbeziehen kann? Man

sollte eine Stirnlampe mit Rotlicht verwenden, um in der Nacht den Weg zu finden. Nichts ist nerviger, als wenn das weiße Licht der Stirnlampe das Bild ruiniert.

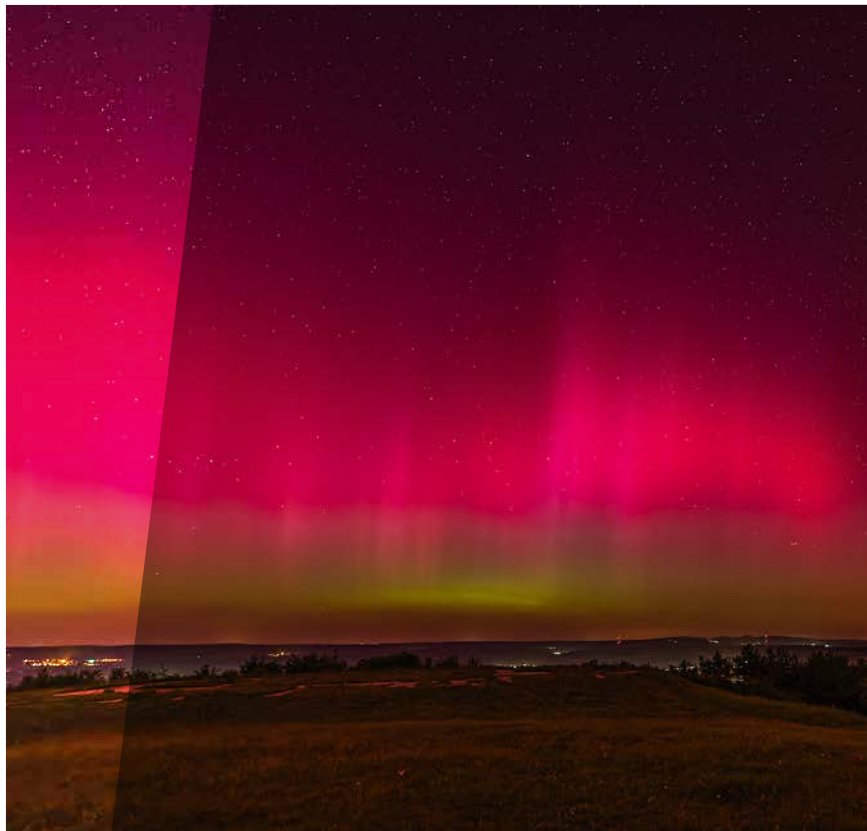
#### **Fotolocations**

Gute Standorte auf den Lofoten sind die Strände Skagsanden bei Flakstad, Uttakleiv, Haukland und Vik. Die drei zuletzt genannten liegen nahe beieinander, und es bietet sich an, ein paar Nächte vor Ort zu verbringen, um lange Fahrzeiten zu

vermeiden. Unstad Beach und Myrland Beach möchte ich auch noch erwähnen, sie sind allerdings etwas abgelegen.

#### **Schnell muss man sein**

Auch wenn es für viele anfangs enttäuschend ist, das Polarlicht sieht man nicht oft in intensiven Farben. Meist zieht es sich wie ein weißes Band über den Himmel. Die Farben zeigen sich erst in der Fotografie. Achte daher auf helle Wolken und weiße Streifen oder Bänder am Horizont. Verwende die Live-View deiner Kamera, dann kannst du erkennen, ob es sich lediglich um eine Wolke oder um das Polarlicht handelt. Manchmal zeigt sich die Aurora borealis auch nur kurz und nach ein paar Minuten kann es wieder vorbei sein. Sei daher immer vorbereitet.



Zur Ausrüstung sollten auch ein stabiles Stativ, eine Powerbank und genug Speicherkarten gehören.



**Reisetipp:**  
Im Februar 2025 organisieren die Naturfreunde eine Fotoreise zu den wunderschönen Lofoten. Details findest du auf Seite 22.

### Ausrüstung und Kameraeinstellung

Ich verwende eine DSLR/Systemkamera und ein lichtstarkes Weitwinkelobjektiv. Manchmal geht ein starker Wind oder man steht bei steigender Flut im Wasser, dann ist ein stabiles Stativ wichtig. Die Kälte belastet die Akkus; achte daher darauf, dass sie voll sind. Eine Power-

bank und genug Speicherkarten sind ebenfalls hilfreich.

Wenn du den perfekten Ort gefunden hast und das Polarlicht tanzt, wähle für die Kamera den manuellen Einstellmodus. Der Blitz und die Rauschreduzierung sollten ausgeschaltet sein. Verwende einen ISO-Wert von 800 bis 4000 und wähle eine offene Blende  $V1.8-3.5$ .

Die Belichtungszeit wird abhängig von der Dynamik des Polarlichts und der Brennweite zwischen 0,5 und 20 Sekunden liegen. Um ein verwackeltes Bild zu vermeiden, arbeite mit Fern-/Funkauslöser oder auch Auslöseverzögerung. Manchmal erscheint das Polarlicht im fertigen Bild sehr hell – wenn du im Raw-Format fotografierst, kannst du die Licht- beziehungsweise Farbintensität in der Nachbearbeitung verstärken.

Also nichts wie los, der elfjährige Sonnenzyklus erreicht 2025/26 seinen Höhepunkt, was auch daran zu erkennen ist, dass die Polarlichter um den 10. Mai sogar in Österreich gut zu sehen waren – ein seltenes Ereignis. Der nächste Winter kommt bestimmt, bis dahin hast du noch genug Zeit für die Reiseplanung! ■

**Weitere Bilder, Zeitraffer und Reiseberichte:** landschauer.at

## Auf der Jagd nach dem Polarlicht – mit digitaler Hilfe

Es gibt einige kostenlose Apps und Websites, die du zur Vorhersage der Polarlichtaktivität verwenden kannst. Auf [swpc.noaa.gov](http://swpc.noaa.gov) findest du unter „Products and Data“ eine Dreitagesprognose des Kp-Index. Eine gute Detailübersicht (Kp-Index, Magnetfeldausrichtung, Dichte) bietet die App [spaceweatherlive.com](http://spaceweatherlive.com). Das Ausmaß der Lichtverschmutzung zeigt [www.lightpollutionmap.info](http://www.lightpollutionmap.info). Für die Wettervorhersage verwende ich [windy.com](http://windy.com), [kachelmannwetter.com](http://kachelmannwetter.com) und [yr.no](http://yr.no). Auf [tideschart.com/Norway/Nordland](http://tideschart.com/Norway/Nordland) kannst du dich über die Gezeiten informieren.



# „Europas Natur ist kein Selbstläufer“

**Umwelt** ■ 80 Prozent der europäischen Naturräume sind in einem schlechten Zustand. Der EU-Abgeordnete Günther Sidl (SPÖ) erklärt, wo die EU jetzt ansetzen muss. Das Gespräch fand vor der EU-Wahl statt.

Text: Günther Sidl im Gespräch mit den Naturfreunden Niederösterreich, Foto: SPÖ

## Wie siehst du die EU-Umweltpolitik der letzten Jahre?

**Günther Sidl:** Fangen wir mit dem Positiven an, dem Green Deal. Die EU-Kommission hat da einen ambitionierten Plan vorgelegt, aber leider ist es in vielen Bereichen bei schönen Überschriften geblieben.

## Wo hat es echte Verbesserungen gegeben?

**Günther Sidl:** Mit dem Recht auf Reparatur und der Verpflichtung für Hersteller, die Produkte reparierbar zu machen. Ein Meilenstein ist auch das Lieferkettengesetz. Globale Produktionsprozesse müssen künftig Umweltstandards entsprechen.

## Wo hat sich die EU zu wenig bewegt?

**Günther Sidl:** Dort, wo es darum geht, die Landwirtschaft mit dem Klima- und Umweltschutz zu verbinden. Wir wollten die Förderungen an Nachhaltigkeitsziele koppeln, sind aber an den Mitgliedsstaaten gescheitert. Auch bei der Pestizidverordnung haben sich die Konservativen quergestellt.

## Wie beurteilst du die Rolle der EU-Kommission?

**Günther Sidl:** Ende 2023 hat sie Glyphosat für weitere zehn Jahre zugelassen. Gleichzeitig hat Ursula von der Leyen am MERCOSUR-Abkommen gearbeitet, das den Regenwald gefährdet und in Europa verbotene Pestizide durch Agrarimporte zu uns bringt.

## Gibt es einen einfachen Ausweg?

**Günther Sidl:** Nein, aber die Richtung ist klar. Umweltgifte sind für 20 Prozent der Krebserkrankungen verantwortlich. Alles, was wir in die Natur ausbringen, landet letzten Endes auf unserem Teller. Deshalb setze ich mich für eine Forschungsstrategie für ökologische Alternativen ein.

## Wie wird es mit dem Umwelt- und Klimaschutz weitergehen? Und wie siehst du die Chancen für das Renaturierungsgesetz?

**Günther Sidl:** Wir müssen den Menschen die Angst vor finanziellen Belastungen und negativen Veränderungen nehmen. Gleichzeitig müssen wir aber auch entschlossen

handeln, um die negativen Entwicklungen aufzuhalten. Wenn man sich ansieht, dass 80 Prozent der europäischen Naturräume in schlechtem Zustand sind, werden Maßnahmen wie das Renaturierungsgesetz immer wichtiger. Da war es ein entscheidender Schritt, dass Wien und Kärnten mit ihrer Neupositionierung den Weg für das Gesetz geebnet haben.

## Wo soll die EU anfangen?

**Günther Sidl:** Unsere Natur ist kein Selbstläufer. Wir müssen ein Gleichgewicht zwischen der Bewirtschaftung und der Rücksichtnahme auf die Natur finden. Wir brauchen mehr Naturräume, in denen sich die Artenvielfalt erhalten kann. ■

Günther Sidl sieht die EU in der Pflicht: Sie muss die Rücksichtnahme auf die Natur stärker gewichten.



# Ausgeflattert

**Umwelt** ■ Der Schmetterlingsexperte Andreas H. Segerer bemüht sich seit Jahren unermüdlich, die Menschen wachzurütteln: Das Verschwinden von Insekten wird massive Auswirkungen auf unser Ökosystem haben.

Text: Ernst Dullnigg, Landesgeschäftsführer der Naturfreunde Niederösterreich, Fotos: Helene Kraus, AdobeStock/Lois GoBe

**A**ndreas H. Segerer ist Biodiversitätsforscher an der Zoologischen Staatssammlung München und Präsident der Münchner Entomologischen Gesellschaft. Er hält immer wieder Vorträge zum Thema Insektensterben und war auch schon in Niederösterreich zu Gast.

## Es geht immer schneller

Seine Botschaft ist klar: „Um die heimischen Insekten ist es nicht gut bestellt!“ Insekten haben eine Schlüsselrolle im Ökosystem. Dass sie weniger werden oder sogar komplett von der Bildfläche verschwinden, ist für ihn etwas, was sich

schon länger abzeichnet. Er hat sich intensiv mit der Bestandsentwicklung der Schmetterlinge in Bayern auseinandergesetzt und dabei auch auf alte Quellen zurückgegriffen – die ältesten stammen aus dem 18. Jahrhundert.

Der Rückgang sei nicht nur ungebrochen, sondern beschleunige sich in den letzten Jahrzehnten sogar noch, insbesondere seit der zweiten Hälfte des 20. Jahrhunderts. Von Anfang der 1970er-Jahre bis zum Jahr 2000 sind mehr Insekten verschwunden als in den zwei Jahrhunderten zuvor. Die Waldarten der Insekten sind, so Segerer, mehr vom Aussterben betroffen als

Arten, die auf Wiesen und Feldern, also im Offenland, leben – und dort wiederum jene, die auf sogenannten Magerrasen, also nährstoffarmen Böden, leben.

## Tödlich für Insekten: Dünger, Pestizide, Versiegelung

Naturschutzgebiete sind „Hotspots“ der Biodiversität. Sie reichen aber nicht aus, um den Bestand heimischer Insekten zu erhalten. Die Hauptursachen für das Insektensterben sind menschengemacht. Die „Agrarrevolution“, also der Wandel zur intensiven, industriellen Landwirtschaft mit hoher Stickstoffbelastung der Böden durch Düngung, war gerade für nährstoffarme Böden fatal. Hinzu kommt die Fernwirkung durch Luftdüngung: Dünger geht oft auch über Flächen nieder, wo es nicht vorgesehen war. Die Folge: Einst kräuterreiche Wiesen werden zu monotonen Graslandschaften – eine Transformation der Habitate. Somit verschwinden die Magerrasen-Spezialisten unter den Insekten.

Pestizide sind ebenso fatal. Durch den Wind werden sie weit über ihr Einsatzgebiet hinaus verteilt, da spielt auch die Thermik eine Rolle. Vor allem im Hügel- und Bergland werden Pestizide – besonders am Vormittag – „hinaufgetragen“, so der Fachmann. Es gebe dann zwar durchaus noch eine blühende Landschaft, doch kaum Insekten.



Insekten sind von großer Bedeutung für unser Ökosystem: als Bestäuber und als Nahrung für andere Tiere.





## Buchtipps

Andreas H. Segerer, Eva Rosenkranz

### Das große Insektensterben

Was es bedeutet und was wir jetzt tun müssen

208 Seiten, Oekom Verlag, München 2018, ISBN 978-3-96238-049-6, 20 €

In diesem prämierten Buch (Salus-Medienpreis 2019) gehen die Autor\*innen der Frage nach, warum Bienen, Schmetterlinge, Käfer und andere Insekten weniger werden und mit ihnen andere Tiere wie Vögel oder Frösche verschwinden. Sie erklären, wozu wir Insekten brauchen, wer oder was an ihrem Verschwinden schuld ist und inwieweit das Ökosystem und letztlich der Mensch Insekten zum Überleben braucht.

Während der Wissenschaftler Andreas H. Segerer die Zusammenhänge des Insektensterbens erläutert, gibt Eva Rosenkranz, die sich seit Langem mit Biodiversität, Landwirtschaft und Naturschutz beschäftigt, praktische Tipps und nennt Initiativen, die versuchen, dem Insektensterben Einhalt zu gebieten. Das fängt schon im Kleinen an, etwa bei einem insektenfreundlichen Garten.

Durch Dünger, oft auch vom Wind vertragen, werden kräuterreiche Wiesen zu eintönigen Graslandschaften.



Österreichische Forscher\*innen haben das in einer Studie zu Apfelplantagen im Vinschgau in Südtirol untersucht.

Ein weiteres Problem für die Insekten stellt die „Habitatfragmentierung“ dar: Die Lebensräume werden kleiner; was bleibt, ist eine Art Insel, umgeben von einer Betonwüste. „Durch das ‚Insel-dasein‘ gibt es kaum noch einen genetischen Austausch der Arten, ihre Wanderung fehlt, was im schlimmsten Fall zum Zusammenbruch einer Population führen kann“, erklärt Segerer. Auch Insekten, die fliegen und die „Insel“ verlassen könnten, tun das meist nicht, wie Forschungen zeigen. Die Straße etwa kann eine Barriere darstellen.

### Jetzt handeln!

Andreas H. Segerer sieht auch die nationale und internationale Politik gefordert, für Biodiversität zu sorgen und dem weiteren Artensterben

## “ Das Insektensterben ist eine globale Umweltkatastrophe.

entgegenzutreten. Das Ungleichgewicht zwischen Ökonomie und Ökologie müsse beendet, das Verhältnis ins Lot gebracht werden.

Es gehe nicht darum, dass es in einer bestimmten Region ein paar Schmetterlinge oder andere

Insekten weniger gebe. Man müsse das Artensterben im globalen Kontext sehen, in Verbindung mit dem Klimawandel. Ein Thema, dem man sich nicht weniger widmen dürfe als etwa der inneren Sicherheit. Segerer sieht die Folgen des Insektensterbens als globale Umweltkatastrophe. Nun sei der Mensch am Zug – sonst habe es sich ausgeflattert. ■

Der Artikel beruht zum Teil auf Andreas H. Segerers Vortrag „Schmetterlingssterben“ beim Expertenforum 2017 der Deutschen Wildtier Stiftung, zu finden auf Youtube.

# Auch die JUGEND gestaltet mit!

**Jugend** ■ Überall wird über Jugendbeteiligung, Partizipation und das Aussterben des Ehrenamtes gesprochen – aber was heißt das überhaupt und warum soll man sich dafür interessieren? Eine Anregung.

*Text: Denise Engl, Vorsitzende der Naturfreundejugend Niederösterreich,  
Fotos: AdobeStock/Syda Productions, AdobeStock/sebra*



Erinnerungen an schöne Erlebnisse mit anderen begleiten Menschen ein Leben lang. Wie können solche Erlebnisse aussehen, um besonders junge Leute zu begeistern? Die Antwort heißt Mitgestaltung.

## Wie macht man das?

Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene sollen dazu animiert werden, ihre Ideen einzubringen. Wenn sie bei einer Veranstaltung mitwirken können, macht sie ihnen nicht nur mehr Spaß, sondern sie identifizieren sich auch mehr mit dem Verein. Genau dieser Effekt hat jahrelang für immer neue aktive Mitglieder gesorgt.

Heute tun sich junge Leute schwerer, sich mit einem Verein zu identifizieren, denn die Ideale haben sich geändert. Das kann für alle Generationen herausfordernd sein. Es ist wichtig, diese Energie für eine gemeinsame Weiterentwicklung zu nutzen. Junge Menschen sollen von Beginn an Gelegenheit haben, mitzuentcheiden. Das kann bei Kindern die Auswahl von Spielen während eines Trainings betreffen.



**Denise Engl** ist Landesjugendreferentin und auf Bundesebene als Schriftführerin und im Kinder- und Jugendschutz tätig.

Junge Erwachsene, die nicht mehr am Vereinsleben teilnehmen oder noch nie Teil des Vereins waren, müssen angesprochen und animiert werden, Vorschläge zu machen.

## Kreative Ideen versus jahrelange Erfahrung

Wichtig ist eine Balance zwischen neuen Ideen und bewährten Strukturen. Vereine mit mehreren Generationen und mit Mitgliedern, die offen aufeinander zugehen, haben einen großen Vorteil: Sie können ein ideales Zusammenspiel von jahrelanger Erfahrung und neuen Ideen erreichen. Selbst Vorschläge, die vor Jahren schon einmal verworfen

wurden, können inzwischen ihre Berechtigung haben. Wichtig ist, dass alle Mitglieder aufgeschlossen für die Ansichten der anderen sind.

## Alte Strukturen hinterfragen

Ein großes Hindernis für junge Leute, die sich einbringen möchten, ist die Erwartung, dass sie sich gleich für mehrere Jahre verpflichten. Das sind Strukturen, die in vielen Vereinen althergebracht sind und ihre Berechtigung haben. Jungen Menschen stehen heute aber so viele Möglichkeiten offen, dass es ihnen schwerfällt, eine solche Verpflichtung einzugehen. Es gibt in ihrem Leben so viele Unbekannte – vielleicht wird noch ein Studium gemacht, möglicherweise gibt es eine Beförderung, es könnte ein Auslandsaufenthalt geplant sein oder es wird gerade eine Familie gegründet. Auch die Überlegung, ob man in drei Jahren überhaupt noch dieselben Interessen hat und Teil dieser Gemeinschaft sein will, hindert manche, sich einzubringen.

Aber wie viele großartige Ideen und Erlebnisse gehen verloren, weil junge Menschen eine länger-



**Heute tun sich Junge schwerer, sich mit einem Verein zu identifizieren – die Ideale ändern sich.**





Nur wer mitentscheiden und seine Ideen einbringen kann, ist bereit, sich im Verein zu engagieren.

fristige Verpflichtung scheuen? Warum ist es nicht möglich, das Ehrenamt so anzupassen, dass alle sich einbringen können? Selbst wenn sich junge Menschen nach dem Abschluss eines Projekts aus dem Verein zurückziehen, wurden schöne Erlebnisse geschaffen, die ein Leben lang nachwirken. Unter dem Motto „Wir leben Natur“ ist doch genau das die Philosophie der Naturfreunde Österreich – prägende Naturerlebnisse mit Gleichgesinnten zu ermöglichen.

### Wo findet man motivierte junge Leute?

Viele sind bereits Mitglieder, nehmen aber momentan nicht am Vereinsleben teil. Aber selbst wenn sie noch keine Mitglieder sind, was hält uns davon ab, über die Vereinsgrenzen hinaus junge Leute anzusprechen? Einfach fragen!

Junge Menschen haben sehr viele Freizeitangebote. Aber die Möglichkeit, mitzugestalten und dabei Unterstützung durch den Verein zu bekommen, kann gleich mehrere ihrer Interessen abdecken und für sie somit viel wert sein.

### Wie kann ich als junger Mensch mitwirken?

Als Mitglied der Naturfreunde kannst du dich jederzeit an Funktionärinnen und Funktionäre oder andere Mitglieder deiner Ortsgruppe wenden, oder auch an die Landesorganisation. Jede Ortsgruppe sollte eine Jugendreferentin oder einen Jugendreferenten haben, die oder den du ansprechen kannst.

### Die Naturfreundejugend als Organisation

Die Naturfreundejugend Österreich ist die Kinder- und Jugendorganisation der Naturfreunde Österreich. Sie vertritt die Interessen aller Mitglieder im Alter von 0 bis 30 Jahren. In jeder Landesorganisation gibt es eine Vertreterin oder einen Vertreter der Jugend. Sie sind grundsätzlich für die Jugendbelange im Land verantwortlich und treffen sich regelmäßig zum Austausch mit dem Vorstand der Naturfreundejugend Österreich.

Unter dem Motto „Das Leben fängt draußen an“ gibt es bei der Naturfreundejugend ein vielfältiges Programm für Kinder, Jugendliche

und junge Menschen. Außerdem bietet sie Ideen und Materialien für Outdoor- und Indooraktivitäten mit Kindern und Jugendlichen an. Die Akademie der Naturfreundejugend organisiert Aus- und Weiterbildungsprogramme für Sport-, Natur- und Erlebnispädagogik. ■



## Naturfreundejugend

### Kontakt

#### Naturfreundejugend Niederösterreich:

Denise Engl, [denise@engl.biz](mailto:denise@engl.biz)  
Helene Kraus (Büro),  
[helene.kraus@naturfreunde.at](mailto:helene.kraus@naturfreunde.at),  
0 27 42/35 72 11-11

#### Naturfreundejugend Österreich:

Irene Raffetseder (Bundesgeschäftsführerin),  
[jugend@naturfreunde.at](mailto:jugend@naturfreunde.at)

Jetzt mit dem Rabattcode  
**Naturfreund2024**  
bis 31.12.2024 **-10%** auf deine  
nächste Ecolodge Teamwear  
Bestellung sichern!

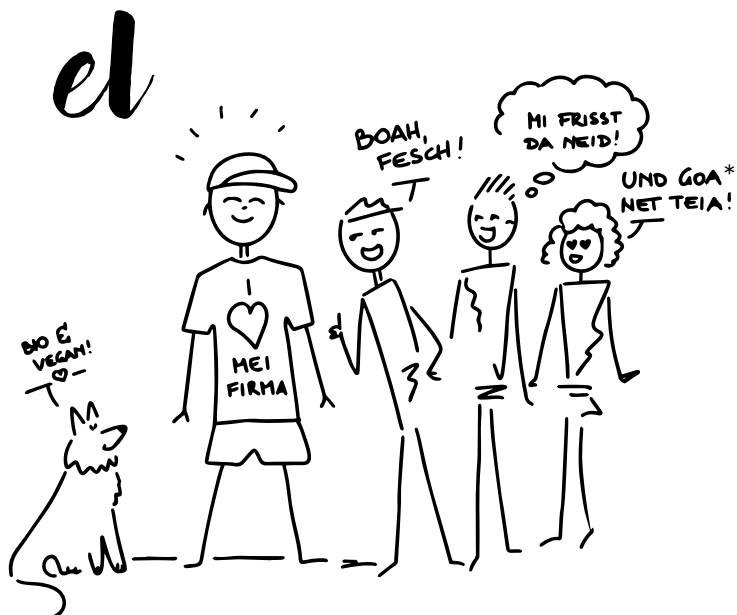
Rabattcode einfach bei der Bestellung per Mail,  
Telefon oder unter [www.ecolodge-fashion.at](http://www.ecolodge-fashion.at)  
angeben

# NACHHALTIG EINDRUCK HINTERLASSEN

## mit Ecolodge Teamwear

Kleide deine MitarbeiterInnen und KundInnen  
werbewirksam ein! (ab 20 Stk)

### 100% BIO, FAIR & NACHHALTIG



\* zB 100 Bio-Shirts inkl. Druck, Versand  
und MWSt ab € 15,90 pro Stk.

# Naturfreundetag Niederösterreich

**Aktuell** ■ Am 15. September findet in Gmünd der Naturfreundetag statt. Die Gäste erwartet ein abwechslungsreiches Programm für Jung und Alt. Im Vordergrund steht die Bewegung in der Natur – und der Spaß!

Text: Barbara Dieringer, freie Autorin, Foto: AdobeStock/Robert Kneschke

**K**letterturm, Kinderschminken, Hüpfburg, Naturforscherstation – beim Naturfreundetag gibt es einiges zu erleben. Um 9 Uhr startet das Programm beim Naturfreundehaus in der Habsburg-Lothringen-Straße. Anmelden muss man sich nicht, es sind alle herzlich willkommen.

### Was kreucht denn da?

Ein Highlight wird die Naturforscherstation für Kinder und interessierte Erwachsene sein. „Mit Becherlupen, anderen Lupen und Keschern werden wir die heimische Flora und Fauna erkunden und schauen, welche Arten in der Umgebung so vorkommen“, so Katja Weirer, Biologin und Umweltschutzreferentin der Naturfreunde Niederösterreich.



### Teichwanderungen

Außerdem wird es zwei geführte Wanderungen geben – eine Kinderwanderung um den Harabruckteich (1,3 Kilometer, kinderwagentauglich) und eine etwas längere Wanderung auf dem Teichkettenweg über den Malerwinkel zur Blockheide und zurück (nicht kinderwagentauglich).

Wer mit dem Auto anreist, findet rund um das Naturfreundehaus bei den verschiedenen Lebensmittelgeschäften einige Parkplätze. Ortsgruppen, die mit mehr als zehn Personen anreisen, können sich vorab bei Peter Mezera, dem Vorsitzenden der Naturfreunde Gmünd, anmelden (06 64/133 82 43, [peter.mezera@gmail.com](mailto:peter.mezera@gmail.com)). ■





17 Schulen und 30 Kindergärten wurden mit Unterstützung der Naturfreunde Niederösterreich schon gebaut.

# Schule bauen, Everest schauen

**International** ■ Kindern in einer der ärmsten Regionen Nepals helfen: Das haben sich die Naturfreunde Niederösterreich zur Aufgabe gemacht. Auf einer gemeinsamen Reise kannst du dich davon überzeugen.

Text: Naturfreunde Niederösterreich, Fotos: Markus Brandstätter

## Die Mission

Die Naturfreunde Niederösterreich unterstützen seit 2013 die Schulprojekte der Hilfsorganisationen Children of the Mountain und Pahar Trust Nepal, die nepalesischen Kindern Zugang zu Bildung und somit die Chance auf eine erfolgreiche Zukunft geben.



## Die Reise ist reich an Naturerlebnissen und menschlichen Begegnungen.

2015 zerstörte ein verheerendes Erdbeben in der Region Gorkha fast 80 Prozent der Schulen. Mit Geldspenden und Engagement beim Wiederaufbau ermöglichten es die beiden Organisationen Kindern, wieder Unterricht zu bekommen. Die Naturfreunde Niederösterreich bauten fleißig mit und tun das immer noch. Gemeinsam mit den Organisationen errichteten sie 17 neue Schulen und 30 Kindergärten.

Es wurden über 100 Lehrer\*innen ausgebildet und hochwertige Bildungsplätze für etwa 2600 Kinder geschaffen. Die 18. Schule wird gerade gebaut und im Mai 2025 eröffnet.

## Die Reise

Als Teilnehmer\*in einer Nepal-Reise der Naturfreunde kann man dabei sein. Vor der Schuleröffnung aber ist Trekking angesagt: „Wir werden im Sagarmatha-Nationalpark unterwegs sein und uns dem höchsten Berg der Welt nähern“, verrät Landesgeschäftsführer Ernst Dullnigg, der die Reise begleiten wird. Eine gute Grundkondition ist Voraussetzung.

„Zuerst steigen wir langsam das Tal nach Namche Bazar hinauf. Einige Tage verbringen wir in Solukhumbu, dem Distrikt, der von vier Achtausendern überragt wird: Cho Oyu, Makalu, Lhotse und Everest.“ Hier ist nicht nur die Flora, sondern auch die Fauna beeindruckend. „Wir bewegen uns in der Heimat der Schneeleoparden, immer im Ange-

sicht der Berggiganten und der Ama Dablam. Sie wird das ‚Matterhorn des Himalajas‘ genannt und Bergsteiger\*innen bezeichnen sie als den schönsten Berg der Welt.“

Nach den intensiven Naturerlebnissen steht eine intensive Erfahrung anderer Art auf dem Programm: die Eröffnung der neuesten Schule. Die Naturfreunde sind für ihre Reisen bekannt, doch diese sticht hervor. „Wer den Duft im Himalaja eingatmet und die eindrucksvolle Landschaft gesehen hat, der wird wiederkommen“, ist Dullnigg überzeugt. Das Land berührt die Seele seiner Gäste; ebenso tun das seine Menschen, vor allem die Kinder. „Wer die fröhlichen und stolzen Kinder bei einer Schuleröffnung gesehen hat, den wird dieses Bild ein Leben lang begleiten.“ ■

Wenn du Interesse an unserer nächsten Nepalreise inklusive Schuleröffnung im Mai 2025 hast, melde dich bitte per E-Mail bei Irina Donniger ([irina.donniger@naturfreunde.at](mailto:irina.donniger@naturfreunde.at)).



## SEPTEMBER 2024

14. Sept.  
bis  
21. Sept.



### Wanderwoche Galtür – die Klassische

Der Anblick der Berggipfel rund um Galtür weckt sofort die Begeisterung fürs Wandern.

**Preis pro Person:** 950 € (DZ), EZ-Zuschlag 90 € • **Leistungen:** 7-mal HP, geführte Touren laut Programm, Transfers zu/von den Wanderungen, Silvertta All Inclusive Card • **Reisebegleitung:** Franz Höfler

26. Sept.  
bis  
29. Sept.



### Gemütliche Wandertage im Raxgebiet

Unser Ausflug bietet gemütliche Wanderungen im Tal und am Berg in und um Reichenau – ohne Hetzerei.

**Preis pro Person:** 470 € (DZ), EZ-Zuschlag 40 € • **Leistungen:** 3-mal HP im Parkhotel Hirschwang, geführte Touren laut Programm • **Reisebegleitung:** Ilona Matusch, Regina Hrbek

## OKTOBER 2024

19. Okt.  
bis  
10. Nov.



### Nepal: Trekking zum Kangchendzönga-Basislager

Lodge-Trekking zum nördlichen Basislager des dritthöchsten Berges der Erde.

**Preis pro Person:** Mitglieder 3.200 €, Nichtmitglieder 3.300 €, EZ auf Anfrage • **Leistungen:** 4-mal HP in Mittelklassehotels in Kathmandu, 17-mal VP in Lodges während der Trekkingtour, Flughafentransfers in Kathmandu, Inlandsflug Kathmandu–Bhadrapur und retour, Trekking-Permit und Nationalparkeintritt, 1 Gepäckträger pro 2 Teilnehmer\*innen, lokaler Trekking-Guide, Transporte und Ausflüge laut Programm • **Reiseleitung:** Gerhard Rosenits

## JÄNNER 2025

6. Jän.  
bis  
20. Jän.



### Tansania: Kilimandscharo – die Krone Afrikas

Eine Reise nach Tansania zum Gipfel des Kilimandscharo ist eine unvergessliche Bergerfahrung.

**Preis pro Person:** Mitglieder 3.515 €, Nichtmitglieder 3.615 € • **Leistungen:** Flughafentransfers vom/zum Kili Airport, NF in einem Hotel in Moshi, VP in Zelten/Lodges während des Trekkings und der Safari, Nationalparkgebühren, Träger • **Reisebegleitung:** Hans Goger

## FEBRUAR 2025

7. Feb.  
bis  
14. Feb.



### Fotoreise Lofoten und Polarlichter

Die norwegischen Lofoten sind wegen ihrer unberührten Winterlandschaften und der Polarlichter ein beliebtes Ziel von Fotograf\*innen.

**Preis pro Person:** 1.845 € • **Leistungen:** 4-mal NF im Hotel Live Lofoten in Stamsund, 3-mal Nächtigung im Ferienhaus Reinefjorden Sjøhus, Mietauto/Mautgebühren • **Reisebegleitung:** Johannes Landschauer (Fotograf)

## MÄRZ 2025

22. März  
bis  
29. März



### Norwegen: Skitouren in den Lyngenalpen

Ein wohl einzigartiger Kontrast zwischen Fjorden, Bergen und Schnee.

**Preis pro Person:** 1.937 € (DZ), EZ-Zuschlag 263 € • **Leistungen:** 7-mal HP inkl. Lunchpaket im Hotel Solhov, Mietauto/Mautgebühren, geführte Touren laut Programm • **Reiseleitung:** Ernst Dullnigg, Willi Kuhn

23. März  
bis  
29. März



### Mostviertler Saftfastenwoche

In dieser Fastenwoche tauchen wir ein in unser ganz persönliches körperliches und seelisches Wohlfühl.

**Preis pro Person:** 1.073 € (DZ), EZ-Zuschlag 45 € • **Leistungen:** 6-mal Nächtigung mit Fastenverpflegung, Getränke laut Ausschreibung, 1 Klangschalenmassage, Fastenbegleitung • **Reiseleitung:** Gabriele Fluch

## MAI 2025

26. Mai  
bis  
31. Mai



### Mountainbiken in den schottischen Highlands

Ausgangspunkt ist Innerleithen, das Zentrum der schottischen MTB-Szene.

**Preis pro Person:** Mitglieder 1.250 € (DZ), Nichtmitglieder 1.450 € (DZ), EZ-Zuschlag 180 € • **Leistungen:** Flughafentransport in Edinburgh, 5-mal NF, MTB-Touren laut Programm, lokaler Guide • **Reiseleitung:** Rudi Vajda

## OKTOBER 2025

25. Okt.  
bis  
31. Okt.



### Mostviertler Basenfastenwoche

Mit Genuss essen und dabei den Körper entlasten und reinigen.

**Preis pro Person:** 1.157 € (DZ), EZ-Zuschlag 45 € • **Leistungen:** 6-mal Nächtigung mit Fastenverpflegung, Getränke laut Ausschreibung, 1 Klangschalenmassage, Fastenbegleitung, Ernährungsberatung für die Zeit nach dem Fasten • **Reiseleitung:** Gabriele Fluch



## Informationen & Buchungen

### Naturfreunde Niederösterreich


Tel.: 0 27 42/35 72 11  
 niederoesterreich@naturfreunde.at  
 niederoesterreich.naturfreunde.at

### Naturfreunde Touristik

Tel.: 0 27 42/35 72 11-16  
 irina.donninger@naturfreunde.at

Wenn nicht anders angegeben, gelten alle angeführten Preise nur für Naturfreunde-Mitglieder.


### SEPTEMBER 2024

**14. Sept.**  **MTB-Tagestour (Sonnbrandtour)**  
 Preis pro Person: 25 € •  
 Leitung: Rudolf Vajda


### OKTOBER 2024


**4. Okt.**  **Klettersteig-Schnuppertag am Hochkar**  
 Preis pro Person: 64 € •  
 Leitung: Dietmar Rosenender


### DEZEMBER 2024


**19. Dez. bis 20. Dez.**  **Skitechnik-Update am Hochkar**  
 Preis pro Person: 140 € •  
 Leitung: Wolfgang Aigner


### JÄNNER 2025


**4. Jän. bis 7. Jän.**  **Skitourtage in der Eisenerzer Ramsau**  
 Preis pro Person: 450 € (DZ), 590 € (EZ) •  
 Leitung: Markus Rosenauer

**10. Jän. bis 12. Jän.**  **Skitourtage in Annaberg**  
*Schnuppertage für Einsteiger\*innen.*  
 Preis pro Person: 299 € • Leitung: Ernst Dullnigg


**15. Jän. bis 18. Jän.**  **Skikurs Tiefschneefahren in Donnersbachwald**  
 Preis pro Person: 546 € (DZ), 586 € (EZ) •  
 Leitung: Wolfgang Aigner

**17. Jän. bis 19. Jän.**  **Skitourkurs im Gesäuse**  
 Preis pro Person: 279 € •  
 Leitung: Peter Plundrak


**18. Jän.**  **Schneeschuh-Schnuppertag in Türnitz**  
 Preis pro Person: 50 € •  
 Leitung: Maria Gansch

**25. Jän.**  **Wintersporttag in Annaberg**  
 Leitung: Rebecca Knechtl

### FEBRUAR 2025

**8. Feb.**  **Schneeschuh-Schnuppertag in Aspang**  
 Preis pro Person: 50 € •  
 Leitung: Robert Glock

**9. Feb. bis 16. Feb.**  **Skitourenwoche im Sölkta**  
 Preis pro Person: 1.090 € •  
 Leitung: Simon Tischhart


**12. Feb. bis 15. Feb.**  **Skitourtage im Mariazellerland**  
 Preis pro Person: 378 € (DZ), 444 € (EZ) •  
 Leitung: Ernst Dullnigg


**15. Feb.**  **Schneeschuh-Schnuppertag in St. Aegydt am Neuwalde**  
 Preis pro Person: 50 € • Leitung: Elisabeth Wagner, Maria Gansch


**21. Feb. bis 23. Feb.**  **Skitourkurs im Gesäuse**  
 Preis pro Person: 279 € •  
 Leitung: Martin Ruhnau

**21. Feb. bis 23. Feb.**  **Alpines Schneeschuhwandern**  
 Preis pro Person: 290 € • Leitung: Katja Weirer, Franz Danis

### MÄRZ 2025

**2. März bis 9. März**  **Skitourenwoche in Innervillgraten**  
 Preis pro Person: 924 € •  
 Leitung: Peter Plundrak

**5. März bis 8. März**  **Skitourtage am Dachstein**  
 Preis pro Person: 387 € (DZ), 420 € (EZ) •  
 Leitung: Ernst Dullnigg

**8. März bis 9. März**  **Schneehöhlenbiwak am Hochschwab**  
 Preis pro Person: 94 € •  
 Leitung: Hans Goger

Fotos: makasana photo/AdobeStock



# Steil nach oben

Wer gerne klettert, ist bei den Naturfreunden Niederösterreich gut aufgehoben. Wir betreuen folgende Klettergärten und Klettersteige:

## Klettergärten

**Türnitz:** Weidenau/Nixhöhle

**Frankenfels:** Falkensteinmauer, Schrambach-Felsen, Gillus-Felsen, Angelbach-Felsen

**Gumpoldskirchen:** Himmelreich

**Mödling:** Ritterfelsen, Sturmwandl, Efeugrat, Lausbubenwände, Erikagrät, Glocknergrät, Promenadenfels, Friedrichwand

## Klettersteige

**Neunkirchen:** Flatzer Wand

**Flatz:** Jubiläumssteig E60

**Gutensteiner Alpen/Hohe Wand:** Kleine Klaus

[niederoesterreich.naturfreunde.at](http://niederoesterreich.naturfreunde.at)

Jetzt bewerben!

## Wir suchen Verstärkung!

### Gesucht: Kletterturbetreuer\*in

Du bist Naturfreunde-Mitglied, hast Kletterausbildungen (mindestens Übungsleiter\*in) absolviert, und das Sichern von Kindern und Erwachsenen bei Veranstaltungen macht dir Spaß?

### Gesucht: Kletterturmtransporteur\*in

Du hast den Anhängerführerschein (bei Bedarf können wir ihn für dich organisieren), engagierst dich gerne in einem netten Naturfreunde-Team und hast Lust, unseren mobilen Kletterturm zu Veranstaltungen zu bringen?



Wenn du unser Team unterstützen möchtest, melde dich bitte bei **Helene Kraus**, 0 27 42/35 72 11-17, [helene.kraus@naturfreunde.at](mailto:helene.kraus@naturfreunde.at)

## IMPRESSUM

Herausgeber, Medieninhaber: Naturfreunde Niederösterreich, Heßstraße 4/6, 3100 St. Pölten • **Chefredakteur:** Ernst Sylvester Düllnigg • **Redaktion:** Ernst Sylvester Düllnigg, Helene Kraus, Ernst Vitek, Markus Schlapfer, Denise Engl • **Anschrift der Redaktion:** Heßstraße 4/6, 3100 St. Pölten, Tel.: 0 27 42/35 72 11 • **E-Mail:** [niederoesterreich@naturfreunde.at](mailto:niederoesterreich@naturfreunde.at) • **Lektorat:** Birgit Trinker • **Gestaltung:** Schrägstrich Kommunikationsdesign GmbH • **Coverfoto:** ARochau/AdobeStock • **Druck:** Wograndl Druck GmbH, 7210 Mattersburg

