

REISEN

LEBENSART

DAS MAGAZIN FÜR NACHHALTIGE LEBENSKULTUR

4A | 2025

Spuren im Schnee

Wo der Winter noch Zeit hat

Malerische Auszeit
Kunst und Natur an der Ostsee

Reif für die Insel



SAALFELDEN LEOGANG – NACHHALTIGKEIT IM FOKUS

Nachhaltigkeit im Tourismus lebt von klaren Zielen, messbaren Fortschritten und der aktiven Einbindung regionaler Akteure. Die Tourismusregion Saalfelden Leogang setzt genau hier an: Mit den Fokusjahren Nachhaltigkeit wird die Weiterentwicklung Schritt für Schritt vorangetrieben – und die Re-Zertifizierung mit dem Österreichischen Umweltzeichen für Destinationen systematisch vorbereitet.

Ab November 2025 widmet sich Saalfelden Leogang vor allem der Anpassung an den Klimawandel, ab April 2026 steht der Klimaschutz am Programm, ab November 2026 geht es um den Lebensraum und ab Februar 2027 werden ganz konkrete Maßnahmen in allen Bereichen präsentiert und umgesetzt. Ziel ist, die Re-Zertifizierung mit dem Österreichischen Umweltzeichen vorzubereiten und die Region gezielt weiterzuentwickeln.

Partner im Prozess sind die Berliner Agentur New Standard Studio und das Salzburger Institut für Raumordnung und Wohnen. Gefördert wird das Projekt aus dem Leader Programm der Europäischen Union.



AUSGEZEICHNET ESSEN UND SCHLAFEN

Wesentlich für die nachhaltige Entwicklung der ganzen Region sind die Beherber-

gungsbetriebe – von den Hotels bis zu den Pensionen bis hin zum Urlaub am Bauernhof. Aktuell sind acht Betriebe mit dem Österreichischen Umweltzeichen ausgezeichnet: In Saalfelden ist dies das **Hotel Gut Brandlhof**, in Leogang das **Biohotel Rupertus**, das **Holzhotel Forsthofalm**, das **Naturresort Puradies**, das **Naturhotel Forsthofgut**, das **Hotel Salzburger Hof**, das **Hotel Der Löwe lebe frei** und die **Energiepension Schwaiger**.

Dazu kommen in Leogang noch mehrere Höfe, die Urlaub am Biobauernhof anbieten: der **Brandstatthof**, der **Herzoghof**, das **Kleintödlinggut** und der **Sinnlehenhof**.

Mit dem **Betriebseffizienzcheck Nachhaltigkeit** unterstützt die Tourismusregion Saalfelden Leogang interessierte Beherbergungsbetriebe, nachhaltiger und wirtschaftlich effizienter zu werden. Jedes Jahr können zehn Betriebe an diesem Programm teilnehmen. Expertinnen und Experten zeigen individuell auf, wo Potenziale für mehr Ressourcenschonung, Kosteneinsparung und Effizienz stecken. Durch diese Initiative konnte die Zahl der zertifizierten Betriebe in der Region deutlich gesteigert werden.

UMWELTBEWUSST ANKOMMEN

Ein wesentlicher Beitrag für einen klimaschonenden Urlaub ist die Mobilität. Dazu

gehört neben der An- und Abreise mit öffentlichen Verkehrsmitteln auch ein gutes Angebot an Verbindungen in der Region. Von den Knotenpunkten Salzburg, Innsbruck, Wörgl, München, Wien oder Klagenfurt lässt sich Saalfelden Leogang bequem mit der Bahn erreichen. Sowohl in Saalfelden als auch in Leogang (Leogang und Leogang Steinberge) findest du Bahnhöfe, an denen die durchreisenden Züge regelmäßig halten.

Mit dem neuen **Guest Mobility Ticket** haben alle Übernachtungsgäste die Möglichkeit, für die Dauer ihres Aufenthaltes alle öffentlichen Verkehrsmittel im SalzburgerLand zu nutzen. Inbegriffen sind der gesamte Stadtverkehr, der Regionalbusverkehr, alle S-Bahnen, Regionalzüge, Fernverkehrszüge und die Salzburg Verkehr Shuttles im Bundesland. Das Ticket bekommst du digital in dein Wallet oder als PDF direkt beim Check-in oder Pre-Check-in in deiner Unterkunft.

Der Alpenverein Saalfelden Leogang hat darüber hinaus eine **Wanderkarte** erstellt, die die Möglichkeiten einer CO₂-ärmeren Anreise zum Berggenuss zeigt. Die Startpunkte ausgewählter Bergtouren sind mit den Öffis gut erreichbar.

Weitere Infos: www.saalfelden-leogang.com



**DIESE GESCHICHTEN UND
NOCH MEHR FINDEST DU HIER:**

 www.lebensart-reisen.at

 [lebensart.reisen](https://www.instagram.com/lebensart.reisen)

 [lebensart.reisen](https://www.facebook.com/lebensart.reisen)

 [lebensart-verlag.at/
newsletter-bestellen](mailto:lebensart-verlag.at/newsletter-bestellen)

MICHAELA—20 Jahre Lebensart-Verlag, Wahnsinn! Kannst du dich noch erinnern, wo ihr 2005 im Urlaub wart?

CHRISTIAN—Ehrlich gesagt nicht, aber ich habe bei meinen Fotos nachgeschaut – und nur einige Eislauffotos vom Weissensee gefunden. Neben der Firmengründung war anscheinend keine Zeit für Urlaube.

M—Das glaube ich gleich – und das bringt mich auch zu dieser Reiseausgabe: Was tun, wenn man dann richtig reif für die Insel ist? Oder wenn im Novembernebel nur die Verkehrsinsel – grau und trist – vor einem auftaucht und man sich ganz woandershin wünscht?

C—Diesen Februar haben wir einen richtigen Winterurlaub mit viel Sonne, Natur und Schnee im Lesachtal genossen. Deshalb findest du in dieser Ausgabe besondere Orte – Inseln im übertragenen Sinn –, an denen der Winter noch Zeit hat. Und auch eine richtige Insel, denn letzten Dezember waren wir auf Sao Miguel, der Hauptinsel der Azoren, die uns regelrecht verzaubert hat.

M—Und wenn die heimische Kochinsel – von der ich als begeisterte Hobbyköchin immer wieder träume – für die Entspannung oder die Kreativität nicht mehr ausreicht, dann gibt es auch noch näher an Österreich einige Inseln voller Farbe und Duft zu entdecken – sei es in der Ostsee oder im Mittelmeer.

C—Unsere Urlaube verschieben sich immer mehr in den Herbst und Winter. Vielleicht weil wir in einem Alter sind, wo wir eher Ruhe und Erholung suchen.

M—Und auch richtige Stille gibt es daher in dieser Ausgabe zu finden. Lass die Seele baumeln und finde deine persönliche Schatzinsel!

**WIR WÜNSCHEN EINE INSPIRIERENDE LEKTÜRE
UND EINEN WUNDERBAREN WINTER!
HERZLICHST**

MICHAELA R. REISINGER

Herausgeberin und Chefredakteurin
michaela.reisinger@lebensart.at

CHRISTIAN BRANDSTÄTTER

christian.brandstaetter@lebensart.at

BURGENLÄNDISCHE
GUSTOSTÜCKE

MARTINILOBEN

IN DER ROSALIA UND
IM BLAUFRÄNKISCHLAND

BIS 23.11.
Alle Events auf
burgenland.info

SO EINEN GENUSS
SPIELT'S NUR DA.



burgenland
die sonnenseite österreichs



Urlaub am Biobauernhof

... wo dich Natur, hofeigene Köstlichkeiten und
herzliche Menschen willkommen heißen. Gönn dir eine
Auszeit voller Freude, Genuss und lebendiger Erleb-
nisse.



urlaubambaubauernhof.info

Mit Unterstützung von Bund, Ländern und Europäischer Union

— Bundesministerium
Land- und Forstwirtschaft,
Klima- und Umweltschutz,
Regionen und Wasserwirtschaft

WIR leben Land
Gemeinsame Agrarpolitik Österreich



Kofinanziert von der
Europäischen Union



×



3 EDITORIAL

INSELN DER NATUR

8 SPUREN IM SCHNEE

Wo der Winter noch Zeit hat



12 WINTERCAMPING

Diese 7 Tipps halten dich warm

14 DIE AZOREN

Ein Paradies im Atlantik



INSELN VOLL FARBE UND DUFT

20 MALERISCHE AUSZEIT

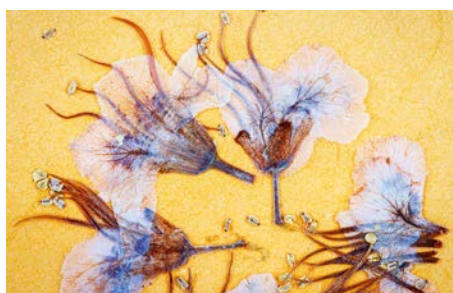
Kunst und Natur an der Ostsee

24 GRASSE

Blütenzauber in der Hauptstadt des Parfüms

27 OLIVEN, KROKANT UND GOLDENER WEIN

Inselhopping in der Kvarner Bucht



INSELN DER RUHE

30 LAUTER LEISE TÖNE

In der Stille des Klosters den eigenen Rhythmus finden



Die nächste Lebensart erscheint im November 2025.

IMPRESSUM:

Eigentümer & Verleger: Lebensart VerlagsGmbH, Wiener Straße 35, 3100 St. Pölten, T: 02742/70855. **HERAUSGEBERIN, CHEF- & FOTOREDAKTION:** Michaela R. Reisinger, redaktion@lebensart.at. **MITARBEIT AN DIESER AUSGABE:** Anita Arneitz, Sandra Bernhofer, Katrin Brahner, Christian Brandstätter. **GESTALTUNGSKONZEPT/PRODUKTION:** LIGA: grafic design. **ART DIRECTION, LAYOUT:** Eveline Wiebach. **GESCHÄFTSFÜHRUNG:** Florian Leregger, Michaela R. Reisinger. **ABOSERVICE:** Sylvia Resel, abo@lebensart.at. **DRUCK:** Walstead Leykam Druck GmbH, U Póny 306, 69002 Břeclav.

Das Lebensart-Redaktionsbüro bezieht seine Energie aus Ökostrom. Namentliche Beiträge müssen nicht mit der Meinung der Redaktion übereinstimmen.

LEBENSART ist das Magazin für Nachhaltigkeit, informiert über zukunftsfähige Entwicklungen und stellt Lösungen dazu vor. Glaubwürdigkeit ist unsere wichtigste Basis. Mit diesem Vertrauen gehen wir sorgsam um. Konsequenterweise lehnen wir Werbung für Produkte ab, die der Nachhaltigkeit widersprechen (www.lebensart-verlag.at/werberichtlinien). ISSN 1994-425X



produziert gemäß Richtlinie Uz24 des Österreichischen Umweltzeichens, Let's Print Holding AG, UW-Nr. 808

NATUR



INSELN DER **ATUR**

ZWISCHEN WEISSEM
SCHNEE UND
ÜPPIGEM GRÜN.

SPUREN IM SCHNEE

WO DER WINTER NOCH ZEIT HAT

Wenn von einem „Bergsteigerdorf“ die Rede ist, entstehen automatisch Bilder im Kopf: ein kleiner Ort mit einem hübschen Ortskern, im Zentrum eine Kirche, ein gemütliches Gasthaus und das alles eingebettet in eine faszinierende Bergkulisse. Und auch in Wirklichkeit sind sie Inseln eines sanften und nachhaltigen Tourismus inmitten alpiner Natur.

CHRISTIAN BRANDSTÄTTER

Die Bergsteigerdörfer sind eine Initiative des Alpenvereines. 2008 wurden die ersten 16 Gemeinden in Österreich ausgewählt, mittlerweile sind 43 Orte und Regionen in Österreich, Italien, Slowenien, Deutschland und der Schweiz mit diesem Namen ausgezeichnet. Ihr touristisches Angebot entspricht den Vorstellungen des Alpenvereines: Sie besitzen eine lebendige Alpintradition, ein sehr gutes Netz an Wegen und Schutzhütten und zeichnen sich durch hohe ökologische und landschaftliche Qualitäten aus. Im Sommer tummeln sich dort drahtige Personen mit Rucksäcken, Wanderstöcken und klobigem Schuhwerk, im Winter brechen diese gut eingepackt zu Skitouren und Schneeschuhwanderungen auf.

Große Skigebiete sucht man dort also vergeblich. Bergsteigerdörfer sind Inseln eines sanften und nachhaltigen Tourismus in einer vom Massentourismus geprägten Alpenlandschaft. Sie sind Oasen für Gäste, die einen Aktivurlaub in und mit der Natur erleben wollen und dafür viel Eigenverantwortung und Umweltbewusstsein mitbringen. Hier eine kleine Auswahl für deinen Winterurlaub.





Bergsteigerdörfer sind Inseln eines sanften und nachhaltigen Tourismus in einer vom Massentourismus geprägten Alpenlandschaft.

SCHITOUREN IN HÜTTSCHLAG

Die Nationalparkgemeinde Hüttschlag liegt im hinteren Teil des Großarlts im Salzburgerland. In den letzten Jahren hat sich Hüttschlag immer stärker zur Skitourendestination gemausert. Ein Grund hierfür ist sicherlich die Schneesicherheit. Hüttschlag liegt auf knapp über 1.000 Meter Seehöhe an der Nordabdachung der Hohen Tauern.

Bei Skitouren nutzt man spezielle Tourenskier, um einen Berg abseits präparierter Skipisten oder Lifte zu erkunden: Eine eigene Art der Skibindung und Skifelle ermöglichen den Aufstieg ohne Zurückrutschen. Da du dich dabei jenseits gesicherter Pisten und Wege bewegst, musst du die Lawengefahr genau beachten und eine Notfallausrüstung dabei haben. Der Lohn für die Anstrengung und die Krönung jeder Skitour ist die Abfahrt im unverspurten Pulverschnee.

BERGSTEIGERDORF PARTNERBETRIEBE

Bauerndörfle Rindereben, Landhotel Almrösl, Naturhotel Hüttenwirt.

ANREISE

Mit der Bahn bis nach St. Johann im Pongau und dann weiter mit dem Bus 540 bis nach Hüttschlag. >



- < **Entspannend bis sportlich:** Langlaufen in Jezersko.
- ↳ **Aufregend:** Eisklettern in St. Jodok.

Seit 1980 ist das Schmirn- und Valsertal den Eiskletterer*innen ein Begriff. In Schmirn lockt das Kluppental mit etwa zehn Eisfällen. In Vals bieten sowohl der Zeischkessel als auch das Alterertal eine Vielzahl an Eiszapfen, die zum Klettern einladen. Die Eisfälle erreichen eine Höhe bis zu 200 Meter. Aber Vorsicht: Bei allen Eisfällen herrscht große Lawinengefahr. Daher unbedingt die Lawinensituation beachten und eine Lawinen-Notfallausrüstung mitführen!

LANGLAUFEN IN JEZERSKO

Zwischen den Gipfeln der Steiner Alpen und der Karawanken, umgeben von ausgedehnten Mischwäldern, Wiesen, Weiden und klaren Gebirgsbächen liegt das slowenische Bergsteigerdorf Jezersko. 64,6 Prozent der Gemeindefläche liegen in einem Natura 2000 Schutzgebiet.

Schon seit mehr als 100 Jahren hat der Skilanglauf in Jezersko Tradition – das sanft ansteigende Gletschertal mit seinen weiten Wiesen ist dafür wie geschaffen. Bei idealen Schneebedingungen gibt es 15 Kilometer gepflegte Langlaufloipen für klassischen oder freien Stil. Die Langlaufloipen eignen sich für alle Fitnesslevels – vom Einstieg bis zum Spitzensport. Die meisten Loipen befinden sich auf den leicht ansteigenden sonnigen Wiesen der Bauernhöfe oberhalb des Sees (Planšarsko jezero). Für Erfahrenere und Konditionsstarke führen die Loipen durch die Ravenska Kočna bis zur Talstation der Materialseilbahnen und weiter zur Štular Alm.

BERGSTEIGERDORF PARTNERBETRIEBE

Gostišče ob Planšarskem jezeru (Gasthaus am See), Šenkova domačija und Turistična kmetija Ance (Ferienbauernhöfe), Cvet gora (Camping).

ANREISE

Mit dem Zug nach Villach und von dort weiter Richtung Ljubljana bis nach Kranj. Von dort mit dem Bus nach Jezersko.

EISKLETTERN IN ST. JODOK, SCHMIRN- UND VALSERTAL

Der kleine Tiroler Ort St. Jodok liegt ca. 30 Kilometer südlich von Innsbruck und ist die „Pforte“ der östlichen Seitentäler des Wipptales: Das Valsertal erstreckt sich von St. Jodok bis zur Alpeiner Scharke, dem Übergang ins Zillertal. Das Schmirntal reicht von St. Jodok bis zum Olperer an der Grenze zu Hintertux. Bäuerliche Arbeit prägt die Landschaft des Tales, damals wie heute.

Die Eisfälle erreichen eine Höhe bis zu 200 Meter. Aber Vorsicht: Bei allen Eisfällen herrscht große Lawinengefahr.



BERGSTEIGERDORF PARTNERBETRIEBE

St. Jodok: Leite Häusl, Gasthof Lamm.
Schmirn: Haus Staud, Gästehaus Fischer, Gasthaus Olpererblick, Haus Gertraud, Gattererhof, Saxerhof, Schmirnhaus, Thumserhof, Ferienwohnung Plattner, Alpengasthof Kasern.
Vals: Berggasthof Steckholzer, Jörglerhof, Wolf Apartments, Helgas Alm.

ANREISE

Mit dem Zug nach Innsbruck und weiter mit der Regionalbahn bis St. Jodok.

GEFÜHRTE RANGERTOUREN IN MALLNITZ

Das Kärntner Bergsteigerdorf Mallnitz liegt auf 1.200 Metern Seehöhe in einem Hochtal südlich des Alpenhauptkammes und ist in die beeindruckende Bergwelt des Nationalparks Hohe Tauern eingebettet. Als einer der wenigen Orte in Österreich führt die Gemeinde das geprüfte Prädikat „Heilklimatischer Höhenluftkurort“. Das alpine Reizklima – ein Bioklima, das Stoffwechsel und Aktivität anregt – hilft bei nahezu allen Erkrankungen der Atemwege.

In Mallnitz befindet sich auch das BIOS Nationalparkzentrum. Hier kannst du dir im Winter die Schneeschuhe anschnallen und mit Nationalpark-Ranger*innen zur Beobachtung von Wildtieren aufbrechen. Touren werden mehrmals wöchentlich angeboten.

BERGSTEIGERDORF PARTNERBETRIEBE

Alpengasthof Hochalmblick, Apartments Hohenberger, Hotel Bergkristall, Hotel Eggerhof.

ANREISE

Mallnitz ist sehr gut direkt mit dem Zug erreichbar.

SCHNEESCHUHWANDERN IN KREUTH

Kreuth liegt im Herzen der Bayerischen Voralpen, umgeben von den Gipfeln des Mangfallgebirges. Trotz der Nähe zu München und dem Trubel am Tegernsee haben sich die Kreuther ihr Bergsteigerdorf mit viel Ursprünglichkeit, Tradition und Ruhe erhalten. Und damit auch eine besonders ursprüngliche Gepflogenheit: Das Wandern mit Schneeschuhen gibt es schon seit der Jungsteinzeit. In den schnee-

reichen Gegenden der Erde war es lange Zeit die einzige Möglichkeit, sich im Winter fortzubewegen. Der älteste bislang gefundene Schneeschuh stammt aus der Zeit zwischen 3.800 und 3.700 v. Chr. und ist somit älter als der „Ötzi“.

Erst Mitte der 1990er Jahre wurde Schneeschuhwandern zu einer beliebten Wintersportart. Und heute findest du in Kreuth im Winter mehrere Schneeschuhtouren für Anfänger*innen als auch für Fortgeschrittene. Meist geht es durch den Wald hinauf zu hügeligen Almflächen.

BERGSTEIGERDORF PARTNERBETRIEBE

Ferienwohnungen Kandlinger, Aumann, Garhammer, Kimpfbeck, Kirchberger, Sennhofer, Strillinger und Tegernsee, Gästehäuser Eck-Handlhof, Winkler, Becher, Pletscherer.

ANREISE

Mit dem Zug über München und Tegernsee und dann weiter mit dem Bus nach Kreuth oder mit dem Zug bis Jenbach und mit dem Bus über den Achenpass nach Kreuth. ←

Mehr zu den Bergsteigerdörfern und allen Angeboten für Sommer und Winter:
www.bergsteigerdoerfer.org



WINTERAUSZEIT IN SERFAUS-FISS-LADIS

VERANTWORTUNG IM BLICK



Wenn die Tage kürzer werden und der Winter Einzug hält, suchen viele Menschen nach einer Auszeit – nach einem Ort, an dem Ruhe, Bewegung und Naturerleben verbunden werden. Serfaus-Fiss-Ladis, auf einem sonnigen Hochplateau über dem oberen Tiroler Inntal, bietet dies inmitten einer alpinen Landschaft zwischen Samnaungruppe und Ötztaler Alpen. Die Region verbindet Wintersport, sanfte Mobilität und nachhaltige Strukturen mit Bewusstsein für Umwelt, Gäste und Einheimische.



Nachhaltigkeit als Leitprinzip

Dieses Bewusstsein ist kein leeres Versprechen, sondern ein klarer Weg: Unter dem Leitgedanken „Gemeinsam. Bewusst. Für Generationen.“ verfolgt die Region seit 2024 eine verbindliche Nachhaltigkeitsstrategie. Ein zentrales Beispiel ist der verantwortungsvolle Umgang mit der Ressource Schnee. Durch moderne Schneehöhenmessung wird gezielt und nur dort beschneit, wo es wirklich notwendig ist. Ergänzt wird dies durch eine energieeffiziente

Pistenpräparierung, die Ressourcen schont und Sicherheit gewährleistet. Auch in der Gastronomie wird Verantwortung gelebt: Viele Betriebe arbeiten mit lokalen Produzenten, servieren traditionelle regionale Gerichte und tragen die Auszeichnung „Bewusst Tirol“.

Vielfältige Wintererlebnisse

Die Region bietet mehr als Skifahren: Winterwanderwege, Loipen, Rodelbahnen und Schneeschuhtouren eröffnen Perspektiven abseits der Pisten. Ruhesuchende finden Wohlfühlstationen mit Panoramablick, Familien ein abwechslungsreiches Angebot. Serfaus-Fiss-Ladis zeigt, wie Winterurlaub verantwortungsvoll gestaltet werden kann: Bewegung, Naturerleben und Erholung verbinden sich mit gezieltem Ressourceneinsatz.

Weitere Infos:

verantwortung.serfaus-fiss-ladis.at/de

WINTERCAMPING

Diese sieben Tipps halten dich warm

MICHAELA R. REISINGER



1. RICHTIG LÜFTEN



Im Winter kann es im Wohnwagen feucht werden. Daher: Zweimal täglich stoßlüften, Fenster trockenwischen und die Trockenräume von Campingplätzen für feuchte Kleidung und Handtücher nutzen.



Auch im Zelt: Nasses draußen lassen und die Belüftung anpassen – je nach Witterung, um Schneegestöber auszusperrern, um Feuchtigkeit und Frischluft zu regulieren und Wärme zurückzuhalten.

2. GUT AUSRÜSTEN

Im mobilen Zuhause und im Zelt sorgt ein Schlafsack in der richtigen Größe mit der richtigen Temperaturklasse für guten Schlaf. Für Erfrorene: Innenschlafsack plus Wärmflasche. Schneeschaukel mitbringen.



Kältebrücken mit Thermomatten und -vorhänge verringern – so bleibt es unter Aufstelldächern, hinter Türen, Fenstern,

im Vorzelt und im Fußbereich warm. Frostsichere Stromkabel mitbringen, Wasserleitungen und Tanks schützen – dabei helfen Heizfolien oder -kabel, gegebenenfalls Grauwasser in einen Eimer ablassen und Fäkalientanks mit Frostschutzmittel sichern. Möglichst externen Strom nutzen, da die Bordbatterie in der Kälte schnell leer wird.



Im Winter braucht es ein ausreichend großes, isoliertes Zelt (wetterfeste Außenschicht, feste Innenschicht) mit einem stabilen Gestänge oder einem zweiten Gestängesatz und weit oben angesetzten, voll verschließbaren Lüftungsöffnungen. Alle Abspannpunkte und Leinen, Schnee- bzw. Sandheringe und eine Bodenplane nutzen. Für den Schutz von unten die Schlafmatte aufdoppeln. Ideal ist eine Kombi aus Schaumstoff und Luftpolster.

3. HEIZUNG KLUG EINSETZEN



Bei der Standheizung auf den Tankstand, den Gasvorrat bzw. die Anschluss-/Austauschmöglichkeit am Campingplatz achten. Eine

Umschaltanlage kann sinnvoll sein. Kaminrohr der Heizung täglich kontrollieren.



Im Zelt sind elektrische Heizungen sicherer als Gasheizer, da sie keine Abgase produzieren – letztere nur mit guter Belüftung und nicht über Nacht nutzen. Tipp: Keramikheizer – ihre Heizelemente glühen nicht.

4. SICH WARMKOCHEN



Bei Gaskochern wintertaugliches Gasgemisch nutzen – Flüssigbrennstoffkocher sind bei niedrigeren Temperaturen zuverlässiger, bei extrem niedrigen Temperaturen Benzin- bzw. Multibrennstoffkocher. Thermoskannen und isolierte Essbehälter mitbringen!

5. RICHTIG ANZIEHEN



Eine Basisschicht, die Feuchtigkeit ableitet und schnell trocknet (lange Unter-

wäsche, passende Socken), eine mittlere Schicht, um Wärme zu speichern (z. B. Fleecehose, Isolierjacke, Schal) und eine äußere Schicht, die atmungsaktiv, wasser- und winddicht ist (von den Schuhen bis zur Mütze).

6. IN BEWEGUNG BLEIBEN



Nie darauf warten, dass dir kalt wird – pass deine Kleidung gleich an, iss oder trink etwas oder setz dich in Bewegung!

7. RICHTIGE LOCATION WÄHLEN



Winter-Campingplätze bieten neben wintersicheren Plätzen und frostsicheren (Ab)-Wasseranschlüssen, beheizte Sanitär- und Trockenräume für Kleidung sowie Aufenthaltsräume und Indoor-Spielflächen für Kinder. Wer das Winterkochen nicht schätzt, checkt, ob die Restaurants des Campingplatzes durchgehend geöffnet sind, wer Entspannung braucht, was das Wellnessangebot bietet – einige Campingplätze können durchaus mit Hotels mithalten.



Das Zelt so aufstellen, dass weder Schnee, Äste noch Eiszapfen darauf fallen können. Hecken schützen vor Wind und Schneeverwehungen – gegen den Wind kann man auch einen Schneewindschutz einige Meter entfernt aufbauen. Den Platz freischaufeln oder festtreten, Eingang auf der windabgewandten Seite. Campst man in der Natur, unbedingt auf die Sicherheit bzgl. Schneerutsch oder Lawinen achten.

16 Campingplätze sind hierzulande mit dem Österreichischen Umweltzeichen ausgezeichnet – diese neun sind auch im Winter geöffnet:

Alpencamp Kärnten:
www.alpencamp.at

Berau am Wolfgangsee (Oberösterreich):
www.berau.at

Camping Brunner (Kärnten)
www.campingbrunner.at

Camping Grubhof (Salzburg)
www.grubhof.com

Knaller Camping (Kärnten)
www.knaller.at

Natürlich Hell (Tirol)
www.hell-tirol.at

Seecamping Appesbach (Oberösterreich)
www.appesbach.at

Olachgut Camping (Steiermark)
www.olachgut.at

Camping Zirngast (Steiermark)
www.haus-zirngast.at ←

Natürlich Hell. Camping und Aparthotel



nachhaltig schön, Natürlich gut

Mehrfach zertifizierter Eco-Campingplatz sowie exklusives Aparthotel. Ganz gleich, für welche Art des Wohnens Sie sich bei uns entscheiden, es gibt kein Entweder-oder, nur ein Sowohl-als-auch.

Natürlich Hell. Camping und
Aparthotel Zillertal
A-6263 Fügen, Gageringerstr. 1
T: +43 5388 62203
servus@hell-tirol.at
www.hell-tirol.at



mehr erleben, genießen, teilhaben

www.lebensart-reisen.at

Reiseziele & Reisegeschichten | Anreise ohne Auto |
Quartierempfehlungen | Regionale & biologische
Küche | Nachhaltige Reisebüros | Alle LEBENSART-
Reisemagazine zum Download



Anzeigen



Die Azoren

Ein Paradies im Atlantik

CHRISTIAN BRANDSTÄTTER

Die Azoren kennst du vermutlich nur vom Wetterbericht. Sie verheißen stabiles, sonniges Wetter in Österreich. Dabei sind die neun Inseln mitten im Atlantik auch ein Naturparadies mit Vulkankegeln, Kraterseen, heißen Quellen und spektakulären Küsten – und ein wichtiger Lebensraum für Wale, Delfine und Zugvögel.

Es hat 19 Grad am 5. Dezember in Ponta Delgada. In der ersten Nacht regnet es leicht. Tags darauf scheint wieder die Sonne. Eine stabile Schönwetterlage, wie sie uns die Azoren in Mitteleuropa bescheren, wird man hier nicht erleben. Die Luftfeuchtigkeit ist so hoch, dass die Wäsche ein paar Tage lang braucht, um zu trocknen. Es kann eine Woche durchregnen oder auch nicht. Mit ein paar nächtlichen Regengüssen und überwiegend sonnigen Tagen hatten wir Glück.

Die Hauptstadt der Azoren liegt auf São Miguel, der größten der neun Inseln. Schmale schwarz-weiß gepflasterte Straßen ziehen sich durch die Altstadt. Die Gehsteige sind noch viel schmaler, manchmal balancierst du wie auf einem Schwebebalken oder suchst Zuflucht, wenn ein Auto vorbeisaust. Es ist Advent und viele der Gassen sind wunderschön beleuchtet. Vor allem der Platz am Hafen ist ein Weihnachts-Wunderland – ohne großen Kitsch. Die Advent- und Weihnachtszeit wird hier und in vielen anderen Orten der Insel

ausgiebig zelebriert. Krippen mit Figuren in Echtgröße füllen ganze Plätze.

DIE MAJESTÄTISCHEN PARKS DER HAUPTSTADT

Ponta Delgada hat zwar nur rund 20.000 Einwohner*innen, zeigt dir jedoch mit seinen prunkvollen Villen, Gärten und Parks, dass du in der Hauptstadt eines Inselreiches weilst. Allen voran der prachtvolle Präsidentenpalast, der als Repräsentationsgebäude für offizielle Anlässe dient. Im stilvoll angelegten Garten findest du eine Mischung



1



2



3

- 1 **Sete Cidades.** Malerische Landschaft aus blau und grün schimmernden Kraterseen.
- 2 Der **Präsidentenpalast** in einer von mehreren prunkvollen Parkanlagen in der Hauptstadt.
- 3 **Parque da Ribeira dos Caldeirões.** Park in einer Schlucht mit mehreren Wasserfällen.

aus heimischen und exotischen Pflanzen, jahrhundertealte Bäume, verschlungene Wege, Teiche und Sitzbänke. Am Eingang empfängt dich ein Portier. Er kontrolliert deinen Ausweis, für zwei Euro bekommst du eine Akkreditierungskarte, die du sichtbar tragen musst. Gleich neben dem Präsidentengarten liegt der botanische Garten, in dem du für vier Euro Eintritt in etwa das gleiche zu sehen bekommst.

In unmittelbarer Nähe kommst du am städtischen Friedhof vorbei. Während

bei uns Grabsteine mit Inschriften und Kreuzen das Ambiente prägen, stehen hier auch viele kleine Häuschen mit Türen. Drinnen sind Särgе zu sehen, meist geschmückt mit Bildern und Andenken, daneben steht manchmal ein Sessel. Man kann fühlen, wie die Angehörigen ihre Liebsten besuchen, bei ihnen Platz nehmen und mit ihnen plaudern.

Auf der anderen Seite der Straße ist der obere Eingang des Jardim Antonio Borges, eines öffentlich zugänglichen Parks

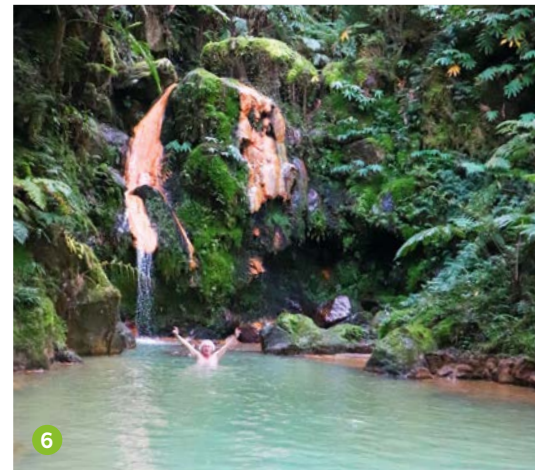
mit einer bunten Pflanzenwelt, alten Fels- und Steininformationen und verwunschene Höhlen, angelegt ganz im Stil der romantischen Gartenkunst des 19. Jahrhunderts. Für die Kinder ist der Park ein riesiger Abenteuerspielplatz.

DIE HEISSEN QUELLEN VON FURNAS

Rund 45 Kilometer östlich von Ponta Delgada liegt der Ort Furnas. Wir steigen bei der letzten Bushaltestelle vor dem Ort am Zugang zum Furnassee aus und wandern entlang des Süd- und Westufers bis zu den Fumarolen. Spätestens jetzt wissen wir, dass wir auf einem Vulkan unterwegs sind. Wasser und silbergrauer Schlamm blubbern in kleinen Tümpeln, es raucht und riecht nach Schwefel.



4



6



5

Das Restaurant am Rande der heißen Quellen serviert als Spezialität einen Eintopf aus (Süß-)Kartoffeln, Karotten, Kohl, Fleisch und Wurst. Alles zusammen kommt in einer bestimmten Reihenfolge in einen Topf und wird in einem heißen Erdloch gegart. Das Ergebnis schmeckt hervorragend. Eine Portion kostet 25 Euro und reicht locker für zwei Personen.

TANZ AUF DEM VULKAN

Dem Vulkanismus der Insel werden wir noch öfter begegnen, wenn es neben Wanderwegen aus der Böschung dampft oder wenn der Pfeiler einer Straßenbrücke wie ein Heizkörper strahlt. Die angenehmste Form der Geothermie sind zweifellos die vielen Thermalquellen – wegen ihnen solltest du

auch immer deine Badesachen dabeihaben. In der Anlage Poca da Dona Beja in Furnas fließt das knapp 40 Grad warme Wasser durch mehrere kleine Pools, eingebettet in eine Schlucht. Die Pflanzenwelt an den Hängen erinnert an einen Urwald. Achtung: Hier solltest du rechtzeitig buchen! Ein Eineinhalb-Stunden-Slot kostet acht Euro.

Beim Rundwanderweg von Ribeira Grande, der zweitgrößten Stadt der Insel, zum Wasserfall Salto do Cabrito kommst du ebenfalls an einem kleinen Thermalbad und einem unwiderstehlichen Kuchenbuffet im angrenzenden Restaurant vorbei. Ein besonderes Badeerlebnis bietet auch die Caldeira Velha. Neben den kleinen gemauerten Warmwasserbecken liegt am Ende der

4 Mosteiros. Schwarzer Lavastrand mit Blick auf vier Felsbrocken, die majestätisch aus dem Meer ragen.

5 Krippenlandschaft mit lebensgroßen Figuren in Villa Franca so Campo.

6 Baden wie im Paradies. Am Ende der Caldeira Velha bei rund 25 Grad Wassertemperatur direkt unter einem Wasserfall.

Schlucht ein natürliches Becken direkt unter einem Wasserfall. Baden wie im Paradies! Ein Eineinhalb-Stunden-Slot kostet zehn Euro.

Ganz im Westen der Insel in Ferraria findest du sogar ein warmes Wellenbad im Meer. Die Strömung des Atlantiks brandet hier in eine kleine Felsbucht. Das Wasser zwischen den Klippen wird durch heiße Quellen auf rund 30 Grad aufgeheizt. Eine Stahltreppe führt hinunter in den warmen Meerespool, darin sind Seile gespannt, an denen du dich in der Brandung festhalten solltest. Der Eintritt ist frei.

MALERISCHE LANDSCHAFT

Das feuchte Klima und die vulkanischen Böden sorgen auf der ganzen Insel für eine üppige Vegetation. Kühe und Schafe erfreuen sich am satten Grün. In dieser beschaulichen Landschaft haben die Vulkane auch besondere Formationen hinterlassen. Die blau und grün schimmernden Kraterseen von Sete Cidades sind für viele das Highlight einer Inseltour und es gibt kaum einen Prospekt, der nicht mit dieser gewaltigen Naturkulisse wirbt.

Majestätisch präsentieren sich auch die Felsen vor der Küste von Mosteiros im Westen der Insel. Vier riesige Felsbrocken ragen wie versteinerte Monster aus dem Meer. Davor erstreckt sich ein breiter schwarzer Lavastrand. Ein Ort für das ultimative Urlaubsfoto.

Südlich von Ribeira Grande liegt der Parque da Ribeira dos Caldeirões eingebettet in einer Schlucht mit mehreren Wasserfällen. Eine Gruppe Jugendlicher bereitet sich gerade auf ihr Canyoning-Abenteuer vor, während wir uns vom leichten Rundweg durch den Park, vorbei an alten Mühlen, führen und von der Landschaft bezaubern lassen.

Nordeste, die östlichste Stadt der Insel, ist hingegen etwas für Frühaufsteher*innen auf der Suche nach einem fantastischen Sonnenaufgang. Von der Hauptstraße führt ein steiler Weg hinunter zu einem Leuchtturm und einem kleinen Fischerhafen. Entlang des We-

ges sind kleine, bunt bemalte Häuschen in den steilen Fels gebaut und am Hafen peitscht das Meer mit riesigen Wellen an den Pier.

TEE MADE IN EUROPE

Auf dem Rückweg von Nordeste nach Ponta Delgada besuchen wir Chá Goreana, die älteste heute noch aktive Teeplantage in Europa – und ein Ort, an dem du dich mit Mitbringseln eindecken kannst. Weil es die üblichen Pflanzenschädlinge hier, mitten im Atlantik, bisher noch nicht gibt, braucht man zum Anbau keine Pestizide, Herbizide und Fungizide. Störende Unkräuter werden von Ziegen vertilgt, die Teeblätter mögen sie nicht. Die Herstellung des Azorentees erfolgt noch mit aufwendigen traditionellen Verfahren. Die Maschinen dafür erinnern eher an ein Museum.

Nach gut einer Woche haben wir vieles in Sao Miguel gesehen, geschmeckt

und gefühlt. Trotzdem reichte die Zeit nicht aus für eine Kanufahrt im Vulkansee oder einen Trip aufs Meer, um Wale und Delfine zu beobachten.

Gänzlich vermessen wäre es, bei dieser Reise von „den Azoren“ zu sprechen. Acht weitere Inseln warten darauf, entdeckt zu werden. Sie punkten durch ihre Abgeschiedenheit und wunderbare Natur. Terceira etwa, mit weiten, grünen Landschaften und geheimnisvollen Höhlen. Oder die Blumeninsel Flores ganz im Westen. Auf der Weininsel Pico kannst du den mit 2.351 Metern höchsten Berg Portugals besteigen. Im Meer vor der Insel Faial brach zuletzt 1957 ein Vulkan aus und erschuf neues Land, die Ponta dos Capelinhos. Hier lädt ein unterirdisches Vulkanmuseum zum Besuch.

Wenn du die Azoren tatsächlich in ihrer Fülle erleben willst, solltest du dir mehrere Wochen Zeit nehmen. ←

INFOS UND TIPPS

♥ LAGE

Die neun Azoreninseln im Atlantik sind rund 1.400 Kilometer vom europäischen Festland entfernt und auf einem Gebiet von 600 Kilometern verstreut. Sie gehören zu Portugal. Die Inselgruppe wurde im Rahmen des Programms EarthCheck als erste mit dem Siegel „Nachhaltiges Reiseziel“ ausgezeichnet.

♥ ESSEN

Taberna da Boavista

Ponta Delgada. Schöner grüner Gastgarten, Tapas, Sandwiches.

Markthalle Mercado de Graca

Ponta Delgada. Frisches Obst, Gemüse und Südfrüchte von der Insel.

La Gelateria

Ponta Delgada. Traditionelle Eismanufaktur von Davide Spinedi.

A Quinta

Furnas. Restaurant mit Bar in einem schön angelegten Garten.

Restaurante Silencio

Porto Formosa. Unglaublich guter Fisch, extrem günstig. Nicht vom Ambiente abschrecken lassen!

Restaurante Cantinho do Cais

Ribeira Grande. Ein würziger Suppentopf mit Brot ist die Spezialität des Hauses.

O Americo

Mosteiros. Die besten gebratenen Muscheln!



♥ SCHLAFEN

In Ponta Delgada gibt es mehrere Hotels mit Umweltgütesiegeln. Den GreenKey tragen das **VIP Executive Azoren Hotel** und **The Nook Hostel**. Travelife-zertifiziert sind das **Marina Atlantico**, das **Grand Hotel Acores Atlantico**, das **Neat Hotel Avenida** und das **S. Miguel Park Hotel**.

Etwas außerhalb der Stadt liegt das

Tradition & Nature Hotel Casa Senhora da Rosa. Wir haben bei unserer Reise Bekannte besucht, die mehrere Monate lang ein Reihenhaus über AL (Alojamento Local) gebucht hatten.

In Ribeira Grande liegt das nachhaltig geführte und nach ökologischen Gesichtspunkten gebaute **Santa Barbara Eco Beach Resort** direkt am weitläufigen Sandstrand von Santa Barbara. Das **Volcanic Charming House** ist GreenKey zertifiziert.

♥ MOBILITÄT

Das öffentliche Verkehrssystem der Insel ist nicht auf den Tourismus ausgerichtet. Den Ausflug nach Furnas haben wir dennoch mit dem Bus gewagt. Mit einem Hölletempo durch die engen Gassen, nur Zentimeter vorbei an den Balkonsimsen der Häuser ging es relativ flott nach Furnas. Bei der Rückfahrt ist der Bus alle Orte der Nordküste angelaufen. Was auf der Hauptstraße knappe 45 Minuten gedauert hätte, wurde zur zweieinhalbstündigen Sightseeingtour. Für den Rest der Ausflüge mieteten wir ein Auto.



FARBE
UND DUFT



INSELN VOLL
ARBE UND DUFT

ENTDECKE ORTE FÜR ALLE SINNE.



Hiddensee liegt unmittelbar westlich vor Rügen in der Ostsee.

Malerische Auszeit an der Ostsee

Seit Jahrhunderten dienen die rauen Inseln Nordeuropas Künstlerinnen und Künstlern als Quelle der Inspiration. Ihre Niederlassungen schreiben bis heute Kunstgeschichte – und laden auch in der kühleren Jahreszeit zum Besuch ein.

KATRIN BRAHNER,
MIT AUSFLUGSTIPPS VON
MICHAELA REISINGER

Windumtoste Klippen, feine Sandstrände, üppige Wälder. Das tiefblaue Meer und die weiße Gischt, wenn die Wellen auf die Küste prallen – die Inseln Nordeuropas verzaubern mit ihrer rauen Landschaft und dem Zusammenspiel aus Wind, Sonne und Meer.

Die unberührten Naturlandschaften zogen Künstler*innen schon in den letzten beiden Jahrhunderten in ihren Bann. Sie fanden Inspiration in der Ruhe der Inseln, der klaren Luft, dem besonderen Licht, den endlosen Weiten. Und so entstanden im Laufe

des 19. und 20. Jahrhunderts Zusammenschlüsse von Kunstschaffenden, die sich ganz oder teilweise auf den Inseln niederließen, um deren Schönheit für die Ewigkeit festzuhalten.

Zu den bekanntesten Künstlerinseln zählen Hiddensee, Bornholm, die Halbinsel Skagen und die Åland-Inseln. Bis heute wahren sie einen wichtigen Teil der Kunstgeschichte und sind lebendige Zeugnisse davon, wie eng Kunst und Landschaft miteinander verbunden sein können. Ein Besuch in den Museen und Ateliers lädt



- 1 Ein Winterspaziergang zum Wahrzeichen der Insel: dem Leuchtturm auf dem Dornbusch, jenem Hügelland, das einen der drei Inselkerne bildet.
- 2 „Hiddensee Inselblick“. Elisabeth Büchsel fing ab 1904 jeden Sommer die Stimmung der Insel ein.
- 3 „Blick zum Hochland“. Auch auf Hiddensee suchte Eggert Gustavs nach dem „Gesicht der Landschaft“ und der „Landschaft des Gesichtes“.



dazu ein, Kunst vor Ort ganz neu zu entdecken. Eine kleine Zeitreise.

HIDDENSEE, DIE PERLE DER OSTSEE

Nur etwa 17 Kilometer lang und einige Kilometer breit ist die autofreie Insel Hiddensee in der deutschen Ostsee. Sie ist bekannt für ihre scheinbar endlosen Sandstrände, die weiten Heideflächen, die Kiefernwälder, die Dünen und die über 70 Meter hohe Steilküste. Nicht umsonst wird sie als „die Perle der Ostsee“ bezeichnet – und kein Wunder, dass die Künstlerin und Schriftstellerin Henni Lehman dort 1919 den „Hiddenseer Künstlerinnenbund“ gründete, dem zeitweise bis zu 25 Frauen angehörten. In der „Blauen Scheune“, einem niederdeutschen Hallenhaus mit blauem Anstrich, stellten die Künstlerinnen ihre Werke aus. Die berühmteste unter ihnen war Elisabeth Büchsel. Jeden Sommer kam sie auf die Insel, um Fischer beim Flicken ihrer Netze, Bewohner bei der Feldarbeit oder die typischen

Bauernhäuser mit ihren reetgedeckten Dächern in ihren Bildern zu verewigen. Neben Büchsel zählt Eggert Gustavs zu den bedeutendsten Hiddensee-Künstlern. Er wurde auf der Insel geboren und verbrachte dort viel Zeit mit Malen. Seine Werke bilden die unverwechselbare Natur Hiddensees ab, zeigen die Ostsee, Strände und die Steilklippen der Insel.

Der Zweite Weltkrieg setzte dem künstlerischen Treiben auf Hiddensee ein jähes Ende. Dennoch lebt das Erbe der Kunstschaffenden dort bis heute weiter. Die Blaue Scheune dient noch immer als Ausstellungsort für Gemälde und Werke des Künstlerinnenbunds sowie des Malers Günter Fink, der bis zu seinem Tod im Jahr 2000 dort wohnte. Dem Maler Eggert Gustavs und seinen Bildern ist ein eigenes Museum gewidmet. Und auch im Heimatmuseum Hiddensee sind Werke der Inselkünstlerinnen und -künstler ausgestellt.

TIPP

NATIONALPARK VORPOMMERSCHE BODDENLANDSCHAFT

Auf Hiddensee entdeckt man ihn am besten über drei Wanderwege – „Dünenheidelehrpfad“, „Dornbusch“ und „Alter Bessin“ –, auch eine empfohlene Radroute gibt es. Im Nationalparkhaus Hiddensee zwischen Kloster und Vitte kann man Tierstimmenorgel spielen und ganzjährig mit den Vögeln über die Insel fliegen – ist man gerade im September oder Oktober vor Ort, kann man den Herbstzug der Kraniche live miterleben. Bis zu 90.000 Kraniche kommen auf ihrer Reise von Skandinavien bis nach Südspanien dort vorbei.

www.nationalpark-vorpommersche-boddenlandschaft.de

BORNHOLM, DIE INSEL DER KERAMIK

Neben der abwechslungsreichen Landschaft ist es ein besonderer Schatz, der Kunstschaffende damals wie heute auf die dänische Insel Bornholm lockt: die hochwertige Bornholmer Tonerde, die Keramikerinnen und Keramiker schon vor 200 Jahren für ihre Arbeiten nutzten. So existierten im 19. Jahrhundert über 200 selbstständige Töpfereien, 24 größere und kleinere Keramikfabriken sowie etwa 150 selbstständige keramische Werkstätten auf Bornholm. Bedeutende Fabriken waren unter anderem Søholm und Hjorth in Rønne, der Hauptstadt Bornholms.

Die Hjorth-Fabrik ist bis heute eine wichtige Adresse für Keramikunst auf der Insel. Seit ihrer Eröffnung 1859 hat sie sich zu den größten und bekanntesten Keramikfabriken der Insel entwickelt. Wer hier zu Besuch kommt, kann in den historischen Fabrikhallen hautnah erleben, wie aus



4

4 Bornholm auf dem 120 Kilometer langen Küstenpfad kennenlernen – von dramatischen Klippen bis zu ruhigen Wäldern.

5 Dicht am Wasser steht die Sjöfararkapellet (Seefahrerkapelle) in Marihamn (Åland).



5

unförmigen Tonklumpen elegante Teller, Tassen, Becher und Vasen werden.

Auch andere Handwerkskünste wie die Glasbläserei, Textil- und Holzkunst sind auf Bornholm weit verbreitet. Nicht umsonst wurde die Insel von der „European Crafts Alliance“ als erste Region Europas zur „World Craft Region“ (deutsch „Welthandwerksregion“) ernannt – eine Hommage an die jahrhundertealte Handwerkstradition Bornholms.

Die ersten Malerinnen und Maler wurden ab Mitte des 19. Jahrhunderts auf

die Insel aufmerksam. Zu den wichtigsten Vertreter*innen der sogenannten Bornholmermaler zählen Kræsten Iversen und Oluf Høst. Letzterer lebte in Gudhjem, wo heute ein Museum in seinem ehemaligen Wohnhaus an ihn erinnert. Bornholms Kunstmuseum bei Rønne zeigt weitere Werke mit Bezug zur Insel.

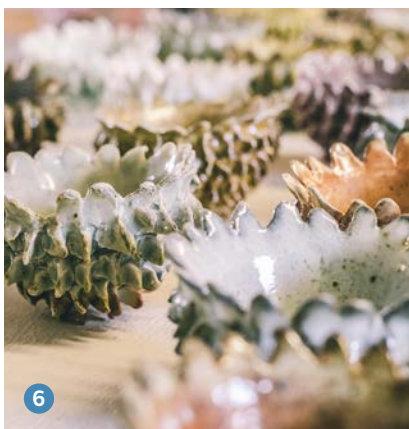
Viele der heutigen Künstlerinnen und Künstler Bornholms haben sich in Østerlars niedergelassen, einem Dorf im Inselinneren. Sozusagen die moderne Künstlerkolonie Bornholms. Ganz nebenbei versteckt sich dort auch

eine der bekanntesten Sehenswürdigkeiten der Insel: die imposante Kirche von Østerlars, die größte der vier Rundkirchen auf Bornholm.

SKAGEN ODDE, LAND DES LICHTS

Am nördlichsten Punkt des dänischen Festlands liegt die Halbinsel Skagen Odde. Hier befindet sich auch die nördlichste Stadt Dänemarks, die ebenfalls Skagen heißt. Die Landschaft der sandigen Halbinsel unterliegt den Kräften von Wind und Meer. Hier treffen Nord- und Ostsee aufeinander, außerdem ragt Nordeuropas größte Sanddüne, Råbjerg Mile, bis zu 40 Meter in die Höhe.

Auch das Licht ist ganz besonders auf Skagen Odde: Die Sandstrände und



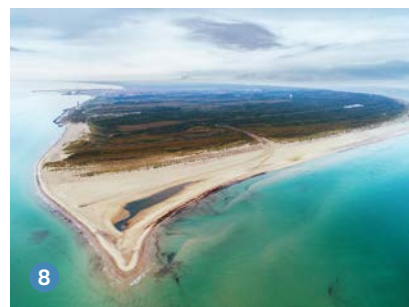
6

6 Bornholm ist besonders für seine Keramik bekannt.



7

7 „Stranding“. Holger Drachmann portraitierte oftmals Meer und die Fischer auf Skagen.



8

8 Skagens Gren: Nördlich von Skagen treffen Nord- und Ostsee aufeinander.

Am nördlichsten Punkt der Halbinsel, am **Skagen Gren**, treffen Kattegat und Skagerak (Nord- und Ostsee) aufeinander. Highlight sind auf Skagen auch im Herbst und Winter die langen Standspaziergänge – im Herbst ist auch die beste Zeit Bernstein zu finden –, ein Besuch des **Grå Fyr**, des grauen Leuchtturms, und der „**versandeten Kirche**“ St. Laurentius. Im 14. Jahrhundert erbaut steht heute wegen starker Versandung nur noch ihr Turm. Der westliche ältere Teil der Stadt, **Gamle Skagen**, lockt mit einer ganz besonderen Atmosphäre und einige Künstler*innen wie Glasbläser*innen, Töpfer*innen und Maler*innen haben hier ihren Sitz.

das Meer reflektieren das Sonnenlicht besonders intensiv und auch wenn es auf die roten und gelben Häuserdächer trifft, entsteht ein schönes Farbenspiel.

Kein Wunder also, dass Künstler*innen ab Ende des 19. Jahrhunderts versuchten, diese besondere Stimmung einzufangen. Michael und Anna Ancher, P. S. Krøyer und Marie Krøyer sowie Holger Drachmann gehörten zu den bekanntesten Vertreter*innen der Skagen-Maler. Treffpunkt der Kunstschaffenden war der Brøndums Gasthof, der noch heute als „Brøndums Hotel“ Gäste empfängt.

Das 1928 eröffnete Skagens Museum zeigt die Werke dieser Epoche und betreibt auch die ehemaligen Wohnhäuser der Anchers und Holger Drachmanns als Museen.

ÅLAND-INSELN, KUNST IN ÖNNINGEBY

Die Åland-Inseln sind ein Archipel bestehend aus 6.700 Eilanden, die sich in der nördlichen Ostsee, zwischen Finnland und Schweden ausbreiten. Nur etwa 60 der zu Finnland zählenden Inseln sind bewohnt. Landschaftlich bestechen sie mit einer Mischung aus Wäldern und Wiesen, Klippen und Stränden.

1886 besuchte der finnische Maler Victor Westerholmen erstmals die Inselgruppe. Begeistert von der Landschaft kaufte er ein Haus in Önningsby auf der Hauptinsel Fastö. Schon bald lud er Künstler*innen aus Finnland und Schweden, später auch Estland ein. Darunter die finnischen Malerinnen Dora Wahlroos und Elin Alfhild Nordlund sowie der schwedische Maler Edvard Westmann. Jedes

Jahr während der Sommermonate verwandelte sich Önningsby so in eine kreative Zusammenkunft.

Mit dem Ausbruch des ersten Weltkriegs löste sich die Künstlerkolonie auf – aber im Önningsby Museum sind die wichtigsten Werke und Gemälde glücklicherweise bis heute zu bewundern.

Übernachtungstipps und Ausflugsziele
www.lebensart-reisen.at/aland-das-glueck-in-den-wellen-der-ostsee

Ob auf Hiddensee, Bornholm, Skagen oder Åland: Wer reif für die Insel ist und Entspannung mit Kultur verbinden möchte, wird hier eine unvergessliche Zeit erleben! ←

Anzeige

WIEN

MÜNCHEN

ab € 25,80*

SPARSCHIENE EUROPA

& WAS FÄHRT DU?

HEUTE. FÜR MORGEN. FÜR UNS.

Alle Infos auf oebb.at/sparschiene

* Kontingentierte und zuggebundenes Angebot



GRASSE

BLÜTENZAUBER IN DER HAUPTSTADT DES PARFÜMS

Seit Jahrhunderten prägen Düfte und Blumen das Leben in Grasse – nicht umsonst gilt sie als die Welthauptstadt des Parfüms. Reise mit uns in die Welt der Aromen und Gerüche.

KATRIN BRAHNER

In der Luft liegt fruchtiger Jasmin, dazu mischt sich süße Mai-Rose, das unverwechselbare Aroma von Lavendel und ein würziger Hauch Tuberose: Die Stadt Grasse im Süden Frankreichs ist eine wahre Insel der Düfte. Wer hier durch die schmalen Gassen spaziert, taucht ein in eine wohlriechende, blumige Welt. Auf einem Hügel im Hinterland der Cote d'Azur gelegen, zwischen dem Mittelmeer und den Seealpen, herrscht hier ein optimales Mikroklima für Parfümpflanzen: Rund um die Stadt blühen ganze Felder von Blumen, allen voran die pinke Mai-Rose und der weiße Jasmin.

Schon seit dem 18. Jahrhundert verarbeiten Parfümeur*innen die wohlriechenden Pflanzen zu unverwechselbaren Düften. Seitdem prägt die Parfümherstellung das Leben in Grasse – und macht einen Besuch in der Stadt zu einem unvergesslichen Erlebnis für die Sinne.

DIE PARFÜMKUNST HAUTNAH ERLEBEN

Kein Wunder also, dass das rund 50.000 Einwohner*innen zählende Grasse als die Welthauptstadt des Parfüms bezeichnet wird. Berühmte Düfte wie das Parfüm Chanel No. 5 haben hier ihren Ursprung, die Parfümkunst von Grasse wurde 2018 von der UNESCO sogar als immaterielles Kulturerbe anerkannt.

Doch nicht immer hat es in Grasse nach Blumen geduftet. Bis zum 18. Jahrhundert florierte in der Stadt noch die Lederverarbeitung. Die angelieferten Tierhäute rochen äußerst

unangenehm, und so auch die fertigen Lederhandschuhe. Angeblich hat die Königin Katharina von Medici daraufhin den Wunsch geäußert, ihre Handschuhe parfümieren, die strengen Gerüche also mit essenziellen Ölen überdecken zu lassen. Ein neuer Trend war gesetzt, der Grasse berühmt machte. Der Beruf des Parfümeurs etablierte sich, im Laufe des 19. Jahrhunderts wurde das Handwerk industrialisiert und riesige Blumenplantagen angelegt.

„Der Anbau von Duftpflanzen, die Kenntnis über die Rohstoffe und ihre Verarbeitung, die Kunst der Komposition von Parfüm – all das macht die Kunst der Parfümerie in Grasse so einzigartig“, sagt Franck-Dominique Raineri vom Tourismusbüro Pays de Grasse. Heute sind laut Raineri in der gesamten Region Grasse etwa 70 Parfümhersteller angesiedelt, die rund 5.000 Menschen beschäftigen. Darun-



„Der Anbau von Duftpflanzen, die Kenntnis über die Rohstoffe und ihre Verarbeitung, die Kunst der Komposition von Parfüm – all das macht die Kunst der Parfümerie in Grasse so einzigartig“

Franck-Dominique Raineri

ter finden sich industrielle Großbetriebe, aber auch kleine, unabhängige Nischen-Parfümerien.

Drei berühmte Parfümhersteller aus Grasse sind Galimard, Fragonard und Molinard, die ihre Türen auch für Besuchende öffnen. Bei Führungen durch die Fabriken dürfen Gäste hautnah dabei sein, wenn aus Blüten und Ölen edle Parfüms entstehen. Teilweise werden auch geführte Touren zu Blumenfeldern angeboten. Wer noch mehr lernen und dabei kreativ werden möchte, kann bei einem angeleiteten Workshop den eigenen, ganz persönlichen Duft kreieren – das perfekte Andenken an den Urlaub in Grasse.

DEM BLUMENDUFT AUF DER SPUR

Auch wenn sich die Parfümerie über die Jahre immer weiterentwickelt hat – das Herzstück der Grasser Parfümtradition waren und sind die Blumen. Sie haben die jahrhundertealte Par-

fümkunst erst möglich gemacht. „Die drei charakteristischen Blumen von Grasse sind die Mai-Rose, der Jasmin und die Tuberose“, sagt Raineri. Wer die Duftpflanzen beschnuppern möchte, schaut am besten bei den Gärten des Internationalen Museums der Parfümerie vorbei. Die über zwei Hektar große Anlage befindet sich in Mouans-Sartoux, einem Vorort von Grasse. Hier wachsen viele der Pflanzen, die traditionell zur Parfümherstellung verwendet werden, darunter neben der drei erwähnten Blumen auch Lavendel, Geranien, Ginster und Orangenbäume.

Das Anwesen Domaine de Manon ist ebenfalls ein guter Anlaufpunkt, um Duftpflanzen zu sehen und zu riechen. Es liegt nur etwa acht Kilometer außerhalb des Stadtzentrums und ist mit Bussen gut zu erreichen. Seit den 1930er-Jahren werden rund um das Anwesen Parfümpflanzen angebaut.

Während der Blütezeit finden Führungen über die Felder statt. Eine duftende Wanderung ist auf der „Route du Mimosa“ möglich. Dieser Wanderweg erstreckt sich von Grasse 130 Kilometer bis nach Bormes-Les-Mimosas. Wie der Name schon verrät, schlängelt sich der Weg an üppigen Mimosenfeldern vorbei. Die gelbe Blume blüht von Dezember bis März – das macht die Wanderung zu einem tollen Erlebnis im Winter.

FESTE ZUR FEIER DER BLUMEN

Ganz besonders gut duftende Events in Grasse sind die Feierlichkeiten zu Ehren verschiedener Blumen. Die berühmteste von ihnen ist die 1971 in Leben gerufene „ExpoRose“, ein Fest zu Ehren der Rose. „ExpoRose ist eine Gelegenheit, den Monat der Rosen zu würdigen und die Arbeit der lokalen Produzenten und Züchter in der Region hervorzuheben“, erzählt Raineri. Jedes zweite Wochenende im Mai ver-



Verwinkelte Gassen, alte Häuser: Die Altstadt von Grasse lädt zum Flanieren ein.

wandelt sich Grasse in ein Meer aus Rosen, es stehen 8.500 Sträucher und 130.000 Rosenstöcke zum Verkauf, zudem schmücken 25.000 Schnittrosen die Brunnen und Plätze von Grasse.

Am ersten Augustwochenende folgt dann die „Fête du Jasmin“, das Jasminfest. Seit 1946 feiern die Einwohnerinnen und Einwohner die Jasmin-

blume drei Tage lang mit Musik, einer Blumenparade und einer Messe.

MEHR ALS DÜFTE UND PARFUM

Neben der Parfumerie und der Blumenpracht hat das wohlriechende Grasse noch viele weitere Highlights zu bieten. Die historische Altstadt etwa: Sie ist von schmalen Gassen durchzogen, die von orange- und ockerfarbenen Häusern mit Fensterläden und kleinen Balkonen gesäumt sind. Die malerischen Straßen lassen sich am besten bei einem gemütlichen Spaziergang erkunden. Besonders schön ist der Hauptplatz Place aux Aires mit seinem Brunnen. Er ist von Restaurants und Cafés umgeben, jeden Samstag findet dort ein Markt statt, auf dem regionale Produkte verkauft werden.

Wer etwas mehr Zeit mitbringt, kann die Gegend rund um Grasse erkun-

den. Beeindruckend sind zum Beispiel die Tropfsteinhöhlen von Saint-Cézaire, etwa eine halbe Stunde mit dem Bus von Grasse entfernt. Rund 45 Minuten außerhalb der Stadt breitet sich das Biologische Reservat der Monts d'Azur aus. Das geschützte Naturparadies bestehend aus Wäldern, Klippen und Feldern ist Heimat für wildlebende Tiere wie Bisons, Elche und Steinadler.

Darüber hinaus gibt es zahlreiche malerische Dörfer zu entdecken. Eines davon ist Gourdon, das imposant auf einem Felsvorsprung thront. Von dort bietet sich ein spektakulärer Panoramablick über die umliegende Landschaft bis zum Mittelmeer. Dazwischen sorgen die Felder voll Blumen für bunte Farbtupfer. Verarbeitet zu Parfums, werden ihre Blüten schon bald in die ganze Welt hinausgetragen werden. ←

INFOS UND TIPPS FÜR DEN URLAUB IN GRASSE

♥ ANREISE

Auch wenn es etwas länger dauert – von Österreich ist die Anreise auch mit dem Zug möglich. Erst geht es nach Paris, am besten mit dem Nachtzug ab Wien. Von Paris fahren regelmäßig Züge in rund sechs Stunden nach Nizza, von dort verkehren Regionalzüge in rund einer Stunde nach Grasse.

♥ BESTE REISEZEIT

Wer den Besuch mit Strandurlaub verbinden oder die Lavendelblüte (Juni und Juli) erleben möchte, schaut zwischen Juni und August vorbei – ansonsten sind Frühjahr, Herbst und Winter jedoch besser, um die Stadt ohne zu viel Hitze zu erkunden. Im Herbst (August bis Oktober) blühen Jasmin und Tuberose, im Winter (Dezember bis März) die Mimose und im Frühling das Duftveilchen (März bis April), die Orangen (April bis Juni) und die Mai-Rose (Mai).



♥ PARFÜMERIEN

Fragonard, Galimard und Molinard sind die berühmtesten Parfümerien in Grasse. Alle drei bieten Führungen sowie Parfum-Workshops an. Die Workshops kosten je nach Dauer und Angebot zwischen 30 und 300 Euro. Einen besonderen Fokus auf Nachhaltigkeit legen die Parfümerien 1000 Flowers und Geodora. Beide Marken entwickeln ihre Parfums in Handarbeit sowie in kleinen Chargen direkt in Grasse. Außerdem setzen sie auf nachhaltige Verpackungen und klimabewusste Prozesse.

♥ MUSEUM

Das Musée International de la Parfumerie (MIP, Internationales Parfummuseum) ist

ein Muss für alle Parfumsfans. Etwa zehn Kilometer außerhalb des Stadtzentrums, im Vorort Mouans-Sartoux, breitet sich zudem der rund zwei Hektar große Museumsgarten voller Parfumpflanzen aus. Der Eintritt für Erwachsene kostet vier Euro.

♥ ZUM NASCHEN

Eine süße Spezialität der Stadt sind die Fougassettes de Grasse. Dabei handelt es sich um ein Hefe-Fladenbrot, das mit Orangenblüten verfeinert ist. Wer das Gebäck kosten möchte, schaut in der Bäckerei „Maison Venturini“ vorbei.





OLIVEN, KROKANT & GOLDENER WEIN

INSELHOPPING IN DER KVARNER BUCHT

Eine Karstlandschaft bildet die Kulisse für den Strand von Baška auf der Insel Krk.

Sehnsuchtsziel Adria. Auf Krk, Cres und Lošinj lassen sich mediterrane Düfte und würzige Genüsse im entschleunigten Modus erleben. Komm mit zum Inselhopping in der kroatischen Kvarner Bucht!

ANITA ARNEITZ

Während es in den Sommermonaten an den Stränden der Adria und entlang der kroatischen Promenaden nur so wuselt, ist es im Herbst und Winter recht ruhig auf den Inseln in der Kvarner Bucht. Früher war das umgekehrt. Das milde Klima und die vielen Sonnenstunden galten als gesundheitsfördernd und das Who's who der einstigen Österreichisch-Ungarischen Monarchie flüchtete vor dem Schnee in die Kvarner Bucht. Bereits 1885 kam der erste Kurgast auf die Insel Lošinj. Heute ist die Tradition des Luftkurortes fast ein bisschen in Vergessenheit geraten.

LOŠINJ ZWISCHEN PINIENDUFT UND KROKANT

Im 19. Jahrhundert wurde der Hafenort Mali Lošinj zum mondänen Seefahrerstädtchen und nach wie vor säumen herrschaftliche Kapitänshäuser den Hafen. Ein paar Kilometer weiter rücken täglich die Fischer von Veli Lošinj, dem nächsten Ort, aus, um Fische aus dem Meer zu holen. Unter den Booten sind auch oft die Forscher des Plavi Svijet Instituts. Sie beobachten über 100 Delfine, die sich in der Bucht angesiedelt haben und unter besonderem Schutz stehen. Wer möchte, erfährt vor Ort mehr über die Meereslebewesen und kann sogar mit dem

Team zur Delfinbeobachtung aufs Wasser fahren. Der Schutz der Tiere steht dabei immer im Vordergrund. Ein Grund, warum Lošinj als erste Insel im Mittelmeer den Gold Award als Green Destination erhalten hat. Künftig soll auch der Tourismus grüner werden. In diesem Sinne lässt sich die Insel gut zu Fuß oder per Rad erkunden.

Ausgedehnte Spaziergänge zwischen Pinien und Meer haben lange Tradition und die Luft tut den Lungen gut. Was dabei nicht fehlen darf? Krokant im Rucksack. Der Lošinjer Krokant aus Zucker und Mandeln war einst das traditionelle Dessert der Kapitäne,

welches zu festlichen Anlässen den Gästen gereicht wurde. Er soll vor dem Genuss zerschlagen werden, dann bringt er Glück. Aber auch so schmilzt er zart im Mund und hinterlässt eine feine Süße. Hergestellt wird der Krokant nach einem alten Familienrezept in der Konditorei Moby Dick. Ein paar Bissen entfernt ist einer antiken Bronzestatue ein ganzes Museum gewidmet – das Abbild eines griechischen Athleten aus dem zweiten oder ersten Jahrhundert vor Christus ist ein historischer Sensationsfund. Dementsprechend trumpft das Museum mit außergewöhnlicher Architektur und Ausstellung auf. Überraschend unerwartet. Nicht nur an stürmischen Dunkle-Wolken-Tagen.

VERFÜHRERISCHE KRÄUTER AUF CRES

Von der Insel Lošinj lässt es sich recht einfach über die Drehbrücke auf die Insel Cres nach Osor wandern. In dem kleinen Örtchen ticken die Uhren noch

etwas langsamer und die Einheimischen nehmen sich Zeit für ein Plausch bei einem Glas Wein. In den Konobas, einer Art kleinem Restaurant, wird noch über dem offenen Feuer gekocht, während draußen die Schafe quer über die Insel streifen, um salzige Gräser zu naschen. Entlang der Wanderwege duftet es nach Immortelle, Lorbeer und Salbei. Cres ist von den Inseln in der Kvarner Bucht wohl die beschaulichste und ruhigste.

Nur vormittags ist in der gleichnamigen Stadt etwas los: Dann bieten am venezianisch anmutenden Hauptplatz die Bauern und Bäuerinnen unter den Löwenfiguren und Glockentürmen ihre selbst gemachten Produkte feil: Wacholder-Olivenmarmelade, Fenchelschnaps, Austern aus der Bucht, Lavendelseifen und Salbeiöl.

Ein Naturphänomen außerhalb der Stadt ist der Süßwassersee Vrana. Die

Oberfläche liegt höher als jene des Meeres, der Seeboden jedoch 70 Meter unter der Meeresoberfläche. In den dichten Wäldern und kargen Weideflächen rund um den See finden sich auch einige der letzten Niststellen der Gänsegeier.

OLIVEN ERNTEN AUF KRK

Im Winter fegt die Bora mit einer Geschwindigkeit von bis zu 170 Kilometern pro Stunde zwischen dem Festland und der Insel Krk – manchmal so stark, dass die Bogenbrücke gesperrt werden muss. Bäume und Pflanzen haben nur dann eine Chance, wenn sie sich stark in den Karst krallen. Doch von der kargen Landschaft bei der Anreise sollte sich niemand abschrecken lassen. Ein paar Kurven weiter zeigt sich die Natur wieder von ihrer saftiggrünen Seite. Jahrhundertealte Olivenbäume und Zypressen säumen die Wege, die zu fruchtbaren Feldern und Weingärten führen. Nur hier wachsen



1

1 Die Inseln der Kvarner Bucht lassen sich auch gut per Rad erkunden.

2 Würzige Genüsse auf Lošinj genießen.

3 Vrbnik liegt auf einem 49 Meter hohen Felsen auf der Insel Krk.

4 Etwa 100 Delfine leben rund um Lošinj.



2



3

die Reben des Žlahtina-Weins, der im Glas golden funkelt und nach Zitronen und Apfel riecht. Erfrischend wie die Insel.

Genauso aromatisch schmecken die reifen Oliven, die sonnengewärmt per Hand von den Bäumen gesammelt und zu Olivenöl gepresst werden. Jede Familie hat hier ihre eigenen Olivenbäume – rund 120.000 gibt es auf der Insel, viele davon über 200 Jahre alt. Von der Ernte bis zum fertigen Öl dauert es meist keine 24 Stunden. Besonders gefeiert werden die Oliven in Punat und Malinska – bei den „Tagen der Oliven“ im Oktober gibt es ein buntes Fest mit Verkostungen. Abseits davon kann von Oktober bis Dezember jede*r bei der Ernte mit anpacken. Mehr als 1.000 Olivenpflücker*innen sind dann in den Hainen unterwegs. Ein großer Teil des Anbaus erfolgt biologisch und es gibt das Herkunfts- und Qualitätslabel „extra nati-

ves Olivenöl von Krk – PDO (Protected Designation of Origin)“.

Abseits der Erntezeit kann das ganze Jahr über Olivenöl verkostet werden. Ein Aha-Erlebnis für den Gaumen, denn Olivenöl ist nicht Olivenöl. Feine würzige Noten prägen den Geschmack, von angenehm-zart bis herb-bitter. Wie beim Wein gibt es auch bei den Oliven autochthone Sorten und so wachsen zum Beispiel Plominka, Debela, Drobica oder Rošulja nur auf Krk. Durch die Kaltpressung bleiben im Öl hochwertige Inhaltsstoffe wie Vitamine und ungesättigte Fettsäuren erhalten. Das macht es so gesund. Bereits die Römer exportierten es von der Insel und auch heute wird es nicht nur international mehrfach mit Gold ausgezeichnet, nein, ohne Olivenöl geht auf der Insel nichts. Schon zum Frühstück wird ein Stückchen Weißbrot in Olivenöl getunkt. So gestärkt kann man von der Stadt Krk direkt auf mehreren Wanderwegen zu den Olivenhainen aufbrechen. Sportliche folgen dem Camino Krk über 150 Kilometer über die Insel bis zum Dorf Kornić mit der Kirche des Heiligen Jakobus.

AUF ZUR SCHLAMMSCHLACHT!

Mutige wagen inzwischen einen Sprung ins Meer, das im Spätherbst noch angenehm warm sein kann. Wellness auf ganz natürliche Weise zelebrieren Einheimische am Strand von Meline in der Bucht von Soline. Hier ist das Wasser sehr seicht. Hunderte Meter wird am Strand spaziert, bis es endlich mal tief genug zum Schwimmen ist. Deshalb gibt es hier ordentlich viel Schlamm. Und in diesem wird traditionell vom Frühjahr bis zum Beginn des Winters gebadet. Der Heilschlamm soll bei verschiedenen Beschwerden helfen, zum Beispiel bei Schmerzen in den Knochen. Das Suhlen im Heilschlamm kostet nichts und ist ein lustiges Erlebnis für Groß und Klein. Tipp: Danach die Haut mit Olivenöl eincremen und mit Blick auf das Meer entspannen. ←



ANREISE UND TEMPERATUREN

Von Salzburg rund 400 Kilometer, von Wien 460 Kilometer nach Rijeka (Zugverbindung). Direkt auf die Inseln fahren auch Busse von Zagreb und Rijeka, Fähren und Katamarane.

Badesaison offiziell von Mai bis Oktober, je nach Wetter ist Baden aber auch im Herbst und Winter möglich. Im Jänner und Februar hat es in der Bucht Temperaturen um die 7 bis 15 Grad – das Meer ist hingegen zwischen 10 bis 16 Grad warm.

Allgemeine Infos über die Kvarner Bucht: www.kvarner.hr

KRK

Olivenölproduzenten auf Krk: krk.hr/de/gastronomie/olivenolhersteller

Camino Krk: experiencekrk.com/camino-krk

Olivenöl verkosten im Nono House des Olivenöls: www.nono-krk.com

Tage der Oliven: tzpunat.hr

Olivenerte zum Mitmachen: www.visitmalinska.com/de/olive-touch

Alte Mühle mit Ausstellung über Olivenölproduktion: www.info-krk.com/de/punat/kultur/442

Heilschlamm-Baden: www.visitdobrinj.hr/de/strande

Weitere Informationen über die Insel Krk: krk.hr

LOŠINJ

Inselduftgarten: miomirisni-vrt.hr

Lošinj Krokant: crocantessa.com

Besuch bei den Delfin-Forscher*innen: www.blue-world.org

Museum Apoxyomenos: www.muzejapoksiomena.hr

Mobil Homes in Lopari: losinia.hr/de/lopari-camping-resort

Weitere Informationen über die Insel Lošinj: www.visitlosinj.hr

CRES

Zeitmaschine von Osor: www.visitlosinj.hr – Suche – Zeitmaschine

Verstecktes Kleinod, Konoba Mare in Osor: www.konobamare.com

Landgasthaus mit regionalen Spezialitäten: **Gasthaus Bukaleta, Loznatir 9a, T +385/51571606**

Weitere Informationen über Cres: www.visitcres.hr

RUHE

SILENCE
SILENCE



NCIO
ENCE

LAUTER LEISE TÖNE

IN DER STILLE DES KLOSTERS DEN EIGENEN RHYTHMUS FINDEN

Stille. Was geschieht, wenn man ihr nicht nur begegnet, sondern sich ihr voll und ganz ausliefert? Die Schwestern von Bethlehem wissen es. Hoch oben in den Pongauer Bergen leben sie abgeschieden von der Welt – und fast vollkommen im Schweigen. Wer in ihr Kloster kommt, findet mitunter etwas wieder, das im Alltag verlorengeht: den eigenen Rhythmus.

SANDRA BERNHOFER

Meter für Meter rückt die Zivilisation in weitere Ferne. Die Straße schlängelt sich vorbei an hahnenfußgesprenkelten Wiesen und durch Wälder, in denen Nebelfetzen hängen, bis sie mich an der Pforte des Klosters „Maria im Paradies“, hoch über dem Salzburger Gasteinertal entlässt. Beim Betreten des Klosters umfängt mich eine fast greifbare Stille. Als würde die Natur selbst den Atem anhalten.

Hier treffe ich zwei Ordensfrauen. Beide im weißen Habit mit großer Kapuze, beide grüßen herzlich. Das mag überraschen. Denn die 24 Schwestern der Gemeinschaft von Bethlehem, die heuer das 40-jährige Bestehen ihres Klosters auf der St. Veiter Kinderalm feiern, haben ein Leben für Gott gewählt und sich damit auch dem Schweigen verschrieben. Still gehen sie ihrem Tagwerk nach, still bemalen sie Keramiken mit orientalischen Mustern, still kochen und waschen sie. Sogar gegessen wird allein in der eigenen Zelle. Ihre Stimmen lassen die Eremitinnen nur bei den Gesängen der Liturgie erklingen oder sonntags, wenn sie zusammen essen und bei Spaziergängen durch den Wald das teilen, was ihre Herzen berührt und was sie die Woche über kontempliert haben – oder eben, wenn es ihre Aufgabe ist, Gäste ins Klosterleben einzuweisen.

In einer Zeit, in der Autolärm, Endlosfeeds auf dem Smartphone und leeres Geplapper permanent auf uns einprasseln und auch in uns selten Ruhe einkehrt, ist Stille ein rares Gut. Nach wissenschaftlichen Schätzungen spuken uns täglich 60.000 Gedanken durch den Kopf. Keine Pause, kein Leerlauf. Kein Wunder, dass viele den Wunsch verspüren, diesem Dauerrauschen zu entkommen. Sie möchten



1

„Schweigen kann dabei unterstützen, dass wir uns über unsere Sinne in einen intensiven Austausch mit der Welt einlassen“

Psychotherapeut Fritz Betz

auf Small Talk und Höflichkeitsfloskeln verzichten. Sie möchten dem ständigen Druck entfliehen, jemand sein oder etwas leisten zu müssen. Diese Zuflucht vor dem Lärm des modernen Lebens finden sie mitunter in Schweige-Seminaren und Stille-Retreats. Oder heroben auf der Kinderalm. „Schweigen kann dabei unterstützen, dass wir uns über unsere Sinne in einen intensiven Austausch mit der Welt einlassen“, erklärt der Niederösterreichische Psychotherapeut Fritz Betz. „Das stärkt unsere Selbst- und Daseinsgewissheit. Es kann eine Möglichkeit sein, sich von störenden Gewohnheiten und Routinen des Alltags zu distanzieren und neue Perspektiven zu erproben.“

Den vielen Facetten von Sprechpausen und Stille geht Betz mit seinem Kollegen René Reichel in dem Buch „Schweigen macht Sinn“ auf den Grund: „Schweigen ist kontextabhängig“, erklärt der Experte. „Es kann Abwehr sein oder Nähe, Macht oder Ohnmacht, gewollt oder aufgezwungen.“ Zur Veranschaulichung wählt er einen griffigen Vergleich: „Einzelfhaft ist eine repressive Methode, um jemanden gegen den eigenen Willen von Kontakt



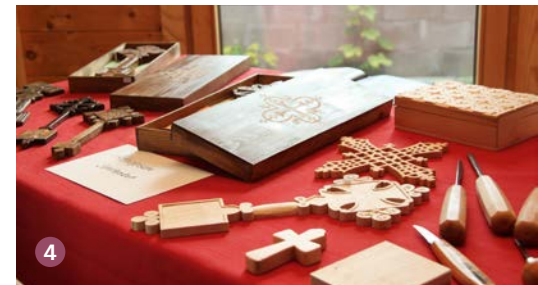
2



3

und Begegnung, von Mitmenschlichkeit abzuschneiden. Meditation dagegen ist eine selbstgewählte Praxis, die in ganz unterschiedlichen Traditionen als Weg zum Ewigen, zum Heiligen, zum Göttlichen gilt.“

Auf der Kinderalm ist inzwischen ein neuer Morgen angebrochen. Es ist 6.45 Uhr. Die Luft ist klar, dicke Nebelschwaden ziehen durch die Wälder um



4



5

1 „Maria im Paradies“: Das Kloster der Schwestern von Bethlehem zeichnet neben der Abgeschiedenheit auch eine besondere Schönheit aus.

2 Ihre Stimmen lassen die Eremitinnen bei den Gesängen der Liturgie erklingen.

3 + 4 + 5 Kunsthandwerk ist Teil der Tradition der Klöster von Bethlehem. Auf der Kinderalm werden zum Beispiel Keramiken bemalt sowie Seifen, Kerzen und Marmeladen hergestellt.

die Kinderalm. In der Klosterkirche versammeln sich die Schwestern zum ersten gemeinsamen Stundengebet des Tages. Dann setzt der Gesang ein – ein uralter Hymnus, ein Loblied auf den heiligen, starken, unsterblichen Gott. Archaisch klingt er, durchdrungen von unerschütterlicher Kraft. Für sie sei es mehr ein Gefühl gewesen als ein Gedanke, erinnert sich die ältere der beiden Schwestern an ihren ersten

Besuch in einem Kloster der Gemeinschaft von Bethlehem vor fast 30 Jahren, als sie diese Gesänge zum ersten Mal hörte: „Jetzt bin ich Zuhause.“ Denn Schweigen heißt in dieser Gemeinschaft nicht, dass die Beziehungen untereinander nicht tief und aufrichtig wären. Die Freude und innere Freiheit der Schwestern – trotz der äußeren Strenge – hatten sie tief berührt. So wie auch viele der Gäste, die besonders in den Sommermonaten im Gästetrakt Unterkunft finden. „Zu uns kommen Menschen, die eine Sehnsucht verspüren, ihr Leben für eine gewisse Zeit auf das Wesentliche zu reduzieren“, erzählt die Ordensfrau. „Der Rahmen der Stille, den es hier bei uns gibt, ist heute auf eine besondere Weise anziehend. Für manche ist die Anbetung alles, was sie brauchen. Andere mähen uns den Rasen.“

Nach diesem Gespräch bin auf mich zurückgeworfen. Hier gibt es keinen Fernseher, einen mehr als wackligen Handyempfang. Die Zimmer der Gäste sind ähnlich schlicht wie die der Ordensfrauen: ein Bett, ein Tisch, ein Stuhl, alles aus Holz, das die Jahre dunkel bemalt haben. In einer Nische hängt eine Ikone der Dreifaltigkeit an der Wand, davor eine Bibel mit Seiten aus hauchdünnem Papier und ein Gebetsschemel. Es ist ein einfaches Leben, das strukturiert ist durch die Gebetszeiten in der Klosterkirche und die drei Mahlzeiten pro Tag, die ich mir in einem Korb hole und in meiner Zelle zu mir nehme.

Die Stille ist bald nicht nur draußen. Sie ist auch im Kopf. Und da bleibt sie nicht immer freundlich. Nach einigen Stunden wird sie laut. Gedanken rasen, Erinnerungen tauchen auf, Fragen. Ich ertappe mich dabei, wie ich automatisch zum Handy greifen will, das abgeschaltet in der Tasche liegt. „Wenn man in die Stille eintritt, stoppt das innere Kino nicht einfach“, hatte mir eine der beiden Schwestern zuvor anvertraut. Ich verstehe langsam, was sie meint. Ihr habe zu Beginn ihrer Klos-

terzeit geholfen, zu kalligraphieren oder Keramiken zu bemalen. „Die repetitive Gesten sorgen für Ruhe im Kopf. Sie sind ein ganz anderer Aspekt der Stille als jene in der Meditation.“ Wobei: „Stille ist nicht da, um still zu sein“, hatte die andere ergänzt. „Sie ist nicht das Ziel, sondern ein Raum, um mit Gott in Dialog zu treten. Sie ist gleichzeitig eine Fülle und ein Abgrund, denn sie konfrontiert uns mit Seiten an uns, die wir nicht kennen und erst annehmen müssen. Es braucht Mut, dass man sich so von Gott anschauen lässt.“

Am zweiten Tag beginne ich, die Umgebung anders wahrzunehmen. Die Geräusche aus dem Wald – Regentropfen, die sich von den Blättern lösen, Äste, die im Unterholz knacken – wirken plötzlich wie Teile eines Gesprächs, das ich sonst überhöre. In mir wird es stiller. Ich registriere Gedanken, ohne ihnen sofort folgen zu müssen. Kein Netflix, aber auch kein Bedürfnis danach. Kein abendliches Doom-Scrolling, einfach in den eigenen Rhythmus finden. Mit der Dunkelheit, die hereinbricht, schließe ich die Vorhänge, lese ein wenig, schlafe.

Am Ende meines Aufenthalts werde ich nicht sagen, dass ich jetzt „bei mir angekommen“ bin. Aber ich habe verstanden, was es heißt, wenn das Außen still genug wird, damit man das Innere überhaupt wieder hört. Der Weg hinunter ins Tal ist derselbe wie bei der Anreise – und doch ist alles anders. Die Geräusche der Welt kehren langsam zurück: das Aufheulen eines Motors, ein Handyklingeln in der Ferne. Aber sie erreichen mich gedämpft, wie durch eine zweite Haut.

Das Ganz-bei-sich-Sein, die innere Stille und Gelassenheit ließe sich freilich auch im Alltag einüben, ist Psychotherapeut Betz überzeugt: „Das kann sich beim Teetrinken genauso einstellen wie bei einem Rockkonzert. Da sind wir sehr unterschiedlich.“ ←

WEITERE RETREATS IN ÖSTERREICH

♥ EINTAUCHEN IN DIE STILLE DER ALPEN

SCHWEIGEMEDITATION IN TIROL

Im AlpenRetreat heißt es Namasté und Griaß di: Gastlehrer*innen aus den verschiedensten spirituellen Traditionen helfen Aussteiger*innen in dem beinahe 500 Jahre alten Haus auf dem Fernpass dabei, zur Ruhe zu kommen und sich persönlich und spirituell weiterzuentwickeln, ob durch Yoga, Meditation oder im Schweigen. Dabei geht es vor allem darum, die Achtsamkeit zu stärken und im Jetzt anzukommen.

www.alpenretreat.com

♥ ABKÜRZUNG ZUR SELBSTERKENNTNIS

HEILPFLANZEN-RETREAT IN OBERÖSTERREICH

Es braucht zunächst einen Online-Eignungstest und ein Vorgespräch, um am Ayahuasca Retreat in Molln teilnehmen zu können. Mithilfe des schamanischen Heilgetränks aus dem Amazonasgebiet will das Retreat Bewusstseinssprünge ermöglichen, um Traumata, Blockaden und Süchte nachhaltig zu lösen. Professionelle Begleitung und Nachbetreuung der Erfahrung sind Teil des Programms.

ayahuasca.at

♥ SELBSTERKUNDUNG FÜR FORTGESCHRITTENE

DUNKEL-RETREAT IN MONDSEE

Wirklich dunkle, stille Orte sind heute selten – selbst fernab der Städte bleibt immer ein Widerschein der Zivilisation. Dunkelheit ist dem Menschen fremd geworden. Er scheut oft auch davor zurück, ihr innerlich Raum zu geben. Im Dunkel-Retreat in Mondsee lernen erfahrene Meditierende, sich der Dunkelheit und den eigenen Ängsten ganz bewusst zu stellen.

www.zentrum-mondsee.at



ALGERIEN

TASSILI N'AJJER – IMPRESSIONEN DER SAHARA

DR. HANS STEYRER

Noch einmal umdrehen im warmen Schlafsack. Der Wind, der am Abend noch am Zelt gerüttelt hat, ist irgendwann in der Nacht eingeschlafen, der Sonnenaufgang steht kurz bevor: Was für ein Erlebnis! Die Sandsteininformationen, in deren Schutz wir am Vorabend unser Lager in den Dünen eingerichtet haben, sind hunderte Millionen Jahre alt und haben das schon oft erlebt, aber für uns ist es ein besonderes, ein unvergessliches Erlebnis. Der Himmel, gerade noch tiefschwarz, wird von Osten her dunkelrot, schließlich strahlend rosa und plötzlich ist sie da – die Sonne – und erwärmt binnen Minuten die Luft, den Fels, den Sand und uns, die wir für ein paar Tage Gäste in dieser so anderen Welt sind.

FRÜHER EIN GARTEN EDEN

Diese über weite Strecken wasserlose Welt aus Felsen und Sand, so unwirtlich sie uns heute erscheint, war vor ein paar Tausend Jahren ein Garten Eden, bewohnt von Angehörigen zweier Kulturen, der Kiffian- und Tenerium-Kultur. Vor etwa 10.000 Jahren gab es Seen und ganzjährig wasserführende Flüsse, die einer reichen Fauna und Flora

Heimat boten. Die Menschen dieser Zeit verwiegten die Tiere – Gazellen, Giraffen, Krokodile, Rinder und viele andere – ebenso wie Szenen des täglichen Lebens in faszinierenden Felszeichnungen und -ritzungen, die wir auf unseren Wanderungen und Fahrten bestaunen können. Sie fertigten auch Pfeil- und Speerspitzen aus Feuerstein und aufwändig verzierte Tonwaren, deren Fragmente wir immer wieder im Wüstensand finden können.

Vor etwa 8.000 Jahren wurde das Klima trockener und die Seen und Flüsse verschwanden für mehr als 1.000 Jahre und mit ihnen die Menschen. Eine zweite Blüte menschlicher Kultur, die Tenerium-Kultur, begann vor 7.000 Jahren, als das Klima wieder feuchter wurde und sich die Lebensbedingungen deutlich verbesserten. Tiere kehrten zurück und mit ihnen menschliche Zivilisation. Es waren Jäger, Fischer und Sammler, aber es gibt auch Hinweise auf das Domestizieren von Rindern, Ziegen und Schafen. Wir finden auch aus dieser Periode faszinierende Zeugnisse in Form von Reibschalen, in denen Getreide gemahlen wurde, Keramik, rasier-

messerscharfen Pfeil- und Speerspitzen und kunstvollen Schmuckperlen aus Stein. Auch die Felszeichnungen lassen das Bild einer lebendigen und kreativen Kultur vor unseren Augen entstehen.

HEUTE WÜSTE

Die Sedimente der Seen aus dieser Zeit finden wir auf unserer Reise immer wieder in den Senken zwischen gewaltigen Dünenformationen, voll mit fossilen Süßwasserschnecken und selten auch mit Fossilien von Großsäugern – so haben wir 2024 bei einer der ersten Reisen in die Wüste Algeriens den Stoßzahn eines jungen Elefanten im Seeton gefunden. Aber auch diese paradiesische Zeit ging zu Ende: Vor 4.500 Jahren wurde das Klima wieder trockener, bis schließlich die heutigen hochariden Bedingungen erreicht wurden. Die Menschen mussten sich zurückziehen, in einer letzten Phase konnten sie noch als nomadisierende Hirten überleben und haben uns auch aus dieser Phase Abbildungen von Pferden und Kamele hinterlassen – bei weitem nicht so kunstvoll wie früher und doch Illustrationen ihres Lebens, das zunehmend schwieriger wurde.



Tassili (linke Seite)
Highlight der KulturReise: Timgad (oben)
Felsmalereien in Tassili
Assekrem/Hoggar-Gebirge

AM LAGERFEUER

Die Nachfahren jener Menschen sind heute unsere Führer, Fahrer und Köche auf unserer Reise durch die südliche Sahara und den Tassili n'Ajjer. Unser Fahrer, Abdel Kader, wohnt heute in einem Land, das fast dreißigmal so groß wie Österreich, doch kaum besiedelt ist. Ein Reich für Nomaden. Bis heute hat dieses Land keinen offiziellen Namen. Seine Bewohner, die Touareg, nennen es Adawalat n'kel Tamaschek – „Die Erde jener, die Tamaschek sprechen“. Sozusagen ein Land aus Sprache, das seit vielen Jahrzehnten durch koloniale Grenzen parzelliert wurde und die Länder Mali, Niger und Algerien umfasst. Algerien hat seine Nomaden sesshaft gemacht oder es zumindest versucht. Die Karawanen von früher sind Lastwagen oder Pickups gewichen, die Geschäftsmodelle sind die gleichen geblieben: Handel mit Vieh und anderen Waren, Schmuggel und neuerdings – wenn auch nur in geringem Ausmaß – Tourismus.

Und so ist jeder Sonnenaufgang und Sonnenuntergang in der Wüste oder im Tassili n'Ajjer in einem Lager, das den Nomadenlagern früherer Zeiten gleicht, eine Reise für sich. Wir sitzen mit diesen Männern am Lagerfeuer, teilen mit ihnen das in der Glut geba-

ckene Brot und die Wärme des Feuers. Die großen Gestalten in ihren Dschellabas und den Turbanen, die nur einen Sechslitz freilassen und nur zum Essen und Trinken das Gesicht freigeben, sitzen schon seit Jahrhunderten so an ihren Lagerfeuern, vielleicht seit Jahrtausenden.

Flüchtig sind die Spuren im Sand, unsere und die der zahlreichen Tiere: Welche werden wir bei unserer morgendlichen Wanderung durch die Dünen oder durch die Felslabyrinth finden, welche Formen werden uns begeistern, welche Gespräche werden wir führen, welche Ideen werden kommen, wird uns der nächste Tag genauso faszinieren wie die vorhergegangenen, wird er uns genauso verändern?

Zum Autor: Dr. Hans Steyrer ist Geologe und seit vielen Jahren als Reiseleiter für Kneissl Touristik im Einsatz.



KNEISSL IN ALGERIEN

Wüstenliebhaber*innen schätzen die Möglichkeit, in Stein- und Sandwüsten einzutauchen und sich dem vorgegebenen Lebensrhythmus von Tag und Nacht zu unterwerfen. Algerien ist seit Kurzem wieder Teil des umfangreichen Kneissl-Angebotes:

Geländewagen-Expedition ab Djanet in die Oase Iherir, den Tassili n'Ajjer Nationalpark (UNESCO-Welterbe) und das Erg Admer (Termine: 8.11.–19.11.2025, 22.11.–3.12.2025, 24.12.–3.1.2026 und weitere Termine im Frühling 2026) oder Alternativroute mit den Stationen Tamanrasset und Djanet, Erkundungen im Hoggar-Gebirge mit Assekrem und Trekking im Tassili n'Ajjer. Bei beiden Reisen übernachteten Sie zumeist im Zelt und genießen die sehr gute und vielfältige Verpflegung durch die Touareg-Begleiter.

Kulturliebhaber*innen schätzen die 11-tägige Reise „Römische Ausgrabungen und Oasen am Rande des Großen Erg“, u. a. mit Timgad und Tipasa (5.11.–15.11.2025 und 18.3.–28.3.2026).

www.kneissltouristik.at
Alle Infos zu den Reisen finden Sie hier:



Der oberösterreichische Reiseveranstalter Kneissl Touristik trägt das TourCert-Siegel und ist Mitglied beim Round Table für Human Rights in Tourism.

A full-page photograph of a mountain valley. In the foreground, there are green, rolling hills. In the middle ground, a calm lake reflects the sky and the surrounding mountains. The background features steep, rocky mountain peaks. Sunbeams (crepuscular rays) break through the clouds above the mountains, creating a dramatic and ethereal atmosphere.

Mach keinen Urlaub.
Lass den Urlaub mal machen.



Wir begleiten dich dabei.

wagrain-kleinarl.at/regeneration

Foto: Lukas Anzinger

WAGRAIN[®]
KLEIN/ARL

