

# NATURZYT

Das Magazin für naturbewusstes und nachhaltiges Leben in der Schweiz.



Wolfsspuren

**Das Märchen vom bösen Wolf**



Fährtenlese

**Im wilden Osten der Schweiz**

Berner Oberland

## Auf den Spuren der Natur, Sagen und Mythen

Sinnvoll

**Omas Möbel –  
Aus Alt mach Neu**

Schützen

**Augen auf beim  
Papierkauf**

Schweiz erleben

**Mit der Bahn ins  
Wanderparadies**



# Täglich lernen

## Liebe Leserin, lieber Leser

Gewinnoptimierung, Wachstumssteigerung, Stellenabbau von Mitarbeitern, weil der Milliarden-gewinn in diesem Jahr um 10% zurückgegangen ist. In der Wirtschaft müssen wir täglich lernen, um in unserem Fachgebiet à jour zu bleiben und diese Leistungen erbringen zu können.

Bereits in der Schule, in der Grundausbildung werden wir darauf vorbereitet – im Berufsleben ist stetige Weiterbildung gefragt, um in seinem Fachgebiet ein Spezialist zu bleiben. Viele leiden bereits heute unter dem Druck, dem Stress – einige landen im Bournout, andere nehmen sich das Leben, weil sie damit nicht mehr klar kommen.

## Trend zurück zur Natur

Deshalb geht der Trend zum Ausgleich «zurück zur Natur», in die natürliche Freizeit, in unsere Berge zum Entspannen, Biken, Wandern, Baden im See oder Skifahren. Viele Medien nehmen diesen Trend auf – zeigen die schöne Schweizer Natur, Gourmetfreuden auf der Alp, Wander- und Ausflugsziele. Alte Traditionen, die am Aussterben sind. Zurück zur Besinnung, zur Entschleunigung, zurück zur Natur, um anschliessend mit genügend Power im Arbeitsalltag, erholt und motiviert, unsere Leistung erbringen zu können.

Daraus lernen wir täglich – ein Ausgleich ist wichtig. Dass wir uns richtig verstehen – auch wir finden diesen Trend in Ordnung, stellen uns aber die Frage, ob dieser Trend ohne Rücksicht auf die Natur in 20 oder 50 Jahren noch möglich ist – ohne dass wir lernen, auch Rücksicht zu nehmen.

## Alles ist ersetzbar

Alles kann ersetzt werden, das lernt uns unsere «Wegwerfgesellschaft» – es ist genügend Geld vorhanden – wo liegt also das Problem? Genau hier.

Achtlos, nicht mal absichtlich, biken wir auf speziellen Strecken durch den Wald, denn das Angebot ist da! Nach der Wanderung auf den Gipfel stehen wir vor vollen Restaurants – wir sind

nicht die einzigen, also wird die Infrastruktur in den Bergen weiter ausgebaut – das Bedürfnis der Konsumenten ist vorhanden und rechtfertigt diese Massnahme. Wir staunen über einige Mitmenschen, die achtlos ihren Abfall entsorgt haben, welchen wir bei Wanderungen immer wieder begegnen. Weshalb soll ich diesen mitnehmen – bei irgendeiner Bergputzete wird dieser dann entsorgt.

Das soll kein Vorwurf sein – wir haben es einfach nicht gelernt oder verlernt achtsam zu sein, schliesslich sind wir eine Konsumgesellschaft – die Angebote werden auf unseren Konsum ausgerichtet, also ist der Anbieter in der Pflicht – schliesslich zahlen wir für den Konsum «Zurück zur Natur». Und die Medien zeigen uns, was wo im Bereich «Zurück zur Natur» erlebt werden kann.

## Medien stehen in der Pflicht

Wir Medien stehen in der Pflicht – nicht nur den natürlichen Konsum zu kommunizieren, sondern auch zu sensibilisieren, aufzuzeigen und vorzuleben. Das gilt auch für NATURZYT – so schützen wir mit dieser Ausgabe mehr Wald und Klima, denn auch wir lernen dazu – das FSC-Mix-Papier wohl nachhaltig ist, aber nicht gut genug. Mehr dazu auf Seite 36.



Michael Knaus lernt gerade, dass nicht immer alles gerade wächst.

## Für jedes Abonnement CHF 10.00 für den Naturschutz

NATURZYT kommuniziert nicht nur Natur – wir helfen mit zu schützen. Deshalb unterstützen wir Naturprojekte von verschiedenen Organisationen mit CHF 10.00 je Abonnement im Jahr. Denn

NATURZYT steht für:

**NATUR** – für Natur erleben, Natur sehen, die Artenvielfalt der Natur erhalten – die Natur in der Schweiz kennen, schätzen und schützen lernen.

**ZYT** um umzudenken – für nachhaltiges, umweltbewusstes Leben in der Schweiz – im Garten, beim Bauen und Wohnen, in der Mobilität, beim Konsum, in der Freizeit und beim Reisen in der Schweiz – um die Natur zu erhalten.

## Ihr Michael Knaus



10 Auf Fährtenlese



20 Der Wolf – Grimm vs. Realität



41 Aus Alt mach Neu



50 Auf Du und Du mit der Natur

## Inhalt

- 3 Editorial
- 4 Inhaltsverzeichnis
- 6 Leserbrief
- 6 NATURZYT goes Down Under
- 7 Wissenswertes
- Isst der Igel Obst? Wie clever sind Raben?
- 8 Entdeckt & Fair
- Mode mit sozialer Verantwortung. Exotisch fruchtig.
- 18 Fotowettbewerb
- Die Top 5-Gewinner des Fotowettbewerbs  
«Herbst erleben»
- 66 Vorschau Dezember
- 66 Impressum

## Natur

- 10 Im wilden Osten
- Auf Fährtenlese im Schweizerischen Nationalpark.  
Haben wir in der technisierten Welt von heute den  
direkten Zugang zur Natur verloren?

- 20 Das Märchen vom bösen Wolf
- Viele haben Angst vor dem Wolf – einem Raubtier – eine  
Gefahr für Mensch und Tier. Brauchen wir ihn wirklich zu  
fürchten. Märchen oder Wahrheit?

## ProSpecieRara

- 26 Der Kürbis – eine besondere Beere
- Die Früchte «Canada Crookneck», «Yokohama» – der  
Reisenkürbis «Galeux d'Eysines» und der kleine «Pomme  
d'or» unterscheiden sich markant im Geschmack.  
«Olive» und «Violina» sind kulinarische Köstlichkeiten.
- 30 Traditionelles Handwerk neu belebt
- Selber vermehren oder die Samen in Hülle und Fülle  
im Handelssortiment kaufen? Ein traditionelles Handwerk  
neu entdeckt – der Samenbau.



## 36 Wald und Klima schützen



## 54 Berner Oberland

### Nachhaltig Leben

- 32 Claudias naturnaher Garten**  
Wertvoll für Bienen und Schmetterlinge – Herbstblühende Blumen.
- 36 Papier ist aus unserem Alltag nicht mehr wegzudenken.**  
Wald und Klima schützen mit der richtigen Papierwahl und Optimierung des Papierverbrauches.
- 41 Wohn-Design – aus Alt mach Neu**  
Wie Omas und Opas Qualitätsmöbel in neuem Glanz erstrahlen.

### Natur erleben

- 44 Ganzheitliches Wahrnehmen**  
Dort, wo ich wohne, umgibt mich eine Landschaft von wilder Schönheit. Ich schaue auf das Land und lausche den Geschichten.

- 48 Mutter Naturs Hausapotheke**  
Dagegen ist ein Kraut gewachsen. Unkraut gibt es nicht, denn jedes Kraut hat einen Nutzen.
- 50 Auf Du und Du mit der Natur**  
Der Wald ist mehr – wenn man bereit ist, sich auf ihn einzulassen, lernt man die Heimat vieler Tiere und Pflanzen kennen.

### Ferien und Freizeit

- 54 Auf den Spuren der Natur, Sagen und Mythen**  
NATURZYT war auf Streifzug durchs Berner Oberland – auf den Spuren der Natur, Sagen und Mythen.
- 61 Aus der Küche des Berner Oberlands**  
«Chäsbrätel», «Alti Lengger Brotsuppe», «Brienzer Krapfen», «Meringues» – einfach und schnell zubereitet.
- 62 Herbstwandern**  
Herbstliche Wälder und Täler, mit der Bahn die Schweiz erleben.