

Albanien

Perlweiße Strände am Rande Europas

Das Herz
schlägt oben höher

NATUR PUR IM BERGPARADIES

Reisen zum Genuss

Die Ziegenkäse des Piemont

ÖBB: MIT DER SPARSCHIENE AB € 19,-* IN DIE SCHWEIZ

Die Oper in Zürich besuchen, die einzigartige Bergwelt rund um Interlaken genießen, über die Kapellbrücke in Luzern spazieren oder Museen in Basel entdecken. Mit den Zügen der ÖBB reist man schnell und bequem in die Schweiz.



Entgeltliche Einschaltung. Foto: ÖBB, Christian Auerweck

Noch dazu preiswert: Mit der ÖBB Sparschiene gelangt man beispielsweise bereits ab € 19,-* (2. Klasse) bzw. € 29,-* (1. Klasse) von Innsbruck nach Zürich. Bereits ab € 29,-* (2. Klasse) bzw. € 44,-* (1. Klasse) sind Luzern und Basel erreichbar. St. Gallen ist bereits ab € 19,-* (2. Klasse) bzw. € 29,-* (1. Klasse) buchbar.

Im Zwei-Stunden-Takt nach Zürich

Nach Zürich werden im Zwei-Stunden-Takt ab Wien, St. Pölten, Linz und Salzburg bis zu sechs Verbindungen und ab Innsbruck bzw. Vorarlberg sieben Verbindungen pro Tag angeboten. Ab Wien werden alle Verbindungen mit ÖBB Railjets geführt, bei der Verbindung um 11:30 Uhr ist jedoch ein Umstieg in Innsbruck auf den – von Graz nach Zürich verkehrenden – Eurocity notwendig. In Zürich bestehen gute Anschlüsse in alle Schweizer Regionen.

Mit dem ÖBB Nightjet im Schlaf ans Ziel

ÖBB Nightjets verbinden täglich Wien und Graz mit Zürich. Auch ab Villach gibt es einen direkten Nachtreisezug nach Zürich. Fahrgäste reisen bequem über Nacht und sparen dabei wertvolle Zeit und teure Hotelkosten. Kunden im Schlaf- und Liegewagen erhalten zudem gratis Mineralwasser und ein Frühstück. ÖBB Sparschiene Tickets sind im Sitzwagen ab € 39,-*, im Liegewagen ab € 59,-* und im Schlafwagen ab € 79,-* erhältlich.

Waggon mit prächtiger Aussicht – von Graz nach Zürich im Panoramawagen

Die ÖBB bieten im Eurocity von Graz über Innsbruck nach Zürich in der ersten Klasse auch einen Panoramawagen an. Überdurchschnittlich große Fenster ermöglichen eine prächtige Aussicht auf Landschaften und Sehenswürdigkeiten entlang der Strecke: So kann man bereits bei der Anreise die herrliche Bergwelt der Alpen genießen.

Neu: Auch in den Eurocity Zügen von Bregenz nach Zürich gibt es jetzt einen Panoramawagen in der ersten Klasse!

Alle Infos zu Bahnreisen in die Schweiz finden Sie im Folder „Mit den ÖBB in die Schweiz!“ (erhältlich bei ÖBB Bahnhöfen und Ticketschaltern) und im Internet unter: oebb.at/schweiz

Schlafen Sie gut und sparen Sie schön.

Jetzt mit dem ÖBB Nightjet über Nacht die schönsten Metropolen Europas entdecken.

ÖBB nightjet

Infos & Buchung auf nightjet.com



ÖBB

*Ab-Preis im Sitzwagen 2. Klasse pro Person und Richtung inkl. Sitzplatzreservierung, kontingentiertes und zuggebundenes Angebot, max. 6 Monate (180 Tage) vor Fahrtantritt buchbar. Liege- oder Bettplatz sind aufpreispflichtig. Keine Ermäßigungen. Stornierung und Erstattung ausgeschlossen.



DIE SCHÖNSTE ART ZU REISEN

CHRISTIAN BRANDSTÄTTER
HERAUSGEBER

christian.brandstaetter@lebensart.at

Es tut gut, wenn du nach einer fordernden Etappe des „WildeWasserWeges“ im Stubaital endlich die Hütte vor Augen hast. Wenn du einen Tag lang in den Kornaten mit dem Kanu von Insel zu Insel gepaddelt bist und im Hafenrestaurant müde der Sonne zuschaust, wie sie am Horizont im Meer versinkt. Es ist aufregend, wenn du im Queen Elizabeth Nationalpark in Uganda mit einem Pickup auf einer schmalen Schotterpiste unterwegs bist und nach einer Kurve plötzlich eine Elefantenherde gemächlich den Weg kreuzt. Universum live!

Urlaub ist eine tolle Zeit, die sich ganz besonders fest im Gedächtnis verankert. Ein individuelles Lebensgefühl. Jetzt haben die Vereinten Nationen 2017 zum internationalen Jahr des nachhaltigen Tourismus für Entwicklung erklärt. Weil die Art, wie wir reisen, nicht nur bei uns selbst Spuren hinterlässt, sondern auch dort, wo wir hinfahren. Der Tourismus kann ein wesentlicher Faktor für eine positive Entwicklung sein, er kann der lokalen Bevölkerung wirtschaftliche Chancen eröffnen, in Österreich genauso wie in Albanien oder Nepal.

Aber was ist „nachhaltiger“ Tourismus? Dass er nichts mit Verzicht zu tun hat, sondern Ausdruck eines verantwortungsvollen Lebensgefühls gegenüber der Umwelt und den Menschen ist, haben wir für Sie in dieser LEBENSART REISEN SPEZIAL anhand wunderbarer Beispiele zusammengestellt. Ich wünsche Ihnen ebenso viel Freude beim Lesen, wie wir sie bei der Erstellung des Magazins hatten. Noch mehr finden Sie übrigens auf www.nachhaltig-reisen.at.

LASSEN SIE SICH INSPIRIEREN!
CHRISTIAN BRANDSTÄTTER UND DAS TEAM DER LEBENSART

OFFENLEGUNG GEMÄSS § 25 MEDIENGESETZ:

Medieninhaber: LEBENSART VerlagsGmbH; FN 267138a; Sitz: 3100 St. Pölten, Wiener Straße 35. **Geschäftsführer:** Christian Brandstätter, Roswitha Reisinger. **Gegenstand des Unternehmens:** Der Verlag der Magazine LEBENSART und BUSINESSART sowie die Herausgabe und der Vertrieb von Druckwerken aller Art. **Gesellschafter:** Christian Brandstätter mit 42,5 %, Roswitha Reisinger mit 42,5 %, Franz Rybaczek mit 15 %.

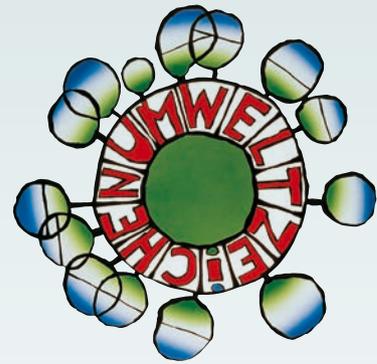
OFFENLEGUNG DER BLATTLINIE GEMÄSS § 25, ABS. 4 MEDIENGESETZ:

- LEBENSART ist das österreichische Magazin für eine nachhaltige Lebenskultur und versteht sich als Beitrag zu einer zukunftsfähigen Gesellschaftsentwicklung. Nachhaltigkeit umfasst für uns vier Säulen: Ökologie – Soziales – Ökonomie – Kultur.
- LEBENSART bietet Menschen, die nachhaltig leben wollen, aktuelle und fundierte Information und praktische Handlungsmöglichkeiten.
- LEBENSART kooperiert mit Partnern, die sich für eine nachhaltige Gesellschaftsentwicklung engagieren.
- Grundlegende Richtung der LEBENSART sind ökologische, soziale, wirtschaftliche und gesellschaftliche Entwicklungen, die auf Nachhaltigkeit ausgerichtet sind.
- LEBENSART beschäftigt sich mit allen Bereichen, die dafür relevant sind, insbesondere mit den Themen Umwelt & Klima, Energie & Mobilität, Bauen & Wohnen, Landwirtschaft & Garten, Gesundheit & Ernährung, Reisen & Kultur, Wirtschaft & Arbeit, Soziales & Gesellschaft.
- LEBENSART ist parteipolitisch unabhängig.

DAS ÖSTERREICHISCHE UMWELTZEICHEN

GUT FÜR MENSCHEN, UMWELT UND WIRTSCHAFT

Seit mehr als 20 Jahren gibt es das Österreichische Umweltzeichen für Tourismusbetriebe. Hotels, Restaurants, Campingplätze und Reiseangebote signalisieren mit dem Gütesiegel, dass in ihrem Betrieb umweltbewusstes und soziales Wirtschaften sowie ein hoher Qualitätsstandard oberste Priorität haben. Die Umweltzeichen-Betriebe tragen aktiv dazu bei, dass Österreich auch in Zukunft ein Urlaubsland mit intakter Natur, gesunder Luft und Seen mit Trinkwasserqualität bleibt.



UMWELTZEICHEN-BETRIEBE ZEICHNEN SICH AUS DURCH:

- höchste ökologische Standards
- umweltfreundliches Management
- soziales Engagement
- effizienten und umweltschonenden Einsatz von Ressourcen wie Energie und Wasser
- Verwendung von gesunden, frischen Produkten aus der Region
- Begrenzung der Abfallmenge
- Übernahme von Verantwortung für die Zukunft

Ein gutes Zeichen für Ihren Urlaub

Achten Sie bei Ihrem Urlaub in Österreich auf das Österreichische Umweltzeichen. Es zeigt, dass sich der Betrieb, in dem Sie übernachten oder essen, dafür einsetzt, dass die umgebende Region schön und lebenswert bleibt.

Dazu muss das Hotel, das Restaurant oder der Campingplatz **strenge Kriterien erfüllen** und sich regelmäßig einer **unabhängigen Kontrolle** unterziehen. Auch umfassende Reiseangebote können umweltfreundlich gestaltet sein und mit dem Umweltzeichen des BMLFUW zertifiziert werden.



Fotos: Links: Forsthoferalm; Rechts v. o. n. u.: pexels; Top Table GmbH/Marion Carniel



Entgeltliche Einschaltung des BMLFUW

Meetings und Events werden grün

Sie können auch immer öfter an einem „Green Meeting“ oder „Green Event“ teilnehmen. Dass eine Veranstaltung – egal ob Kongress oder Konzert – so ökologisch verträglich wie möglich abläuft, erkennen Sie ebenfalls am Österreichischen Umweltzeichen. Und wenn einmal ein Großereignis wie der Song Contest mit tausenden Besucherinnen und Besuchern als „Green Event“ umgesetzt wird, hinterlässt dies deutliche ökologische Spuren auch beim Catering und in der Gastronomie.

www.umweltzeichen-hotels.at

www.umweltzeichen.at



REISEN SPEZIAL

EDITORIAL 3
LESERINNEN ERZÄHLEN 6
VOM TRAUMURLAUB

NATUR

DAS HERZ SCHLÄGT OBEN HÖHER 8
 Mit Franz Maier im Bergparadies
 Warscheneck

UNTERWEGS IN DER REGION 14
 Pyhrn-Priel / Kalkalpen

GÖTTERWEGE 16
 Inspirierende Pilgerwege abseits
 der großen Routen

ARRIEREFREI DURCH 22
DAS KAUNERTAL
 Erlebnis für alle in den
 Tiroler Bergen



ABENTEUER

ABENTEUER ISLAND 24
 Zeitreisen durch die wilde
 Natur der Insel

KRAKAU 30
 Die alte Königsstadt überrascht mit
 jugendlicher Leichtigkeit

PERLWEISSE STRÄNDE 33
AM RANDE EUROPAS
 Albanien: Gebirge, Gastfreundschaft
 und einsame Sandstrände

VIER FARBEN STRAND 36

KULINARIK

CHEESES CHRIST 38
 Renato Maunero, der
 Ziegenflüsterer des Piemont

REISEN ZUM GENUSS 42
 Hier gibt's gutes Bio-Essen



WISSEN

8 TIPPS FÜR IHREN URLAUB 46
 Reisen richtig planen

DIE SCHATTENSEITEN DES 47
TOURISMUS
GÜTESIEGEL 48
 Daran erkennen Sie
 nachhaltige Angebote

REISEN IST FREUDE 50
 Gastkommentar von Christian Hlade

SERVICE

IMPRESSUM 48
Die nächste Lebensart erscheint
am 30. März 2017



VON WELCHEM URLAUB TRÄUMEN SIE?

Das haben wir Sie, liebe Leserinnen, liebe Leser, in der Dezember-Ausgabe der LEBENSART gefragt. Die Antworten zeigen ein buntes Bild an Reiseträumen. Über allem steht der Wunsch Zeit zu haben, für Neues und Fremdes ebenso wie für sich selbst.



Elfriede Kraxberger

Elfriede Kraxberger, St. Marienkirchen an der Polsenz

Ich träume von einem Urlaub auf einer autofreien Insel in der Nord- oder Ostsee, denn: Irgendetwas ist anders. Ganz eindeutig anders. Man horcht, man streckt die Nase in den Wind, riecht die Brise, schmeckt die leicht salzige Luft, hört das Rauschen der Wellen, das Gezeter der Möwen - und wundert sich. Was ist es, das so anders ist als anderswo? Es nennt sich

autofrei. Kein Motorenbrummen stört, kein Gehupe, kein Rauschen von Autorädern auf dem Asphalt in der Ferne. Ein Erlebnis der ganz anderen Art. Die perfekte Erholung.

Silvia Mutz, E-Mail

Ich träume immer von einem Urlaub in Biarritz/Frankreich. Dieser schöne Ort liegt im Baskenland an der Atlantikküste. Jedes Jahr fahren mein Mann und ich im September

hin, um dort Urlaub zu machen und in den Wellen zu surfen. In Biarritz zu sein, fühlt sich immer wieder nach Heimkommen an. Es braucht einfach solche magischen Plätzchen auf dieser schönen Welt, wo die Uhren langsamer gehen und der reine Genuss - ob kulinarisch, sportlich oder partnerschaftlich gesehen - im Vordergrund steht.

Christine Schwarz, Wels

Ich bin seit heuer dem Weitwandern verfallen und träume davon, Österreich längs und quer zu durchwandern. Das ist entspannend (herrliche Wald- und Wiesenwege), herausfordernd (höhere Berge, Begegnungen mit Hunden und weidenden Kühen) und manchmal auch etwas öde (Asphaltstraßenhatscher). Es ist toll zu sehen, wie weit man zu Fuß kommt, und die Gegend wird dadurch vernetzt. Für die Öffi-An- und Abreise muss man manchmal länger tüfteln und öfters ist es nicht so einfach, ein Quartier zu bekommen, da immer mehr Gasthäuser zusperrten. Das ist schade. Aber die Wanderung ist alles in allem sehr empfehlenswert.

Silvia Mutz, Biarritz/Frankreich



Inge Frank, Waidhofen

Ich träume von einem Urlaub am Meer, wo es schön warm und angenehm ist und man in luftiger Kleidung auf der Strandpromenade spazieren gehen kann. Teneriffa ist so eine Insel. Dort gibt es den Loro-Parque, den schönsten Tierpark, den ich je gesehen habe, mit vielen Tieren,



Inge Frank

Palmen, Papageien-, Seelöwen- und einer Delphinshow.

Stefan Strahner, Mistelbach

Im Grunde gilt es, im Urlaub die Seele baumeln zu lassen. Ich selbst habe vor einigen Jahren auf einem Malediven-Urlaub die Liebe zum Tauchen kennengelernt. Die Zeit unter

SCHREIBEN SIE UNS!

Wenn Sie zu einem der Reiseziele in dieser Ausgabe noch weitere Tipps haben oder Sie von Ihren Urlauben erzählen möchten - schreiben Sie uns! Wir teilen Ihre Reiseerlebnisse gerne mit unseren LeserInnen auf www.nachhaltig-reisen.at.



Elisabeth Hirsch

Wasser und die fisch- und korallenreichen Riffe erfüllen mich mit absoluter Entspannung. Die Ruhe unter Wasser war anfangs etwas ganz Neues für mich. Urlaub ist aber auch zu Hause möglich, einfach auf der Terrasse die Füße hochlegen und die warmen

aufdringlichem Personal; dazu noch die Erreichbarkeit mit öffentlichen Verkehrsmitteln. Das ist für mich „Urlaub im Paradies“.

Elisabeth Hirsch, Stallhofen

Ich träume von einer mehrwöchigen Reise durch Kanada mit meiner fünfjährigen Tochter, im Wohnmobil oder mit Zug und Bus durchs Land, viel Kontakt zu Einheimischen haben, in Hostels, Airbnb's oder noch privater wohnen, viel in der Natur sein und leben.

Karin Ganatschnig, St. Margarethen

Ich träume von einem Urlaub in Yucatan, bei den Maya-Pyramiden. Auch nach Oshogbo in Nigeria möchte ich reisen.

Karin Ganatschnig



Stefan Strahner

Sommer-Sonnenstrahlen bei einem kühlen Drink genießen.

Doris Strauss, Bad Ischl

Ich träume von mystischen, dunklen Wäldern, kristallklaren Gewässern, guter Luft, bizarren Gesteinsformationen, regionalen Handwerksbetrieben, die gerne ihre Pforten für interessierte Gäste öffnen, von einer familiär geführten Pension in ruhiger Lage, mit exzellenter Küche (bevorzugt aus regionalen Bio-Produkten), serviert von freundlichem, aber nicht

BIO VITALHOTEL FALKENHOF
NACHHALTIG ERHOLEN UND GENIESSEN!



ENTSPANNUNG PUR:

- 3 ÜN mit Bio-Genussküche von „morgens bis abends“
- Nutzung des Falkenhof SPA mit Panorama-Therme
- Salzwasserpool, Saunen und Ruheoasen
- Trinkkur mit den Wässern der St. Leonhardsquelle
- Pro Person: 1x Falkenhof Entspannungsmassage
- sowie 1x Gesichts-, Kopf-/Nackentherapie

pro Person im DZ
ab € **458**



Bio Vitalhotel Falkenhof
Paracelsusstrasse 4
D-94072 Bad Füssing
+49 (0) 8531 / 9743
www.hotel-falkenhof.de

ein Haus ohne Solarenergie ist wie ein Gulasch ohne Saft

Wenn Sie mehr Saft und Kraft in Ihr Zuhause bringen wollen, haben wir genau das Richtige für Sie: Nutzen auch Sie die Gratisenergie der Sonne für Warmwasser und Heizung, mit einer maßgeschneiderten Solaranlage. Es ist mehr als nur eine Frage des guten Geschmacks.



90 x in Österreich

Hotels die Sonne ins Haus
www.holzdiesonne.net



Entgeltliche Einschaltung Bio Vitalhotel Falkenhof

Anzeige



DIE ALPEN
GRANDIOSE
NATUR

DAS HERZ

BERGPARDIES WARSCHENECK



GRÜNES PLUS

Wandererlebnis
in der vielfältigen
Natur der Alpen



Franz Maier erzählt von Hochmooren, mäandrierenden Flüssen und wildem Schnittlauch und warum naturbelassene Landschaften immer ein Gewinn sind – für einen selbst und für den Tourismus. Eine Entdeckungsreise durch das Bergparadies Warscheneck mit dem Präsidenten des Umweldachverbandes.

ANNEMARIE HERZOG



Die Wurzeralm ist Ausgangspunkt für traumhafte Touren.

die Politik. Ein Naturschützer auf allen Ebenen sozusagen. Nebenbei war er auch noch an der Gründung des Nationalparks Kalkalpen beteiligt.

Das Bergparadies Warscheneck ist Maier besonders ans Herz gewachsen: „Es ist eines der vielfältigsten und schönsten Naturgebiete der Alpen. Zwischen Wurzeralm, Roter Wand und Gleinkersee kann man noch urtümliche Natur erleben. Über weite Strecken gibt es am Warscheneck keine Bauwerke, keinen Verkehrslärm, keine menschlichen Eingriffe.“

Seine Begeisterung wirkt ansteckend. Bereits seit seiner Jugend ist der passionierte Naturschützer in den Bergen unterwegs, auf Schusters Rappen, Tourenschi oder mit dem Mountainbike. „In der Natur fühle ich mich frei, sie gibt mir Kraft. Die körperliche Anstrengung löst Prozesse aus, die bewirken, dass man sich einfach wohlfühlt und Abstand vom Alltag gewinnt. Aber am faszinierendsten ist für mich der Blick auf unerschlossene Landschaften – von einem Gipfel aus in die Weite zu sehen. Das ist eine absolute Idylle, eine Stille, die mir bewusst macht, wie wichtig es ist, diese Natur zu erhalten.“

Diese Schönheit kann man bei einer Wanderung mit dem Naturvermittler hautnah miterleben. „Der Weg über die Wurzeralm bietet einen wunderbaren Blick auf den Teichboden, durch den die Teichl mäandriert, und zwei Hoch-

moore – sie zählen zu den bedeutendsten in den nördlichen Kalkalpen. Man sieht die Schichten des gebankten Dachsteinkalks, die von jenem tropischen Meer zeugen, das noch vor den Alpen da war. Es ist wie ein Fenster in eine andere Zeit.“ Die Hochmoore und die Teichl seien Überreste eines Gletschers, der in der letzten Eiszeit vor etwa 20.000 Jahren den Teichboden bedeckte.

DIE VIelfALT WAHRNEHMEN

„Diese Vielfalt bildet einen starken Gegensatz zu den Einheitswiesen in den Ebenen. Hier wachsen zum Beispiel der Ennstaler Frauenmantel, die Rostblättrige Alpenrose und große Bestände des Alpenschnittlauchs. Ältere Menschen kommen heute noch mit Säcken auf die Wurzeralm, ernten den Schnittlauch und konservieren ihn für den Winter. Das ist in der Region seit jeher üblich und wir werden diesen Schnittlauch bei der Rast auf der Dümmlerhütte auch in der Suppe serviert bekommen.“ Dieses Naturidyll können wir hier noch erleben, weil das Warscheneckgebiet unter Schutz steht.

Nach zwei Stunden Wanderung erreicht man die Rote Wand, von der aus man gut beobachten kann, was intensive touristische Nutzung für die Bergwelt bedeutet. „Man sieht den naturbelassenen Teichboden und den Speicherteich des Schigebietes Wurzeralm. Die Wanderer sind immer völlig entsetzt darüber, wie groß dieser Teich ist. Auf engstem Raum treffen menschliche und >

„Ich komme nach einem Tag in der Natur immer besser gestimmt und reicher zurück, als ich weggegangen bin.“ Franz Maier lebt seine Leidenschaft für die Natur auf vielfältige Art: als Biologe und Naturvermittler begleitet er Menschen in die Berge, als Bereichsleiter der Energie- und Umweltagentur Niederösterreich entwickelt er konkrete Schutzprojekte und als Präsident des Umweltschutzverbandes stellt er Forderungen an



Blühender Alpenschnittlauch auf der Wurzeralm.

TIPPS:

1 KEINE SCHEU VOR DER NATUR!
Tiere beobachten, Pflanzen anschauen,
daran riechen, sie angreifen, um sie zu erleben.
Ins Gras setzen und in die Weite schauen.

2 AUF DAS WETTER ACHTEN
Bei unbeständigem, schlechtem
Wetter die Tour verschieben. Leichter Regen ist
kein Problem, wenn man gut ausgerüstet ist.

touristische Nutzungsansprüche und Naturschutz aufeinander. Schigebiete greifen massiv und dauerhaft in die Natur ein. Der gesamte Wasserhaushalt verändert sich, die Vegetation verarmt.“

DAS NATURJUWEL IST BEDROHT

Trotzdem gibt es Bestrebungen, diese einmalige Naturlandschaft einer Schischaukel zu opfern, um die Schigebiete Wurzeralm und Höss in Hinterstoder zu verbinden. Die Betreiber rund um

Peter Schröcksnadel verlangen von der OÖ Landesregierung eine Aufhebung des Schutzgebietsstatus. „Die beiden Schigebiete liegen so weit auseinander, dass für ihren Zusammenschluss eine Vielzahl an Liften und Seilbahnen quer durch eines der hochwertigsten Naturschutzgebiete des Alpenraumes notwendig wäre. Dazu kämen Parkplätze, Zufahrten, Beherbergungsbetriebe.“

Obwohl es sich um Naturschutzgebiet und potenzielles Erweiterungsgebiet des Nationalparks Kalkalpen handelt, wurde von Seiten des Landes bis heute kein klares Nein ausgesprochen. Das nährt die Hoffnung der Betreiber weiter. Der Schutzgebietsstatus kann nur aufgehoben werden, wenn der seinerzeitige Schutzzweck – die Erhaltung seltener und bedrohter Lebensräume und Arten – nicht mehr gegeben ist. Die Alpenkonvention, mit deren Ratifizierung sich Österreich verpflichtet hat, die Schutzgebiete zu erhalten und auszubauen, spricht ebenfalls gegen die geplante Schischaukel.

„Seit Inkrafttreten der Alpenkonvention wurde zwar noch kein Schutzgebiet für ein Schigebiet aufgehoben, aber der Druck auf die Natur ist in den letzten Jahren stärker geworden. Die Erschließungswünsche werden immer maßloser. Nicht einmal die größten, schönsten

und wertvollsten Schutzgebiete sind tabu“, bedauert Maier. Dennoch vertraut er auf die Vernunft: „Gerade das Uner-schlossene, Naturbelassene macht den besonderen Zauber dieses Gebietes aus, für den sanften Tourismus wäre dies ein Juwel, das man ins touristische Marketing aufnehmen kann. Die Menschen suchen im Urlaub Ruhe, unverfälschte Orte, Rückzugsräume, im Sommer wie im Winter, wo man wie am Warscheneck wunderbar Touren gehen und Schneeschuh wandern kann.“

SO SCHMECKEN DIE BERGE

Nach so viel Naturerlebnis ist es Zeit für eine Pause – und um den Schnittlauch von der Wurzeralm zu verkosten. Die Dümmlerhütte beteiligt sich an der Aktion „So schmecken die Berge“. Das bedeutet, es werden möglichst regionale Produkte der Saison von den Bauern im Tal angeboten. Exotisches kommt nicht auf den Tisch. Betreiber Wolfgang Peböck erzählt gerne, von welchen Bauern er das Fleisch bezieht, wo das Gemüse gewachsen ist und wer das Brot gebacken hat. Da schmeckt's gleich nochmal so gut. Später am Abend, nach dem Abstieg durch den urtümlichen Seegraben, kann man die erhitzten Füße im Gleinkersee kühlen, einem Badesee, der zugleich Naturschutzgebiet ist, und nach einer kurzen Rast im biozertifizierten Gasthaus Seebauer ein besonderes kuli-



Mäandrierende Teichl im Teichlboden, ein Überbleibsel aus der letzten Eiszeit.

narisches Highlight genießen: Spezialitäten von Gleinkersau und Seekuh aus der eigenen Landwirtschaft von Klaus und Gunda Dutzler. Alles, was bei den ambitionierten Wirtsleuten auf den Tisch kommt, ist frisch und selbst gemacht.

WAS MACHT DAS NATURERLEBEN SO WERTVOLL?

Es liegt in der Natur des Menschen, sich zu bewegen, voranzuschreiten, neue Gebiete zu entdecken. „Heute müssen wir nicht mehr vor wilden Tieren davonlaufen, dafür laufen wir auf die Berge. Das klingt zwar nach Luxus, ist aber ein tief verwurzeltes Lebensprogramm, das Zufriedenheit mit sich bringt“, sagt Franz Maier. „In den Bergen sind alle Menschen gleich. Egal ob Generaldirektor oder Saisonarbeiter, unsere gesellschaftlichen Hierarchien spielen keine Rolle. Es sind einfach nur Menschen, die mit den gleichen Anforderungen konfrontiert sind, die mal schwitzen

und an ihre Grenzen geraten. Die Wanderer öffnen sich, zeigen ihre Seele, weil die Natur in gewisser Weise ein angstfreier, geschützter Raum ist, der fernab der üblichen gesellschaftlichen Normen diese Offenheit möglich macht. Deshalb ist das Bewegen in der Natur wie die Musik eine Sprache, die jeder versteht, über alle Kulturen hinweg.“ ←

INFOS:

Die Entdeckungsreise durch das Bergparadies Warscheneck wird im Rahmen der Aktion „Natur-schauspiel“ des Landes Oberösterreich angeboten. www.naturschauspiel.at

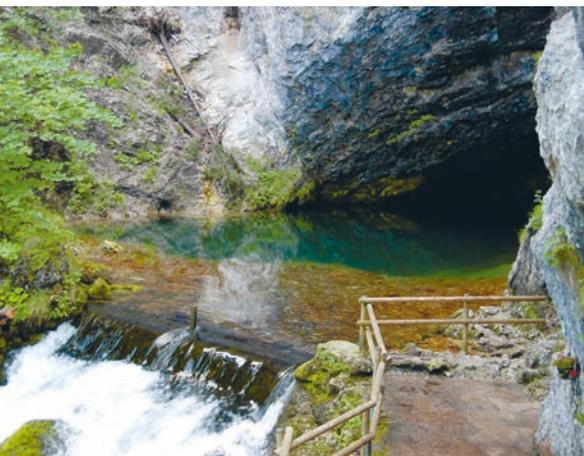
Anreise: Mit der Bahn bis Spital am Pyhrn, weiter mit dem Bus 911 zum Treffpunkt Pyhrnpass Wurzeralm-Standseilbahn.



Unterwegs in der Region

PIESSLING-URSPRUNG EINE DER STÄRKSTEN KARST- QUELLEN ÖSTERREICHS

Nicht weit vom Gleinkersee, im Gemeindegebiet von Roßleithen, liegt der Pießling-Ursprung, ein Naturdenkmal und leicht erreichbares Wanderziel. Über 2.000 Liter Wasser pro Sekunde treten durchschnittlich aus der Quelle aus. An Sommertagen könnte sie den Wasserbedarf von einigen 100.000 Menschen decken. Es ist das Wasser aus dem Warscheneck, das auf



einer Fläche von etwa 95 Quadratkilometern im Kalkgestein versickert und die Quelle über ein unterirdisches System aus Hohlräumen und Sammeladern speist. Hinter dem blaugrünen Quelltopf mit 32 Meter Tiefe befindet sich der Eingang zu ausgedehnten, luftgefüllten Gängen und Hallen, an deren Ende ein weiterer Siphonsee liegt.

www.wandern.priel.at/piessling-ursprung.html

NATURSCHAUSPIEL STÜRZENDES WASSER DR. VOGELGESANG-KLAMM IN SPITAL AM PYHRN

Die wildromanatische Klamm ist mit einer Länge von mehr als 1,5 Kilometer Österreichs zweitlängste begehbare Felsenschlucht. Beim Durchsteigen sind etwa 500 Holz- und Steinstufen zu erklimmen, die



den ganzen Sommer über gut betreut werden, sodass Besucher sicher und gefahrlos das stürzende Wasser erleben können. Für Kinder geeignet.

www.kalkalpenweg.at/sehenswertes/pyhrn-priel.html

ZWISCHEN HIMMEL UND ERDE GERLINDE KALTENBRUNNER

In Spital am Pyhrn lohnt sich ein Besuch des neuen Alpinmuseums „Zwischen Himmel und Erde – Gerlinde Kaltenbrunner und die Welt der 8000er“. Wie denken und fühlen Extrembergsteiger? Wie sehen die 8000er von oben aus? In Original-Tage-



buchauszügen gibt die gebürtige Spitalerin Gerlinde Kaltenbrunner Einblick in ihre ganz persönlichen Bergerlebnisse. Für Gänsehaut wird im Erlebnisraum gesorgt. Adrenalin pur: Vor dem Museumseingang befindet sich ein dem K2 nachempfundenen Kletterturm, der über verschiedene Aufstiegsrouten beklettert werden kann.

Stiftsplatz 1, Spital am Pyhrn,
www.weltder8000er.at

DER SCHATZ AM GLEINKERSEE KULINARIK IN BIO

Der grünschimmernde Gleinkersee in Roßleithen gilt als einer der wärmsten Bergseen Österreichs. An seinem Ufer betreiben Klaus und Gunda Dutzler das Wirtshaus Seebauer nebst Landwirtschaft, in der sie alte Tierrassen halten. Im biozertifizierten Gasthaus wird alles selbst gemacht, von der Rindssuppe bis zu den herrlichen Torten. Die Zutaten kommen vom eigenen Hof und von Bio-Höfen aus der Region.



Ebenfalls am Gleinkersee: Im **Wald-Hochseilgarten** kann man über Hängebrücken balancieren und auf langen Seilrutschen von Baum zu Baum gleiten – Abenteuer pur im schattigen Wald.

Gasthaus Seebauer, Gleinkersee 2,
www.gleinkersee.at

TRIFTSTEIG IN UNTERLAUSSA/DÖRFL WANDERN AUF DEM KLETTERSTEIG



Eine spannende Wanderung mit kleinen Herausforderungen bietet der Triftsteig in Unterlaussa. Der familientaugliche Weg für Kinder ab etwa zehn Jahren verläuft entlang eines Bachufers vom Schleierwasserfall zum Annerlsteg und hat nur eine mäßig schwierige Stelle (Schwierigkeitsgrad A bis B).

Auf den Triftsteig können sich auch schwindelfreie Anfänger wagen, für Kinder empfiehlt sich eine Sicherung. Klettersteige sind mit Seilen, Steighilfen oder Leitern ausgerüstet, sodass sie sicher begangen werden können.

Anreise/Zufahrt: Mit der Bahn von St. Valentin nach Reichraming, von dort am besten mit dem Fahrrad bis zum Annerlsteg.



♥ NATIONALPARK KALKALPEN

20 JAHRE JUBILÄUMSPROGRAMM

Der benachbarte Nationalpark Kalkalpen ist zu 81 % von Wald bedeckt. Er feiert 2017 sein 20-jähriges Bestehen und präsentiert sich heute wild und artenreich. In der zurückkehrenden Wildnis hat sich eine bemerkenswerte biologische Vielfalt entwickelt.

Durch die Wildnis führen viele Themenwege, die alleine oder mit ausgebildeten Nationalpark-Rangern begangen werden können. Die Ranger zeigen die schönsten und ursprünglichsten Seiten, wie das Vogelparadies Buchenwald, die Hirschbrunft, oder begleiten bei mehrtägigen Nationalpark-Durchquerungen.

Alle Angebote: www.kalkalpen.at

Foto: Sieghartsleitner/NPK Kalkalpen

Wo Natur zum Abenteuer wird!

Entdecken Sie die **NATURPARKE NIEDERÖSTERREICHS** in ihrer ganzen Vielfalt: vermooste Wackelsteine, fleischfressende Moorpflanzen und wilde Karsthöhlen, romantische Wanderwege, fordernde Klettersteige und luftige Skywalks!

Verein Naturparke Niederösterreich . Grenzgasse 10 . 3100 St. Pölten . T +43 2742/219 19-334 . info@naturparke-noe.at



GRÜNES PLUS

Innehalten und einfach
sein im Rhythmus
der Natur

Götterwege

Die jahrtausendealte Kultur des Pilgerns hat sich entstaubt und zum sportlichen Weitwandern mit meditativem Charakter entwickelt.

ANNEMARIE HERZOG

Der lauten Lebenswelt entsteigen, in Bewegung kommen, körperlich wie geistig: „Kontemplativ“ ist das Zauberwort heutiger Tage, eine Beschaulichkeit, die sich am ehesten beim Zulußgehen in der Natur finden lässt. Vielleicht liegen deshalb Pilgerwege und spirituell aufgeladene Weitwanderrouuten im Ranking um die coolsten „Hatscher“ ganz oben. Wobei sich das mundartliche „Hatscher“ nicht von der „Hadsch“, der muslimischen Wallfahrt nach Mekka, ableitet, wie fälschlich oft angenommen wird.

Der populärste aller Pilgerwege ist sicherlich der Jakobsweg. Seit die berühmte Route nach Santiago de Compostella 1987 vom Europarat zum ersten

europäischen Kulturweg erklärt worden ist, hat sich die Zahl der Pilger von 3.000 pro Jahr auf mittlerweile 262.000 vervielfacht. Mit beschaulichem Unterwegssein hat dieser Massenansturm nur mehr wenig zu tun. Aber es gibt sie noch, die Geheimtipps unter den Wander- und Pilgerwegen, die Routen, auf denen stille Einkehr und Sinnfindung ebenso möglich sind wie grandiose Naturerlebnisse.

PILGER- UND WEITWANDERWEGE VERSPRECHEN RUHE IN ZEITEN DER HEKTIK

Einer dieser Pfade ist der **Weg des Buches**, den die Evangelische Kirche A.B. in Österreich initiiert hat. Beginnend in

Ortenberg an der Donau, nördlich von Schärding, führt die Route über die Kärntner Nockberge bis zur slowenisch-italienischen Grenze nach Arnoldstein und verbindet Natur, Spiritualität und Geschichte.

Wer sich auf diesen Weg macht, folgt den Spuren von Geheimprotestanten und Bibelschmugglern in eine Zeit, als es bei Strafe verboten war, eine Bibel zu besitzen. Das wertvolle Schmuggelgut war die deutsche Übersetzung durch Martin Luther vor knapp 500 Jahren. Das hatte es zuvor noch nicht gegeben. Viele Menschen lernten lesen und wurden Protestanten – sehr zum Missfallen der katholischen Obrigkeit.

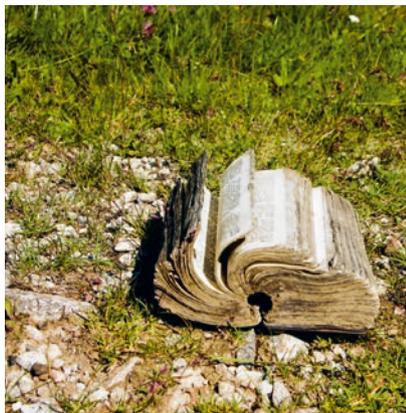


An markanten Orten entlang der Schmuggelroute können Wanderer in die Geschichte des Protestantismus eintauchen. So kann man im Museum in Peuerbach die Bibeln in natura bewundern, ebenso die Schellen, die damals bei Gefahr geschlagen wurden, um einander zu warnen. Im Salzkammergut können noch heute Spuren von geheimen Treffen in Höhlen entdeckt werden. Geschichten erzählen von Bibelverstecken in Brunnen und Fässern. In der Ramsau steht ein Felsen im Wald, der als Predigtstuhl bekannt ist. Er war Treffpunkt für Gläubige, um Wanderpredigern zuzuhören. Ebenso die Hundskirche in Kärnten, ein mit Zeichen versehener Felsen in der Nähe des Weißensees. Auch hier schützten die Schellen, das „hamliche G'laut“, vor Entdeckung.

In Hallstatt kann man dem Pfarrer bei einer ganz anderen Form der Aufklärung zuhören: Er erklärt Besuchern aus China, was eine Kirche ist und dass es sich dabei nicht um ein Fastfood-Restaurant handelt wie in der chinesischen Kopie des Weltkulturerbe-Ortes, die – samt See – seit 2012 in der Provinz Guangdong steht.

AUF DIESEN WEGEN WIRD GESCHICHTE LEBENDIG

Der Weg des Buches umfasst 29 Tagesetappen mit fünf Tagen auf dem Rad und 24 Wandertagen auf bestehenden Wegenetzen. Man kann kürzere Ab-



Lutherbibel auf dem Weg des Buches.

schnitte je nach eigener Kondition und Zeit zurücklegen. Eine einfach zu gehende, aber landschaftlich sehr reizvolle Strecke liegt am Weißensee. Sie beginnt in Techendorf und führt entlang des südlichen Seeufers hinauf zur Franz Josefs Höhe, von wo sich traumhaft schöne Ausblicke auf den See eröffnen. Die Landschaft rund um den Weißensee hat sich ihre Ursprünglichkeit bewahrt. Der sanfte Tourismus wurde hier schon in den 70er Jahren erkannt, sehr zum Vorteil der Region.

SINNWANDERN: AUF STILLEN WEGEN DURCH ITALIEN

Sich ganz alleine auf den Weg zu machen, braucht schon etwas Mut. Zwar ist der Preis dafür ist die absolute Stille, das



Die Schönheit im Stillen entdecken.

Nicht-Hören und Nicht-Sprechen-Müssen über Tage hinweg und den eigenen Gedanken lauschen zu können. Aber bequemer und für Neo-Pilger einfacher sind geführte Weitwanderungen in kleinen Gruppen.

Wanderungen mit italienischem Flair durch ursprüngliche Regionen Italiens begleitet die Philosophin und Bergwanderführerin Klaudia Bestle. Für die Weitwanderreisen wählt sie bewusst Wege abseits der bekannten Routen, die weniger überlaufen, aber ebenso von historischer Bedeutung sind. Als Unterkünfte dienen regional verwurzelte Familienbetriebe, wo man nicht zu Fuß hinkommt, fährt man mit öffentlichen Verkehrsmitteln hin.

UNTERWEGS ZWISCHEN BOLOGNA UND FLORENZ: VIA DEGLI DEI

„Ein sehr schöner Weitwanderweg ist der *Via degli Dei*, der Weg der Götter von Bologna nach Florenz“, erzählt Klaudia Bestle. „Er ist auch für alle geeignet, die das Weitwandern einmal kennenlernen wollen und nicht so geübt sind.“ >



Schon von Weitem ist die Kuppel des Domes in Florenz sichtbar.

Der klangvolle Name des Weges bezieht sich auf die nach den griechisch-römischen Gottheiten benannten Hügel, Adonis, Venus und Juno.“ Diese phantasiereiche Namensgebung entspringt nicht wissenschaftlicher Strenge, sondern eher einer Liebe zur Antike und der Begeisterung für diese geschichts-trächtige Landschaft. Spuren davon finden die Wanderer zum Beispiel in den gut erhaltenen Resten der Römerstraße Via Flaminia, einer Fernstraße, die der römische Konsul Gajus Flaminius 220 v. Chr. erbauen ließ.

Obwohl dieser Weg zwei Weltstädte in der Provinz Emilia-Romagna und in der Toskana verbindet, ist er auf weiten Strecken sehr einsam. Man wandert durch Eichen- und Kastanienwälder, die sich mit Hochweiden abwechseln, dann wieder säumen Pinien und Zypressen den Weg, eine wahrhaft göttliche Landschaft. „Für mich ist es ein ganz besonderes Erlebnis, wenn die Teilnehmer nach drei oder vier Tagen im Flow sind und das Gehen ganz leicht wird. Dann ist auch die letzte Etappe dieses Weges mit 24 Kilometern gut zu schaffen.“ Vielleicht liege es aber auch daran, dass auf den letzten vier Wanderstunden vor Ankunft in Fièsole bei Florenz schon die Kuppel des Domes zu sehen ist. Wichtig auf diesen geführten Touren ist eine Schweigeeinheit, die das Zur-Ruhe-Kommen im stetigen Schritt verstärkt.

DER WEG IST IMMER MEHR ALS DAS ZIEL.

HEIMITO VON DODERER

Jeder Weitwanderweg hat auch weniger schöne Abschnitte, wie die ausgedehnten Betriebsgebiete am Stadtrand. „Man muss nicht alles zu Fuß gehen“, sagt Bestle. „Für solche Strecken wähle ich öffentliche Verkehrsmittel. Alleine schon aus Sicherheitsgründen, weil es entlang von stark befahrenen Stadtein-fahrten keine Gehsteige gibt.“

WEITERE WANDERWEGE

Franziskusweg

Ein Weg durch Italien, der in den letzten Jahren immer berühmter wird, ist der Franziskusweg. Er führt in 28 Tagen

über 500 Kilometer von Florenz nach Rom. Über lange Strecken ist er landschaftlich wunderschön. Um Assisi sollten Sie jedoch einen großen Bogen machen. Jeden Tag strömen tausende Touristen in die Stadt, es reiht sich ein Souvenirgeschäft an das nächste.

Via Francigena oder Frankenweg

Die Via Francigena ist noch ein Geheim-tipp. Beginnend in Oxford führt er bis nach Rom. Allerdings darf man hier keine gute Infrastruktur erwarten. Zwar stehen in vielen Etappenorten einfache Quartiere von Pfarrgemeinden oder Klöstern zur Verfügung, ihre Qualität lässt aber oft noch zu wünschen übrig. ←

INFOS UND LESETIPPS:

Das Wanderbuch „Der Weg des Buches“

beschreibt die 29 Tagesetappen, informiert über Rast- und Übernachtungsmöglichkeiten und lädt mit einem Bibelleseplan ein, zu entdecken, was die Bibelschmuggler im Innersten bewegt hat.

Michael Bunker, Margit Leuthold (Hrsg.), Edition Tandem, 2008.

www.wegdesbuches.eu

www.sinnwandern.at

(mit Reiseprogramm 2017), T: +43 6606505697

www.franziskusweg-italien.com

<https://via-francigena.com/>

Pilgerwege durch Österreich mit interaktiver

Karte: www.pilgerwege.at, Forum www.pilgern.at

HOHE GIPFEL – TIEFE SCHLUCHTEN

NATURPARK ÖTSCHER-TORMÄUER



NATURPARK ÖTSCHER-TORMÄUER KOMBITICKET FÜR WANDERER!

Mit dem **Naturpark-Kombiticket** fahren Sie bequem mit der **Mariazellerbahn** im Abschnitt zwischen Mitterbach-Erlaufklause-Wienerbruck-Gösing-Winterbach. Inkludiert ist der Eintritt in den Naturpark Ötscher-Tormäuer.

DER BESONDERE TIPP

Wer die Einzigartigkeit des Naturparks abseits der Haupt-routen erkunden will, geht mit einem Naturvermittler.

So einzigartig wie der Naturpark sind auch die Naturvermittler – jeder hat seine Lieblingsplätze, Themen und besonderen Zugänge, die er gerne mit seinen Gästen teilt. Die begleiteten Touren können bei der Ötscherbasis in Wienerbruck gebucht werden.



Gipfelglück! Welch süße Belohnung für eine Bergtour über Stein, Wurzeln und moosbewachsene Wege. Mit jedem Schritt wird das Herz leichter, der Geist freier. Wer den Naturpark Ötscher-Tormäuer durchwandert, wird mit faszinierenden Naturerlebnissen belohnt.

DER ÖTSCHER ist das Wahrzeichen des Mostviertels. Mächtig und weithin sichtbar thront er mit seinen 1893 Metern über dem Viertel. Mehrere Wege führen auf seinen Gipfel, vom einfachen Spaziergang bis zur anspruchsvollen Tour über den Rauhen Kamm.

DER NATURPARK ÖTSCHER-TORMÄUER

Rund um den Ötscher erstreckt sich eine der ursprünglichsten Landschaften des Mostviertels: 170 Quadratkilometer Natur, bizarr aufragende Felsen, tiefe Schluchten, Wasserfälle, Almen, Seen und immer wieder herrliche Aussichtspunkte. Eine Wanderung durch die Ötschergräben zählt zweifellos zu den Höhepunkten. Nicht zu Unrecht wird der tiefe Einschnitt, den

der Ötscherbach im Laufe der Jahrtausende geformt hat, auch als „Grand Canyon Österreichs“ bezeichnet.

Die Wanderwege durch die wilde Natur starten bei den Eingängen zum Naturpark, wo Erlebnisstationen das Wandern um informativ-spielerische Aspekte bereichern. Die Region hat so vieles zu bieten, dass sich ein Aufenthalt über einige Tage lohnt.

DIE MARIAZELLERBAHN

Bereits die Anreise mit der Himmelstreppe, den modernen Garnituren der Mariazellerbahn, führt durchs malerische Pielachtal in den beeindruckenden Naturpark Ötscher-Tormäuer. Ein besonderes Erlebnis bietet eine Reise mit den Panoramawagen erster Klasse, die von Mai bis Oktober an den Wochenenden zusätzlich unterwegs sind. Deren großzügige Panoramaverglasung ermöglicht eine ungehinderte Sicht auf die atemberaubende Landschaft. Ein Cateringservice verwöhnt mit Mostviertler Spezialitäten und Getränken.

Kontakt und Information:

Mariazellerbahn:

www.mariazellerbahn.at

Naturpark Ötscher-Tormäuer

www.naturpark-oetscher.at

Wilde Wunder Card

bietet viele Vergünstigungen:
www.wildewunder.at

Zum Einkehren bieten sich zahlreiche Wirtshäuser und Hütten an.

MIT UNTERSTÜTZUNG VON LAND UND EUROPÄISCHER UNION



Europäischer
Landwirtschaftsfonds
für die Entwicklung
des ländlichen Raums:
Hier investiert Europa in
die ländlichen Gebiete



ZEIT FÜR S'ICH

RETTER HOTEL BIO RESTAURANT****



Am schönsten Fleckerl der Steiermark, mitten im Naturpark Pöllauer Tal liegt das Hotel Retter, das „Hotel der Zukunft“ – der österreichische Leitbetrieb zum Thema Nachhaltigkeit. Schließen Sie die Augen und stellen Sie sich vor, Sie hätten Zeit. Vielleicht ein paar Tage in einem Naturparadies. Lassen die Seele baumeln im Garten der Sinne. Wandern auf bemoosten Rehwegerln zur Marien Wallfahrtskirche am Pöllauberg. Genießen köstliche Schmankerl aus biozertifizierten, regionalen Produkten. Spüren die steirische Leichtigkeit bei erfrischen-

den Tröpferln in den benachbarten Buschenschenken. Verkosten und entdecken die Schätze der Oststeiermark. Relaxen bei Meditation und Musik in den Wasserbetten. Entspannen bei wohltuenden Massagen ... Wie klingt das in Ihren Ohren? Auch Lust bekommen? Wir laden Sie ein, den Retter PRIVAT zu erleben und zu spüren.

Informationen unter:
RETTER Hotel Bio Restaurant, 8225 Pöllauberg 88
T: +43 (0) 3335/2690, Fax DW 99
E-mail: hotel@retter.at, www.retter.at



SPÜR DIE NATUR

- 2 Nächte inkl. Allzeit-Genuss
 - * 1 Teilmassage à 25 Min. oder
 - * 1 Gesichtsrelaxmassage à 25 Min.
 - * GenussCard mit 120 Ausflugszielen
 - * 1 geführte Nordic-Walking-Tour
 - * 1 Aperitifweinkerstung
 - * Zeit für S'ICH im Wellnessreich „Bewusst Sein“ auf 1.200 m²
 - * Abschiedsgeschenk vom BIO-Gut Retter
- p.P. im DZ ab € **317**

6. SLOW-FOOD-BIO-FEST „STEIRISCH aufRETTERN“

- ab 2 Nächten inkl. Allzeit-Genuss
 - * 1 x Slow-Food-Bio-Fest inkl. Weinbegleitung am 30.04.
 - * GenussCard mit 120 Ausflugszielen
 - * 1 geführte Nordic-Walking-Tour
 - * Zeit für S'ICH im Wellnessreich „Bewusst Sein“ auf 1.200 m²
- 2 Nächte p. P. im DZ ab € **294**
3 Nächte p. P. im DZ ab € **439**

Fotos: Retter

ROGNER BAD BLUMAU – DAS PARADIES LIEGT UM DIE ECKE ...



20 JAHRE
LEBENSFREUDE
PUR

„Mit dem Rogner Bad Blumau wurde ein Gesamtkunstwerk geschaffen. Es erfüllt mich mit Stolz, wenn ich sehe, mit welcher Begeisterung die gesamte Mannschaft mit mir gemeinsam meinen Traum lebt. Die Natur, die Architektur und auch die Vulkanika® Heilquelle sind einzigartig. Hier sprudelt die stärkste Quelle im Thermenland Steiermark. Der Vulkanika® zu Ehren steht hier unser Strombolino, der wieder zum Leben erweckt wurde.“

Herr KR Robert Rogner, Gründer und Eigentümer

HEISS UND SOLEHALTIG

Die Vulkanika® Heilquelle. Hier sprudelt die Kraft. Das Wasser der natürlich solehaltigen und heißen

Vulkanika® Quelle wird nicht nur zum Baden genutzt, sondern auch für die einzigartige, emissionsfreie, geothermische Beheizung und Stromerzeugung.



WELTUNIKAT – GESTALTET VON FRIEDENSREICH HUNDERTWASSER

Leichtigkeit spüren. Die Natur erleben. Es sich gut gehen lassen. Schöne gemeinsame Momente teilen. Hier, wo die Welt für einen Augenblick den Atem anhält.

WENN UNMÖGLICHES MÖGLICH WIRD,
MÄRCHEN LEBENDIG WERDEN
UND LEBENSFREUDE ERWACHT,
DANN IST MAN ANGEKOMMEN,
IN DER WELT ROGNER BAD BLUMAU.

Vollkommene Entspannung im Bereich
Gesundheit & Schönheit finden.
Spürbar anders.

RINGELGRÜN
pro Person im DZ
ab € **107**

Warum nicht gleich in die beliebteste
Therme Österreichs.

Informationen & Reservierungen
T +43 (0) 3383 5100 9449
urlaubsschneiderei@rogner.com

Fotos: Rogner Bad Blumau @Hundertwasser Architekturprojekt

I SCHAUG AUF DI. DU SCHAUGSCH AUF MI! FAMILIEN-LANDHOTEL STERN



Der STERN ist schon über 500 Jahre alt, aber alles andere als verstaubt. Mit kreativen und liebevollen Programmen wird Tradition und Zeitgeist gelebt – gleichermaßen für alle Generationen vom Kind bis zu den Großeltern.

Der STERN ist natürlich, regional und nachhaltig und kommt ganz ohne Chichi und Trara aus. Kinder erleben einen Urlaub wie am Bauernhof und Eltern genießen moderne Zimmer, eine Spitzenküche und modernes Bergerlebnis!

Familien-Landhotel Stern
Unterstrass 253
6416 Obsteig, Tirol
T: +43 (0) 5264 8101
info@hotelstern.at
www.hotelstern.at

pro Person im DZ
ab € **65**

Foto: Landhotel Stern

KRÄUTERHOTEL BÄRNSTEINHOF



Entschleunigen im Böhmerwald! 3 Tage im DZ

- Biofrühstücksbuffet
- 2x4-Gänge-Kräuter Menü – Slowfood!
- Wanderjause, Kräutersauna
- Eintritt Heilkräutergarten Klaffer

Hundebesitzer herzlich willkommen!

Kräuterhotel Bärsteinhof
4160 Aigen-Schlägl,
Marktplatz 12
T: +43 (0)7281 6245
www.baernsteinhof.at

pro Person im DZ
ab € **184**

Foto: Mario Gärtner

SOMMERFRISCHE IM LEUTASCHERHOF



Der Leutascherhof trägt sein wichtigstes Kennzeichen bereits im Namen: **Biohotel**. Ein Kraftplatz mitten in herrlicher Tiroler Bergkulisse, exzellente Bio-Küche, nachhaltige Zimmer und ursprüngliches Wellness sorgen für einen unvergesslichen Aufenthalt. Und übrigens: Wandern in der traumhaften Landschaft beim Naturpark Karwendel hat etwas Magisches ...

Biohotel Leutascherhof****
Weidach 305, A-6105 Leutasch
T: +43.5214.6208
www.leutascherhof.at

Der Leutascherhof
das biohotel

Foto: Biohotel Leutascherhof

HELLS FERIENRESORT IM TIROLER ZILLERTAL



Das Hells Ferienresort im schönen Tirol bietet ... **eigentlich alles!** Moderne und stylische Apartments und Chalets, einen Campingplatz mit Hotelkomfort und ein riesiges Angebot für Kinder!

Hells Ferienresort Zillertal
A-6263 Fügen, Gageringerstr. 1
T: +43 5288 62203
www.hells-ferienresort.at



Foto: Hells Ferienresort, Cathrine Stukhard



BARRIEREFREI DURCH DAS KAUNERTAL

Im Kaunertal werden Barrieren abgebaut. Menschen mit körperlicher Behinderung können die Natur auf Monoschi, mit Swiss-Tracs oder dem Freee F2 erleben.

KARIN CHLADEK

„Würden wir heute barrierefrei bauen, dann würden wir manches anders machen. Aber damals war alles Neuland. Wir baten zwei Gäste, Rollstuhlfahrer,



uns als Tester zu unterstützen“, erzählt Christian Santl, Manager des Hotels Weisseespitze in Tirol. Das Hotel mitten im landschaftlich schönen, aber steilen Tiroler Kaunertal ist speziali-

siert auf Gäste, die mit zwei Rädern unterwegs sind: MotorradfahrerInnen und RollstuhlfahrerInnen. Das klingt auf den ersten Blick ungewöhnlich, aber sie haben mehr gemeinsam als die zwei Räder, mit denen sie unterwegs sind. Ein Motorradunfall ist für viele Rollstuhlfahrer der Grund für die Bewegungseinschränkung. Aufgrund einer solchen persönlichen Verknüpfung haben die Betreiber des Hotels, Charly und Karin Hafele, vor 20 Jahren begonnen, sich der Rollstuhlfahrenden anzunehmen. Im Jahr 2000 erfolgte der Umbau, das Hotel Weisseespitze wurde als „1. Rolli-Hotel der Alpen“ bekannt und mit dem Staatspreis für Tourismus 2001 belohnt. Rampen für Rollstuhlfahrende sind allgegenwärtig, auch der Wellnessbereich wurde barrierefrei gestaltet.

NATURPARK KAUNERGRAT ZIEHT MIT

„Barrierefrei bis auf 3.108 Meter“ lautet ein Slogan des Kaunertal Tourismus. Zu Recht, denn mobilitätsbeeinträchtigte Menschen können im Kaunertal und im Naturpark Kaunergrat viele Angebote nutzen, wie barrierefreie

Die Swiss-Tracs werden vor den Rollstuhl gespannt und ermöglichen Wanderungen.



Restaurants, Geschäfte, Pensionen, das Naturparkhaus am „Gachen Blick“ oder die Aussichtsplattform am Gletscher. Es braucht einfach nur einen Leitbetrieb, um eine Region mitzunehmen.

WANDERN, SCHIFAHREN, LANGLAUFEN

Das Schigebiet rund um den Kaunertaler Gletscher ist relativ flach. Hier wurden die Monoschi entwickelt, auf denen Rollstuhlfahrende durch den Schnee gleiten können. Es gibt sie – ebenso wie entsprechende Langlaufski mit Sitz – zum Ausborgen.

Sogar Wanderungen sind möglich. Mit Hilfe von Swiss-Tracs, das sind Zugmaschinen, die vor den Rollstuhl gespannt werden, geht es auf einige Almen (Verleih im Hotel und im Naturparkhaus Kaunergrat). Mutige Gäste können den Freee F2 ausleihen, einen geländetauglichen Rollstuhl auf Segway-Basis.

Wer sich für die Tierwelt des Naturparks interessiert, kann im Rahmen von „Nature Watch“ Gams, Hirsch und Steinböcke beobachten, begleitet von Guides und mit Ferngläsern ausgerüstet. Der mangelnde öffentliche Verkehr im Kaunertal ist ein umweltpolitischer Wermutstropfen, den Christian Santl offen anspricht. Bleibt zu hoffen, dass das Kaunertal und das Hotel Weisseespitze anderswo in Österreich eifrige Nachahmer finden. ←

INFOS:

www.kaunertal.com, www.kaunergrat.at
www.weisseespitze.com/hotel.html

EIN ZIMMER IN DEN BERGEN

NATURHOTEL EDELWEISS WAGRAIN ****



Das Zwitschern der Vögel dringt durchs offene Fenster, auf der Kommode liegen die gesammelten Zapfen des letzten Waldspaziergangs und auf dem Balkon schimmert die Patina der Lärchenholzmöbel im Morgenlicht. Sie träumen auch von einem Zimmer in den Bergen?

IM NATURHOTEL EDELWEISS LIEGEN SIE BESTIMMT RICHTIG

Echte österreichische, familiäre Gastlichkeit erwartet Sie auf 1.200 m im Wanderparadies Wagrain. Die traumhafte Lage am Sonnenplateau



Weberland bietet Ihnen einen atemberaubenden Blick auf die Salzburger Bergwelt und ist Ausgangspunkt für viele Aktivitäten.

LEICHTE UND KREATIVE NATURKÜCHE mit naturreinen Lebensmitteln aus der Region.

500 QUADRATMETER GREENSPA UND NATURSCHWIMMBIOTOP

Leben mit der Natur und gelebte Nachhaltigkeit spüren und finden Sie bei uns im Green Spa – ausgezeichnet mit dem „Energy Globe“.

EDELWEISS
NATURHOTEL
WAGRAIN

GREEN SPA SCHNUPPERTAGE

- * 3 NÄCHTE inkl. Verwöhhpension
 - * 1 Verwöhhmassage pro Pers. (25 min.)
 - * 1 Erwärmen mit Qi Gong oder Lu Jong
 - * 1 geführte Wanderung oder Mountainbiketour
- und alle Naturhotel Edelweiss Inklusivleistungen

pro Person im DZ

ab € **283**

Sommertagespreis ab € **83**

SPECIAL

Mit Ihrer Buchung erhalten Sie 1 Flasche herrlichen Bio-Wein (0,3 l) als Geschenk.
Kennwort: „LEBENSART“

Kontakt und Information:

Saskia und Erich Bergmüller
Weberland 65, A-5602 Wagrain
T: +43 (0) 6413 8447
hotel@mein-edelweiss.at
www.mein-edelweiss.at

Fotos: www.alpenlicht-fotografie.at

WO DIE WILDEN WEIBER KOCHEN



Nach Lehr- und Wanderjahren bin ich auch aus New York und San Francisco heimgekehrt in den Bregenzerwald. Im Biohotel Schwanen, das ich in 5. Generation führe, geht es um Genuss für interessierte und anspruchsvolle Menschen.

„Reduce to the max“ ist mein Motto, gekonnte Einfachheit und hochwertige Materialien, alle Must-haves, aber nichts Überflüssiges. So ist die Architektur von Hermann Kaufmann, die Wilde Weiber Küche meiner Mutter und meine Philosophie als Gastgeber. Bei uns isst man hervorragend, wohnt



SCHWANEN
BIOHOTEL

in Zimmern aus Weißtanne und schläft auf Lattenrosten aus Zirbe. Das alles ist modern, zeitgemäß und authentisch. Wir kochen nach Hildegard von Bingen und immer biologisch-saisonal-regional. Und wir haben uns viele Gedanken über ein paar wirklich interessante Specials gemacht: HELDEN IN GRÜN ist ein dreitägiger Kräuterurlaub im Sommer, bei dem man Kräuter sammelt, verarbeitet und isst. ZIT NIO bedeutet sich Zeit nehmen und den Bregenzerwald erkunden und beim WILDE WEIBER GETAWAY verwöhnen wir unsere Gäste mit einem tollen Menü und von mir ausgesuchten Weinen.

Auf der Website gibt es alles Weitere:
www.biohotel-schwanen.com

Bis demnächst im Schwanen, Emanuel

Biohotel Schwanen
Kirchdorf 77, A-6874 Bizau, T: +43 5514 2133
emanuel@biohotel-schwanen.com

Fotos: Roswitha Natter



**ABENTEUER
ERLEBEN
UND ENTDECKEN**

ABENTEUER FREMDE KULTUR:

ZEIT REISEN

DURCH

ISLAND



Wolken rollen wie weiche Wellen über weiße Hochebenen. Wasser bahnt sich von überall seinen Weg durch die Welt. Auf der Insel wehrt sich die wilde Natur gegen die Spuren des Menschen. Eine abenteuerliche Zeitreise, die im Island des 17. Jahrhunderts beginnt.

ANITA ARNEITZ

Auf so gut wie jedem der dunkelbraunen Strandsteine liegt ein gesalzener Kabeljau zum Trocknen in der Sonne. Wie helle Pflastersteine mit Gräten säumen sie den Marktplatz. Der aufdringliche Geruch von Fisch legt sich über die Halbinsel. Es ist das 17. Jahrhundert und Isafjörður mausert sich gerade zum Handelszentrum in den isländischen Westfjorden. Hier beginnt **die Zeitreise mit Helga Hausner**. „Aufpassen, überall liegt Kuh- und Schafmist!“ Alle rümpfen die Nase, obwohl weder etwas zu riechen noch zu sehen ist. Verkleidet als Frau eines Fischers mit Wollrock, Kopftuch und blauem Strickumhang zaubert Helga bei ihren Führungen Bilder aus der Vergangenheit in die Köpfe der Besucher. Diese sollen Respekt und Verständnis für die isländische Natur sowie Kultur schaffen.

WILDER, RAUER NORDWESTEN

Seit zwölf Jahren lebt die Berlinerin Helga im 2.600 Einwohner zählenden Städtchen Isafjörður, dessen Wurzeln weit zurückreichen. Zwar wird der gesalzene Kabeljau zum Trocknen nur mehr im Sommer vor dem Museum ausgelegt, aber dafür sind viele der bunten Kapitäns- und Handelshäuschen im Original erhalten und bewohnt. Helga weiß über jedes Haus Bescheid. Sie erzählt von Tagelöhnern, die ihr Geld lieber für Alkohol ausgaben, als die Familie mit Essen zu versorgen, von Frauen, die Waren von den Schiffen ins Lager schleppten, und Polizisten, die unfähig waren, Morde aufzuklären, und deshalb nach Dänemark verbannt wurden. Blutrache, Familienbande, ein Leben voll Verzicht. Helga schafft es, Gäste in eine andere Welt zu entführen. In das ur-

sprüngliche Island, wo die Menschen hart im Nehmen waren und einen folgenschweren Fehler machten.

FEHLER DER AHNEN AUSBADEN

Bereits die Wikinger besiedelten die Westfjorde. Sie brachten Vieh, Kleidung und Spiele mit. Doch das Holz für Unterkunft, Schiff und Ofen holten sie sich aus der Umgebung. Innerhalb zweier Generationen war der Wald weg – sie verarmten. Niemand dachte daran, dass auf Island Bäume viel langsamer wachsen. Noch heute sind auf den Westfjorden Birken und Weiden mehr Gestrüpp als stattliche Stämme. Die Aufforstung dauert. „Inzwischen haben wir wieder zwei Prozent Wald erreicht“, berichtet Helga. Der Wind peitscht über Felsen und Lawinen donnern ungebremt in den Fjord – oder durch Dörfer. Nun >

Helga Hausner entführt Gäste auf eine Zeitreise.



Essen, schlafen, erleben ... auf Island

🍷 SCHLEMMEN

THE GRILLMARKET: Einheimische Bio-Produkte wie Skyr, Honig, Lamm und Rind werden in einzigartigen Kreationen serviert. www.grillmarkadurinn.is



AALTO BISTRO: Frische und vor allem regionale Meeresfrüchte und Veganes/Vegetarisches aus lokalen Bio-Produkten. www.aalto.is



HAVARÍ: Eine Farm mit Gästehaus, Café und Musikscheune. Im Café gibt's hauseigene Kreationen wie vegane Würstchen und Bio-Gemüsechips.

🛍️ SHOPPEN

KRÄUTERKOSMETIK: Das Familienunternehmen Urtasmidjan produziert biologische Hautpflegeprodukte aus isländischen Kräutern. www.urtasmidjan.is

SCHMUCK UND DESIGN AUS ISLAND:

Zum Beispiel mit Moos bewachsen. www.hafsteinnjuliuss.com

KLEIDUNG VON ARFLEIFÐ: Mithilfe traditioneller Methoden werden isländische Tierprodukte wie Fischleder, Wolle und Pferdehaar zu Kleidung verarbeitet. www.arfleifd.is

KOLAPORTID: Flohmarkt am Hafen von Reykjavik. Neben Kleidung, Schmuck, Schallplatten und Spielzeug gibt es auch Fisch und regionale Köstlichkeiten. Sa + So von 11 – 17 Uhr geöffnet.

🛏️ SCHLAFEN

ICELANDIC FARM HOLIDAYS: verstreut über die ganze Insel. www.farmholidays.is

HOTEL HORN VON VALLA SVAVARSDOTTIR, WESTFJORDE: ist auch im Winter geöffnet. www.hotelhorn.is

EYJA GULDSEMEDEN HOTEL, REYKJAVIK: Das Boutique-Hotel legt seinen Fokus auf Nachhaltigkeit und Ökologie. Lokale Bio-Lebensmittel im Restaurant. www.hoteleyja.is

TUNGULENDING GUESTHOUSE, NORDISLAND: Der ehemalige Schuppen am Küstenstreifen wurde renoviert und dient heute als Gästehaus. Speisen werden aus fangfrischem Fisch und Bio-Lammfleisch zubereitet. www.tungulending.is

ION ICELAND ADVENTURE HOTEL: Natürliche Materialien aus der Umgebung sind in allen Ecken des Hotels wiederzufinden. Bio-Gemüse, Bio-Fleisch aus Island und Fairtrade-Produkte im Restaurant. www.ioniceiland.is

🌿 ERLEBEN

WANDERUNG ZU DEN PAPAGEIEN-TAUCHERN: Die Bauern auf Ingolfshöfði bringen die Wanderer mit dem Traktor in das Naturschutzgebiet. Hunderte Vögel brüten in ihren Nestern und zeigen den zweibeinigen Besuchern gleich, wer der Herrscher auf dem Eiland ist. Am besten vor Ort in Ingolfshöfði buchen.

SCHMUCK UND DESIGN AUS ISLAND: Zum Beispiel mit Moos bewachsen. www.hafsteinnjuliuss.com

WELLNESS: Das Krauma Naturbad in Reykholt, etwas außerhalb von Reykjavik, ist ein Areal mit natürlichen Geothermalbädern. Die Pools sind aus natürlichem Material gebaut, das Wasser ist frei von Chemie. www.krauma.is



WALBEOBACHTUNG: North Sailing hat ein Boot, das früher zum Walfang genutzt wurde, restauriert und auf Geothermal-Antrieb umgerüstet. Damit ist es ein umweltfreundliches Schiff für Naturbeobachtungen. Touren täglich ab Husavik. www.northsailing.is

Bei einer Wanderung können die Papageientaucher beobachtet werden.





Stürzende Wasser und Gletschereis zählen zu den Naturschönheiten Islands. Auch heute noch wird Fisch in der Sonne getrocknet.



müssen Schutzwände gebaut werden. Auf fremde Einmischung reagiert die isländische Natur eben sensibel. Wer auf der Insel leben will, muss sich ihr unterordnen und sie trotz ihrer Unberechenbarkeit schützen. Das tun die Isländer. Katastrophen und Krisen erwecken ihre Kreativität.

ENERGIE AUS FEUER UND WASSER

Im Winter werden Meeresbuchten und Gehwege beheizt – in gewisserweise sogar nachhaltig. Denn Energie hat die Insel genug. Über 70 Prozent des Stroms wird mit Wasserkraft erzeugt, der Rest stammt aus Geothermie. Als eines der ersten Länder weltweit gewinnt Island seit Kurzem auch Energie aus Magma. Schon 2003 wurde in der Hauptstadt Reykjavik die erste Wasserstoff-Tankstelle eröffnet. Seither fahren mit Wasserstoff betriebene Busse durch die Stadt.

Gemüse wächst in mit Erdwärme betriebenen Gewächshäusern, anstatt quer über den Ozean geschippert zu werden. Standards für die biologische Landwirtschaft und den Fischfang sind in den vergangenen Jahren streng nach oben geschraubt worden. Walfang wurde 1915 verboten. Kabeljau, Hering, Seelachs und Rotbarsch sind heute die Exportkaiser. 1,5 Prozent des globalen Fischfangs wird von Island abgedeckt. Fischfarmen werden mit eigenem Herkunftslögo zertifiziert und müssen sich an die Regeln des nachhaltigen Fischereimanagements halten. Die Wirtschaft



boomt. Vor allem der Tourismus. Kreuzfahrtschiffe bringen Geld in die Hafenstädte, dafür werden Lärm- und Luftverschmutzung in Kauf genommen. Nicht aber das Verhalten der Touristen.

UNBERÜHRTHEIT BEWAHREN

„Vorsicht, fliegender Müll!“ Das gehört diesmal nicht zur historischen Fantasiereise von Helga. Nach der Hauptsaison holt sich der Sturm alles, was die Touristen zurücklassen. Bei manchen Aussichtspunkten quellen Abfallimer und Toiletten über. Dass außerhalb der Sommermonate mehr Besucher kommen, darauf waren einige Regionen nicht vorbereitet. Die Gedankenlosigkeit der Touristen ärgert viele Einheimische. „Touris“ kraxeln mit Sandalen über Gletscherspalten, campen dort, wo Elfen wohnen, und überschätzen ihre Fähigkeiten als Autofahrer. Schnell reißen eine Böe den Wohnwagen von der Straße und eine Welle den verdutzten Wanderer ins Meer.

RICHTIGES VERHALTEN

Wildes Zelten ist nicht überall erlaubt. Steintürmchen haben in der Landschaft nichts zu suchen. Und wer sich mit dem Jeep oder zu Fuß vom offiziellen Weg trennt, hinterlässt Spuren, die jahrelang zu sehen sind. Jetzt heißt es umdenken. Für beide Seiten. Naturschutz funktioniert nur gemeinsam. Daher lieber einmal auf das perfekte Selfie verzichten und stattdessen ganz im Hier und Jetzt sein. Mitten im kraftvollen Ur-Island umhüllt von klarer Luft und Stille. Helga nickt: „Das ist wirkliches Abenteuer.“ ←

INFOS:

Anreise: Ohne Flugzeug oder Schiff geht es nicht auf die Insel. Hier können Sie Ihren Flug kompensieren: www.atmosfair.de. Auf Island gibt es ein gutes Busnetz, rund um Reykjavik Fahrradwege, die ständig ausgebaut werden.

Helga Hauser organisiert **Zeitreisen** und speziell für Frauen nachhaltige Islandreisen, bei denen auch die isländische Sprache erlernt werden kann. www.isafjordurguide.is, www.visiticeland.com



Fröhlich flattern die Gebetsfahnen an der Stupa von Bodnath © Maygutyak/Fotolia.com

VON KATHMANDU ZU DEN 8000ERN MIT KNEISSL TOURISTIK NACHHALTIG UNTERWEGS IN NEPAL



Nach dem Erdbeben 2015: Kneissl Touristik und die Familie des Agenturpartners Bharat Basnet helfen: Unterkünfte, Lagerhallen und provisorische Schulgebäude aus Bambus gewähren Schutz vor der Regenzeit. Z. B. im zerstörten Helambu in Sindhupalchowk © Familie Basnet

Nepal war immer schon eine wichtige Destination im Portefeuille des StudienReisenVeranstalters aus Oberösterreich. In Bharat Basnet, dem Inhaber der Partneragentur Explore Nepal, hat Kneissl Touristik einen vertrauenswürdigen und langjährigen Partner, der viel Wert auf nachhaltigen Tourismus legt. Bharat eliminierte Plastikverpackungen, achtet in seinen Hotels auf ressourcenschonende Verwendung von Energie und Wasser, pflegt eine bewusste Abfallwirtschaft. Seine Hotels werden auch mit eigenem Gemüse und Kräutern versorgt. Richtig zusammengeschweißt wurden Kneissl Touristik und die Familie Basnet nach dem verheerenden Erdbeben. Subechhya, die Tochter von Basnet, initiierte ad hoc Hilfsprojekte, die von Kunden, Mitarbeitern und der Firmenleitung von Kneissl Touristik sehr großzügig unterstützt wurden.

Heute ist Nepal wieder gut bereisbar und die 10-tägige Erlebnisreise von Kathmandu zu den 8000ern bei Pokhara lässt keine Wünsche offen: Im Kathmandu-Tal finden wir reiches Kulturerbe, buddhistische und hinduistische Tempel und Paläste. Im Chitwan-NP zeigen sich Wildtiere wie Panzer-Nashörner, Bären, Leoparden und vielleicht auch Bengal-Tiger ...

Bandipur und Pokhara sind Tore zum Himalaya, der Sonnenaufgang über dem Gebirge wird ein unvergessliches Erlebnis. 2000 Jahre alt ist die bemerkenswerte Stupa von Swayambhunath, ein Erlebnis sind die Königsstädte von Patan und Bhaktapur. Natürlich genießen wir typische nepalesische Küche und wer mag, gönnt sich einen Rundflug über das gewaltigste Hochgebirge der Erde (fak.).

DIE NÄCHSTEN REISETERMINE:

10.04. – 19.04.2017

19.10. – 29.10.2017

25.12. – 03.01.2018

Erlebnisreise mit Flug ab Wien, 3*, 4*Hotels und Heritage Hotel mit HP, sehr guter deutschsprachiger nepalesischer Reiseleitung.

Der Oktobertermin ist um einen Tag länger, man kann das Tihar-Lichterfest in Kathmandu besuchen.

Tipp: Diese Rundreise kann man auch als durchorganisierte Privatreise mit einem nepalesischen Fahrer unternehmen. Reiseantritt jederzeit möglich, Preis auf Anfrage.

Kontakt und Information:

Zentrale Kneissl Touristik
Linzer Straße 4-6, 4650 Lambach
T: 07245/20700
zentrale@kneissltouristik.at

Kneissl Touristik St. Pölten
Rathausplatz 15/Ecke Marktgasse
T: 02742/34384
st.poelten@kneissltouristik.at

Kneissl Touristik Wien
Opernring 3-5/Eingang Operngasse
T: 01/4080440
wien@kneissltouristik.at

www.kneissltouristik.at

Entgeltliche Einschaltung



Kneissl Touristik ist seit Juni 2016 Mitglied im Roundtable „Menschenrechte im Tourismus“. Infos unter: www.menschenrechte-im-tourismus.net



ABENTEUER
ERLEBEN
STÄDTETRIIP

Krakau

DIE UNTERSCHÄTZTE SCHÖNHEIT

Farbenfrohe Fassaden, umringt von einem grünen Gürtel, Chopin-Musik im Park und Prunk aus Salz: Die alte Königsstadt Krakau überrascht Besucher mit einer einzigartigen Mischung aus Geschichte, Tradition und jugendlicher Leichtigkeit. Ein Städtetrip nach Polen.

ANITA ARNEITZ

Unter dem Sonnenschirm einen Eiskaffee schlürfen und dem fröhlichen Treiben auf dem mittelalterlichen Platz zusehen. Danach ein wenig durch die Arkaden der Tuchhallen bummeln und die Adelspaläste bestaunen. Das ist Dolce Vita von seiner schönsten Seite. Doch der Schein trügt. Es fühlt sich zwar an wie Italien, ist aber Polen. „So geht es allen, die das erste Mal in Krakau sind. Die Stadt wird einfach unterschätzt“, sagt Jolanta Koziol, die in Krakau lebt und Besuchern die vielfältigen Ecken der Stadt zeigt.

BELLA ITALIA MITTEN IN POLEN

Der Marktplatz namens Rynek Główny erinnert an den Markusplatz in Venedig und ist fast so groß wie vier Fußballfelder. „Wir bezeichnen den Marktplatz gerne als ‚dining room‘ der Stadt“, erzählt Jolanta. Restaurants, Clubs oder Architekturschätze, wie die Marienkirche mit ihrem Turmbläser, oder was immer jemand sucht, vom Marktplatz aus ist es leicht zu finden. Dennoch reicht ein Tag für Krakau nicht aus. Zu viel gibt es zu entdecken in der Altstadt, die zum Unesco-Weltkul-

Blick vom Kościuszko-Hügel,
einem der vier künstlichen
Hügel in Krakau.

turenbe zählt und die von einem vier Kilometer langen Grüngürtel, der Planty, umgeben ist. An warmen Tagen bevölkern die Studenten die Wiesen und wuseln abends durch die Gassen. Trotz ihres Alters ist Krakau jung geblieben. In ihrem Herzen pulsiert das Leben – und das hat sie mitunter den Universitäten zu verdanken.

NEBEL ÜBER DEN DÄCHERN

Grün ist im Kommen. Zumindest für die junge Generation. Sie kaufen am liebsten regional, vor allem auf den Märkten oder gleich direkt von den Bauern. Bioverbände oder Zertifikate haben nicht den Stellenwert wie in Österreich. Für Touristen ist es daher manchmal schwierig, nachhaltige Angebote zu lokalisieren. Aber es gibt sie. In Form von Fahrrädern zum Beispiel. Günstig können diese für eine Stadtrundfahrt bei 34 Citybike-Stationen ausgeborgt werden. Nur im Winter ist das nicht so sehr zu empfehlen. Nicht wegen der Kälte. Gegen die gibt es warme Kleidung. Allerdings gegen den Smog gibt es noch keine Lösung. Zumindest in Krakau. Die Emissionen stammen überwiegend aus Privathaushalten. Viele Häuser werden nach wie vor mit alten Kohleöfen geheizt. Alternativen sind für die Bewohner oft nicht leistbar.



AUSBLICKE UND RÜCKBLICKE

Wenn die Luft klar ist, dann geht's zum Kościuszko-Hügel. Der Hügel wurde zu Ehren eines polnischen Nationalhelden aufgeschüttet, die Festung am Fuße geht auf die Habsburger zurück. Heute sind darin ein Radiosender und ein kleines Wachsmuseum untergebracht. Das Hinaufspazieren wird mit einem fantastischen Ausblick über die Stadt belohnt und manchmal ist sogar das Tatragebirge zu sehen, das immerhin hundert Kilometer entfernt im Süden liegt.

„Ein weiteres Muss ist der Besuch des ehemaligen Konzentrationslagers Auschwitz, um der Opfer zu gedenken“, findet Jolanta. Ein trauriger Teil der Geschichte. Genauso wie Schindlers Fabrik im Krakauer Viertel Podgorze. Die frühere Emaillewarenfabrik ist inzwischen ein Museum. Im jüdischen Viertel Kazimierz erinnern weitere Ecken an die bedrückende Vergangenheit, andere hingegen blühen durch das Engagement kreativer Menschen wieder auf.

HIPPES KONTRASTPROGRAMM

Kazimierz ist trendig geworden. Bei den Streifzügen durch das Viertel begegnen Entdecker in ausgedienten Tabakfabriken Künstlern und historische Geschäfte entpuppen sich als Retrocafé. Jolanta zieht es auf den Platz „Plac Nowy“ zum Flohmarkt. Je nach Wochentag wechseln die Produkte. Sonntags gibt es Secondhand-Kleidung und Antikes. „Und es war schon seit jeher ein Platz, wo die Einheimischen Essen kauften oder sich einen Snack gönnten“, verrät Jolanta. Eine sichere Anlaufstelle bei Hungergegrummel ist das ehemalige >

Festival der jüdischen Kultur im Stadtteil Kazimierz. (links oben)

KrakauerTuchhallen bei Nacht. In den Hallen bieten Händler ihre Waren an. (links und rechts unten)





Jolanta Koziol zeigt Besuchern die vielfältigen Ecken der Stadt.

Geflügelschlachthaus in der Mitte des Platzes. Jolanta empfiehlt die polnische Pizza, besser bekannt als „zapiekanka“. Das ist ein Baguette, belegt mit Fleisch, Käse und Gemüse. Gestärkt geht es weiter auf dem Königsweg hinauf auf den Wawel-Hügel zum Schloss. In den Gemäuern wurden Könige gekrönt, Intrigen geschnürt und das Schicksal des Landes bestimmt.

Zum Abschluss hat Jolanta noch eine Überraschung: Sie führt zur Salzmine vor den Toren der Stadt. In ihrem Inneren wartet eine märchenhafte Welt aus Salzkristallen. ←

INFOS:

Einreise: Polen ist EU-Mitglied, daher ist eine Einreise für EU-Bürger ohne Visum möglich. Aber Personalausweis und Złoty nicht vergessen. Złoty ist die polnische Währung (1 Złoty sind ungefähr 25 Cent).

Anreise: Direkte Nachtzugverbindung von Wien nach Krakau, alternativ fährt der Fernbus täglich von Wien nach Krakau und retour. Von der Anreise mit dem Auto ist aufgrund Verkehrs- und Parksituation in Krakau abzuraten. In der Stadt selbst ist alles gut zu Fuß erreichbar. An fast jeder Ecke gibt es Leihräder. www.oebb.at, www.flixbus.at

Führungen in Deutsch und Englisch: Jolanta Koziol, www.privatetours.pl

Tourismusamt: www.polen.travel, www.krakow.pl

Essen, schlafen, erleben ... in Krakau

GRÜN SCHLEMMEN

SPOLDZIELNIA ORGANIC BAR & TAKE AWAY: Vegetarische Küche, die Zutaten stammen von Bio-Bauern aus der Region. Es gibt auch glutenfreies zum Mitnehmen. **11 Meiselsa**

27 PORCJI SLOW FOOD: Der Duft von Thymianpüree ... Slow Food Restaurant für Genießer. **2B Chimielieniec**



27 Porcji Slow Food

ZDROVE LOVE: Perfekt für gesundes Frühstück oder kleine Mittagspause mit Salat und Smoothies. **8/1 Kraszewskiego**

WIELOPOLE3: Frisch, vegan, glutenfrei und man wird richtig satt. Aber das ist schade, denn ein wenig Platz fürs Dessert sollte schon sein. **Wielo Pole 3**



Zielona Kuchnia

ZIELONA KUCHNIA: Jeden Tag neues Menü, auch vegan und vegetarisch, interpretiert polnische Küche neu. **89 Grabowskiego**

LENIWE KOPYTKO: Das Bistro arbeitet in Kooperation mit der Krakauer Food Cooperative. Polnische Kochkunst, aber auch in veganer und vegetarischer Version. **11 Meiselsa**

SCHLAFEN

IBIS KRAKOW CENTRUM: Zertifizierte Biohotels gibt es in Krakau noch nicht. Mitglieder der großen Hotelketten machen bei Nachhaltigkeitsprogrammen mit. www.ibis.com

BOUTIQUEHOTEL DADA: Neu auf der touristischen Landkarte im jüdischen Viertel. Eine gelungene Kombination aus Kunstgalerie und Schlafräumen. www.dadahotel.pl

BONEROWSKI: Fürstlich wohnen lässt es sich im historischen Bonerowski mitten in der Altstadt. www.placbonerowski.pl

SPAHOTEL TUROWKA: Spezialtipp in der Nähe der Salzmine für alle, die Wellness lieben: www.turowka.pl

WIT STWOSZ: Das 3-Sterne-Haus punktet mit guter Lage. www.hotelws.pl

BOUTIQUEHOTEL GRODEK: Ebenfalls mitten in der Altstadt, gemütlich mit viel Holz. www.donimirski.com/hotel-grodek

SHOPPEN

KLEPARZ MARKT: Souvenirs aus der Region, Blumen, Kleidung, Lebensmittel – einfach alles gibt es am Kleparz, nur fünf Minuten zu Fuß von der Altstadt entfernt. Der große Marktplatz hat bereits 800 Jahre Tradition.

KULTUR

PODZIEMIA RYNKU: Das Museum unter den Tuchhallen zeigt das Alltagsleben und den Handel auf dem Krakauer Hauptmarkt, im 13. bis 18. Jahrhundert. Spannend aufbereitet! www.podziemiarynku

Albanien

PERLWEISSE STRÄNDE AM RANDE EUROPAS

Fast hat Europa auf dieses exotische Land an der südlichen Adria vergessen. Zum Glück für die touristische Entwicklung, denn nun wird Albanien als absoluter Geheimtipp gehandelt. Wir entdecken perlweiße Sandstrände, wilde Gebirgslandschaften und eine sagenhaft herzliche Gastfreundschaft.

ANNEMARIE HERZOG





Brücke in Shkodra, einer der ältesten Städte des Landes.

Tipps

WANDERN

ALBANISCHE ALPEN: Im Bergland hinter den Küsten beginnt das wahre Abenteuer: Die 14 Nationalparks sind mit Wanderrouten gut erschlossen und es lohnt sich, für mehrtägige Touren Zeit einzuplanen – oder Ihren Partner/Ihre Partnerin auf Erkundungstour zu schicken, während Sie Sonne, Strand und Einsamkeit genießen. Von Juni bis Oktober 2017 bietet ReNatour individuelle Touren an, mit Gepäcktransport und dem Besuch der historischen Stadt Shkoder und der Hauptstadt Tirana. www.renatour.de

VERKEHR

Der öffentliche Verkehr funktioniert in Albanien gut. Zwischen den größeren Städten verkehren preiswerte Überlandbusse, kleinere Orte sind mit Minibussen angebunden.

SCHLAFEN

ECOTOURIST: eine kleine Bungalowanlage am Meer in Porto Palermo. www.ecotourist.com.

VILA ÇIPA: Gästehaus mit drei Zimmern

im Bergdorf Pilur, oberhalb des Küstenorts Himare. Familie Çipa kocht auch gerne traditionell für die Gäste. orest.cipa@gmail.com

ESSEN

Das Essen ist ähnlich wie in Griechenland, viel Salat, an der Küste Fisch, im Bergland sehr fleischlastig. Eine landestypische Spezialität ist Börek, das sind Blätterteigtaschen, gefüllt mit Käse, Spinat, Tomaten, Zwiebeln und was der Garten sonst noch hergibt. Man kann sie an jeder Straßenecke günstig kaufen.

WISSENSWERTES

Albanien ist EU-Kandidatenland. Personalausweis und Lek nicht vergessen. Lek ist die albanische Währung (1 Euro sind ca. 140 Lek). Geldautomaten sind in größeren Städten vorhanden, die übliche Zahlungsweise ist bar.

NACHHALTIGES PLUS

Eine Reise nach Albanien trägt zur nachhaltigen Entwicklung der ganzen Region bei und hilft den Menschen, ein besseres Leben zu führen.



Strandurlaub ist ein langweiliges Touristenvergnügen und keinesfalls nachhaltig? Mitnichten. Es gibt noch Ziele, die vom Ansturm sonnenhungriger Massen verschont geblieben sind. Albanien ist so ein Geheimtipp. Langsam öffnet sich das Land den Gästen und arbeitet daran, eine umweltverträgliche Infrastruktur zu schaffen. Offenheit für die Kultur Albanien und Geduld sollten allerdings schon mit im Reisegepäck sein, will man die Schönheit dieses Landes erfahren.

Die Anreise empfiehlt sich – trotz schlechter Noten für die Klimabilanz – mit dem Flugzeug. Immerhin liegen zwischen Wien und dem Flughafen in der Hauptstadt Tirana 1.200 Kilometer. Zug und Bus wären 29 Stunden unterwegs. Zudem lohnt sich eine Besichtigung der Hauptstadt, die sich überraschend fröhlich, modern und farbenfroh präsentiert. Häuserfronten in Rot, Gelb und Grün, im bunten Mix und künstlerisch gestaltet – dass Tirana dem grauen Stadtbild der kommunistischen Ära entwachsen ist, liegt an der Phantasie ihres findigen Bürgermeisters. Mit den 1,5 Millionen Euro, welche die EU für Stadterneuerungsprojekte zuerkannt hatte, beauftragte er Studenten, ihre künstlerischen Ideen auf den alten Mauern zu verwirklichen, und bewies Mut zur Farbe. Heute spiegelt das Stadtbild die Aufbruchsstimmung und Phantasie des Volkes wieder.

Albanien ist nach wie vor geprägt von 41 Jahren kommunistischer Führung unter Enver Hoxha, der 1944 die Macht übernommen und zur Abwehr einer möglichen westlichen Invasion 700.000 Bunker errichtet hat. Nach dem Sturz des kommunistischen Regimes 1990 verließen viele Albaner das Land, weil es keine Perspektiven bot. Heute ist Albanien eine Republik, die 2009 den Beitritt zur Europäischen Union beantragt hat.

Noch ist Albanien als Urlaubsdestination ein Geheimtipp, vor allem mit seinem Hinterland. Wilde Hochgebirgslandschaften, alte Bergdörfer und 14 Nationalparks locken Gäste ins Land, die sich nach dem Ursprünglichen sehnen. Mit den Touristen kommt auch Geld in die Region, das wiederum der Bevölkerung zugute kommt. Sie können damit einen bescheidenen Wohlstand erreichen und ihre Häuser renovieren – was viele dringend nötig haben. Die Jungen finden nun Jobs als Koch, Kellner oder Wanderführer und sind nicht gezwungen, abzuwandern.

NICHT PERFEKT, DAFÜR HERZLICH

Die Infrastruktur für Reisende ist nicht perfekt, aber mit ihrer Spontaneität und Herzlichkeit finden die Albaner immer eine Lösung und lassen Irritationen schnell vergessen. Besonders hoch halten sie die Gastfreundschaft. Das geht mitunter so weit, dass sie selbst im Stall schlafen, um dem Besucher das beste Bett zu überlassen. „Gott und dem Gast gehört das Haus“, heißt es. In so manchem Bergdorf tut man sich heute noch schwer, von einem Gast Geld zu verlangen. Die offene Art der Menschen macht es einfach, mit ihnen ins Gespräch zu kommen. Viele können etwas Englisch und erzählen gerne von schönen Plätzen, ihren Lieblingsstränden und geben Tipps, wo man gut essen kann.

Irritierend mag für Mitteleuropäer der sorglose Umgang mit Müll sein. Darauf sollte man sich einstellen und die eigenen Abfälle ordentlich entsorgen.

SAND UND MEER

Im Süden des Landes, zwischen Vlorë und Saranda, erstreckt sich die Albanische Riviera. Sie ist bereits ein beliebtes Ziel sonnenhungriger Urlauber. Einige Städte, wie Himarë und Saranda, sind touristisch gut erschlossen, mit vielen Restaurants und Geschäften, die im Sommer abends lange geöffnet haben. Aber



Blick vom oberen Dorf Qeparo auf die Albanische Riviera.

auch mit Hotelburgen und klobigen Apartmenthäusern, die gen Himmel streben. Die Preise sind für unsere Maßstäbe (noch) lächerlich niedrig. Etwas außerhalb dieser Zentren findet man traumhaft schöne und unverbaute Strände, die fast menschenleer sind. Als die schönsten Albanien gelten die Strände südlich von Saranda. In Ksamil, mit seinen vorgelagerten Inseln aus weißem Sand, umspült von glasklarem Wasser, könnte man fast meinen, man sei in der Karibik gelandet.

Die beste Reisezeit für einen Badeurlaub an Albanien Küste ist Juni, Juli und September. Im August wird es auch in den touristisch bekannteren Orten an Albanien Küste eng. ←

4 FARBEN STRAND

ANNEMARIE HERZOG



Faszinierend rau und feinsandig: Bucht auf der Vulkaninsel La Gomera.

☀ SAUBERES WASSER

KROATIEN – CAMPINGPLATZ JEZEVAC

Campingfans genießen diese günstige Form des Urlaubens. Der Campinghit schlechthin ist die Insel Krk mit dem Camp Ježevac nahe der Stadt. Wer nicht im Zelt oder Wohnwagen schlafen will, kann ein Mobilheim mieten. Das Camp bietet Beachvolleyball- und Tennisplätze, Rad- und Bootsverleih und begleitete Ausflüge. Man kann mit dem Kanu von Insel zu Insel fahren oder in einem Sprachkurs kroatisch lernen. Der 800 Meter lange Kiesstrand ist mit der blauen Flagge für seine außerordentliche Wasser- und Strandsauberkeit ausgezeichnet.

www.camping.hr/de/campingplatze/jezevac



Kieselgrauer Strand am Campingplatz Jezevac.



Sonnengelbes Sandvergnügen auf Rügen.

☀ BIOSPHÄREN-RESERVAT

RÜGEN

Binz - das bekannteste Ostseebad auf Rügen - verströmt mit seinen Logierhäusern im Villenstil, der Strandpromenade, dem altem Kurhaus und kilometerlangen Sandstränden ein ganz besonderes Flair. Der Ort zählt gemeinsam mit Sellin und Baabe zu den Touristenmagneten der Insel. Wer es einsam liebt, findet im Biosphärenreservat Südost-Rügen kleine Orte, wie Gager, Middelhagen oder Thiessow, die mit traumhaften, naturbelassenen Stränden punkten. Sportliche Badefans radeln zum Strand (15 bis 20 Kilometer ab Binz).

☀ KRAFTVOLLE NATUR

LA GOMERA - EINE INSEL NICHT NUR FÜR AUSSTEIGER

La Gomera - die Insel des ewigen Frühlings - vereint auf kleiner Fläche die unterschiedlichsten Landschaften, von tiefen Schluchten, imposanten Vulkanschloten und lang gezogenen palmenreichen Tälern bis zu steilen Küsten. Naturfans finden im Westen der Insel, im Valle Gran Rey, den faszinierenden, aber auch rauen Strand Playa del Ingles. Man kann im feinen schwarzen Sand liegen, die kraftvollen, an die Steilküste schlagenden Brandungswellen und das tolle Panorama bewundern. Beim Baden ist wegen der starken Meeresströmung Vorsicht geboten.

www.lagomera.travel/kanarische-inseln/la-gomera/de



☀ UNVERBAUTE STRÄNDE

ÎLE DE RÉ - DIE WEISSE INSEL IN FRANKREICH

Die Île de Ré ist gerade mal 30 Kilometer lang und über eine Brücke von La Rochelle aus zu erreichen. „Weiße Insel“ wird sie auch genannt, wegen ihrer großen Salzbecken, in denen sich das Meersalz absetzt; und wegen ihrer blendend weißen Strände, die einen wunderbaren Kontrast zum tiefen Blau des Atlantiks bilden. In Saint-Martin-de-Ré, dem größten Dorf auf der Insel, gibt es gemütliche Bistros und Cafés. Von hier kann man bequem zu den schönen, weitläufigen Stränden in Le Bois-Plage en Ré radeln. Wer Meeresfrüchte liebt, kann auf der Insel in Genuss schwelgen. Austern und Muscheln kommen frisch aus dem Meer und schmecken nirgendwo besser.

<http://de.iledere.com/>

Île de Ré, die weiße Insel im Atlantik.



**GENUSS
REISEN
IN BIO**

ha

A hand is shown sifting a fine white powder, likely flour, through a wooden spoon. The spoon is held at an angle, and the powder is falling through its bowl, creating a soft, glowing cloud of dust against a dark, textured background. The lighting is dramatic, highlighting the texture of the powder and the grain of the wood.

Handmade

**KULINARISCHE
TRENDS**



JÜRGEN

CHEESES CHRIST

SCHMÜCKING

Renato Maunero, der Ziegenflüsterer des Piemont

Renato Maunero ist knapp 50, ein drahtiger, kleiner Mann mit festem Händedruck und wachen Augen. Renato ist leidenschaftlicher Ziegenbauer, allerdings ein klassischer Quereinsteiger, der in der ersten Hälfte seiner Berufslaufbahn ganz andere Hobbys zum Beruf gemacht hat. Als Sportler in vielen Arten aktiv, betrieb er zwei Sportgeschäfte im Piemont. Das eine in Bra, das andere in Alba. Beide jeweils die ersten Häuser am Platz. Dann hat er sich mit Leib und Seele den Ziegen verschrieben.

Schafe kamen Renato nie in den Sinn.

Zu brav, zu langweilig. Die Tiere genauso wie der Käse. Die Geschichte und die Metapher vom „Lamm Gottes“ tat das ihre. „Geiß Gottes“? Das hört sich an wie ein Widerspruch in sich. Vielmehr wird der Ziegenbock der „anderen Seite“ zugeschrieben. Ziegen passen viel besser zu ihm, meint er, und meint damit durchaus auch ihren athletischen und schlanken Körperbau.

Im Piemont gibt es eine Vielzahl regional tief verankerter Käsesorten. Bettelmatt, Caprino Ossolano, Robiola d'Alba oder

Robiolo di Roccaverano. Aus Ziegenmilch gib es einen Frischkäse namens Tomino di Talucco, der, wie es scheint, für Renato Maunero ein Vorbild gewesen sein könnte. Im Sommer ist er mit seiner Herde in der Alta Langhe unterwegs, und was er aus der Rohmilch seiner Ziegen macht, kommt seinem Vorbild schon sehr nahe. Sein Käse heißt L Cravé (di Renato Maunero). Es ist ein frischer, nur kurze Zeit gereifter Ziegenkäse, der leicht säuerlich, aber so markant ist, dass man vor dem geistigen Auge fast die verschiedenen Kräuter se-



Piemont: sanfte Hügel, herrliche Weine und kräftige Käse.



hen kann, von denen sich die Ziegen ernährt haben. In seiner Herde hat Renato gamsfärbige Gebirgsziegen, ein paar robuste Toggenburger und einige weiße Saanen-Ziegen. Den Bauern dabei zu beobachten, wie er mit seinen Schützlingen spricht, zu hören, wie er über sie spricht, ist eine Freude. Sobald er über den Zaun steigt, kommen die Ziegen auf ihn zu. Manche fühlen sich durch die Ruhe und Gelassenheit, die er ausstrahlt, so wohl, dass sie ihm nicht von der Seite weichen.

Dann gibt es im Piemont noch eine Käsespezialität, die eigentlich aus Kuhmilch gemacht wird, an deren Ziegenversion Renato aber schon seit längerer Zeit feilt: Toma Piemontese. Zur Herstellung von Toma wird Vollmilch oder teilentrahmte Milch auf etwa 35 °C erwärmt und dann mit Lab dick gelegt. Dann wird die dick gelegte Masse grob gebrochen, meistens in dem man sie einmal umdreht. Nach einer kurzen Ruhepause wird die Masse auf 44 bis 48 °C erhitzt und noch einmal geschnitten, bis der Käsebruch Mais-korngröße hat. Danach lässt man den Bruch auf den Boden sinken. Anschließend wird der Bruch in Formen gefüllt, gepresst und für 3 bis 24 Stunden (Vollmilch) ruhen gelassen. Während dieser Zeit werden die Laibe mehrmals gewendet, um der Molke die Möglichkeit zu ge-

ben, optimal abfließen zu können. Anschließend wird der Toma Piemontese in eine Salzlake getaucht oder von Hand trocken eingesalzen. Dann darf der Toma Piemontese reifen. Die Reifedauer ist je nach Größe des Käses unterschiedlich: Bei Laiben unter sechs Kilo beträgt die Reifedauer mindestens 15 Tage, bei Laiben über sechs Kilo mindestens 60 Tage. Während dieser Zeit werden die Laibe mehrmals gewendet und mit einer Salz-

Renato versucht, eine alte Ziegen-Toma-Tradition wiederzubeleben, indem er gemeinsam mit Slow Food Ziegenpatenschaften organisiert, um die Herde vergrößern zu können.

lake abgewaschen. Fertig gereifter Toma Piemontese hat eine zylindrische Form mit einem Durchmesser von 15 bis 35 Zentimeter. Der Käse ist strohgelb und mit mehr kleinen Löchern, der Geschmack intensiv und aromatisch mit einem kräftigen Aroma.

Renato Maunero wohnt und arbeitet in einem stattlichen piemontesischen Herrenhaus in Cherasco. Er gehört zum Freundeskreis und zum Netzwerk von Serafina (www.serafina.cc) und kann so

auch besucht werden. Kerne des Netzwerks sind der Kulturverein und seine (sensationell authentischen) Häuser in der Langhe. Neben der mächtigen Bocciarda gibt es noch das kleine, romantische Ciabot für stille Tage zu zweit, das aussichtsgewaltige Aldiberti oder das neue Castello in der Altstadt von Dogliani.

Dort, am Bauernmarkt von Dogliani, kann man Renato übrigens auch treffen. Jeden Samstagvormittag. Das Haus in Dogliani steht auch Künstlern für kreatives Arbeiten zur Verfügung. Quota 331,10. Das ist die Seehöhe der Tischkante von jenem Tisch, an dem die Idee zum Projekt entstanden ist. Quota 331,10 ist ein Treffpunkt für Kunstschaffende und kreatives Refugium, ein Ort der Begegnung und des Austauschs, ein Showroom, eine Galerie, ein Atelier oder eine Schreibwerkstatt. Oder alles auf einmal. In jedem Fall ist es ein Raum der Sinne, so vielfältig wie die Langhe selbst. ←

INFOS:

Renato Maunero, Cherasco, www.serafina.cc

Anreise:

Mit der Bahn über Turin nach Bra, weiter mit dem Bus nach Cherasco.



Reisen zum Genuss

ANNEMARIE HERZOG

SLOW FOOD TRAVEL KÄRNTEN

Die Ess-Kultur ist wieder da! Wohl auch dank der neu entdeckten Langsamkeit, wo es auch um die Kunst des Genießens und um Qualität geht: das ist Slowfood. „Slow Food Travel“ ist eine Reise in die Kärntner Täler, zu den Menschen, die mit viel überliefertem Wissen und handwerklichem Geschick Lebensmittel mit echtem Geschmack herstellen. Sie backen knuspriges Brot, käsen, brauen Bier, räuchern würzigen Speck und gewinnen auf sorgsame Weise Honig. An ausgewählten Terminen öffnen sie ihre Türen für Besucher, zum Zusehen, zur Mitarbeit oder zum gemeinsamen Kochen, Verkosten und Genießen. Speckseminare gibt es zum Beispiel im Hotel-Restaurant Biedermeierschlössl Lerchenhof in Hermagor. Mit Rosa Laner, Seniorchefin des Alpenhotels Wanderniki, kann man das berühmte Le-

sachtaler Brot backen, ganz traditionell, mit selbst angesetztem Sauerteig. Hubert und Barbara Zankl zeigen auf ihrem Bergbauernhof in Dellach, wie in reiner Handarbeit aus der hofeigenen Heumilch Käsespezialitäten hergestellt werden. Man kann Kräuter verarbeiten, Honig gewinnen und noch vieles mehr.

PROGRAMM:
<http://kulinarik.nlw.at/de/slow-food-travel/programme>

VIA CULINARIA IN BIO SALZBURGERLAND

Das Salzburgerland ist Vorreiter in Sachen Bio. Mehr als die Hälfte der Bauern produzieren hier biologisch. Aus dieser Besonderheit ist das BioParadies SalzburgerLand entstanden, das 32 Hotels, Gastronomie- und Landwirtschafts-

betriebe und 29 Schaubauernhöfe vereint. Jeder dieser Betriebe, vom hundert Jahre alten Bauernhof über ein Design-Holzhotel mit luxuriösem SPA auf 1.500 Meter Seehöhe bis zu Almhütten-Chalets mit eigenem Kräutergarten, verwöhnt seine Gäste mit ganz besonderen Bioprodukten auf natürliche Weise.



Wer nun Salzburger Nockerl in Bio, einen aromatischen Bio-Käse oder ein exklusives Bio-Gourmetmenü kosten möchte, findet die Adressen im „Genussweg für Bio-Genießer“. Dieser neue

Familie Zankl aus Dellach
stellt in Handarbeit
Bio-Käsespezialitäten her.

Genussweg ergänzt die bereits bestehenden acht Themen-Genusswege der Via Culinaria SalzburgerLand.

INFOS: bioparadies.salzburgerland.com

HIER KOMMT LIEBE AUF DEN TELLER **KÖGLERHOF, GRAMASTETTEN**

Der Köglerhof, das sind Lisi und Klaus Bauernfeind in Gramastetten. Und das ist eine Bio-Landwirtschaft mit biozertifiziertem Gasthaus, in dem nur Produkte vom eigenen Hof und von Bauern aus der Region auf den Tisch kommen. Die Lage des Wirtshaus-Heurigen – es ist weder das eine noch das andere in seiner reinen Form, wie Klaus Bauernfeind erklärt – vereint die Idylle der Mühlviertler Hügellandschaft und die Nähe zur Hauptstadt Linz. Ein Zusammenspiel von ländlicher Tradition und urbanem Lebensstil, das sich durch den ganzen Betrieb zieht. So wurde der traditionelle Vierkanter um einen modernen Zubau erweitert, mit viel Glas, das den Blick auf die traumhafte Landschaft zulässt. „An klaren Tagen kann man sogar die Gipfel von Hochschwab und Wildem Kaiser sehen“, erzählt der Biobauer.

Die Aussicht ist aber nur einer der Gründe, warum der Köglerhof als Geheimtipp gehandelt wird. Es sind Lisi und Klaus Bauernfeind selbst, die mit ihrer wunderbar erfrischenden Herzlichkeit jeden Besuch zu einem Erlebnis machen. Und es ist die authentische Art, traditionellen Speisen eine moderne Note zu verleihen. Auf der bewusst klein gehaltenen Speisekarte finden sich Mühlviertler Spezialitäten, wie die gebackenen Speckknödel, die der Hit unter den Gästen sind. Die Leinerdäpfel – in Milch gekocht, mit viel kaltgepresstem Leinöl verfeinert – gibt es auch in einer veganen Variante. Ebenfalls her-

vorragend: die knusprig gebratenen Gansl, aber die sind ohnehin ein Jahr im Voraus ausverkauft. Sie kommen ebenso wie Masthendl, Freilandschwein, Rind- und Lammfleisch vom eigenen Hof, Gemüse von Eferdinger Biobauern.

Der Köglerhof liegt am Donausteig, dem Wanderweg von Linz nach Passau. Ab Pöstlingberg ist man eine Stunde unterwegs. Es empfehlen sich aber längere Touren, wie die knapp dreistündige Wanderung entlang der Donau bis Puchenau und weiter am Kreuzweg. Schon alleine wegen der frischen Buchteln, mit duftendem Powidl gefüllt, oder der Topfennockerl mit Zwetschkenröster, auf die man in keinem Fall verzichten sollte. Dazu ein frischer Most, den die Bauernfeinds in verschiedene Sorten produzieren, von reinsortigem Most

bis zum typisch oberösterreichischen Apfel-Birnen-Most, von spritzig bis trocken ausgebaut.

Was hat die Biobauern dazu bewogen, um die Gastronomie zu erweitern? „Wir sind ein sehr kleiner Betrieb“, erzählt Klaus Bauernfeind. „Um überleben zu können, haben wir anfangs einen Bioladen eingerichtet und direkt vermarktet. Und irgendwann sind wir am Teller gelandet. Wir nutzen die große Chance der Kleinheit, das ist unsere Philosophie.“ Der Erfolg gibt ihnen Recht. Wer im Köglerhof essen möchte, sollte unbedingt reservieren. ←

INFOS: Köglerhof,
4040 Gramastetten, Am Großamberg 7
Do + Fr ab 17 Uhr, Sa ab 14 Uhr geöffnet.
Reservierung empfohlen.
T: +43 (0) 7239 / 52 56, www.koeglerhof.at



Von der eigenen Landwirtschaft auf den Teller:
Bio essen bei Klaus und Lisi Kögler.



DIE WIENER GASTRONOMIEBETRIEBE SETZEN EIN ZEICHEN FÜR DIE UMWELT!



Wien zählt zu den lebenswertesten Städten der Welt und ist besonders für seine herausragende Küche bekannt. In den letzten Jahren haben sich aber gerade im Bereich Gastronomie die Anforderungen von Kunden an einen Betrieb stark geändert. Immer mehr Lokale in Wien reagieren auf diese neuen Bedürfnisse und setzen in ihrem Betrieb auf umweltfreundliche Alternativen. Der effiziente Einsatz von Energie, biologischen

Lebensmitteln, Abfallvermeidung und die ökologische Reinigung zählen zu den Schwerpunkten. Die umfassenden Umweltmaßnahmen steigern auch die Servicequalität und damit das Wohlbefinden für Gäste und MitarbeiterInnen.

Entspannung für Geist und Umwelt

Bei der Auswahl eines Restaurants oder Hotels zählen in erster Linie Genuss und Wohlbefinden.

OekoBusinessWien ist ein Programm der Wr. Umweltschutzabteilung - MA 22, Co-Finanzierung durch: Umweltministerium, Ökostromfond Wien, Wirtschaftskammer Wien. Unterstützung durch: AK Wien, OGB, MA 36, Magistratische Bezirksämter, Wirtschaftsagentur Wien.

Das Umweltzeichen Tourismus kennzeichnet jene Betriebe, die sich diesem Ansatz ganzheitlich widmen und ihre Gäste auch darüber informieren.

Mit der „Umweltfreundlichen Wiener Gastlichkeit“ steht einem nachhaltigen Genusserlebnis nichts mehr im Weg!

Immer mehr Menschen achten auf einen bewussten Konsum und Umweltschutz. Das haben auch Wiens Gastronomen erkannt. Mehr als 100 Lokale – Hotels, Kaffeehäuser, Restaurants – agieren ressourcenschonend und umweltbewusst und sind dafür im Rahmen von OekoBusiness Wien mit dem Österreichischen Umweltzeichen ausgezeichnet.

Umweltfreundliche Gastronomie auf einen Blick finden Sie auf www.oeko-gastlichkeit.wien.at

Entgeltliche Einschaltung Foto: iStockphoto.com/Leensbox

BIO FÜR DIE GANZE FAMILIE IN DER STEIERMARK



Einfach genießen: die guten Bio-Produkte der Steiermark

„Will ich jetzt ins Heu oder in den Badeteich hüpfen?“, ist wohl eines der größten Probleme, mit dem sich Kinder im Bio-Familienhotel Koralpenblick herumschlagen müssen. So oder so, am Abend nach einem aufregenden Tag sind sich alle einig: Am Lagerfeuer lässt es sich am besten entspannen.

Sich zusammen mit der Familie rundum wohl fühlen und einen unvergesslichen Urlaub

erleben – das ist die Devise der rund 25 biourlaub Steiermark Betriebe. Gemeinsame Aktivitäten, die allen Spaß machen, schweißen zusammen und stärken die Bande. In einer Umgebung, wo Kinder Kinder sein sollen und rotbackige Hungerige mit bestem Bio-Essen versorgt werden, lassen sich das Getümmel der Großstadt und des Alltags schnell vergessen. Der eigene Rhythmus übernimmt den

Takt. Die Kinder entdecken hautnah, wo die Lebensmittel herkommen. Auch die Eltern können beim Genuss der hausgemachten Bio-Speisen die hohe Qualität der biobäuerlichen Produkte erleben.

BIO-GENUSS IN DER STEIERMARK!

Von der urigen Bio-Pension bis zum 4****-High-Level-Wellness-Hotel werden alle Urlaubsträume wahr. Einzigartige kulinarische Erlebnisse lassen Herzen höher schlagen. Deshalb finden Sie bei uns auch die besten Bio-Restaurant-Tipps der Steiermark: Ob Pizza oder Gourmet-Dinner, ob vegetarisch oder rustikal, Bio-Genießer kommen garantiert auf ihre Kosten.

Kontakt und Information:
www.steiermark.com/biourlaub

Spannende Ausflüge zu Bio-Schaubauernhöfen finden Sie unter www.bio-austria.at/schaubauernhof

biourlaub Steiermark ist ein Projekt von Bio Ernte Steiermark. Alle teilnehmenden Betriebe erfüllen strenge Qualitätskriterien und werden von einer unabhängigen Bio-Kontrollstelle überprüft.

Entgeltliche Einschaltung Foto: © Steiermark Tourismus / ikarus.cc



ENDLICH RAUS ZU SONNENTOR

KRÄUTER RIECHEN, NATUR SCHMECKEN UND IDEEN ERLEBEN BEIM WALDVIERTLER BIO-PIONIER.

Auf Tuchfühlung mit den Kräuterschätzen der Natur und auf Spurensuche nach einer nachhaltigen Zukunft im SONNENTOR Erlebnis.



Inmitten der weiten Hügellandschaft des Waldviertels, eingebettet in die ländliche Idylle der Felder, Wälder und Wiesen rund um das Kräuterdorf Sprögnitz, liegt das SONNENTOR Erlebnis.

Schmecke, rieche, fühle und staune bei der eindrucksvollen **Betriebsführung** hinter die Kulissen der nach frischer Pfefferminze, orientalischem Kurkuma und mediterranem Lavendel duftenden Kräuterräumen und erfahre mehr über die Erfolgsgeschichte des Waldviertler Bio-Pioniers. Erlebe die Vielfalt der Kräuter und Gewürze hautnah in den Kräutergärten rund um das Firmengelände oder entlang des Kräuterwanderwegs. Erweitere dein Kräuterwissen bei spannenden **Seminaren**



und **Workshops** und erkenne am neuen **SONNENTOR Frei-Hof**, wie ein Leben im Kreislauf der Natur möglich ist.

Das **Bio-Gasthaus Leibspeis'** sorgt mit seiner österreichischen Küche und schmackhaften vegetarischen und veganen Alternativen für dein leibliches Wohl und gleich angrenzend wartet auf kleine Abenteurer der **Bio-Bengelchen Garten**, wo die beliebten Bio-Bengelchen Constanze, Moritz und Leander Jung und Junggebliebene zum Spielen und Entdecken einladen. Ein „kostbares“ Mitbringsel und das komplette Produktsortiment findest du im **SONNENTOR Geschäft**, nicht nur im Kräuterdorf Sprögnitz, sondern mittlerweile an 25 Standorten in Österreich und Deutschland.

Unbedingt dabei sein!
BEI UNSEREN BUNTEN SONNENTOR FESTEN:
BIO-BENGELCHEN FRÜHLINGSFEST
 am 7. Mai 2017
TRADITIONELLES KRÄUTERFEST
 am 15. August 2017
BESINNLICHER ADVENTMARKT
 vom 15. bis 17. Dezember 2017

Kontakt und Information:
 SONNENTOR Erlebnis
 Sprögnitz 10, 3910 Zwettl
 T: +43 (0) 2875 / 7256
 erlebnis@sonnentor.at
 www.sonnentor.com/erlebnis



Da wächst die Freude.

8 TIPPS

FÜR IHRE NACHHALTIGE REISEPLANUNG

Abenteuerlust oder Erholungssuche, neue Kulturen kennenlernen oder einfach in unberührter Natur entspannen – wer eine Reise tut, kann sich glücklich schätzen und positive Spuren hinterlassen. Bei sich selbst ebenso wie in der bereisten Region: acht Tipps helfen bei der Reiseplanung.

ANNEMARIE HERZOG

♥ DOS

♥ AUSWAHL REISEZIEL

„Das Gute liegt so nah.“ Klingt zwar nicht wirklich neu, ist aber der Top-Tipp, wenn es um interessante Reisen geht. Ideen dazu gibt es viele: Kulturausflüge in geschichtsträchtige europäische Städte, grandiose Natur in alpinen Regionen oder die perlweißen Sandstrände Albanien samt Inselblick. Da können Sie Bali oder New York getrost vergessen. Schon eine Führung durch die Nachbarstadt kann ein eindrucksvolles Erlebnis sein.

♥ INFORMIEREN

Vor der eigentlichen Reise beginnt die Reise im Kopf. Gute Reiseliteratur gibt Orientierung und weist auf die wichtigsten Sehenswürdigkeiten hin. Ein wenig geschichtliches Hintergrundwissen fördert das Verständnis für das Land und die dort lebenden Menschen. Aktuelle Insiderinfos von Reisenden finden sich auf Reiseblogs und in Internetportalen. Die wichtigsten Worte in der Landessprache zu erlernen, zeugt von Respekt und ist immer hilfreich.

♥ ANREISE

Einen groben Anhaltspunkt für die Wahl des Reisemittels bietet die Entfernung: bis zu 700 Kilometer sollten mit der Bahn, dem Bus oder Fahrgemeinschaften zurückgelegt werden. Flugreisen kann man mit einer Zahlung an eine Kompensationsagentur zumindest rechnerisch ausgleichen. Das Geld kommt Klimaschutzprojekten zugute. Gute Agenturen geben Auskunft darüber, wohin das Geld fließt und die unterstützten Projekte sind mit dem Gold Standard ausgezeichnet, z. B. Atmosfair, climate Austria.

♥ UNTERKUNFT

Kleine Unterkünfte, die Teil eines regionalen Projekts oder in Familienbesitz sind, sind heimeliger als Hotelketten, sie sorgen für lokale Wertschöpfung und für Arbeitsplätze. Meist setzen sie auf regionale Versorgung und beziehen Lebensmittel und Getränke im Land selbst. Gütesiegel helfen beim Finden einer passenden Unterkunft (z. B. das Österreichische Umweltzeichen).

♥ UNTERWEGS AM URLAUBSORT

Am Urlaubsort selbst ist man mit öffentlichen Verkehrsmitteln oder auf Leihrädern stressfrei und klimaschonend unterwegs. Manche Orte haben sich auf umweltfreundliche Mobilität spezialisiert, wie die 25 Orte der „Alpine Pearls“.

Ein Mietwagen für Ausflüge in die Region ist nur zu empfehlen, wenn es keine anderen Fahrmöglichkeiten gibt. Unterwegs in Zug oder Bus gewinnt man einen viel intensiveren Eindruck vom Land und kommt mit den Menschen in Kontakt.

♥ ESSEN

Ein All-Inclusive-Aufenthalt klingt kulinarisch nach VIEL. Und ist es auch – von der Menge her betrachtet. Meist füllt teure Importware das Buffet, von dem ein Großteil im Müll landet. Kulinarisch interessanter ist es, in kleinen Restaurants und Gaststätten zu essen und regionale Speisen zu probieren. Als Selbstversorger kann man frische, regionale Lebensmittel auf dem Markt oder in lokalen Geschäften kaufen.

♥ EINKAUFEN

Viele Souvenirs sind importierte Massware. Kaufen Sie stilvolle Mitbringsel direkt von lokalen Handwerkern und Künstlern oder Delikatessen aus der Region. Damit unterstützen Sie die lokale Wirtschaft und erleben die Kultur hautnah.

♥ BENEHMEN IM GASTLAND

- Abfall vermeiden, trennen und keinesfalls in der Umwelt entsorgen. Wenn Sie mit Hund unterwegs sind, Hundekotbeutel mitnehmen.
- Trinkgeld geben: Hotelpersonal und Reiseleiter erhalten zum Teil schlechte Löhne. Diese kann man mit einem Trinkgeld etwas aufbessern.
- Energie sparen: Nicht übermäßig lange duschen und Handtücher mehrere Tage hintereinander verwenden. Klimaanlage nur wenn unbedingt nötig nutzen und beim Verlassen des Zimmers ausschalten.
- Fotografieren: Bevor man Personen fotografiert, um Erlaubnis fragen, besonders bei religiösen und traditionellen Zeremonien, oder Menschen in Armut.

DIE SCHATTENSEITEN DES TOURISMUS:

☹️ DON'TS

☹️ ALL-INCLUSIVE-REISEN

Meist stecken ausländische Investoren hinter den Hotelketten. Schlafen, essen, trinken, Unterhaltung – alles wird im Hotel konsumiert. Der Bevölkerung im besuchten Land bleiben nur Abfall und Lärm. Ressourcen, wie Wasser und Energie, werden ihnen genommen.

☹️ KREUZFAHRTEN

Kreuzfahrten kommen ebenfalls meist Großbetreibern und Investoren zugute. Die schwimmenden Hotels verbrauchen enorm viel Energie und verpesten mit Schweröl Umwelt und Luft. Zwar werden sich diese Probleme in den nächsten Jahren durch den technischen Fortschritt reduzieren, nicht aber die sozialen Auswirkungen: Die besuchten Orte profitieren kaum von den Landgängen der Kreuzfahrer, gegessen und geschlafen wird an Bord. Viele Schiffe fahren unter der Flagge eines Billiglandes, wodurch sie zusätzlich Sozialstandards drücken und Steuern sparen.

☹️ FLUGREISEN/ KURZTRIPS

Sie können 3.000 km fliegen oder 17.000 km mit der Bahn fahren. Der CO₂-Ausstoß ist derselbe. Fliegen ist von allen Anreisen die klimaschädlichste. Wenn nur ein Flug ans Ziel führt, planen Sie eine längere Reise von etwa zwei Wochen, und vermeiden Sie Kurztrips, wie eine Shoppingtour nach New York.

☹️ KINDESMISSBRAUCH

Kinderarbeit und sexueller Missbrauch von Kindern sind im Tourismus weit verbreitet. Reiseveranstalter, die den Kinderschutz-Kodex unterzeichnet haben, treffen Vereinbarungen mit Hotels und informieren und sensibilisieren Kunden und Mitarbeiter. Wenn Sie als Reisender Übergriffe auf Kinder wahrnehmen, wenden Sie sich an den Reiseveranstalter oder melden Sie Ihre Beobachtungen über die Website www.nicht-wegsehen.at.

☹️ VOLUNTEERING

Freiwilligenarbeit ist prinzipiell gut, aber im Fall von kurzen Einsätzen nur gut gemeint. Freiwillige, die nur zwei bis drei Wochen am Einsatzort arbeiten, verursachen durch Einschulung, Betreuung usw. mehr Arbeit, als sie Nutzen stiften.

☹️ RÜCKSICHTSLOSES VERHALTEN

Manche Reisende nutzen den Urlaub, um sich lautstark auszutoben. Auch hier gilt: Respektvolles Verhalten ist höflich und verzichtet auf überhebliches Gehabe, gegenüber Kellnern und Hotelpersonal ebenso wie gegenüber der Bevölkerung.

Gütesiegel

Sie helfen bei der Orientierung

Weltweit gibt es mehr als 150 Gütesiegel im Tourismus. Sie helfen dabei, Urlaubsangebote zu wählen, welche auf Umwelt und soziale Bedingungen Rücksicht nehmen und den Menschen in den besuchten Regionen nutzen. Wir haben die Qualitätsmerkmale dieser Zeichen unter die Lupe genommen und stellen Ihnen die wichtigsten vor. So können Sie schon beim Buchen zu einer nachhaltigen Entwicklung beitragen.

TOURCERT



Das TourCert-Siegel ist die Auszeichnung für Nachhaltigkeit und Unternehmensverantwortung im Tourismus. Es wird Reiseveranstaltern, Reisebüros, Beherbergungsbetrieben und Destinationen verliehen.

Aspekte: Wirtschaft, Umwelt, Kultur, Soziales; www.tourcert.org

UMWELTZEICHEN



Das Österreichische Umweltzeichen für Tourismusbetriebe und Reiseangebote umfasst alle Umweltaspekte eines Tourismusbetriebes, vom

Abfallmanagement über Energiesparen bis zu gesunder Ernährung und umweltfreundlicher Anreise. Es wird an Beherbergungsbetriebe, Restaurants und Pauschalreiseangebote vergeben.

Aspekte: Wirtschaft, Soziales, Umwelt, Kultur; www.umweltzeichen.at

EU ECO-LABEL



Das offizielle Umweltzeichen der Europäischen Union wird im Bereich Tourismus für Beherbergungsbetriebe und Campingplätze vergeben. Es setzt besonders auf die Begrenzung des Energie- und Wasserverbrauchs, Abfallvermeidung und Ressourcenschonung.

Aspekte: Umwelt, Soziales www.ec.europa.eu/environment/ecolabel

EARTH CHECK



EARTHCHECK

EarthCheck zertifiziert Hotels, Aktivitäten, Attraktionen, Restaurants, Transport- und Mobilitätsservices sowie Destinationen.

Aspekte: Umwelt, Soziales, Wirtschaft, Kultur; www.earthcheck.org

TRAVELIFE



Das Travelife-Label wird mit jeweils eigenen Standards und Zertifizierungsverfahren an Beherbergungsbetriebe und Reiseunternehmen vergeben.

Aspekte: Wirtschaft, Soziales, Umwelt, Kultur; www.travelife.org

BLAUE SCHWALBE



Die Blaue Schwalbe zeichnet ökologisch ausgerichtete Hotels, Pensionen, Gasthöfe und Campingplätze in Europa aus. Zertifizierte Unterkünfte finden sich vor allem in Reiserregionen, die auch ohne Privatauto und ohne zu fliegen erreichbar sind.

Aspekte: Wirtschaft, Soziales, Umwelt www.vertraeglich-reisen.de/bio-urlaub

WEITERE INFOS:

„Wegweiser durch den Labelschunel im Tourismus“, Naturfreunde Internationale. Download unter www.nfi.at/ / Publikationen

IMPRESSUM:

Eigentümer & Verleger: Lebensart VerlagsGmbH, Wiener Straße 35, 3100 St. Pölten, T: 02742/70855, Fax: DW 20, redaktion@lebensart.at; **Herausgeber:** Christian Brandstätter; **Chefredakteurin:** Annemarie Herzog; **Mitarbeit an dieser Ausgabe:** Anita Arneitz, Karin Chladek, Annemarie Herzog, Roswitha M. Reisinger, Jürgen Schmücking. **Gestaltungskonzept/Art Direction & Produktion:** LIGA: graphic design; **Fotoredaktion:** Annemarie Herzog; **Lektorat:** Barbara Weyss; **Geschäftsführung:** Roswitha M. Reisinger; **Abo-service:** Gudrun Zwetzbacher; **Druck:** NÖ-Pressehaus, NP Druck, Gutenbergstraße 12, 3100 St. Pölten. Namentlich gekennzeichnete Beiträge müssen nicht mit der Meinung der Redaktion übereinstimmen. Das Lebensart-Redaktionsbüro bezieht seine Energie aus Ökostrom. **Der Lebensart Verlag wurde 2013 mit dem Nachhaltigkeitspreis TRIGOS ausgezeichnet.**

LEBENSART ist das Magazin für Nachhaltigkeit, informiert über zukunftsfähige Entwicklungen und stellt Lösungen dazu vor. Hohe Glaubwürdigkeit bei unseren LeserInnen ist unsere wichtigste Basis. Mit diesem Vertrauen gehen wir sorgsam um. Konsequenz lehnen wir Werbung für Produkte ab, die der Nachhaltigkeit widersprechen (Erdöl, Atomstrom, Gentechnik, usw.). ISSN 1994-425X



Ausgezeichnet von der Österreichischen UNESCO-Kommission.

Gedruckt nach der Richtlinie „Druck-
erzeugnisse“ des Österreichischen
Umweltzeichens, NP DRUCK, UW-Nr. 808

JAKOBSWEG

GENIESSEN & ERFAHREN



12 Tage entlang des berühmtesten Pilgerweges mit Jakobsweg-Spezialistin **Maria Kornelia Vögl**. Genüssliches Wandern mit leichtem Gepäck (Busbegleitung). Kulturprogramm am Weg nach Santiago de Compostela | zum Kap Finisterre.

Termine:

16.07. – 27.07.2017 (mit Jakobusfest in Santiago*)

20.09. – 01.10.2017

Preis pro Person: € 1.590 (DZ), € 1.750 (EZ)

*Aufzahlung Juli-Termin: € 100/Person

Oliva Reisen

T: +43 (0) 316 29 109 52
www.olivareisen.at

Oliva Reisen 
Garten-, Natur- & Aktivreisen

I FEEL
SLOVENIA

www.slovenia.info
#ifeelsLOVEria



SO NAH! SLOWENIEN

Grün. Aktiv. Gesund.

Anzeigen

HEBEN SIE RUHIG MAL AB!

Mehr Urlaubsträume auf
www.nachhaltig-reisen.at



REISEN IST FREUDE

GASTKOMMENTAR VON CHRISTAN HLADE

Bei all den Diskussionen über Nachhaltigkeit, CO₂-Bilanzen, CSR-Strategien und -Zertifizierungen im Tourismus kommt mir manchmal die Freude für das Reisen selbst abhanden. Auch wenn diese Diskussionen total wichtig sind, für mich war niemals die Nachhaltigkeit allein Antrieb und persönliche Vision, um meine Firma zu gründen, um zu reisen. Mein inneres Feuer war und wird genährt von der Freude darüber, dass Reisen und Wandern einfach geniale Methoden sind, um den Panzer der Alltagsgewohnheiten abzulegen, um achtsamer und aufmerksamer zu werden.

Durch die Reise an einen anderen Ort, in eine fremde Landschaft und andere Kultur komme ich in ein ganz anderes „Energiefeld“. Es sind tausende Kleinigkeiten, die in einem anderen Land anders sind, und die auch mich selbst anders werden lassen; die ganz neue Facetten meiner Persönlichkeit zum Vorschein bringen. Wenn ich in der Fremde auch noch in die andere Sprache eintauche, englisch oder spanisch spreche, erlebe ich häufig ganz andere Stimmungen und Gespräche, als wenn ich mich in Deutsch ausdrücke.

Mit der Distanz zu Österreich nehme ich auch meine eigene Heimat klarer und ungetrübter wahr. Ich erkenne Zusammenhänge aus der Ferne besser. Es mag verwunderlich klingen, aber durch das Reisen sind meine Heimatliebe und meine Heimatverbundenheit gestiegen. Ich fühle mich stärker als Österreicher und als Europäer bei gleichzeitig stärkerer Verbundenheit mit anderen Kulturen. Ich bin Österreicher



Christian Hlade ist Gründer und Leiter des Reiseveranstalters „Weltweitwandern“.

UND Weltbürger zugleich. Heimatliebe und Weltoffenheit ist für mich kein Widerspruch.

Genauso wenig darf Nachhaltigkeit und die Freude am Reisen in ferne Länder ein Gegensatz sein. Aus Umweltschutzgründen immer nur im nahen Umfeld zu verweilen, ist keine Lösung. Mich würde das eng und weniger offen machen. Gerade durch Reiseerfahrungen wurde ich – und werden viele andere – motiviert, sich für den Schutz bedrohter Landschaften, Kulturen und für Bildung, Toleranz und Offenheit einzusetzen.

Gut gemachter Tourismus schafft direkte Wertschöpfung vor Ort und ermöglicht eine positive wirtschaftliche Entwicklung, vor allem in strukturschwachen Regionen, die durch andere Wirtschaftszweige nicht entstehen würde.

Mein persönliches Ziel als Reiseunternehmen und Reisender ist es, meine eigenen Erfahrungen von echten Begegnungen mit anderen Kulturen weiterzugeben und auch anderen Menschen diesen Austausch auf Augenhöhe zu ermöglichen, und meine Begeisterung für die Natur und für wunderschöne andere Länder zu teilen. Diese respektvolle Neugier, die Möglichkeit des Voneinander-Lernens, die wechselseitige Inspiration, die spezielle Energie des Reisens, das sind meine Triebfedern – das ist mein Feuer, das mich antreibt. „Nachhaltigkeit“, „Enkeltauglichkeit“ – so extrem wichtig ich das alles finde – liegen als Basisfaktoren dahinter. ←

Abonnieren

LEBENSART – 6 x / JAHR

Das Magazin für nachhaltige Lebenskultur.

BUSINESSART – 4 x / JAHR

Themen der aktuellen Ausgabe:

Woran Journalismus und Demokratie leiden. Wie die Nachhaltigen GestalterInnen 2016 unsere Welt zum Besseren verändern.



ABONNIEREN SIE JETZT!

Mail: abo@lebensart.at, Fax: 02742/708 55-20,
T: 02742/708 55, oder: www.lebensart.at

Sie erhalten die Magazine gedruckt, als e-paper (pdf) oder in beiden Ausgabeformen.
Alle Abonnements bis auf Widerruf. Keine Kündigungsfristen – ein kurzer Anruf genügt.



**SCHENKEN
SIE FREUDE**

mit den beiden
Magazinen aus dem
Lebensart-Verlag!

ZUM ABO ERHALTEN SIE EIN GESCHENK IHRER WAHL:



ZIRBENHERZ MIT ZIRBEN- SPÄNEN UND DINKELSPELZEN

Ätherische Öle sorgen für den unverwechselbaren Zirbenduft, der sich positiv auf Kreislauf und vegetative Regulation auswirkt und einen erholsamen Schlaf fördert (23 cm breit).
wollwerkstatt.at



LABONCA SOLO LINIE „STEIRISCHE JAUS'N“

Selchwurstel, Grammelschmalz und steirisches Verhackert, nach alter Tradition hergestellt, mit Fleisch von den Sonnenschweinen und natürlichen Gewürzen, ohne chemische Zusatzstoffe.
labonca.at

Bestellkarte

- LEBENSART Abo um 28 € (Ausland 36 €)
- LEBENSART + BUSINESSART Abo um 50 € (Ausland 62 €)

(bitte auswählen und ankreuzen):

- Print e-paper Beides

Als Abogeschenk erhalte ich:

(bitte auswählen und ankreuzen):

- Herz mit Zirbenspänen und Dinkelspelzen
 Steirische Jaus'n von Labonca

- BUSINESSART: kostenloses Probeheft
- BUSINESSART Abo um 24 € (Ausland 28 €)

(bitte auswählen und ankreuzen):

- Print e-paper Beides

Alle Preise verstehen sich inkl. 10% USt.

RechnungsempfängerIn

Vorname / Nachname

Straße, PLZ / Ort

Datum / Unterschrift

Telefon-Nr. / E-Mail

Beschenkte(r)

EIN ABO SCHENKEN

Vorname / Nachname

Straße, PLZ / Ort

Telefon-Nr. / E-Mail

Bitte ausreichend frankieren oder faxen an
02742/70855-20
www.lebensart.at
abo@lebensart.at

LEBENSART
Redaktion Lebensart
Abo 1/2017
Wiener Straße 35
3100 St. Pölten



Bio ist ein fixer Bestandteil des täglichen Lebens geworden. Immer öfter kommen Bio-Lebensmittel auf Ihren Tisch. Doch was genau ist Bio? Was bedeutet Bio für die Gastronomie?

Mehr Bio. Mehr Genuss.

Meine -Gastronomie.

Wer als Konsument beim täglichen Einkauf auf Bio-Qualität achtet, findet auch Bio in der Gastronomie: Gastro-Betriebe, die Bio in der Speisekarte ausweisen, müssen dies nachweisen können. Das gibt den Gastronomen und den Gästen Sicherheit.

Welche Modelle der Bio-Zertifizierung gibt es in der Gastronomie? Die Gastronomin bzw. der Gastronom entscheidet selbst, wie viele Bio-Lebensmittel zum Einsatz kommen. Dabei gibt es drei Abstufungen:

1. Einzelne Bio-Komponenten, z. B. Bio-Vollmilch, Bio-Rindfleisch, Bio-Reis ...
2. Komplette Bio-Speisen, z. B. Bio-Schnitzel mit Bio-Erdäpfeln. Hierbei müssen alle Zutaten – vom Öl zum Anbraten über das Fleisch bis hin zu den Erdäpfeln – aus biologischer Produktion stammen.
3. Bio in der Unternehmensbezeichnung: Hier müssen sämtliche Zutaten aus biologischer Landwirtschaft stammen.

Was bedeutet der Hinweis „BIO“ in der Speisekarte?

Grundsätzlich müssen Bio-Gastronomen bei Hinweisen auf ein Bio-Produkt auch nachweisen können, dass sie zertifizierte Bio-Lebensmittel verwenden.

Bio-Gastronomen denken weiter

Um den Gästen von Bio-Restaurants beste Qualität gewährleisten zu können, kaufen die Gastronomen vorzugsweise regional. Viele Produkte werden direkt von Biobauern aus der Umgebung bezogen. Bio-Köche achten darauf, Zutaten möglichst saisonal zu verwenden. Dies sorgt dafür, dass sich die Speisekarte an der Jahreszeit orientiert – und das schmeckt besonders gut.



Mittlerweile gibt es in Österreich zahlreiche Bio-Restaurants, Bio-Wirtshäuser, Bio-Cafés, Bio-Lokale und sogar rein biologische Lieferservices.

Lust auf Bio bekommen?

Auf www.bioinfo.at finden Sie unter »Einkaufsquellen« Bio-Gastronomiebetriebe in Ihrer Nähe.

„Bio-Gastronomen eröffnen ein Bio-Lokal aus tiefster Überzeugung, nicht weil sie sich damit mehr Kunden erhoffen oder einem Trend folgen wollen. Für sie ist es ein Gesamtkonzept aus Transparenz, Regionalität, kleinstrukturierter Landwirtschaft und individueller Handfertigung.“

Beatrix Brauner, Bio-Studienleiterin von Sensor Marktforschung



Das AMA-Biosiegel steht für:

- ✓ 100 Prozent biologische Zutaten
- ✓ ausgezeichnete Produktqualität
- ✓ transparente Herkunft der Rohstoffe
- ✓ von unabhängigen Stellen kontrolliert

Weitere Informationen: www.BIOinfo.at