



WALD MIT ALLEN SINNEN ERLEBEN.

Verein Stadt : Wald
Waldschule Bodensee

*Du wirst mehr in den Wäldern finden, als in den
Büchern. Die Bäume und die Steine werden Dich
mehr lehren, als Dir je ein Mensch sagen wird.*
Bernhard von Clairvaux

Karin Müller-Vögel
T 0664 537 21 41
karin.mueller-voegel@
waldschule-bodensee.at
www.waldschule-bodensee.at

Bregenz, am 09.01.2020

Jahresbericht der „Waldschule Bodensee“ 2019

Aus dem Inhalt

1. „Waldboom“ – „boomt“ der Wald?

2. Das Angebot der „Waldschule Bodensee“

3. Waldpädagogik für Kinder

1.915 Schulkinder, 102 Schulklassen

Waldkindergeburtstage

4. Waldpädagogik für Erwachsene und Familien

„Fit wie ein Tannenzapfen“ – Großeltern und Enkel gemeinsam im Wald

Crashkurs Wald. Den Geheimnissen der Pfänderwälder auf der Spur

Der blühende Wald

Ein Sonntagspicknick im Wald

5. Waldbaden, Green Care, Wald und Gesundheit

Waldbaden mit den Waldbademeistern der Waldschule Bodensee

Zertifikatslehrgang „Waldbaden“

Waldpädagogik als Teil des Zertifikatslehrgangs „Green Care in der Landwirtschaft“

Huflattich, Bärlauch, Waldmeister & Co – die gesundheitsfördernde Kraft der Bäume und ihrer Begleiter

Wundersames Fichtenharz

WOW – Workout im Wald

Waldtrauertreff für Kinder

6. Lernen vom Waldökosystem: der Wald und die Unternehmen

7. Die Waldschule Bodensee: Plattform für Weiterbildung und Austausch

Pädagogische Weiterbildung mit Herwig Winkel von der PH Vorarlberg

Österreichweiter Waldpädagogikkongress in Bregenz

8. Öffentlichkeitsarbeit für den Wald

Präsenz in lokalen Medien

Newsletter

„Waldboom“ – „boomt“ der Wald?

Wald scheint in aller Munde – im Kontext Klima genauso wie in Zusammenhang mit der Gesundheit des Menschen. Selbst das Boardmagazin der ÖBB hat sich dafür interessiert und uns um ein Interview gebeten. Die Waldpädagogik schreibt Erfolgsgeschichte, neue Formate werden entwickelt und das Thema **Wald und Gesundheit** rückt zusehends in den Vordergrund – auch bei uns. Zum Beispiel mit dem Format „**Waldbaden**“, das wir im vergangenen Mai gemeinsam mit dem Ländlichen Fortbildungsinstitut/LFI getestet haben und das aufgrund der vielen Interessierten und des guten Feedbacks zum **Zertifikatslehrgang „Waldbaden“** geworden ist.

Erfreulich für uns ist auch das **wachsende Interesse aus den Unternehmen** für unsere Arbeit – Waldökosystem und Unternehmenssystem liegen nicht so weit auseinander, im Besonderen wenn es sich um Waldökosysteme handelt, die als Plenterwälder bewirtschaftet werden.

All diese Entwicklungen motivieren uns weiterhin an der Qualität unserer Waldausgänge und Projekte zu feilen. Zum Beispiel durch Weiterbildung. Unser **Obmann Peter Vögel** ist im Herbst 2017 nach Wien zum 6. Waldpädagogikkongress gefahren und hat sich um die Durchführung des nächsten **Waldpädagogikkongresses in Bregenz** bemüht. Der zweitägige Kongress ist inzwischen Geschichte und war mit 140 BesucherInnen ein großer Erfolg. Die österreichweite Vernetzung bleibt. Die Waldschule Bodensee entsendet ab 2019 eine **Plattformvertretung** und arbeitet damit beim Waldpädagogikverein Österreich aktiv mit.

Als kleine, flexible und meistens unabhängige Struktur hat die Waldschule Bodensee die Möglichkeit sehr rasch auf neue Entwicklungen zu reagieren, kann schnell etwas umsetzen bzw. Prototypen im kleinen Rahmen ausprobieren. Jedoch sind wir auch begrenzt durch fehlende Büroinfrastruktur und um so mehr froh, wenn wir mit Organisationen zusammenarbeiten dürfen, die diese Struktur besitzen. Wie zum Beispiel dem **LFI** oder der **VHS Bregenz**. Durch diese Kooperationen konnten wir unser Angebot im Erwachsenenbereich im vergangenen Jahr stark erweitern. Wertvoll waren für uns auch die Formate, die wir mit der **Bodenseeakademie**, der **Servicestelle für Kleinkindbetreuung** und dem **Vorarlberger Familienbund** umgesetzt haben. Diese Vernetzung ermöglicht uns einen neuen/größeren Personenkreis anzusprechen und bringt uns auch inhaltlich über den gemeinsamen Austausch weiter. Wir freuen uns schon auf die nächsten spannenden, zukunftsweisenden Projekte und Pläne!

1. Das Angebot der „Waldschule Bodensee“

Seit 2007 begleiten **zertifizierte WaldpädagogInnen, FörsterInnen und WaldaufseherInnen** der „Waldschule Bodensee“ Schulklassen in den Wald. Mit dem Ziel den Kindern den Wald mit **allen Sinnen begreifbar** zu machen, die Wertschätzung diesem besonderen Ökosystem gegenüber zu stärken, Zusammenhänge besser sichtbar und **die Funktionen des Waldes verständlich** zu machen. Im Focus stehen die Bedeutung des Waldes für die Gesellschaft und seine „enkeltauglichen“ Eigenschaften als nachwachsender Rohstoff und CO₂-Speicher.

Als vor rund acht Jahren die erste **Waldführung mit Erwachsenen** durchgeführt wurde, waren wir über das positive Feedback ehrlich überrascht. Für uns ein Anlass über neue Formate nachzudenken. Es sind Angebote entstanden, die von öffentlichen Waldführungen zu forstlichen Themen, über Großeltern/Enkel-Tage, Lehrlingsprojekten, Waldführungen mit Unternehmen bis zu Angeboten zum Thema „Wald und Gesundheit“ reichen. Vor allem mit dem **Schwerpunkt „Wald und Gesundheit“** konnte die „Waldschule Bodensee“ den Kreis der Interessierten entscheidend erweitern und auch Menschen für die Anliegen des Waldes begeistern, die tendenziell nicht an Weiterbildungsangeboten über bzw. in der Natur teilnehmen.

Die **Anzahl an Aktivitäten im Erwachsenenbereich**, wie auch die **Präsenz der „Waldschule Bodensee“ in den Medien** hat in den vergangenen Jahren **stark zugenommen**. Eine Steigerung der Anzahl an Waldführungen wurde erreicht und konnte mit entsprechender Vernetzung mit den Interessensgruppen und der guten Anbindung an die Entscheidungsträger im Forstbereich – die der „Waldschule Bodensee“ in der öffentlichen Wahrnehmung bislang ein gutes „Standing“ bereitet hat – gut gehalten bzw. ausgebaut werden.

Ein wichtiges Standbein bleiben natürlich unsere **Schulführungen**. Die **Anzahl der Schulführungen** konnte in den vergangenen Jahren **auf gut 100 im Jahr gesteigert** und gehalten werden.

2. Waldpädagogik für Kinder

Führungen für Schulklassen

Mit **102 Schulklassen und 1.915 Schulkindern** konnten wir das gute Ergebnis der letzten Jahre halten. Die mediale Präsenz der „Waldschule Bodensee“ und im besonderen die neuen Kooperationen und Angebote im Erwachsenenbereich haben eine zusätzliche Bekanntheit bewirkt und trotz wachsendem Angebot für Schulen durch andere Anbieter (auch zum Thema Wald) die Anzahl unserer Waldausgänge nicht sinken lassen.

Die seit Beginn 2017 bestehende, zusätzliche Förderung für waldpädagogische Ausgänge mit Schulklassen durch den **Landesforstdienst und die Unterstützung der Stadt Bregenz** für die Bregenzer Pflichtschulen hat ebenfalls entscheidenden Anteil am Weiterbestehen dieses wichtigen Standbeins der Waldschule Bodensee.

Die Schulführungen sind aufgebaut auf den mit der „**Pädagogischen Hochschule Vorarlberg**“ **ausgearbeiteten Modulen** und werden **von zertifizierten WaldpädagogInnen und WaldaufseherInnen** durchgeführt. Das Alter der Kinder bewegt sich meist zwischen 6 und 14 Jahren.



„Waldkindergeburtstage“

Die Waldkindergeburtstage der „Waldschule Bodensee“ sind eines der ersten Angebote abseits der „klassischen“ Schulführungen, die wir entwickelt haben. Waldkindergeburtstage werden nicht aktiv beworben, trotzdem finden uns interessierte Eltern und empfehlen uns auch gerne weiter. Sie beinhalten einen eineinhalb- bis zweistündigen Waldausgang und die anschließende Nutzung des „Waldhauses“ für die Geburtstagsfeier. Im Jahr 2019 wurden acht Geburtstage im Wald gefeiert.

3. Waldpädagogik für Erwachsene und Familien



Das Angebot der Waldschule Bodensee wurde im Jahr 2019 vor allem für Erwachsene stark erweitert. Immer öfter erreichten uns Anfragen zu **offenen Angeboten im Bereich der Erwachsenenbildung**. Da die Waldschule Bodensee kein eigenes Büro besitzt, waren diese Aktivitäten bislang immer recht aufwändig. Durch die **Kooperation mit dem LFI und seit 2019 auch mit der VHS Bregenz**, wurde es möglich, das Wissen über den Wald und seine Nutzungen noch breiter zu streuen. Auch die Kooperationen und der Austausch mit dem **Vorarlberger Familienbund**, der **Bodenseeakademie**, der **Servicestelle für Kleinkindbetreuung** und der **inatura** waren dabei hilfreich. Das

Angebot der Waldschule Bodensee ist bunter geworden und richtet sich über neue Formate und Zugänge auch an ein größeres und breiteres Publikum.

April 2019: „**Fit wie ein Tannenzapfen**“

... wenn Großeltern und Enkel gemeinsam den Wald entdecken, hieß es auch 2019 am **Gründonnerstag**. Denn die Zeit der **Enkel** mit ihren **Großeltern** ist immer eine ganz Besondere. Sie hat ihre eigenen Regeln und ihre Geheimnisse. Für alle unternehmungslustigen Großeltern und ihre Enkel bot die Waldschule Bodensee einen ganz besonderen Blick in den Bregenzer Stadtwald. Mit **Birkenwasser** probieren, **Geschichten aus dem Wald** hören, den **Hintergründen von hellen und dunklen Jahresringen auf die Spur kommen** und **Gründonnerstagssuppe** verkosten.



Auch 2020 wird am Gründonnerstag wieder Suppe auf dem offenen Feuer gekocht...

April 2019: „**Crashkurs Wald. Den Geheimnissen der Pfänderwälder auf der Spur**“

Welche Baumarten wachsen bevorzugt am Pfänderhang, wie wurden und werden diese Wälder bewirtschaftet und wie funktioniert eigentlich das Waldökosystem auf unserem Hausberg. „Crashkurs Wald“ war ein Pflichttermin für alle, die sich für die spannenden Zusammenhänge im Ökosystem Wald interessieren und/oder sich gerne im Pfändergebiet aufhalten. Ein Streifzug durch die Pfänderwälder mit Peter Feuersinger und Karin Müller-Vögel, bei dem auch Pfändergeologie und Klimawandel mit seinen Auswirkungen auf die heimischen Wälder zum Thema wurden. Eine Kooperation mit der VHS Bregenz.

Juni 2019: „**Der blühende Wald**“

Der Schutzwald am Känzele – der Bestand war überaltet. Steinschläge erreichten die viel befahrene Straße und sogar die darunter liegenden Gärten. Nachdem der Wald 1999 von Sturm Lothar zusätzlich stark beschädigt wurde, wurde ein Projekt ins Leben gerufen, das den Zustand des Waldes verbessern sollte. Inzwischen wachsen 32 Baumarten – darunter viele, die den Artenschutz unterstützen und in Hinblick auf den Klimawandel auch in Zukunft bestehen können. Ein „artenreicher Wald“ der auch viel Blühendes zu bieten hat. Am „Tag der blühenden Landschaft“ ermöglichte die Waldschule Bodensee mit Lukas Müller (Waldaufseher und Zuständiger für das Schutzwaldprojekt), Peter Vogel (Förster an der BH Dornbirn und Imker) und Karin Müller-Vögel (Wald- und Kräuterpädagogin) einen spannenden Blick in das Gebiet.

Die Veranstaltung fand im Rahmen des „**Tages der blühenden Landschaft**“, sowie der **Umwelt- und Waldwoche** statt. Eine Kooperation mit der **Bodenseeakademie**.



August 2019: „**Ein Sonntagspicknick im Wald**“

... für alle Eltern mit ihren Kindern, für Großeltern und ihre Enkel, für Tanten, Paten, Onkel, einfach für alle, die Lust auf Wald mit allen Sinnen kennenlernen und Waldpicknick hatten. Ein Sonntag im Wald mit Waldklimaanlage und Kulinarik als Ausgleich zu den heißen und hektischen Badetagen. Die Veranstaltung fand in Kooperation mit dem **Vorarlberger Familienbund** und dem **Vorarlberger Familienpass** statt.

4. Waldbaden, Green Care, Wald und Gesundheit

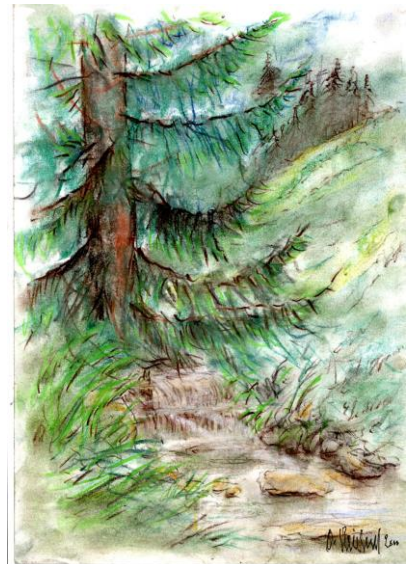
Der Wald hat, inzwischen wissenschaftlich untersucht und nachgewiesen, sehr **positive Wirkungen auf das Wohlbefinden und die Gesundheit des Menschen**. Regelmäßige Aufenthalte im Wald tragen zur Erholung bei und verbessern den Schlaf, stärken das Immunsystem, können Stress reduzieren (Cortisolwert/Stressniveau sinkt), haben positive Auswirkungen auf den Blutdruck und können sogar die Regenerationszeiten nach Operationen verringern (Quellen: Bundesforschungszentrum für Wald, Clemens Arvay, Erwin Thoma, Yoshifumi Miyazaki).

Mit Projekten wie „**Green Care Wald**“ oder dem „**Waldbaden**“ gibt es inzwischen eine Reihe von Projekten und Angeboten, die die Kraft des Waldes nutzen bzw. (wieder)entdecken.

„Waldbaden mit den Waldbademeistern der Waldschule Bodensee“ und Zertifikatslehrgang „Waldbaden“

Der Wald hat also positive Wirkungen auf unser Wohlbefinden und unsere Gesundheit. In Japan wissen sie es schon länger, „Shinrin Yoku“ – das Baden in der Waldluft – ist dort **seit den 80er Jahren Teil der Gesundheitsvorsorge**. Wir haben das Waldbaden **im vergangenen Mai gemeinsam mit dem LFI Vorarlberg getestet**. Die Zahl der Interessierten und das sehr positive Feedback seitens der TeilnehmerInnen waren dann Impulsgeber für den **Zertifikatslehrgang „Waldbaden“**, den das LFI seit 2019 erstmals anbietet. Auch die Waldschule Bodensee gestaltet den Lehrgang aktiv mit. Mit 17 TeilnehmerInnen hat der erste Durchgang schon eine sehr gute Auslastung erreicht.

Waldbaden selber bietet die Waldschule Bodensee inzwischen als **halbtägigen Waldausgang für Gruppen** an. Ob als Firmenevent oder Geburtstagsgeschenk,... das Waldhaus kann anschließend für den gemütlichen Ausklang genutzt werden...



Waldpädagogik als Teil des Zertifikatslehrgangs „Green Care in der Landwirtschaft“

In der Landwirtschaft hat das Thema Gesundheit als Angebot für unterschiedliche Zeitgruppen ebenfalls an Gewicht gewonnen. Mit dem Zertifikatslehrgang „**Green Care in der Landwirtschaft**“ hat das LFI Vorarlberg dem Rechnung getragen. Gestartet hat der Lehrgang im Jänner 2019, die Waldschule Bodensee trägt mit **einem Tag waldpädagogischer Methoden** ebenfalls bei. Als Teil der Arbeitsgruppe „Green Care in der Landwirtschaft“ findet seitens der Waldschule Bodensee auch hier **Vernetzung** über den Waldrand hinaus statt.

April 2019: „Huflattich, Bärlauch, Waldmeister & Co – die gesundheitsfördernde Kraft der Bäume und ihrer Begleiter“

Regelmäßige Aufenthalte im Wald tragen zur körperlichen Erholung und Regeneration bei und noch genauer besehen, **bringen Bäume und im Besonderen ihre Begleiter im Frühjahr eine ganze Schatzkiste an Inhaltsstoffen für das Wohlbefinden und die Gesundheit** mit. Und so halfen Huflattich, Bärlauch und Co. nicht nur dem Bären nach dem langen Winterschlaf auf die Sprünge, sie entwickeln auch gesundheitsfördernde Wirkung für den Menschen und erfreuen das Gemüt nach der dunklen Jahreszeit.

Ingeborg Sponsel (Naturweise) und Karin Müller-Vögel (Waldschule Bodensee) haben im Auftrag des **Ländlichen Fortbildungsinstituts/LFI** einen Tag lang beleuchtet, wie diese natürlichen Ressourcen für sich selbst, die betriebliche Gesundheit oder die Wald-, Kräuter- oder Naturpädagogik genutzt werden können. Dabei standen sowohl die Wirkungen des Waldes und der unterschiedlichen Waldlandschaften, wie auch die Methoden der Waldpädagogik im Mittelpunkt. Das Seminar hat im Bregenzer Stadtwald und im Waldhaus der Waldschule Bodensee stattgefunden und kann als **Teil der Rezertifizierung für die Waldpädagogik** genutzt werden.



November 2019: **Wundersames Fichtenharz**

Wer kennt Sie nicht, die wunderschönen Wetterfichten, die in höheren Lagen, oft einzeln stehen – alt und eindrucksvoll. Sie spenden das wertvolle Fichtenharz, aus welchem in ver-

gangener Zeit Harzsalbe hergestellt wurde. Ein „Allheilmittel“, das auch auf den Alpen Verwendung fand, denn der Weg in die nächste Apotheke war weit, Medikamente teuer. Die Fichte hat vieles zu bieten – ein Nachmittag um den Wald und die Fichte neu kennenzulernen, Geschichten zu hören und einen Harzbalsam zu rühren. Das Seminar fand in Kooperation mit der VHS Bregenz statt.

Seit 2015: „ **WOW - Workout im Wald**“: **Gesundheit als Thema der Unternehmensführung**

„Workout im Wald“ ist eine 12teilige Weiterbildungsreihe, die von der „Waldschule Bodensee“ für ein Gesundheitsprojekt der Vorarlberger Landesverwaltung entwickelt wurde. Ziel ist es, MitarbeiterInnen über ein Jahr lang regelmäßig bewusst Auszeit im Wald zu ermöglichen, um dadurch das subjektive Wohlbefinden und die Arbeitszufriedenheit zu erhöhen. Das Projekt wird im März 2020 zum inzwischen fünften Mal gestartet.

Spannend an diesem Projekt ist die besondere Berücksichtigung der **Nachhaltigkeit**, der **Resilienz** und der **systemischen Prinzipien** in der Konzeption und der Vermittlung. Es sind Themen die für die Entwicklung des Waldes (v.a. des Plenterwaldes) schon lange mitbedacht werden und die aktuell auch in Unternehmen/Organisationen an Bedeutung gewinnen. Sie lassen sich über die **Analogie Waldökosystem** anschaulich auf unterschiedlichste Situationen (Arbeit, Familie,...) übertragen. Impulse für den Einzelnen die **neue Handlungsspielräume öffnen, schlummernde Potenziale wecken und neuen Sinn (im System) geben** können.



Das Projekt wurde mit einer:

- „**Anerkennung zum Zukunftspreis der Landeshauptstadt Bregenz**“ und dem
- „**Anerkennungspreis in der Kategorie Gesellschaft**“ bei der Verleihung des **Vorarlberger Schutzwaldpreises 2017** ausgezeichnet.

Für Kinder in besonderer Situation

Seit 2016: **Kooperation mit Hospiz Vorarlberg** (1 x monatlich; Jänner bis Dezember 2017; ausgenommen der Sommerferien): **Trauertreff für Kinder**, die jemanden Nahestehenden, wie z.B. einen Elternteil, ein Geschwisterkind oder Großeltern, verloren haben, im Waldhaus der Waldschule Bodensee inklusive vier Mal waldpädagogischer Begleitung. Entstanden ist eine Kooperation, in welcher die WaldpädagogInnen der „Waldschule Bodensee“ ihre waldpädagogischen Fähigkeiten und Themen einbringen (z.B. einen Schutzwald bauen, ein Mandala aus Waldmaterialien für die Verstorbenen legen, einen Trauerbaum aussuchen,...). Die positiven Wirkungen des Waldes wurden von Angehörigen inzwischen schon bestätigt. Die Kooperation besteht seit Anfang 2016 und wurde auch für 2020 wieder vereinbart.



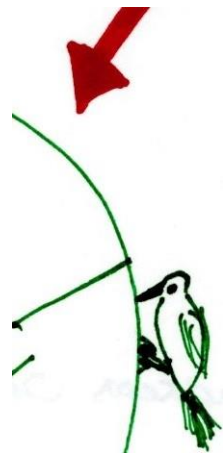
5. Lernen vom Waldökosystem: der Wald und die Unternehmen

Es ist kein Zufall, wenn etwas gelingt – vielmehr wirken in Systemen Grundprinzipien, deren Beachtung eine wesentliche Grundlage für den unternehmerischen Erfolg sind.

Das Beispiel der Dauerwaldbewirtschaftung – eine Vorarlberger Besonderheit – zeigt eine, den (Öko)systemprinzipien folgende naturnahe Nutzung. Dabei wird das große Ganze immer mitbedacht und auf Vielfalt und unterschiedliche Altersstrukturen Wert gelegt. Die Bewirtschaftung erfolgt einzelstammweise, der Jungwuchs erhält Zeit sich zu entwickeln. Das Verbleiben von Totholz schafft zusätzliche Möglichkeiten und Lebensräume, nichts wird bis ins Letzte hinein kontrolliert. Damit entsteht ein offenes lernendes System, das genügend Zeit und Raum für „Kreativität“ und „Innovation“ lässt. Weiterentwicklung wird möglich und auch Krisen können so gut gemeistert werden.

Ein wunderbarer Spiegel für Unternehmen mit ihren vielschichtigen Herausforderungen... Das hat auch die **viterma AG** inspiriert mit uns in den Wald zu gehen – ein Unternehmen, das sich mit den systemischen Ansätzen beschäftigt und neue Wege in der Führung geht.

Für uns eine spannende Herausforderung und auch dem ORF Vorarlberg war es einen Beitrag wert 😊.



6. Waldschule Bodensee als Plattform für Weiterbildung und Austausch

Die Waldschule Bodensee ist eine Plattform, die sich auch im Bereich Weiterbildung engagiert und dadurch die Qualität der Waldausgänge stärkt. Eine **interne Weiterbildung** hat zu Beginn dieses Jahres mit **Herwig Winkel von der PH Vorarlberg** stattgefunden – es ging um konkrete pädagogische Inhalte, die auch in den Waldausgängen umsetzbar sind.

Österreichweiter Waldpädagogikkongress in Bregenz

Unter dem Motto: „Übern Waldrand luaga“ folgte im Herbst dann der **7. Österreichweite Waldpädagogikkongress**. Auf Initiative der Waldschule Bodensee hat ihn der Verein Waldpädagogik Österreich dieses Jahr in Bregenz veranstaltet. Die Stadt Bregenz, der Landesforstdienst und die Waldschule Montafon konnten dafür schnell gewonnen werden. Mit rund



140 BesucherInnen aus ganz Österreich, D, Liechtenstein und der Schweiz war die zweitägige Veranstaltung ein voller Erfolg. Hochkarätige ReferentInnen, gute Stimmung, viele Gelegenheiten zum Austausch und ein abwechslungsreiches Programm haben die Waldpädagogik in Vorarlberg wieder ein Stück weiterbewegt. Es war viel Arbeit, viel Herzblut, viel Diskussion – wir sind sehr froh, dass wir vorne mit dabei waren...

7. Öffentlichkeitsarbeit für den Wald

Öffentlichkeitsarbeit für den Wald leistet die **Waldschule Bodensee nicht nur mit einem** breiten Spektrum an Waldführungen, und guter Vernetzung mit Partnern sondern auch durch laufende **Präsenz in den lokalen Medien** und dem regelmäßig erscheinenden **Newsletter**. Eine Auswahl an Pressemeldungen findet sich im Anhang.



Special Tipp

Wer Waldness genießen will, fährt bis Grünau im Almtal. Von hier führen viele Erlebnisse in die umliegenden Wälder und zu den Gastgebern. Erreichbar mit der Almtalbahn ab Wels Hbf. Dorthin kommt man mit dem Railjet tagsüber im Stundentakt ab Wien oder Salzburg.

in raila...
Boardmagazin d. ÖBB Herbst 2019

en, thronen sechs Baumhäuser, die mit Baumhotel genannt werden. Die en sind gänzlich aus Holz und über 72 zu erreichen, schweben auf robusten und liegen mitten im Herzen des Natisparks. Holz ist auch der Duft, der te den gesamten Aufenthalt begleion nach einem Tag riecht die Kleilie Haut, der Rucksack nach Wald. men in Bäumen, das kann man aber anderen Regionen. Am Boden bleibt wa in Tirol, und zwar im Ferienpaatterer See, wenige Kilometer von ck entfernt. Dort kann man wunderpen, aber auch ebenso glampen: ure Resort samt Badensee befinden ichelige Kiefernholz-Schlaffässer und odge-Zelte, in denen eine einzigarchhaltige Haptik durch den Verzicht itik geschaffen wurde. Aber auch die en Woodlodges spielen alle Stückl'n: lie großen Fensterfronten blickt man n die Schönheit der Tiroler Natur, in den r-Jacuzzis auf dem Gelände entspannt er gestressteste Stadtmensch.

Ein tolles Naturerlebnis für die ganze Familie erwartet Eltern und Kinder in „Ochys Waldfreizeitpark Kreuzstetten“ im Weinviertel. Der Waldhochseilgarten – er befindet sich auf einer 5.000 Jahre alten Ringwall-Anlage – bietet zwischen starken, meterhohen Eichen sechs unterschiedliche themenbezogene Parcours, also jede Menge Kletterspaß. Wer von so viel Freude im Freien abends erschöpft ist, der lässt den Tag am Lagerfeuer ausklingen und übernachtet in den wildromantischen Waldhütten mit Glasdach. Mit den natürlichen Baustoffen Holz und Hanf wurde ein gesundes und wohltuendes Raumklima geschaffen, man schläft unterm Sternenhimmel ein und erwacht mit Blick in das Grün der Baumkronen.

Lernen vom Wald

Wer mehr über diese erfahren möchte, kann gerne die Schulbank drücken: In den vielen Waldschulen Österreichs erfährt man alles über den wichtigen Lebensraum. In jener am Bodensee möchte man damit Jung und Alt ansprechen und für die Vielfaltigkeit

Klopf auf Holz!

Mit allen Sinnen die Wunderwelt des Waldes und die Vielseitigkeit dieses Ökosystems mit seiner Tier- und Pflanzenwelt kennenlernen – das kann man in der Waldschule Bodensee.

Forstleute sowie Waldpädagoginnen und -pädagogen begleiten Kinder und Erwachsene und vermitteln ihr Wissen. waldschule-bodensee.at

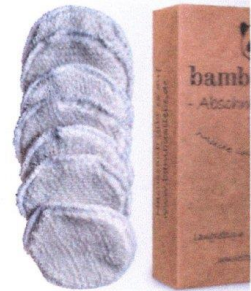


Eintauchen: Die Vorarlberger Waldschulen in Bregenz und im Silbertal lassen Jung und Alt die Geheimnisse des Waldes (wieder-)entdecken.

der Natur begeistern: „Wir haben Angebote für unterschiedliche Zielgruppen: Vor ein paar Wochen haben wir Waldbaden angeboten und wurden beinahe überrannt“, so Sprecherin Karin Müller-Vögel. „Aber auch Business-Kundinnen und -Kunden reagieren positiv: Unsere Serie ‚WOW – Workout im Wald‘ ist eine Verknüpfung von Wald, Gesundheit und innerbetrieblichen Themen. Interessant dabei ist, dass die Themen der Waldbewirtschaftung – die Nachhaltigkeit, die Resilienz und die Öko-Systemprinzipien – bei vielen Unternehmen in der Mitarbeiterführung Beachtung finden. Ein wichtiges Standbein sind natürlich unsere Schulführungen, denn die unterschiedlichen Ansprüche der Besucherinnen und Besucher im Wald können zu Konflikten führen. Umso wichtiger ist es, das Wissen über den Wald und seine Nutzungen inklusive der Spielregeln zu vermitteln. Das war der eigentliche Ursprung der Waldpädagogik, eine Idee aus dem Forst, die inzwischen Erfolgsgeschichte schreibt und die Themen nicht mit noch mehr Verbotsschildern, sondern spielerisch und alle Sinne ansprechend aufbereitet.“

Wer also unter Bäumen unterwegs ist, sollte die Lebensspender durch rücksichtsvolles Verhalten schützen. Denn wie heißt es so schön: WALD – Wir alle leben davon. •

Special Access



Waschbare Abschminkpapier, nachhaltige Alternative Einwegtüchern. So sehr auch beim Waldurlaub für haft aus und entlasten Natur. bambusliebe.de



Erdiger, turreine Tanne, Z und Ben wandeln zimmer Kerze in radies. [loopsk](http://loopsk.com)



Hochwertige, nachhaltige Yogamatten für Asanas Wald gibt es auch aus K Zu 100 % biologisch abba und hergestellt in Österreich creativekimiyo.com



Der Weg in den Wald

Informationsblatt des Vereins Waldpädagogik in Österreich

www.waldpaedagogik.at



2019

waldpaedagogik.at



FIT WIE EIN TANNENZAPFEN

IM GESPRÄCH MIT MARIA PATEK

BAUM DES JAHRES 2019 – GESTATTEN: „HOPFENBUCH“ MEIN NAME!

7. UND 8.
NOVEMBER 2019
7. WALDPÄDAGOGIK-
KONGRESS



FIT WIE EIN TANNENZAPFEN

Wenn Großeltern und Enkel gemeinsam den Wald entdecken

Mein Großvater war der volle Held für mich. Er baute Modellflugzeuge, die regelmäßig abstürzten und flickte sie anschließend mit Polyester wieder zusammen – was ihm am Flugplatz den Namen Polyesterpilot eintrug. Er baute mit uns Kindern zu Weihnachten Modelleisenbahnwelten, die die Kleinsten unter uns Cousins unabsichtlich wieder zerstörten. Wir erkundeten die Bergwelt Vorarlbergs, sammelten Pilze – er war ein fundierter Pilzkenner – und kochten daraus Pilzgerichte, an deren Geschmack ich mich heute noch erinnere. Er liebte seinen Wald am Pfänder und fuhr regelmäßig sein Auto zu Schrott – alles nur Blech, es war ihm nicht so wichtig.

Er hat mir einen anderen Blick auf die Welt geöffnet – wir hatten viel Spaß zusammen und ich bewunderte ihn für seine Kreativität und seine Kraft. Jahre später sah ich Ähnliches zwischen meiner Mutter und meinem kleinen Sohn entstehen: Spaß, Kreativität und eine weitere verlässliche gute Beziehung, in welcher anderes möglich ist – die beiden genossen diesen Freiraum sehr und sie waren 2012 Ideengeber für die Großeltern/Enkel-Tage der Waldschule Bodensee.

Die Mittel der Waldpädagogik lassen sich dafür sehr gut einsetzen. Es eignen sich alle Aktionen, die sich im Team lösen lassen – vom Waldbilder legen, Waldmärchen hören, bis zum Waldrätsel lösen oder dem gemeinsamen Arbeiten im Wald, was viele Großeltern von früher her noch kennen und können. Die persönlichen Geschichten der Großeltern aus der vergangenen Zeit sind dann natürlich besonders spannend. Eine schon fast vergessene Tradition wurde zum Beispiel beim jüngsten Termin am Gründonnerstag aufgegriffen: Gemeinsames Kochen einer Gründonnerstagsuppe mit den Zutaten aus Wald und Wiese als Abschluss des gemeinsamen Tages.

Großeltern/Enkel-Tage aktivieren das Wissen über den Wald/die Natur, das noch in vielen Großeltern-Köpfen steckt und das in diesem Rahmen spontan und gerne an die Enkel weitergegeben wird. Sie veranschaulichen, dass das Zusammenspiel im Wald auch etwas mit dem generationenübergreifenden menschlichen Zusammenspiel zu tun hat und können eine besondere Beziehung stärkende Aktivität sein. Und aus der Resilienz-Forschung wissen wir inzwischen, dass stabile und verlässliche Beziehungen in der Kindheit eine wichtige Grundlage schaffen, um später mit Krisen konstruktiv umgehen zu können.*

Autorin: Karin Müller-Vögel, Waldschule Bodensee; Fotos: Christian Natter, Waldschule Bodensee & Karin Müller-Vögel

*Quelle: Sylvia Kéré Wellensiek: Handbuch Resilienz-Training, Beltz Verlag, 2011



Link

www.waldschule-bodensee.at

Verein Waldpädagogik Österreich 2019



Fluh - die Sonnenterrasse von Bregenz

„BGM Markus Linhart - Bregenzer Volkspartei“ unterstützt gute Entwicklung auf der Fluh

Die Sonnenterrasse der Bregenzer hat sich in den letzten Jahren sehr positiv entwickelt. Ein wichtiger Meilenstein ist mit der Verpachtung des Gasthofes Adler gelungen.

Die Fluh ist ein Ortsteil von Bregenz mit ländlicher Struktur. Wie wichtig ist ein Gasthaus für einen Ortsteil wie die Fluh?

Peter Vögel: Das Gasthaus Adler ist ein Ort der Kommunikation, ein Treffpunkt für die Fluher Gemeinschaft und damit auch identitätsstiftend für den gesamten Ortsteil. Nach längerer Durststrecke konnten wir jetzt einen Pächter finden, der sehr gut zu den FluherInnen passt und es gleichzeitig auch versteht, für Gäste von auswärts attraktiv zu sein. So haben wir seit einigen Jahren wieder ein gut funktionierendes Gasthaus.

Ein gutes Miteinander ist die Grundlage des Zusammen-

leben auf der Fluh

Peter Vögel
Obervorsteher Fluh

Apropos Vereine – auf der Fluh leben aktuell gut 400 Einwohner. Davon sind circa 150 in Vereinen engagiert. Wie funktioniert das Vereinsleben?

Peter Vögel: Die zahlreichen aktiven Vereine zeichnen die Fluher Gemeinschaft sicherlich aus und tragen auch zur Qualität des Miteinanders bei. Der sehr aktive Musikverein mit einer guten Durchmischung quer durch die Generationen hindurch. Der Frauenturnverein, der allen die Möglichkeit bietet, Gemeinschaft zu leben und seit einigen Jahren durch das Yoga-Angebot auch neue, junge Mitglieder gefunden hat. Wir haben außerdem erfreulicher Weise eine aktive Landjugend.

Auf der Fluh gibt es eine Volksschule – eine kleine Schule, zweiklassig geführt. Wie siehst du die Rolle der Volksschule für Euren Ortsteil?

Peter Vögel: Für unsere Schüler ist die Volksschule Fluh eine wichtige Einrichtung, um in einer bekannten Umgebung lernen zu können.

Zusätzlich trägt die Schule dazu bei, dass sich die Kinder in das Dorfgeschehen und die Gemeinschaft integrieren und so das Dorf nicht zu einem reinen „Schlafplatz“ wird

Wie sieht es denn mit aktuellen Projekten aus?

Peter Vögel: Vieles ist auf guter Schiene. Für die Feuerwehr Fluh wurde ein neuer Unimog angeschafft, eine wichtige Investition für die Sicherheit des Ortsteils, wenn wir uns die Entwicklungen der vergangenen Jahre mit Starkniederschlägen und Stürmen und deren Auswirkungen anschauen. Das flächenwirtschaftliche Projekt Nollen/Fluh wird uns noch länger begleiten. Die baulichen Maßnahmen konnten inzwischen abgeschlossen werden. Jetzt geht es darum einen stabilen, klimafitten Schutzwald oberhalb der Fluh zu entwickeln, der mit sich ändernden klimatischen Bedingungen gut zurechtkommt.

Was sind die Herausforderungen der kommenden Jahre?

Peter Vögel: Wir hatten zwei extreme Jahre – Sturm Burglind, das Trockenjahr 2018, der Borkenkäfer, Schneebruch – unsere Wälder sind derzeit starken Belastungen ausgesetzt. Viel Holz musste entnommen werden – auch oberhalb der Fluh. Diesen Entwicklungen muss hohe Aufmerksamkeit geschenkt werden. Als CO₂-Speicher, Rohstofflieferant, Siedlungsschutz und Lebensraum wird der Wald auch künftig eine wichtige Rolle für unsere Gesellschaft haben. Da spielt das gute Verhältnis von Wald und Wild auch eine Rolle – wir haben das im Bregenzer Stadtwald und auf der Fluh durch umsichtige Jäger gut im Griff. Auch werden Wälder zusehends Orte der Erholung.

Wald als Erholungsraum, gibt das auch Probleme?

Peter Vögel: Da liegt mir die Waldpädagogik am Herzen – sie vermittelt auf sehr sympathische Art und Weise die Spielregeln im Wald und sensibilisiert für dieses für uns alle so wichtige Ökosystem. Der Waldschule Bodensee, ein Verein mit Fluher Wurzeln, ist es heuer gelungen, den öster-

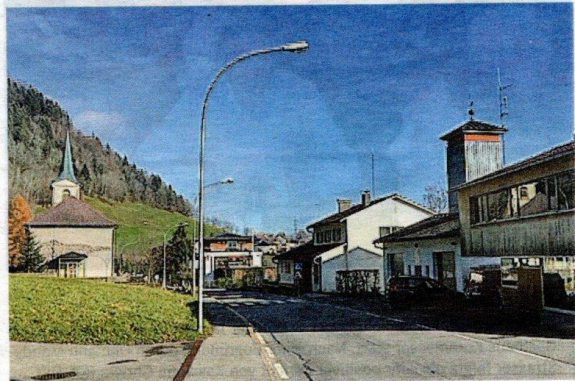


Foto: Privat

reichweiten Waldpädagogikkongress nach Vorarlberg zu holen. Mit 140 BesucherInnen wurde die zweitägige Veranstaltung ein großer Erfolg und das Fluher Feuerwehrhaus hat mit seinem Veranstaltungsraum seine durchdachte Funktionalität am Kongressabend wieder einmal unter Beweis gestellt.

Die fünfte Jahreszeit der Fasching, spielt er auf der Fluh auch eine Rolle? **Peter Vögel:** Gerade in der Faschingszeit ist auf der Fluh einiges los. Die „Fluhar Nollatrüller“ haben ihr 25. Faschingsprinzenpaar gekürt. Da ist auch die Volksschule Fluh aktiv und immer mit dabei. **Und die Jugend auf der Fluh?** **Peter Vögel:** Für unsere Jugend

Gibt es ein wichtiges Zukunftsprojekt?

Peter Vögel: Ein Projekt das wir nächstes Jahr in Angriff nehmen, ist die Sanierung und Vergrößerung des Friedhofes auf der Fluh. Da sind auch noch die Themen Gehsteig auf der Fluh, Gehwegverbindung an der Langenerstraße und im Bereich Landwirtschaft „innovative Höfe“ (Entgeltliche Einschaltung)

Sie kümmern sich für „BGM Markus Linhart - Bregenzer Volkspartei“ um die Anliegen der Fluh



Norbert Sieber,
Nationalrat



Peter Vögel,
Ortsvorsteher Fluh

Leben im Kraftspender

Für Waldaufseher Lukas Müller ist der Wald Beruf und Freude.

BREGENZ Beim österreichischen Waldpädagogik-Kongress in Vorarlberg nimmt Lukas Müller eine Schlüsselrolle ein. Er zieht mit seinen Kolleginnen und Kollegen aus den anderen Bundesländern hinaus in die Natur und erzählt ihnen über die Besonderheiten des Waldes in der Gegend um Bregenz.

Zu erzählen hat Lukas Müller über den Vorarlberger Wald viel. Er kennt sich aus. Seit Kindertagen schon hat ihn dieser besondere Raum fasziniert. „Meine Eltern haben mich natürlich auch beeinflusst. Sie haben mir die Natur und den Wald nahegebracht.“ Heute steht der Dornbirner im Landesfinstulien, ist Waldaufseher für ein großes Gebiet im Raum Kennelbach und Langen bei Bregenz.

„Der Wald ist so vieles“, beginnt der typische Vater eines Sohnes zu philosophieren. „Der Wald ist



Lukas Müller ist auch als Erwachsener ein Kind des Waldes. VN/HÄMMERLE

Dabei wird mir immer wieder klar, dass ich mich an einem Ort beruflich aufhalten darf, wo andere Urlaub und Erholung suchen.“

Müller will den Wald in seiner Gesamtheit erfahren. So machte er auch den Jagdschein, um den Wald im Spannungsfeld von Jägerinteressen und Waldschützern zu erleben. „Natürlich bin ich aufgrund meiner Funktion ein Vertreter des Waldes, aber der Ausgleich der Interessen im Sinne eines konstruktiven Miteinanders liegt mir am Herzen“, beschreibt der 39-jährige seine Haltung.

Zu dieser Haltung gehört auch die Liebe zur Waldschule. „Der Wald“, weiß Müller mittlerweile nur allzu gut, „ist für Kinder von Nutzen genauso wie für Erwachse-

ne.“ Gerne erzählt er Geschichten von Problemschülern, die sich im Wald nach kurzer Anlaufzeit wie selbstverständlich an die geltenden Regeln halten.

Ebenso weiß Müller um die inspirierende Wirkung des besonderen Ortes auch für Erwachsene. „Wir haben viele Unternehmen, die mit ihren Mitarbeitern den Wald für Teambuilding-Programme aufsuchen.“ Warum wohl? „Weil der Wald eine spezielle Atmosphäre zu bieten hat.“

Herausforderung Borkenkäfer

Der Wald habe ihn auch gelassener gemacht. „Ich bin eigentlich ein temperamentvoller Mensch. Meine Tätigkeit an diesem speziellen Arbeitsplatz hat sich sehr positiv auf dieses Temperament ausgewirkt. Es ist oft sehr angenehm, wenn ich nach einer aufwühlenden Bürositzung einfach im Wald abtauchen kann. Das tut unheimlich gut.“

Die Vielfalt der Aufgaben als Waldaufseher stellt Lukas Müller tagtäglich vor Herausforderungen. Zu denen gehört die Waldpädagogik genauso wie die Holznutzung, die Entfernung von Problembäumen mit Gefahrenpotenzial für Menschen und vor allem der Umgang mit dem Borkenkäfer. „Der Borkenkäfer wird uns auf Jahre hinaus beschäftigen“, weiß Müller. Trotzdem gehe es dem Wald in Vorarlberg insgesamt gut.

Müller sieht sich als Bindeglied zwischen Behörde und Grundeigentümern, stets darum bemüht, die Balance der verschiedenen Waldnutzer in seinem Revier aufrechtzuerhalten. Stolz ist er darauf, mit allen gut auszukommen.

„Aber ich arbeite natürlich auch nicht in einem Problemgebiet wie etwa den TBC-Kerngebieten“, ist dem Waldaufseher sehr wohl bewusst. **VN-HK**



Mystik, Spielplatz und Kraftort. Ich halte mich dort nicht nur beruflich auf, ich hole mir dort viel Ruhe und Energie.“

Weg war vorgezeichnet

Den Weg in den Wald fand Lukas Müller bereits in der Landwirtschaftsschule. Spätestens als er ein Forstpraktikum absolvierte, war sein Weg vorgezeichnet. „Du musst Waldaufseher werden“, habe ihn der Praktikumsleiter empfohlen. Dieser Empfehlung kam Müller gerne nach. Seit 2002 ist er im Landesfinstulien und hat seine Berufsentscheidung nie bereut. „90 Prozent meiner beruflichen Tätigkeit verbringe ich allein im Wald.“

ZUR PERSON

LUKAS MÜLLER

Der Dornbirner ist ein führendes Mitglied der Waldschule Vorarlberg.

GEBOREN 20. Februar 1980

WOHNHAFT Dornbirn

BERUF Waldaufseher

FAMILIE in Partnerschaft, ein Sohn

HOBBYS Natur, Bergsport

LIEBLINGSSPEISE italienisch

Morgen 1° Vormittag 4° Mittag 8° Abend 3°

In Bregenz über den Waldrand hinaus schauen

Am 7. und 8. November veranstaltet der Verein Waldpädagogik den 7. Kongress.

BREGENZ Vor zwei Jahren Wien, jetzt Bregenz – am 7. und 8. November veranstaltet der Verein Waldpädagogik in Österreich zusammen mit Kooperationspartnern den 7. Kongress Waldpädagogik – dieses Mal in Vorarlberg.

Das Motto „Über den Waldrand hinaus schauen“ oder wie man in Bregenz sagt „Übern Waldrand luaga“ bedeutet einerseits, neue Perspektiven aufzuzeigen und Impulse zu setzen, andererseits aber auch, die benachbarten Regionen über die Landesgrenzen hinaus miteinzubeziehen.

Spannender Mix

Mit einer Mischung aus Vorträgen, Exkursionen und Workshops sollen möglichst vielen Gästen Highlights geboten werden, etwa mit dem Vorarlberger Abend, einem Abendessen mit Vorstellung des Waldbiers durch Landesforstdirektor **Andreas**

Amann. Zusätzlich gibt es mit dem Abendprogramm „Wenn der Waldpädagoge drei Mal klingelt“ eine kleine Waldolympiade mit den Waldpädagogen der Waldschule Bodensee und einen

musikalischen Ausklang mit der Formation „Blech hoch“.

„WOW – Workout im Wald“: Nachhaltigkeit, Resilienz und Systemisches – Themen der Waldbewirtschaftung finden sich inzwischen in den Führungsgrundsätzen großer Unternehmen. Das Seminar zum Projekt „Workout im Wald“ bietet einen Einblick in die zwölfteilige Serie, die inzwischen zum vierten Mal durchgeführt wurde und Wald, Gesundheit und innerbetrieblichen Themen verknüpft.

Nina Weissenbrunner wird zum Thema „Fit wie ein Tannenzapfen“ – wenn Großeltern und Enkel gemeinsam den Wald entdecken – referieren. Die Natur verbindet seit jeher Jung und Alt miteinander. Gemeinsam lässt sich im Wald vieles entdecken und erleben.

Im Herzen des Bregenzer Stadtwaldes können sich Enkel gemeinsam mit ihren Großeltern spielerisch auf eine spannende Sinnesreise durch den Wald begeben. Dabei wird das Wissen über den Wald und die Natur, das noch in vielen Großeltern-Köp-

fen steckt, an die Enkel weitergegeben, und es entsteht dabei eine besondere Art der Beziehung.

Wald als Therapeut

Waldaufseher **Lukas Müller** lädt zu einer Wanderung zu forstlichen und jagdlichen Themen, spannende Themen werden dabei interessant verknüpft. Wie die tägliche Arbeit eines Waldaufsehers, der jagdliche Hintergrund, die Arbeit als Bergretter und Wanderführer die waldpädagogische Praxis bereichern kann, zeigt dieses Seminar. Und: nach 17-jähriger Tätigkeit steckt hinter fast jedem Baum auch eine persönliche Geschichte.

Wald in der Suchtprävention und -therapie – Einsichten und Aussichten: In diesem Workshop erzählt **Stefan Lirsch** von seinem Angebot „Waldwandern mit der Heilkraft Natur“ über Erfahrungen am Anton Proksch Institut und wie es von den Patienten angenommen wird sowie von seinen persönlichen Erfahrungen mit Abhängigkeit und Sucht. Im Wald werden Achtsamkeits-Methoden und Sensibilisierungs-

Übungen ausprobiert und vermittelt, die das Gesagte erlebbar machen. Und der Naturgenuss soll dabei auch nicht zu kurz kommen, denn dieser ist wichtig, um Wald und Natur als Ressourcen für das eigene Wohlbefinden und Leben (wieder) zu entdecken.

Im Wald arbeiten und leben – für eine kurze Zeit selbst Förster sein und den wohl abwechslungsreichsten Beruf ausüben, den man sich vorstellen kann. Vom Kartenlesen bis zur Borkenkäferbekämpfung und zum Wildtiermanagement wird viel gelernt und ausprobiert, kindgerecht und doch realitätsnah, und vor allem darf im Forstbetrieb richtig mitgearbeitet und angepackt werden.

Märchen im Wald

Jürgen Ernst beschäftigt sich mit Märchen im Wald. Märchen wurden seit jeher nämlich nicht nur für Kinder, sondern auch für Erwachsene erzählt. Sie behandeln im Bewusstsein vieler Menschen übereinstimmende universelle Probleme, die weltweit Gültigkeit besitzen. Jene Märchen, die universelle menschliche Probleme am ehesten ansprechen, wurden über die Jahrhunderte weitererzählt und auf die Bedürfnisse abgeändert.

Referent **Reinhard Haller** weiß über die positive Wirkung von Naturerlebnissen auf die Psyche und das seelische Wohlbefinden zu berichten, und **Susanne Langmair-Kovács**, Managerin bei den Österr. Bundesforste AG und verantwortlich für Nachhaltigkeit und Umweltschutz, wird über die besondere Verantwortung für natürliche Ressourcen und Lebensräume berichten: Nachhaltigkeit als kommunikative Herausforderung.

Diese und eine Reihe weiterer Referenten werden über die besondere Bedeutung der Waldpädagogik und des Waldes als Erlebnis- und Lebensraum in Bregenz berichten. **FST**



Der Wald ist eine wertvolle Erlebniswelt für Groß und Klein.

Die Waldbademeisterin

Karin Müller-Vögel leitet Lehrgang für Waldbaden.

BREGENZ Shinrin-yoku bedeutet so viel wie Baden in der Waldluft. In Japan und Südkorea ist Shinrin-yoku bereits zu einem festen Bestandteil der Gesundheitsvorsorge geworden. Zudem belegen wissenschaftliche Arbeiten die positiven Auswirkungen des Waldes auf das Wohlbefinden. Waldbaden vermag demnach den Blutdruck zu regulieren sowie Stress zu reduzieren. Ebenso soll der achtsame Aufenthalt im Wald den Körper resistenter gegen Killerzellen machen.

Heilsame Wirkung

Die heilsame Wirkung blieb auch der westlichen Welt nicht verborgen. „Die Nachfrage nach Wald-Angeboten steigt“, bestätigt Karin Müller-Vögel (46) von der Waldschule Bodensee. Deshalb findet nun erstmals ein Waldbade-Zertifikatslehrgang statt. „Die Teilnehmer werden darin geschult, gezielt die Kraft des Waldes wahrzunehmen und weiterzugeben“, erklärt Müller-Vögel. Sie wird den Lehrgang, der von November 2019 bis April 2020 stattfindet, gemeinsam mit Peter Feuersinger von der Forstabteilung der Bezirkshauptmannschaft Bregenz leiten. Hineinschnuppern in



Für Karin Müller-Vögel ist der Wald wie ein zweites Zuhause. PEINTNER

auch immer mehr Erwachsene dafür interessierten, erweiterte die als Verein organisierte Waldschule ihr Angebot. Karin Müller-Vögel erinnert sich: „Es ging um das Aufforsten einer Fläche am Berg Isel in Bregenz. Mehr als 30 Leute kamen, und noch heute besuchen manchen von ihnen ‚ihr‘ Bäumchen.“ Für die Mitarbeiter

des Landes gibt es inzwischen sogar ein Workout im Wald. „Sie können mitarbeiten oder sich einfach entspannen“, berichtet Müller-Vögel und freut sich über die guten Rückmeldungen, die dieses Angebot bringt.

Die Idee mit dem Waldbaden hatte allerdings Thomas Ölz, Fachbe-

„Die Teilnehmer werden geschult, die Kraft des Waldes wahrzunehmen und weiterzugeben.“

Karin Müller-Vögel
Waldschule Bodensee

reichsleiter in der Landwirtschaftskammer. Bei Karin Müller-Vögel rannte er mit seinem Vorschlag offene Türen ein. Der erste Waldbadetag im Mai zog Interessierte aus dem ganzen Land an. Müller-Vögel erzählt von Vermietern aus dem Montafon, die dem Event-Tourismus künftig Ruhe und Entspannung entgegensetzen wollen. Sie goutiert das Umdenken, das sich da anbahnt, aus vollem Herzen, stehen hier doch Mensch und Natur im Mittelpunkt.

Arbeit im Team

Karin Müller-Vögel hat sich von Anfang an für die Waldschule begeistert und übernahm die Öffentlichkeitsarbeit. Zuerst nebenberuflich, dann strampelte sie sich bewusst von anderen Aufgaben frei. Bereit hat sie diese Entscheidung nicht. Inzwischen laufen alle Fäden bei ihr zusammen. „Ich bin so etwas wie die Hausmeisterin der Waldschule“, sagt sie mit einem Lachen. Es ist ihr jedoch ein großes Anliegen, die Plattform als Team zu führen. Was sie schätzt, ist das flexible Arbeiten, das diese Konstellation ermöglicht. Privat kann die 46-jährige ebenfalls zupacken, denn mit ihrem Mann bewirtschaftet sie zehn Hektar Wald und einen Bauernhof. **VN-MM**

Menschen,
die bewegen



die Materie können Interessierte bei einem Impulsnachmittag am Freitag, 27. September 2019, Treffpunkt ist um 14 Uhr bei der Landesbibliothek. Infos zum Lehrgang gibt es um 16 Uhr in der Waldschule.

Die Waldschule Bodensee wurde vor zwölf Jahren gegründet. Ziel war es, durch Aufklärung ein gutes Miteinander von Mensch und Natur zu schaffen. Am Anfang stand die Arbeit mit Schulklassen. Rund 100 nützen jährlich die Möglichkeit von Waldführungen. Als sich

ZUR PERSON

KARIN MÜLLER-VÖGEL

ist mit Begeisterung und Herzblut bei der Waldschule Bodensee dabei
GEBOREN 5. März 1973

AUSBILDUNG Marketing und Öffentlichkeitsarbeit

LAUFBAHN Privatwirtschaft, Waldschule Bodensee

FAMILIE verheiratet, ein Sohn (10)
Infos zum Lehrgang: Tel. 05574/400-191, E-Mail: lfi@lk-vbg.at

pflege auch für Kleinwaldbesitzer/-innen keine Hexerei. Angesichts von Klimawandel und steigenden gesellschaftlichen Ansprüchen an den Wald stehen die Waldeigentümer vor großen Herausforderungen. Die rechtzeitige und vorausschauende Waldpflege ist dabei ein Schlüssel zu funktionsfähigen und ertragreichen Wäldern.

In einem halbtägigen Kurs werden in einem konkreten Jungwald die effiziente und systematische Vorgangsweise bei der Waldpflege vorgestellt und von den Teilnehmern in der Folge selbstständig geübt.

Waldbaden – Schnuppernachmittag

**Freitag, 27. September, 14:00 bis 16:00 Uhr,
Waldschule Bodensee, Bregenz**

Shinrin-yoku – das „Baden in der Waldluft“ – zählt in Japan längst zur Gesundheitsvorsorge. Viel wird darüber auch hierzulande gesprochen, aber was ist es eigentlich genau? Die „Waldbademeister“ der Waldschule Bodensee zeigen Ihnen, was es ist und wie es geht! Entspannung, Entschleunigung, Bewegung im Wald!

Waldbaden, wie sieht das praktisch aus, wie wirkt es auf uns Menschen und welche Wälder eignen sich als Waldluftkurort? Kann das Waldbaden ein Teil der Wald-, Kräuter- oder Naturpädagogik werden, eignet es sich als Geschäftsmodell für den eigenen Wald oder kann es sogar noch mehr?

Im Anschluss an den Impulsnachmittag findet ab 16:00 Uhr die Infoveranstaltung zum Zertifikatslehrgang Waldbaden statt. Dort werden Ihnen noch einmal die genauen Inhalte des ZLG Waldbaden vorgestellt.

Ihr Wissen wächst

www.vbg.lfi.at

Die Veranstaltungen sind kostenpflichtig.

**Anmeldung unbedingt erforderlich beim LFI Vorarlberg:
T 05574/400-191, E lfi@lk-vbg.at**

– Maisfeldtag 2019

Freitag 30.08.2019 um 19.30 Uhr

Wo: Mätzler Stall

tschoferstraße 2, 6930 Bregenz



Sonntagspicknick im Wald

Mit Waldschule Bodensee und Familienbund Natur erleben

Wir nutzen die natürliche Klimaanlage des Waldes und gestalten einen Sonntag im Wald als Picknick als Ausgleich zu den oft heißen und hektischen Stadttagen.

angesprochen sind alle Eltern mit ihren Kindern, Großeltern mit ihren Enkeln, Tanten, Paten, Onkel, den Wald mit allen Sinnen entdecken. Karin Müller-Vögel von der Waldschule wird vielerlich die Zusammenhänge des Ökosystem erläutern und die Besucher in die Geheimnisse des Waldes einweihen. „Nachdem wir auf Entdeckungstour waren und wir neue Spiele kennengelernt haben, werden wir ein gemeinsames Waldbuffet machen. Für kleine Snacks ist gesorgt, für einen größeren Hunger bitte selbst was einpacken“, so Annika Korte vom Familienbund. Spätergang und Picknick finden am Sonntag, 25. August, von 10 bis 13 Uhr statt; Treffpunkt: Raczyński Allee. Anmeldung bis spätestens



Foto: Familienbund

Der kühle, erfrischende Wald eignet sich bestens dazu, den „Hundstagen“ für ein paar Stunden zu entfliehen.

23. August bei info@waldschule-bodensee.at. Sonstige Infos: am besten geeignet für Kinder ab 4, bei Schlechtwetter findet die Veranstaltung trotzdem statt, bitte an passende Kleidung denken, Picknick findet dann im Waldhaus

statt. Jause, Trinkflasche und evtl. Sitzkissen selbst mitbringen. Preise: Mit Familienpass Erwachsene 10, Kinder: 8 Euro; das vierte Kind gratis; regulär: Erwachsene: 15, Kind 12 Euro, das vierte Kind gratis. (red)

Der Lindaupark spielt

Familienspieltag am 17. August 2019 für Groß und Klein

Wissend zu den Sommerferien präsentiert der Lindaupark am Samstag, 17. August 2019 von 11 bis 17 Uhr einen Familienspieltag für Groß und Klein, der garantiert ein Ferienerlebnis mit viel Spaß und Freude für alle werden wird. Angefangen von einer Fun-Olympiade auf dem Vorplatz, über beliebte und bekannte Gesellschaftsspiele wie beispielsweise Mensch-ärgere-Dich-nicht im Riesenformat XXL im ersten Obergeschoss, über Kinderschminken hin zu Glitzer-Tattoos. Beim Familienspieltag im Lindaupark mit Sicherheit für jeden etwas dabei! Wer von den Kindern zum Abschluss einen kleinen Pokal und eine Urkunde mit Nachhausebringen möchte, muss einfach nur einen Laufzettel an den einzelnen Stationen ausfüllen lassen.

Fun-Olympiade auf dem Vorplatz
Die Fun-Olympiade besteht aus folgenden Stationen: Bahnenlauf,

Riesen-Rasenski-Lauf, Turtle-Rennen, Flossenlauf, Rollbrett-Parcours, Mülltonnen-Rennen, Nagebalken und natürlich darf das allseits bekannte Sackhüpfen nicht fehlen.

Spiele im Riesenformat im ersten Obergeschoss

Die Eltern können bei XXL-Mensch-ärgere-Dich-nicht, XXL-Memory, XXL-Domino, XXL-Vier-Gewinnt oder bei dem Geschicklichkeitsspiel Jenga, bei dem besonders große Holzspielsteine zu einem Turm aufgebaut und vorsichtig wieder herausgezogen werden, gegen ihre Kinder oder auch gegen andere Familien spielen. Parallel wird zum Auspowern für alle ein Hip-Hop Hüpfteppich aufgebaut.

Kinderschminken und Glitzer-Tattoos auf dem Vorplatz

Die Kinder dürfen sich ihr Lieblingsmotiv an den extra aufgestellten Pinnwand-Staffeleien

aussuchen und werden mit waserlöslichen Theater-Schminkfarben, die auch für Allergiker geeignet sind, entsprechend geschminkt. Darüber hinaus haben die Kinder eine freie Auswahl an Motivschablonen für Glitzer-Tattoos, die je nach Hautbeschaffenheit bis zu einer Woche halten. Weitere Informationen unter www.lindaupark.de. (Entgeltliche Einschaltung)



Foto: Evgeny Altmanenko

Miteinander für Bregenz

Michael Ritsch

ist Vorsitzender der SPÖ Bregenz



michael@michaelritsch.at
0664 61 41 243



365 Tage Festspiele

Die Bregenzer Festspiele neigen sich dem Ende zu – und einmal mehr hat die Kombination aus hervorragender Regie, atemberaubendem Bühnenbild und einzigartiger Naturkulisse hunderttausende Menschen von Nah und Fern dazu bewegt, in unsere Stadt zu kommen; hier Urlaub zu machen oder zumindest eine Nacht zu bleiben; einzukaufen, sich von unserer Gastronomie verköstigen zu lassen und sich hier zu entspannen. Es ist offensichtlich: Die Festspiele sind einer der wichtigsten Wirtschaftsfaktoren für unsere Stadt.

Großes Potenzial

Bregenz blüht mit den Festspielen auf. Doch eigentlich muss es doch unser Ziel sein, dass Bregenz nicht nur einige Wochen im Sommer ein internationaler Attraktionspol ist, sondern 365 Tage im Jahr.

Der Handel, die Gastronomie und der Tourismus brauchen Impulse, die sie auch abseits des Sommers zum Erblühen bringen. Bregenz hätte dafür enormes Potenzial. Es geht darum, diese Möglichkeiten zu erkennen und auszuschöpfen.

(Entgeltliche Einschaltung)

Umweltwoche

Auch Bregenz wieder mit dabei



Vom 5. bis 16. Juni findet in Vorarlberg zum zehnten Mal die „Umweltwoche“ statt. Im Rahmen von insgesamt 111 Veranstaltungen bietet sie wieder landauf, landab jede Menge Impulse und Tipps. Und so wie andere Städte und Gemeinden ist erneut auch die Landeshauptstadt in Kooperation mit verschiedenen Partnern dabei. Hier ein Überblick über die Events in Bregenz.

Naturkundlicher Streifzug mit dem Rad

Am Donnerstag, 6. Juni, werden von 18 bis 20 Uhr mit dem Fahrrad ausgewählte Orte in Bregenz erkundet, zum Beispiel der Pergarten der Stadtgärtnerei, der Weinhang unterhalb der Oberstadt, ein Bienengarten, das Erawäldele etc. Treffpunkt ist bei der Stadtgärtnerei (Josef-Huter-Straße 3). Bitte unbedingt anmelden, und zwar per E-Mail unter gerold.ender@bregenz.at.

Mobile Infostände

Jugendservice und „aha“ bieten gleich an zwei Tagen und zwei verschiedenen Orten Infos über sich und die Umweltwoche. Zum einen am Donnerstag, 6. Juni, 14 bis 18 Uhr, beim Hafen (zwischen Eisdiele und „Welle“). Hier wird auch das „Reparatur-café“ vorgestellt. Zum anderen am Dienstag, 11. Juni, 12 bis 15 Uhr, auf dem Leutbühel (vor dem GWL). Beide Male kann man an einem Umweltquiz teilnehmen und attraktive Preise gewinnen.

Schutzwald am Känzele

Am Sonntag, 16. Juni, dem „Tag der blühenden Landschaft“, trifft man sich um 9 Uhr an der Fluherstraße (Abzweigung Gebhardsberg/Haltestelle 12c). Bis um 12 Uhr soll gemeinsam mit der Waldschule Bodensee ein genauerer Blick in den revitalisierten Wald geworfen werden, der sich heute – 20 Jahre nach Sturm „Lothar“ – artenreicher präsentiert als je zuvor. Dabei geht es unter anderem auch um Bienen und ihre Erzeugnisse und um die heilende Wirkung eines blühenden Waldes.

Als Ansprechpartner bei der Exkursion mit dabei sind Waldaufseher Lukas Müller, Imker Peter Vogel sowie Wald- und Kräuterpädagogin Karin Müller-Vögel.

Bunter Schulhof

Ebenfalls am Sonntag, 16. Juni, wird von 13 bis 16 Uhr in die Volksschule Augasse eingeladen. Eugen Sturmlechner erklärt die Prinzipien des naturnahen Pausenhofes. Er wurde 2014 von der Stadtgärtnerei nach den Plänen von Naturgärtner Dr. Reinhard Witt mit Hilfe der Kinder, Lehrpersonen und Eltern umgestaltet und bietet seither eine hohe Spiel- und Aufenthaltsqualität.

Alle Events der Umweltwoche 2019:
www.umwelt.at/kalender/

Junge Gäste zu Besuch

Zweiter Gemeinschaftsgarten in Bregenz geplant

Auf Grundstück nahe dem Sozialzentrum Mariahilf.

BREGENZ Vor drei Jahren hat die Stadt in der Bregenzer Achsiedlung mithilfe engagierter Bewohner einen ersten Gemeinschaftsgarten angelegt. Der durchschlagende Erfolg dieser Idee hat nun dazu geführt, dass jetzt der Bregenzer Stadtrat grünes Licht für ein weiteres, vergleichbares Projekt beim Stadtteilzentrum Mariahilf gegeben hat. Nach Gesprächen mit der

VOGEWOSI, der Stiftung Liebenau sowie Bewohnern soll dieser Gemeinschaftsgarten auf dem Grundstück zwischen den „Lebensräumen für Jung und Alt“ und dem Sozialzentrum Mariahilf errichtet werden.

Hochbeete für Kräuter, Gemüse

Unter der Federführung des Stadtteilbüros sowie mit Starthilfe und Unterstützung der

Stadtgärtnerei und der Stiftung Liebenau werden unter anderem drei Hochbeete für Gemüse und Kräuter, ein Garten mit Beeren etc. angelegt. Auch Bewohner der „Lebensräume für Jung und Alt“ machen beim Aufbau und der späteren Pflege mit. Die Hochbeete aus Holz kommen von der Arbeitsinitiative INTEGRA.

Der neue Gemeinschaftsgarten soll die Zusammengehörig-

keit vor Ort stärken. Deshalb sind – ganz nach dem bereits vorliegenden Konzept für die Gemeinschaftsarbeit in dem Quartier – auch Kinder des Kindergartens oder ältere Personen aus dem Sozialzentrum aufgerufen mitzuwirken, damit ein natürlicher Ort der Begegnung und Kommunikation aller Generationen entstehen und erhalten werden kann. **FST**

Den Wald im Frühling gemeinsam entdecken

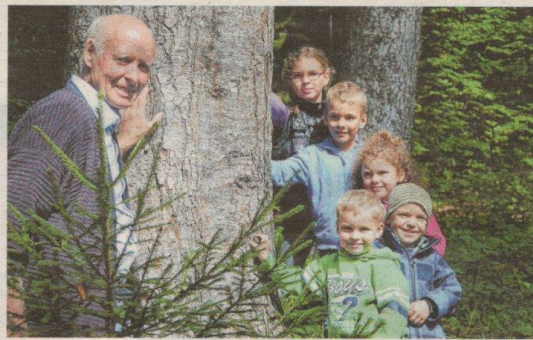
Waldschule bietet generationsübergreifende Infotage in der Natur.

BREGENZ Ostern steht vor der Tür, die Baumsäfte beginnen zu fließen und die Zeit des Wachstums geht so richtig los. Da lohnt es sich, mit allen Sinnen in die vielseitige Welt des Waldökosystems einzutauchen.

Heute, am Gründonnerstag, bietet die Waldschule Bodensee von 10 bis 13 Uhr allen unternehmungslustigen Großeltern mit ihren Enkeln einen besonderen Blick in den Bregenzer Stadtwald. Spannend ist es, einmal den zuckerhaltigen Birkensaft zu verkosten. Der Saft, der ab dem Februar – wenn der Schnee zu schmelzen beginnt – bis zum Blattaustrieb fließt, versorgt den Baum im Frühjahr mit neuer Energie. Und dasselbe macht er auch mit den Menschen.

Nützliches aus der Natur

Der Birkensaft sagt man, reinigt und entschlackt den Körper und vertreibt damit die Frühjahrsmüdigkeit. Und Ähnliches können auch die Frühjahrsblüher: so zum Beispiel der Hufblattich, dessen Blüten vor dem Blattaustrieb erscheinen oder der Bärlauch, der bald wieder unter der Erde verschwunden sein wird. Sie nut-



Heute, am Gründonnerstag, bietet die Waldschule Bodensee von 10 bis 13 Uhr einen besonderen Blick in den Bregenzer Stadtwald.

WALDSCHULE

zen die kurze Zeit, bis sich das Blätterdach schließt, denn bis dahin gelangt noch viel Sonnenlicht auf den Waldboden und unterstützen damit das Wachstum. Es geht also im Frühlingwald um den Neubeginn, um das Zusammenspiel der Generationen, aber auch um Wohlbefinden und Gesundheit.

Die Naturkreisläufe

Das Grün, das im Frühjahr in Wald und Wiese aus dem Boden sprießt, hilft dem Menschen nach der langen Winterzeit auf die Sprünge. Und dieses Grün ist auch die Basis der Gründonnerstagsuppe, die nach dem Streifzug durch den Wald im Waldhaus gemeinsam gekocht wird. Dabei erfahren die Teilnehmer auch,

was das Osterfest mit den Kreisläufen in der Natur zu tun hat und sicher hat da der eine oder andere Großelternteil noch ein Geheimrezept oder eine Geschichte aus vergangener Zeit parat...

Wissen weitergeben

Großeltern/Enkel-Tage der Waldschule Bodensee aktivieren das Wissen über den Wald, über die Natur, das noch bei vielen Großeltern vorhanden ist und das auch gerne weitergegeben wird. Sie veranschaulichen, dass das Zusammenspiel im Wald auch etwas mit dem generationenübergreifenden menschlichen Zusammenspiel zu tun hat und können eine besondere, Beziehung stärkende Aktivität sein. Und aus der Resilienz-Forschung weiß

man inzwischen, dass stabile und verlässliche Beziehungen in der Kindheit eine wichtige Grundlage schaffen, um später mit Krisen konstruktiv umgehen zu können.

Lebensraum Wald im Fokus

Die Großeltern/Enkel-Tage werden von der Waldschule Bodensee organisiert. Eine waldpädagogische Einrichtung, die vor über zehn Jahren mit dem Ziel gegründet wurde, Kindern, Jugendlichen, Erwachsenen, aber auch Unternehmen und Organisationen den spannenden und vielseitigen Lebensraum Wald näherzubringen. Der aktive, oft spielerische Zugang soll Einblicke in die Vielseitigkeit des Waldes bieten und die Wertschätzung gegenüber diesem besonderen Lebensraum steigern. Denn der Wald ist nicht nur ein vielseitiges Ökosystem mit einer artenreichen Tier- und Pflanzenwelt, sondern auch Holzlieferant und Schutz für unsere Siedlungsgebiete.

Zu so einem Großeltern/Enkel-Tag lädt die Waldschule heute, am Gründonnerstag, 18. April, von 10 bis 13 Uhr. Empfohlenes Alter: fünf bis zwölf Jahre. Treffpunkt (bei jeder Witterung) ist der Parkplatz gegenüber der Landesbibliothek, öffentlich mit der Buslinie 12c zu erreichen. Weitere Infos unter www.waldschule-bodensee.at. **FST**



Angebote bei der Waldschule Bodensee

In der Waldschule werden heuer wieder ein Vielzahl von Kursen angeboten, die zusammen mit den Partnern, dem LFI Vorarlberg, der Volkshochschule Bregenz und der inatura entwickelt wurden. Unter anderem ist der **"Großeltern/Enkel-Tag"** am Gründonnerstag (18. April 2019), der Kurs **"Huflattich, Waldmeister, Bärlauch und Co."** (11. April 2019) also ein Tag über die Frühlingsblüher und Ihrer Wirkung auf den Menschen, eine **"Spurensuche im Wald"** (24. Mai 2019), ein **"Crashkurs Wald"** (27. April 2019), ein **"Waldbaden"** (10. Mai 2019) oder ein **"Waldspaziergang"** (23. März 2019) mit Schriftsteller Peter Natter und Landesforstdirektor Andreas Ammann.

Einen inhaltlichen Spagat leistet sich die Schule dann am 21. Juni zur Sommer-sonnwend. Am Nachmittag wagen sich die Teilnehmer in Kooperation mit der inatura mit Peter Feuersinger und Christian Natter in die Bregenzerachschlucht und wer es lieber ruhiger angeht, kann dann am Abend bei Yoga im Wald und Sonnwendfeuer beim Waldhaus Gesellschaft dabei sein. Es geht natürlich auch Beides - Spannung und Entspannung... wie im richtigen Leben!

Weiter Informationen: Verein Stadt:Wald, Waldschule Bodensee, info@waldschule-bodensee.at, <http://waldschule-bodensee.at>

Vorbildlich: Mission ZeroV

Erste klimaneutrale Landesverwaltung

In der Sitzung des Vorarlberger Landtages vom 13.12.2018 wurde unter dem Titel „Mission ZeroV“ die Umsetzung einer klimaneutralen Verwaltung von allen Parteien einstimmig beschlossen. In der richtungsweisenden Entscheidung wird die Landesverwaltung mit den Landesgebäuden und dem Fahrzeugpool bereits ab 2019 klimaneutral organisiert. Es wurden bereits einige Anstrengungen unternommen, Verbesserung zu erreichen. Die derzeitigen CO₂ Emissionen der Landesverwaltung werden mit einer anerkannten Klima-Abgabe ausgeglichen, die wiederum regionalen Energieprojekten zu Gute kommt. Bis 2040 soll im eigenen Wirkungsbereich der Energiebedarf der Landesgebäude und des Fahrzeugpools höchstmöglich reduziert werden und der Rest durch erneuerbare Energieträger gedeckt werden. Dazu gehört auch die Dachflächen mit Photovoltaikanlagen auszurüsten und den Strombedarf 100% aus erneuerbaren Energiequellen zu decken.

Pionier und Vorbild

Der einstimmige Beschluss hat absoluten Pioniercharakter und bringt eine „Mission ZeroV“-Vorbildwirkung für andere Länder

in Österreich, aber auch darüber hinaus. Schlussendlich sind aber auch alle Unternehmen und wir alle aufgefordert unseren Beitrag zu leisten.

Damit wurde auch ein Teil einer Petition erfüllt, die die Arge Erneuerbare Energie bereits im Sommer beim Landtag eingebracht hat. Darüber hinaus wird in der angesprochenen Petition die Einführung einer Landesenergieabgabe bzw. einer CO₂-Kompensationsbetrages für die leitungsgebundenen Energieträger Strom und Gas gefordert. Damit soll die erforderliche Investitions- und Planungssicherheit für die beschlossene Energieautonomie geschaffen werden. Die Petition wird auch vom Vorarlberger Waldverein unterstützt.

Persönlicher Klimacent

Über die Arge Erneuerbare Energie kann jeder ein persönliche „Klimacentvereinbarung“ abschließen, mit der man freiwillig für die eigenen verursachten CO₂ Emissionen einen „Klimacent“ leisten kann. Mit den gesammelten Mittel werden dann Projekte für den Klimaschutz unterstützt (Infos und Förderungsvereinbarung unter www.klimacent.at).



Vorbildlicher Beschluss im Landtag. Jetzt müssen mit einer verbesserten Finanzierungssicherheit weitere Maßnahmen entwickelt und umgesetzt werden (z.B. Stromausbau mit Holzenergie)