



CIPRA

DEUTSCHE AUSGABE ISSN 2305-9834

SZENEALPEN

DAS THEMENHEFT DER CIPRA

NR. 111/2024



Gesunde Alpen,
gesunde Menschen

Risiken und Nebenwirkungen der Klimakrise

Editorial Seite 3

Das Gesicht der Alpen

Klimasenioren Pia Hollenstein im Porträt Seite 4

Gesunde Alpen, gesunde Menschen

Wie gesund sind die Alpen noch?

Neue Stressfaktoren, Anpassung und Schutz Seite 5

Wenn das Klima krank macht

Hitze, Allergien und verschmutzte Luft Seite 8

Von der Hitzeinsel zur Schwammstadt

Gute Beispiele für gesündere Gemeinden Seite 10

Berge als Therapie

Heilsame Bewegung in der Natur Seite 11

Panorama

Kreuzworträtsel: Gesunde Ernährung, gesunder Planet Seite 12

«Die allermeisten Leute haben ja Lust auf Zukunft»

Im Gespräch mit der Ärztin Bea Albermann Seite 14

«Kollektivistischer zu denken, ist eine grosse Chance»

Interview mit der Umweltpsychologin Anna Pribil Seite 17

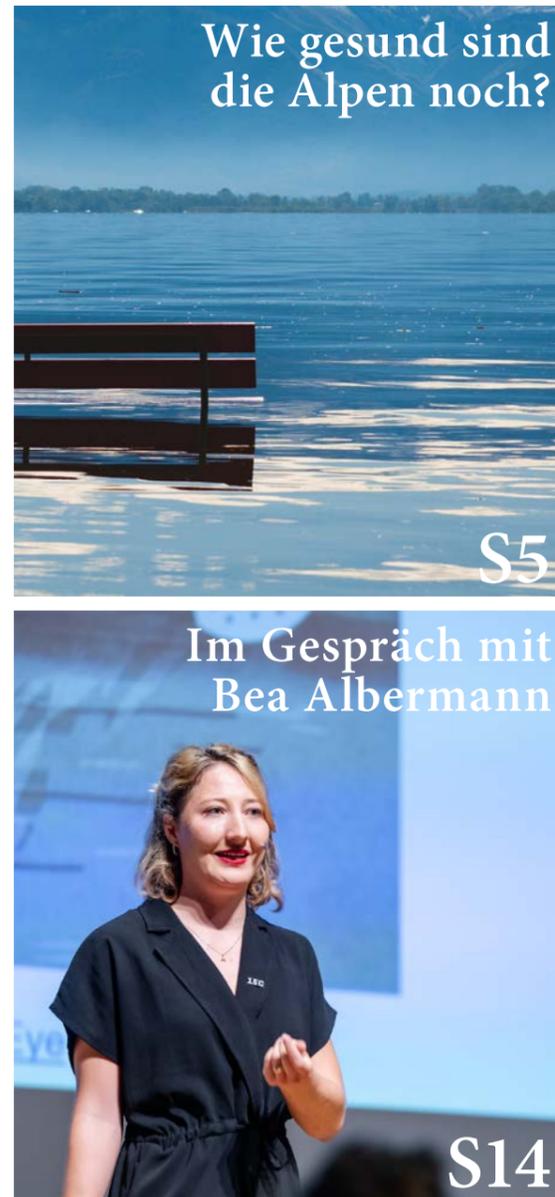
Klimaerfahrungen aus dem Alpenraum

Sieben Betroffene aus sieben Regionen Seite 18

Seitenblick 20 Jahre AlpenWoche!

Eine Plattform für nachhaltige Entwicklung Seite 20

Dies & Das Seite 22 **Punkt** Seite 23 **Vorschau** Seite 24



Schaan/LI, Juni 2024

Liebe Leser:innen,

erinnern Sie sich an die Hitzewelle im Juni 2023? Mit bangem Blick verfolgte ich die Wettervorhersage, denn unser «ZukunftsForum Alpen» in Liechtenstein stand kurz bevor: Es sollte 36 Grad heiss werden am Tag der Veranstaltung. Ich bekam kurz Panik, da ich mir nicht vorstellen konnte, wie wir bei dieser Hitze eine angenehme Atmosphäre in einem Konferenzsaal schaffen sollten. Ich begann zu überlegen: Welche Möglichkeiten zur Abkühlung könnten wir anbieten? Sollten wir die Exkursionen in höhere Lagen verschieben? Was tun wir, wenn eine Person einen Hitzschlag erleidet?

Unabhängig vom Wetter war Hitze am ZukunftsForum Alpen tatsächlich ein Diskussionsthema, denn der Titel lautete «Meine Gesundheit, unser Klima». Aber nicht nur Hitze, sondern auch viele andere Auswirkungen der Klimakrise beeinflussen unsere Gesundheit: Naturkatastrophen fordern Menschenleben, Tigermücken verbreiten sich und damit auch neue Krankheiten, Allergien nehmen zu und unsere Psyche leidet. Doch am ZukunftsForum Alpen diskutierten Teilnehmende nicht nur Ängste und Risiken, sondern auch Synergien zwischen Gesundheitsförderung und Klimakrise: Fahrradfahren statt Autofahren, regionale und saisonale Ernährung, ökologische Landwirtschaft, Bäume und Wasser im Siedlungsraum und andere, von der Natur inspirierte Lösungsansätze.

Der Alpenraum mit seinen einzigartigen Naturlandschaften und den verschiedenen Höhenlagen bietet ein enormes Potenzial, weshalb



wir uns zusammentun müssen, um diesen einzigartigen Gesundheitsschatz zu erhalten. Am ZukunftsForum Alpen kamen Menschen aus verschiedenen Alpenländern und mit unterschiedlichen Hintergründen zusammen, tauschten Wissen aus und vernetzten sich. Das machte mir eines klar: Durch gemeinsames Handeln können wir unsere Wirkung vervielfachen. Die Klimakrise zu bekämpfen ist nämlich nicht nur unausweichlich, um die Natur zu schützen, sondern auch um unsere eigene Gesundheit nicht zu gefährden. Meine letztjährigen Hitze-Sorgen vor der Veranstaltung bestätigten sich übrigens nicht: Am ersten Tag hatte es 20 Grad mit leichtem Regen.

Anna Mehrmann

Event- und Kommunikationsmanagerin
bei CIPRA International

DIE CIPRA, EINE VIELFÄLTIGE UND VIELGESTALTIGE ORGANISATION

Die Internationale Alpenschutzkommission CIPRA ist eine nichtstaatliche Dachorganisation mit Vertretungen in allen sieben Alpenländern, die über 100 Verbände und Organisationen vertritt. Sie arbeitet für eine nachhaltige Entwicklung in den Alpen und setzt sich für die Erhaltung des Natur- und Kulturerbes, der regionalen Vielfalt und für Lösungen grenzüberschreitender Probleme im Alpenraum ein.

IMPRESSUM

Herausgeberin: CIPRA International

Redaktion: Anna Mehrmann, Michael Gams (verantwortlich)

Mitwirkende: Marco Battain, Caroline Begle, Heinz Fuchsig, Michael Gams, Magdalena Holzer, Veronika Hribernik, Sophie Mahlknecht, Anna Mehrmann, Veruska Muccione

Übersetzungen: Lea Burjan, Reinhold Ferrari, Maria Nievoll

Korrektur: Caroline Begle, Inês Hubert, Francesco Pastorelli, Nina Pirc

Layout: Jenni Kuck

Druck: Vorarlberger Verlagsanstalt GmbH/A **Gesamtauflage:** 12'000 Stück

Erscheint periodisch in deutscher, französischer, italienischer und slowenischer Sprache. Ein Nachdruck der Beiträge in diesem Heft ist auf Anfrage und unter Quellenangabe gestattet. Belegexemplar erwünscht.

Abonnements: SzeneAlpen kann kostenlos bezogen werden bei CIPRA International: international@cipra.org oder www.cipra.org/szenealpen.

SzeneAlpen wird von CIPRA International mit freundlicher Unterstützung des Bundesministeriums für Umwelt, Naturschutz und nukleare Sicherheit, des Landes Liechtenstein und der Aage V. Jensen Charity Foundation herausgegeben.



CIPRA INTERNATIONAL

Kirchstrasse 5, LI-9494 Schaan
Tel.: +423 237 53 53 **E-Mail:** international@cipra.org
Web: www.cipra.org

NATIONALE VERTRETUNGEN

CIPRA Österreich

Dresdner Straße 82/7, OG, A-1200 Wien
Tel.: +43 1 401 13 21 **E-Mail:** oesterreich@cipra.org
Web: www.cipra.org/at

CIPRA Schweiz

Birkenweg 61, CH-3013 Bern
Tel.: +41 078 267 53 90 **E-Mail:** schweiz@cipra.org
Web: www.cipra.ch

CIPRA Deutschland

c/o Bund Naturschutz,
Pettenkoflerstraße 10a, D-80336 München
Tel.: +49 89 23 23 98 40 **E-Mail:** deutschland@cipra.org
Web: www.cipra.de

CIPRA Frankreich

5, Place Bir Hakeim, F-3800 Grenoble
Tel.: +33 476 42 87 06 **E-Mail:** france@cipra.org
Web: www.cipra.org/fr

CIPRA Liechtenstein

c/o LGU, Kirchstrasse 5, LI-9494 Schaan
Tel.: +423 232 52 62 **E-Mail:** liechtenstein@cipra.org
Web: www.cipra.org/li

CIPRA Italien

c/o Pro Natura, Via Pastrengo 13, I-10128 Torino
Tel.: +39 011 54 86 26 **E-Mail:** italia@cipra.org
Web: www.cipra.org/it

CIPRA Slowenien

Društvo za varstvo Alp, Trubarjeva cesta 50, SI-1000 Ljubljana
Tel.: +386 59 071 322 **E-Mail:** slovenija@cipra.org
Web: www.cipra.org/si

REGIONALE VERTRETUNG

CIPRA Südtirol / Alto Adige

c/o Dachv. für Natur- und Umweltschutz,
Kornplatz 10, I-39100 Bozen
Tel.: +39 0471 97 37 00 **E-Mail:** info@umwelt.bz.it
Web: www.umwelt.bz.it

Förderndes Mitglied

Niederländischer Kletter- und
Bergsteigerverband (NKBV)
Houttuinlaan 16A, NL-3447 GM Woerden
Tel.: +31 34 84 09 521 **E-Mail:** info@nkbv.nl
Web: https://nkbv.nl



Für Pia Hollenstein ist Klimaschutz ein Menschenrecht.

Die Klimaseniorin

«Unser einziger Vereinszweck ist, die Schweiz zu verklagen», meint Pia Hollenstein und lächelt dabei verschmitzt. Wer mit acht Geschwistern auf einem Schweizer Bergbauernhof aufwächst, lernt zwangsläufig, sich durchzusetzen. Wenn nötig, vor Gericht. «Eine Geiss

bindet man nicht an», meinte schon der Vater zur damals siebenjährigen Pia. Also hütete sie die Ziege, bevor sie sich auf den Weg in die Schule machte. Als ehemalige Grüne Nationalrätin, Pflegefachfrau und Berufsschullehrerin beschäftigt sich Pia Hollenstein schon ein Leben lang mit der Natur und mit Gesundheitsfragen – auch abseits ihrer Heimat. Drei Jahre lang leitete sie ein Health Center in Papua-Neuguinea. Danach sei ihr «immer bewusster geworden, wie wichtig Umweltschutz ist». Sie demonstrierte in Bern gegen das Waldsterben. 1991 eroberte sie den ersten Sitz für die Grünen im Nationalrat. Den Klimawandel erstmals wahrgenommen habe sie durch ihre Bergtouren auf den Viertausendern der Schweiz. Als sie Jahrzehnte später dieselben Berge besuchte, musste sie eine Stunde länger laufen, «weil einfach alles Geröll war und kein Schnee mehr.» Das brachte Pia zum Nachdenken. «Ich finde es schlimm, wenn wir für unser wertvolles Gletscherwasser nicht Sorge tragen.» Mit 73 könnte sie eigentlich ihren Ruhestand geniessen. Stattdessen fuhr sie am 29. März 2023 mit anderen Frauen des Vereins «Klimaseniorinnen Schweiz» zum Europäischen Gerichtshof für Menschenrechte nach Strassburg. Dort fand die öffentliche Anhörung ihrer Klage für das Recht auf Gesundheit statt, die sie zwei Jahre zuvor eingereicht hatten. In der Schweiz waren sie bei allen rechtlichen Instanzen abgeblitzt, bis hinauf zum Bundesverfassungsgericht. Studien zufolge sind ältere Frauen gesundheitlich stärker von

Pia Hollenstein findet, die Schweiz unternimmt zu wenig gegen steigende Gesundheitsrisiken durch den Klimawandel. Die 73-Jährige reichte deshalb gemeinsam mit 2'600 anderen Klimaseniorinnen eine Klage beim Europäischen Gerichtshof für Menschenrechte ein – mit Erfolg.

Hitzewellen betroffen als etwa Männer. Also gründeten sich 2016 mit Unterstützung von Greenpeace die KlimaSeniorinnen – mit inzwischen rund 2'600 Klägerinnen. «Erstmals wird eine Menschenrechtsverletzung eingeklagt, nicht einfach nur der Umweltschutz», erklärt Pia Hollenstein. Die Klage erregt internationales Aufsehen, Pia gab schon dutzende Interviews – sogar dem australischen Radio und einer Journalistin aus den Arabischen Emiraten. Die hätten sich für «diese alten Frauen aus der Schweiz» interessiert. Pias humorvolle und entschlossene Art beeindruckt. Sie hält Ansprachen bei «Fridays for Future» und nimmt als Katholikin an kirchlichen Anlässen zum Klimaschutz teil. «So erreicht man einen wichtigen Teil der Bevölkerung, der noch viel mehr tun könnte als jetzt.» Sie werde öfter in protestantische als in katholische Gemeinden eingeladen. «Dort ist mehr Bewusstsein vorhanden.» Sie gehe viel in die Natur, das bringe ihr nicht nur körperlich etwas, sondern auch seelisch. «Das hilft mir, überhaupt noch die nötige Power zu haben.» Immer noch wandert und klettert sie, allerdings nicht mehr auf Viertausendern – dafür sei sie zu langsam. «Ich bewege mich viel und habe eine positive Grundeinstellung zum Leben.» Das Durchhaltevermögen von Pia und den anderen KlimaSeniorinnen machte sich schlussendlich bezahlt: Am 9. April 2024 urteilte die Grosse Kammer des Europäischen Gerichtshofs für Menschenrechte, dass die Schweiz die Menschenrechte der älteren Frauen verletzt, weil das Land nicht das Nötige gegen die fortschreitende Klimaerwärmung tut. ▲

Michael Gams,
CIPRA International

Foto: Caroline Minjolle

Wie gesund sind die Alpen noch?

Hitze, Erdbeben, Überschwemmungen: Der Alpenraum ist stark von der Klimakrise betroffen. Gleichzeitig bietet der Alpenraum mit seinen einzigartigen Naturlandschaften und den verschiedenen Höhenlagen ein enormes Gesundheitspotenzial für uns Menschen.



Über die Ufer getreten:
Der Lago Maggiore zwischen Italien
und der Schweiz

Foto: matsilvan/istock



Die Alpen als Katastrophengebiet...



... und als Urlaubsparadies.



Veruska Muccione ist leitende Wissenschaftlerin am Geographischen Institut der Universität Zürich und Wissenschaftlerin im Stab der Eidg. Forschungsanstalt für Wald, Schnee und Landschaft, WSL. Ihre Forschung konzentriert sich auf Klimarisiken, Anpassung und Anpassungsentscheidungen mit besonderem Augenmerk auf Bergregionen und städtische Gebiete. Sie hat mehrere nationale und internationale Forschungsprojekte geleitet, die darauf abzielen, die Auswirkungen des Klimawandels auf Wasserressourcen, Naturgefahren und Gesundheit sowie die Bewertung von Anpassungslösungen zu verstehen. Zudem war sie Hauptautorin in der Arbeitsgruppe II des Sechsten Sachstandsberichts des IPCC, Kapitel Europa und Querschnittskapitel Berge.

Der Klimawandel verändert das Risikoprofil des Alpenraums und seiner angrenzenden Regionen. Es wird immer deutlicher, wie sehr die Gesundheit dieses Lebensraums und seiner Bewohner:innen mit dem Rhythmus des Klimas verwoben ist. Im letzten Jahrzehnt haben langanhaltende Hitze- und Trockenperioden die alpinen Ökosysteme und die von ihnen abhängigen Gemeinschaften stark in Mitleidenschaft gezogen. Zu den Auswirkungen gehören der Rückgang der Höhe und Dauer der Schneebedeckung in niedrigen Lagen, der Verlust an Gletschermasse, das verstärkte Auftauen des Permafrostes, immer mehr und immer grössere Gletscherseen. Insgesamt werden sich diese Trends im 21. Jahrhundert fortsetzen oder möglicherweise noch verstärken (je nach Klimaszenarien), was negative Folgen für die Gebirgskryosphäre, die Biodiversität, die Ökosystemleistungen und das menschliche Wohlbefinden hat.

NEUE STRESSFAKTOREN

Die derzeitige Forschung zu den Auswirkungen des Klimawandels in Gebirgsregionen hat sich bisher nur am Rande mit den Auswirkungen steigender Temperaturen auf die Gesundheit und den komplizierten Zusammenhängen zwischen Berg- und Flachland befasst. Die Bemühungen, die Konsequenzen zu verstehen, haben sich oft auf

die ökologischen und hydrologischen Veränderungen in den Alpen konzentriert und dabei teilweise die wichtige gesundheitliche Dimension übersehen. Doch gerade in der einzigartigen Wechselwirkung zwischen Höhenlage und Klima liegen wichtige Erkenntnisse über die gesundheitlichen Folgen verborgen. Die lokale Fauna und Flora sowie die menschliche Bevölkerung, die sich seit langem an ein kühleres Klima angepasst haben, sehen sich mit noch nie dagewesenen Stressfaktoren konfrontiert, die insbesondere in städtischen Gebieten in engen Alpentälern verstärkt werden. Zu den direkten Auswirkungen des Klimawandels auf die menschliche Gesundheit gehören ein erhöhtes Risiko für klimabedingte Krankheiten und Verletzungen, höhere Sterblichkeitsraten und ein Anstieg von Herz-Kreislauf-Erkrankungen (S. 8). Der Klimawandel kann auch indirekte Auswirkungen haben, unter anderem auf die psychische Gesundheit und das Wohlbefinden (S. 17). Darüber hinaus kann sich der Klimawandel auf die Luftqualität auswirken und zu einem erhöhten Risiko durch Luftverschmutzung führen. Die Folgen sind alpenweit unterschiedlich und hängen von der sozialen, wirtschaftlichen und kulturellen Umgebung ab, die klimabedingte Auswirkungen und Risiken sowohl verstärken als auch abschwächen kann. Wenn die Tempe-

peraturen steigen, so gefährdet das die Stabilität von Berggebieten. Das führt zu mehr Erdbeben und Überschwemmungen, wie auch der Zwischenstaatliche Ausschuss für Klimawandel (IPCC) 2022 berichtete. Dies bringt nicht nur Menschenleben in unmittelbare Gefahr, sondern löst auch Stress und Angst bei denjenigen aus, die in Risikogebieten leben und gezwungen sein könnten, ihr Zuhause zu verlassen (S. 18).

SCHUTZ VOR WETTER-EXTREMEN

Trotz dieser vielfältigen Herausforderungen birgt der Alpenraum ein grosses Potenzial an Möglichkeiten zur Stärkung des Wohlbefindens und zur Eindämmung des Klimawandels. Die vielfältigen Naturlandschaften und die unterschiedlichen Höhenlagen bieten eine Vielzahl von Freizeitaktivitäten, die die körperliche Gesundheit und das seelische Gleichgewicht fördern (S. 11). Darüber hinaus haben die höheren Temperaturen und die extreme Hitze in den niedrigeren Lagen dazu geführt, dass einige Gebirgsregionen für Sommerbesuche attraktiver geworden sind, um sich vor Hitzewellen zu schützen. Die Alpenregion verdeutlicht die komplexen Zusammenhänge zwischen Umweltschutz, öffentlicher Gesundheit und Klimawandel-Anpassung (S. 10). Durch den Schutz der Wälder, die uns vor den Ge-

fahren vor Steinschlägen und Murgängen schützen, und eine nachhaltige Wassernutzung erhöhen wir die Widerstandsfähigkeit der Natur und verbessern gleichzeitig unsere Anpassungsfähigkeit. Nachhaltiger Tourismus, Anreize für umweltfreundliches Reisen und die Unterstützung lokaler, umweltfreundlicher Landwirtschaft sind Wege zur Erhaltung der alpinen Landschaft und zur Förderung einer klimatisch angepassten Lebensweise (S. 12). Initiativen für grüne Energie – wie Solar- und Windparks, die sorgfältig in die alpine Infrastruktur integriert werden – verringern die Abhängigkeit von fossilen Brennstoffen und reduzieren die Luftverschmutzung. Ebenso stärken architektonische Fortschritte wie energieeffiziente Gebäude, die mit ihrer natürlichen Umgebung harmonieren, die Widerstandsfähigkeit gegen Klimaextreme und fördern gleichzeitig ein gesünderes Raumklima. Bildung und Forschung sind von zentraler Bedeutung, wenn es darum geht, die Zusammenhänge zwischen der Gesundheit der Alpen und den klimatischen Veränderungen zu entschlüsseln (S. 14). Letztendlich ist «Gesunde Alpen, gesunde Menschen» ein strategischer Imperativ, der nicht nur das Wohlergehen der Alpenbevölkerung bestimmt, sondern auch als inspirierendes Modell für Widerstandsfähigkeit und Symbiose mit der Natur dienen kann. ▲

HANDELN FÜR DIE GESUNDHEIT DER ALPEN

Interdisziplinären Austausch fördern, Wissen vermitteln, gute Beispiele aus dem Alpenraum aufzeigen und Inspiration für neue Ideen bieten: Diese Ziele verfolgte das erste Zukunftsforum am 30. Juni und 1. Juli 2023 in Schaan/LI. Keynote-Vorträge, Info-sessions, Networking-Möglichkeiten und Exkursionen verdeutlichten die Zusammenhänge zwischen Gesundheit und Klimawandel. Daraus entstanden Handlungsempfehlungen zu fünf Bereichen: Mobilität, Gesundheitspotential der Alpen, extreme Wetterereignisse und Naturkatastrophen, Ernährung und Landwirtschaft und Verbreitung von Krankheiten.

Die Handlungsempfehlungen und weitere Informationen sind hier abrufbar:

www.zukunftsforumalpen.li

Foto: Helovi Canva (S. 6 oben), Julian Konrad

Foto: Michael Gams



Wenn das Klima krank macht

Hitzewellen, Luftverschmutzung und andere Wetterextreme können in Alpentälern noch massiver auftreten und länger dauern als im Flachland. Warum das so ist und was Menschen und Gemeinden dagegen unternehmen können, erklärt der im österreichischen Innsbruck lebende Umweltmediziner [Heinz Fuchsig](#).

Neben Wien ist Innsbruck die wohl hitzegefährdetste Stadt Österreichs: Im Sommer 2023 herrschten hier an 35 Tagen Temperaturen von mehr als 30°C. Innsbrucks bisheriger Rekord liegt bei 44 Hitzetagen im Jahr 2003. Im Juni ist es hier durchschnittlich bereits um 4°C wärmer als in den Siebziger Jahren. Der fehlende Schnee in den umliegenden Bergen und ein höherer Feuchtigkeitsgehalt der Luft reduzieren die – einst normale – nächtliche Abkühlung. Niederschlagsreiche Gewitter am Abend werden seltener, Strassen und andere aufgeheizte Oberflächen kühlen kaum noch ab. Die Trockenheit führt zudem auch zu höherer Waldbrandgefahr. Insgesamt erwärmt sich der Alpenraum schneller als das Flachland: Ein stehendes Sommerhoch kann in Tallagen lebensgefährliche Temperaturen von über 40°C verursachen.

HITZE BETRIFFT ALLE

Bereits jede fünfte Person in Europa gilt als hitzevulnerabel, weil sie über 75 Jahre alt ist, Diabetiker:in oder etwa nierenkrank. An trockenen Tagen kann es zu enormen Temperatursprüngen von 20°C kommen. Eine hitzebedingt massiv gesteigerte Hautdurchblutung in Tropennächten (Nächte, in denen die Temperatur nicht unter 20°C sinkt) belastet das Herz – besonders bei alten oder kranken Menschen, aber auch bei Schwangeren und Kindern. Unternehmen beklagen unausgeschlafene Angestellte, deren Leistung an ungekühlten Arbeitsplätzen zusätzlich abnimmt. Sport und intensive Bewegung in der Hitze und der prallen Sonne oder Dehydrierung und falsches Verhalten (besonders bei Demenz, Einnahme gewisser Medikamente) können einen Hitzschlag verursachen. Dabei steigt

die Körpertemperatur auf über 40°C, die Folge sind Orientierungslosigkeit, Krämpfe und Koma bis hin zum Tod durch Multiorganversagen.

WAS UNTERNEHMEN GEMEINDEN?

Die italienische Stadt Bozen-Bolzano hat bereits kühle Plätze eingerichtet, mit schattenspendenden Laubbäumen, Brunnen, Wasserbecken, Toiletten, Verpflegung und Ruheliegen. Graz/A hat mit dem «Dom im Berg» und einer Eishalle zwei grosse «Cooling Zones», wo sich Leute entspannen können, deren Wohnung überhitzt ist. Ganz allgemein gilt: Städte sollten helle Oberflächen schaffen, um Hitze gar nicht entstehen zu lassen. Nötig ist auch eine Reduktion «innerer Lasten», verursacht durch die Wärme von tausenden Split-

Foto: iStock

Die Menschen in dicht bevölkerten Tallagen wie etwa in Grenoble/F leiden verstärkt unter Hitze und Luftverschmutzung.

Klimageräten und Verbrennungsmotoren. Es braucht stattdessen mehr Rad- und Fusswege, öffentliche Verkehrsmittel sowie E-Fahrzeuge. Begrünte Fassaden und Strassenräume mit Bäumen und Grünflächen bieten Schatten, liefern Verdunstungskälte, begünstigen körperliche Bewegung und soziale Interaktion. Verdunstungskälte bedeutet aber auch mehr Luftfeuchtigkeit: Wir empfinden 29°C mit 65 Prozent relativer Luftfeuchte als gleich heiss wie 32°C mit 40 Prozent Feuchte – daher ist Begrünen alleine oft zu wenig. Die nötige Kühlung von Gebäuden mittels Wärmepumpen erlaubt eine Umwandlung der Hitze in Warmwasser oder Erdwärme.

GEFÄHRLICHES EXTREMWETTER

Abseits der Hitze gefährden auch andere Extremwetterereignisse unsere Gesundheit. Durch die höhere Luftfeuchtigkeit fallen etwa Gewitter und Niederschläge heftiger aus. Immer häufiger wird gewitterbedingtes Asthma: Zerburchen Pollen durch elektrostatische Aufladung, osmotische Prozesse und Frost-Tauwechsel, erreichen sie die Bronchien und verursachen bei Heuschnupfenpatienten Asthma.

Brennen Wälder an steilen Südhängen unterhalb eines besiedelten Gebiets, müssen vulnerable Personen evakuiert werden und ein Katastrophenschutz-Stufenplan in Kraft treten. Unter anderem benötigen gefährdete Gemeinden dazu ausreichend Löschwasser. Starkregen, der ähnlich wie Hitzewellen infolge des Klimawandels häufiger auftritt und länger andauert, verursacht in Bergregionen Hangrutsche und Murgänge. Kranke und gebrechliche Menschen sind dann häufig von medizinischer Versorgung abgeschnitten. Andere Menschen sind – vor allem bei wiederholt erlebten schweren Unwetterschäden – oft traumatisiert und durch jeden nächtlichen Donnerschlag alarmiert.

SCHMUTZIGE LUFT

Alleine in Österreich sterben jährlich über 2'000 Menschen an den Folgen verschmutzter Luft. Derzeit wird Holz und

Biomasse ohne Kraft-Wärme-Kopplung im grossen Stil verbrannt, während wir ohne deutlichen Windkraft-Ausbau in eine dramatische Winterstromlücke rutschen. Eine Energiewende, die das Klima schützt, schützt somit auch unsere Gesundheit. Die wichtigste Massnahme aber wäre die Reduktion von Russ aus manuell betriebenen Einzelöfen und ungefilterten Dieselmotoren. So führt eine Nachrüstung von Dieselpartikelfiltern – wie sie im Alpenraum nur die Schweiz flächendeckend umgesetzt hat – bei Baumaschinen, Pistenraupen oder Dieselgeneratoren zu einer Reduktion um den Faktor 10'000. Es ist auch die am schnellsten wirkende Klimaschutzmassnahme, da Russ stark erwärmend wirkt und sich im Gegensatz zu CO₂ nach wenigen Monaten verflüchtigt.

ZECKEN, ALLERGIEN UND NEOBIOTA

Durch höhere Durchschnittstemperaturen überleben auch Krankheitsüberträger wie etwa Zecken in Höhen von bis zu 1'800 Meter. Allergische Personen leiden zudem unter vermehrt wachsendem Ragweed (Ambrosia). Riesenbärenklau entlang von Forststrassen verursacht bei Hautkontakt und Besonnung schwerwiegende Verbrennungen (Phototoxizität). Krankheitsfolgen sind beispielsweise im Tessin/CH, das gegen Neophyten vorgeht, deutlich geringer als in der angrenzenden Lombardei/I. Die Tigermücke hat sich entlang der Autobahnen bereits ausgebreitet und wird von dort aus die Täler besiedeln. Noch ist keine Übertragung der zahlreichen Tropenkrankheiten, für die sie «Vektor» sein kann, dokumentiert.

Im Alpenraum waren wir das Zusammenrücken in kalten Wintern und Krisen gewohnt. Gemeinwohlökonomie (Sharing Economy) und Suffizienz waren einst weit verbreitet, schliesslich leitet sich das Wort «Alm» von Allmende ab. Angesichts der vielen klimabedingten gesundheitlichen Bedrohungen sollten wir soziale und ökonomische Zeichen der Hoffnung setzen, die nicht nur die Jugend im Alpenraum braucht. ▲



Das hochallergene Ragweed (Ambrosia) breitet sich klimabedingt auch in den Tälern rasch aus.

Heinz Fuchsig ist Arbeits- und Umweltmediziner sowie Sachverständiger. Als Umweltreferent der österreichischen Ärztekammer und Leiter des Kurses Umweltmedizin setzt er sich ebenso für Respekt vor der Natur ein wie mit seinem nahezu CO₂-freiem Zinshaus in Innsbruck, das als Österreichs erstes Gemeinwohlökonomie-zertifiziertes Miethaus mehrfach mit Preisen für seine soziale und ökologische Nachhaltigkeit ausgezeichnet wurde. Heinz Fuchsig ist Mitglied des Club of Rome und stellvertretender Vorstand der Organisation «Health for Future» in Österreich. Die Freizeit verbringt er mit seinen erwachsenen Kindern, seiner Ehefrau und Freunden oder auch alleine in den Bergen.



Kunst und Beteiligung stärken das Klimabewusstsein in Siders-Sierre/CH.

Von der Hitzeinsel zur Schwammstadt

Hitzeinseln lokalisieren, Schwammstädte schaffen, Menschen informieren und mitentscheiden lassen: Gute Beispiele für gesündere Städte und Gemeinden im Alpenraum.

HITZEINSELN GEMEINSAM LOKALISIEREN

Das gemeinnützige Stadtplanungsbüro Prostorož rief Einwohner:innen von Ljubljana/SI dazu auf, über «Hotspots» abzustimmen – Orte, die sie im Sommer als besonders heiss empfinden. Innerhalb von drei Wochen langten rund 700 Stimmen ein. Die Analyse der Antworten zeigte, dass die Menschen im Sommer längere Wege wählen oder bestimmte Orte in der Stadt wegen der Hitze ganz meiden. Ausserdem fahren viele mit dem Auto, um der Sonne zu entgehen. Auch Bushaltestellen waren unter den Hotspots zu finden, ironischerweise stach die Haltestelle des Universitätsklinikums dabei besonders negativ hervor. Prostorož erarbeitete Verbesserungsvorschläge und legte sie der Stadtverwaltung vor.

HELFENDE BÄUME IN DER SCHWAMMSTADT

Eine grüne Allee vom Bahnhof bis zum Hauptplatz: Nach dem Prinzip eines Schwamms pflanzt die Stadt Villach im Süden Österreichs Bäume auf einer Achse von eineinhalb

Kilometern Länge. Sie spenden Schatten, kühlen die Umgebung, binden Schadstoffe und CO₂ und speichern eine Menge Wasser. Weil Regenwasser direkt vor Ort versickern kann, schützen die Bäume dicht bebaute Gebiete so nicht nur vor Hitze, sondern auch vor Hochwasser. Damit ihre Wurzeln genügend Platz finden, werden Strassen und Plätze aufgerissen und der Untergrund mit Gestein, Schotter und Komposterde angereichert. Die Bäume können sich nach dem Vorbild eines Waldes unterirdisch miteinander vernetzen. Ähnliche Projekte gab es bereits in Städten wie Graz/A, Wien/A oder Basel/CH.

GEFÄHRDETEN PERSONEN HELFEN

Die französische Gemeinde Annecy/F bietet ein Service, bei dem sich ältere Personen und andere hitzevulnerable Personen anmelden können, die sich im Falle von Hitzewellen helfen lassen möchten. Sobald eine Hitzewelle auftritt, kontaktieren Mitarbeiter:innen der Stadt die angemeldeten Personen während der gesamten Dauer der Hitzewarnung

regelmässig. In Österreich hat die Region Walgau eine Informationsbroschüre mit Verhaltenstipps an Hitzetagen speziell für ältere Menschen erarbeitet, mit dem Titel «Cool bleiben – wie Sie auch in heissen Zeiten das Leben geniessen und gesund bleiben».

GRÜNE ERHOLUNGSRÄUME DURCH MITMACH-AKTIONEN

An einer Primarschule in Siders-Sierre/CH entwickelten Kinder ein Projekt zur Begrünung des Schulareals, das von der Gemeinde schliesslich umgesetzt wurde. Zusätzlich gestaltete die Gemeinde am Place d'Orzival gemeinsam mit Anwohner:innen einen Erholungsraum. In Workshops pflanzten sie Bäume und Sträucher und schufen ein hölzernes «Nest» zur Entspannung. Bemalte Flächen und Infotafeln im Park machen Hitzeinseln sichtbar und vermitteln auf künstlerische Weise Informationen zum Klima. Auf Bürger:innenbeteiligung setzte auch die französische Gemeinde Chambéry/F im Projekt «Climate Action in Alpine Towns». Sie konzentrierte sich auf die Begrünung und Entsiegelung der Stadt, eingebettet in eine partizipative Umsetzungsstrategie. Bürger:innen konnten Vorschläge einbringen, welche Orte grüner werden sollten. ▲

Michael Gams, CIPRA International

Foto: EDHEA

Am Berg unterwegs sein als Teil einer Gruppe: Davon profitiert unsere körperliche und geistige Gesundheit.



Berge als Therapie

Wandern, Bergsteigen, Klettern: In den Bergen unterwegs zu sein, steigert nicht nur unser Wohlbefinden – es hat auch eine therapeutische Wirkung, meint **Marco Battain**. Er beschäftigt sich seit Jahrzehnten mit der so genannten Bergtherapie.

In den vergangenen Jahrhunderten galt der Aufenthalt in bestimmten Bergregionen gewissermassen als therapeutisch: Man denke nur an höhergelegene Schweizer Kurorte wie Leukerbad oder die Heliotherapie-Aufenthalte in Davos für Tuberkulosekranke, von denen Thomas Mann in «Der Zauberberg» berichtet. In Italien gab es bis 2022 das «Istituto Pio XII» am Misurina-See, eine Klinik für die Diagnose, Behandlung und Rehabilitation von Asthma bei Kindern.

REHABILITATION IN EINEM SICHEREN UMFELD

In den 1980ern entstand eine neue Therapieform, die in Italien unter dem Begriff «MontagnaTerapia» (wörtlich übersetzt: Bergtherapie) firmiert. Die Bezeichnung weckt Assoziationen mit alternativen Heilmethoden wie Kunst-, Pferde- oder Musiktherapie. Bei der Bergtherapie handelt es sich um eine Form der biopsychosozialen Rehabilitation von Personen, die an verschiedenen physischen, psychischen, zwischenmenschlichen und sozialen Problemen leiden. Sie findet am Berg in einer Gruppe statt, die sich aus freiwilligen Begleiter:innen (beispielsweise vom italienischen Alpenverein) und professionellen Begleiter:innen (Pädagog:innen, Gesundheitspersonal usw.) zusammensetzt. Gelegentlich sind auch Familienmitglieder und Freunde dabei. Das Ziel der Gruppe ist es, die Teilhabe an einer nicht konkurrierenden und nicht wertenden Gemeinschaft zu fördern: ein soziales Umfeld, das nicht konstruiert, sondern sicher und einladend ist.

ALPINE LANDSCHAFT WIRKT BERUHIGEND

Bei der Bergtherapie spielt die Landschaft eine wichtige Rolle, die durch eine Erkrankung eingeschränkte Wahrnehmungsfähigkeit von Sinnesreizen kehrt zurück: Das Gefühl wärmender Sonnenstrahlen auf der Haut, der Ausblick auf den Horizont und auf die harmoni-

sche Landschaft, das Spüren eines Windhauchs auf der Haut, der säuselnde Wind, das Bachrauschen, duftende Blumen und Rinden, der Geschmack von Waldfrüchten. Das alles sind Dinge, die aus dem täglichen Leben vieler von uns und fast aller Menschen, die wir begleiten, verschwunden sind. Die alpine Landschaftsstruktur, auch wenn sie von Menschenhand umgestaltet wird, wirkt in der Regel beruhigender als die eines urbanen Umfelds.

Berge bieten zudem ein hervorragendes Umfeld für die Integration von Menschen mit Behinderungen. Möglich macht das die Gesamtheit aller Empfindungen, einschliesslich der durch die Bewegung in der Natur entstehenden Müdigkeit, in Verbindung mit den zwischenmenschlichen Beziehungen durch den Erfahrungsaustausch in der Gruppe. ▲

DER BERGDOKTOR

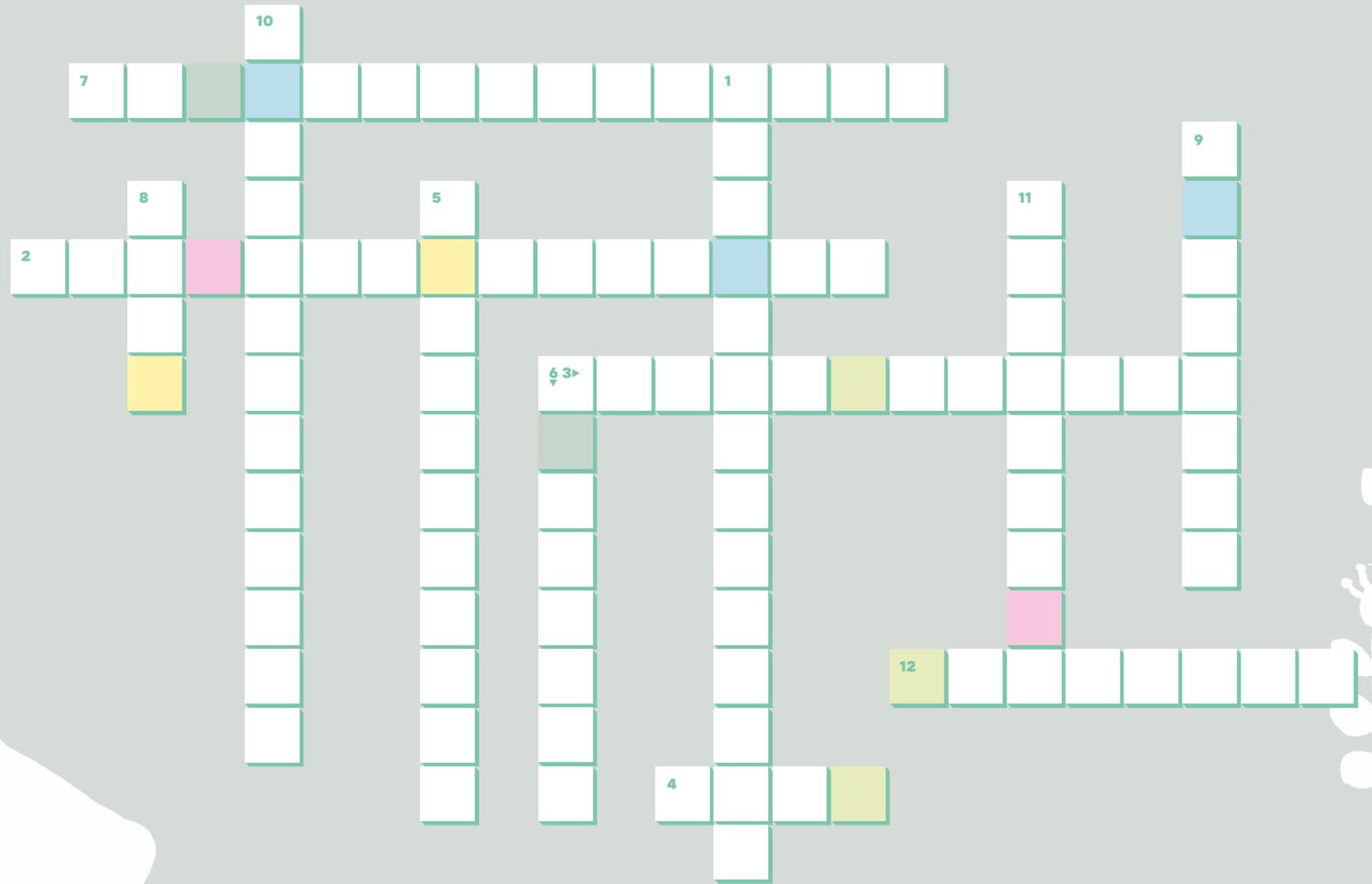
Marco Battain ist Experte für Bergtherapie im Italienischen Alpenverein und war schon immer gerne in den Bergen unterwegs – vor allem beim Wandern. Der in Turin geborene und aufgewachsene Chirurg und Facharzt für Hygiene und Präventivmedizin ist seit 2009 als Begleiter und Arzt in der Bergtherapie tätig.

Gesunde Ernährung, gesunder Planet

Mit ihr könnte die Erde sogar 10 Milliarden Menschen ressourcenschonend ernähren: Ein Kreuzworträtsel zur «Planetary Health Diet».

Sophie V. Mahlkecht, CIPRA International

Die Planetary Health Diet wurde von der EAT-Lancet-Kommission erstellt. Die Forschenden dieser Initiative beschäftigen sich mit globalen Herausforderungen in Bezug auf Ernährung, Gesundheit und Umwelt. Die zu beantwortende Kernfrage: Wie und wovon können sich die prognostizierten 10 Milliarden Menschen auf unserem Planeten im Jahr 2050 ernähren? Der Fokus liegt auf einer nachhaltigen Ernährung, die sowohl für den Menschen als auch den Planeten vorteilhaft ist. Die wichtigsten Merkmale der Planetary Health Diet sind der hohe Konsum von pflanzlichen Lebensmitteln wie Obst, Gemüse, Vollkorngetreide und Hülsenfrüchten, sowie reduzierter Verzehr von rotem Fleisch, Zucker und hochverarbeiteten Lebensmitteln. Eine ausgewogene und ressourcenschonende Ernährung trägt nicht nur zur individuellen Gesundheit bei, sondern reduziert auch den ökologischen Fussabdruck des globalen Ernährungssystems. ▲



Lösungswort



1. Was steht im Zentrum der Planetary Health Diet?
2. Welches ist die primäre Proteinquelle dabei?
3. Welche Art von Lebensmitteln sollte man vermeiden?
4. Welches Fleisch hat den grössten CO₂-Abdruck?
5. Welche Art von Nahrungsmitteln machen den grössten Teil der Planetary Health Diet aus?
6. Auf welcher Art von Getreide liegt der Schwerpunkt?
7. Welcher Prozentsatz der täglich eingenommenen Kalorien sollte in der Planetary Health Diet von Vollkorngetreide stammen?
8. Wie viele Milliarden Menschen leben laut Prognosen im Jahr 2050 auf dem Planet Erde?
9. Welche Krankheit wird aufgrund ihrer Ursachen auch Zuckerkrankheit genannt?
10. Sind ungesättigte oder gesättigte Fettsäuren gesünder?
11. Welches ist das meist verbreitete stärkehaltige Gemüse in unseren Breiten?
12. Wo müsste die Planetary Health Diet angewandt werden, um Nachhaltigkeits- und Gesundheitsziele langfristig zu erreichen?

*Auflösung: siehe Seite 22 unten

Mehr Informationen zur Planetary Health Diet



«Die allermeisten Leute haben ja Lust auf Zukunft»



Bea Albermann als Vortragende beim Zukunftsforum Alpen 2023 in Liechtenstein

Foto: Julian Konrad

Bea Albermann arbeitet als Assistenzärztin in einer Kinderklinik. Die junge Schweizerin hat «Health vor Future Switzerland» mitbegründet, protestierte bei Weltklimakonferenzen und motiviert andere dazu, ihren politischen Handabdruck zu vergrössern.

Aktuell arbeitest Du im Schweizer Universitätsspital Lausanne. Wie wirkt sich die Klimakrise denn speziell auf Kinder aus?

Wenn es jetzt heisser wird, können Kinder im Sommer gar nicht mehr rausgehen zum Spielen. Die Gefahr eines Hitzeschocks wäre zu gross. Im Hinterhof in der Sonne eine runde Kicken ist nicht mehr so einfach, wenn es eine Woche lang über 30 Grad heiss ist. Hitze betrifft besonders ganz kleine Kinder, aber auch ältere Leute und Menschen mit chronischen Erkrankungen. Für Kinder ist auch Asthma aufgrund von Luftverschmutzung ein Thema. Neun von zehn Menschen weltweit atmen verschmutzte Luft ein. Neun von zehn, das ist wahnsinnig viel! In der Schweiz etwa sind über Ostern viele Menschen im Tessin, weil es dort schön warm ist. An der Alpensüdseite bleibt aber der Smog der Grossstadt Mailand hängen. Deshalb haben wir im Tessin schweizweit die höchsten Luftverschmutzungswerte. Und dann gibt es noch Infektionskrankheiten. Mit dem heisseren Klima kann zum Beispiel auch eine Tigermücke nördlich der Alpen überwintern. Die trägt solche Krankheiten wie Dengue oder Chikungunya. All das wirkt sich auf die Psyche aus, und da kommt wieder meine tägliche Arbeit ins Spiel. Eine grosse Studie von Lancet Planetary Health hat gezeigt, dass über 60 Prozent der Kinder und Jugendlichen wahnsinnige Angst haben vor der Klimakrise. Was heisst das, in einer Welt aufzuwachsen, wo man in der Schule lernt, dass wir gerade dabei sind, unsere eigene Lebensgrundlage zu zerstören? Da muss man schon einen ganz schönen Krisen-Muskel aufbauen. Hoffnung kommt ja nicht einfach so vom Himmel geregnet. Die muss man auch lernen.

Du engagierst dich bei Health for Future Schweiz, protestierst bei Klimagipfeln und trittst auf Demos auf, hältst Reden und Vorträge. Warum?

Ich habe angefangen, Medizin zu studieren, weil ich mich dafür einsetzen wollte, dass alle Menschen einen gerechten Zugang zu Gesundheit haben. Wenn alle so leben und konsumieren würden wie wir, dann bräuchten wir mehr Planeten und mehr Ressourcen, als wir eigentlich haben. Wir haben unsere Telefone immer griffbereit in der Nähe liegen. Was für Mineralien und Ressourcen stecken da drin, wer produziert die, wo kommen die her und was für Gesundheitsfolgen haben die Menschen vor Ort? Das hat mich so wütend gemacht. 2018 gingen mit Fridays for Future immer mehr junge Menschen auf die Strasse. Als ich in Lausanne studierte, habe ich 2019 eine grosse Konferenz junger Klima-Aktivistinnen mitorganisiert. Es kamen über 500 Menschen aus rund 30 Ländern, darunter Autor:innen des Weltklimaberichts, Nobelpreisträger:innen und auch Greta Thunberg. Wir hatten viel mediale Aufmerksamkeit. Da fragte ich mich: Und was macht die Gesundheitscommunity? Wie kann es sein, dass ich im Medizinstudium nichts über die grösste existierende Bedrohung für die menschliche Gesundheit gelernt habe? Als ich diese Dringlichkeit verstanden hatte, konnte ich gar nicht anders, als weitermachen. Es braucht wahnsinnig viel Energie, einfach so zu tun, als wäre nichts.

Du sprichst ja nicht nur von der Klimakrise, sondern gleich von drei planetaren Krisen. Welche meinst Du?

Die Klimakrise ist ganz eng verstrickt mit der Biodiversitätskrise, auch im Alpenraum mit seinen fragilen Ökosystemen. Hier ist es jetzt schon zwei Grad heisser als im Vergleich zu den vorindustriellen Werten, weltweit sind wir bei 1,2 Grad. Wir verlieren dadurch die Gletscher, die wie ein Kühlschranks funktionieren. Zwei Grad mehr wirken sich auch auf viele Pflanzen- und Tierarten aus. Was uns zur dritten Krise bringt, der Verschmutzung. Selbst in den entlegensten Alpentälern findet man in Hummeln Plastikteilchen und

Chemikalien, die eigentlich nicht in diesen Tieren sein sollten. Plastikmoleküle, wie sie für Teflonpfannen verwendet werden, findet man in beinahe jedem Menschen auf der Welt. Wir brauchen nicht nur eine Netto-Null-Zukunft, sondern müssen dabei auch die Arten schützen. Ich bin dagegen, dass wir Solarparks in den Naturschutzgebieten unserer Berge errichten, nur weil wir unsere Lebensweise in den Städten nicht ändern wollen. Wir müssen jene Ökosysteme, die es jetzt noch gibt, unbedingt schützen und weitere Verschmutzung abwenden.

Durch Deine Tätigkeit für Health for Future bist Du auch auf Politiker:innen und Manager:innen getroffen. Was halten die von Deinen Ansichten?

Wir haben planetare Grenzen und begrenzte Ressourcen. Bei einem Wirtschaftssystem, das auf grenzenlosem Wachstum basiert, kommt mir als Medizinerin erst mal Krebs in den Sinn. Das ist nicht gesund. Wir brauchen ein Wirtschaftssystem, das die planetaren Grenzen respektiert. Und wenn man sich auf diesen wissenschaftlichen Konsens mal einigt, dann ist es gar keine Frage des Wirtschaftssystems mehr. Natürlich brauchen wir ein System, das diese Grenzen respektiert und nicht das Wachstum ins Zentrum stellt. Was ist denn eigentlich unser Ziel? Müssen wir die Wirtschaft retten oder uns Menschen? Wollen wir saubere Luft atmen und sauberes Wasser trinken? Oder ist es das Ziel, dass die Wirtschaft immer weiter wächst und irgendwann die Luft und unser Grundwasser so verschmutzt sind, dass wir >

«Es braucht wahnsinnig viel Energie, einfach so zu tun, als wäre nichts.»



DIE AKTIVISTISCHE ÄRZTIN

Jedes Jahr veröffentlicht das Wirtschaftsmagazin «Forbes» die «30 under 30»-Liste. In der Schweiz befand sich 2022 unter ihnen auch die damals 25-jährige Ärztin [Bea Albermann](#). Sie ist Aktivistin und Mitgründerin von «Health for Future Switzerland». Albermann studierte Medizin an den Universitäten Zürich und Lausanne und arbeitete als Co-Autorin an der nationalen Planetary-Health-Strategie des Schweizer Ärztedachverbands, die im Herbst 2021 verabschiedet wurde. Die ehemalige WHO-Jugenddelegierte engagiert sich leidenschaftlich für gesundheitliche Chancen- und Umweltgerechtigkeit. Albermann hat neben zahlreichen Vorträgen auch zwei TEDx-Talks zu Planetary Health an der Universität St.Gallen gehalten. 2023 war sie Key Note Speakerin beim Zukunftsforum Alpen in Liechtenstein zum Thema «Meine Gesundheit, unser Klima», organisiert von CIPRA International. Aktuell arbeitet Bea Albermann im Universitätsspital Lausanne in der Schweiz.

Das ungekürzte Gespräch mit Bea Albermann als Podcast und ihr Vortrag beim Zukunftsforum Alpen als Youtube-Video:



www.cipra.org/de/news/die-allermeisten-leute-haben-ja-lust-auf-zukunft

das alles nicht mehr können? Das kommt bei Politiker:innen und in der Privatwirtschaft auch an. Andererseits gibt es diesen Spruch: «Menschen können sich eher das

Ende der Welt vorstellen als das Ende des Kapitalismus». Dabei ist das gar keine Utopie, sondern es gibt viele gute Ansätze und Orte, wo das anders gelebt wird.

Fahrrad fahren, weniger Fleisch essen – das alles verkleinert unseren CO₂-Fussabdruck und ist zudem gesund. Du plädiert aber vor allem für einen grösseren politischen Handabdruck. Was meinst Du damit?

Es gibt ja auch einen Grund, warum der CO₂-Fussabdruck von BP, einer der grössten Ölfirmen der Welt erfunden wurde. Die haben gesagt: Ihr wollt Wandel, dann fangt mal bei Euch selber an! Wenn ich aber meine ganze Energie nicht nur auf mich selber verschwende, kann ich auch was auf systemischer Ebene verändern und mehr bewegen. Wenn alle auch ihren politischen Handabdruck erklären, ihre Hände ausstrecken und fragen: Wer ist denn mit im Team? Mit dem habe ich noch nicht gesprochen? Sei es beim Abendessen mit der Familie, sei das bei der Arbeit. Oder dass ich frage, ob Geld aus meiner Altersvorsorge immer noch für Kohleförderung genutzt? Geldanlagen wie diese fliessen häufig in fossile Energien. Wenn mich das nervt, dann schreibe ich einen Brief und frage andere, ob sie ihn unterzeichnen wollen. Das Gute ist: Die allermeisten Leute haben ja Lust auf Zukunft. Sie haben keine Lust darauf, dass wir alles immer kaputter machen. Es macht Spass, sich mit anderen zusammensetzen und den Status quo nicht einfach zu akzeptieren. Es geht gar nicht darum, ob wir das 1.5-Grad-Ziel schaffen oder nicht. Mit jedem 0.1 Grad Klimaerhitzung werden Millionen von Menschen sterben – darum geht's. Es gibt kein zu spät, wir müssen heute anfangen. Da gibt es verschiedenste Ebenen: Wen ich wähle, ob ich auf die Strasse gehe für das, was mir wichtig ist, wie ich mich mit der Lokalpolitik auseinandersetze, an meinem Arbeitsplatz, an der Universität, in der Schule – an allen Orten, wo ich so unterwegs bin. Und ich mich dabei immer frage: Wer hat ein bisschen mehr Macht als ich selber?

Unter anderem propagierst Du kürzere Arbeitszeiten – wie hilft uns das in diesem Zusammenhang?

Wenn wir die Arbeitszeit reduzieren würden, dann würden Menschen nicht mehr so viel konsumieren und produzieren. Es hätten mehr Menschen Zeit, sich mit einem gesun-

den Leben auseinanderzusetzen. Wer mehr zum Beispiel fürs Kochen Zeit hat, kauft nicht einfach schnell was zum Mitnehmen. Wenn ich mir was koche mit lokalem, regionalen Gemüse – weil ich auch Zeit habe, heute auf den Markt zu gehen – ist es besser für die Umwelt und erzeugt weniger CO₂. Es ist aber auch besser für meine eigene Gesundheit. Wenn ich die Zeit habe, mit dem Fahrrad zur Arbeit zu fahren und gute Fahrradwege vor Ort habe, dann reduziere ich nicht nur die CO₂-Emissionen, sondern auch mein Herzinfarktrisiko und tue etwas Gutes für meine psychische Gesundheit. Und wenn ich zum Beispiel die Zeit habe, pro Woche mindestens zwei Stunden im Grünen zu verbringen – in den Bergen oder am See – dann kann ich meine Lebenserwartung um zwei Jahre verlängern. Das ist wahnsinnig viel! Es lohnt sich also, diese Zeit zu haben. Das ist eine konkrete Massnahme, um diese systemischen Krisen anzugehen. Alleine kann ich einen Wirtschaftswandel nicht herbeiführen. Dafür brauchen wir viele kreative Köpfe, und die brauchen auch die Zeit, sich damit auseinanderzusetzen.

Was lässt Dich weitermachen?

Ein wichtiger Moment für mich war die Weltklimakonferenz in Ägypten. Dort sind Demonstrationen per Verfassung verboten und die Redefreiheit eingeschränkt. Hier in Europa können wir in den meisten Ländern einfach auf die Strasse gehen. Wenn ich ein T-Shirt an habe, wo «Stop Fossil Fuels» drauf steht, dann komme ich dafür nicht ins Gefängnis. In Ägypten sitzen Zehntausende von Menschen aufgrund von sozialem Widerstand oder Klimaprotesten im Gefängnis. Wir können unsere Redefreiheit nutzen und das Thema mitgestalten. Demokratie ist eben nicht etwas passiv Gelebtes. Demokratie heisst auch: Wenn ich unzufrieden bin und Veränderung will, dann gehe ich mit anderen Menschen auf die Strasse und wir reden mit Entscheidungsträger:innen. Die Gleichgültigen sind aktuell die Mächtigsten auf der Welt. Es liegt Magie in jeder Person mit genügend Zeit, Ressourcen und Privilegien, die sagt: Lass uns das mal ändern. Mir macht es Freude, das weiter zu kultivieren und mit Menschen zusammenzukommen. Viele Menschen mit tollen Ideen sind schon auf dem Weg zu dieser wünschenswerten Zukunft. ▲

Interview:

Michael Gams, CIPRA International

Foto: Julian Konrad

«Kollektivistischer zu denken, ist eine grosse Chance»

Mehr miteinander reden, weniger perfektionistisch denken und Einzelkämpfertum ablegen: So können wir mit Klimaangst und anderen psychischen Auswirkungen der Klimakrise besser umgehen, meint [Anna Pribil](#). Sie ist Umweltpsychologin und Eco-Consultant und engagiert sich bei «Psychologists4Future» Österreich.



Umweltpsychologin Anna Pribil rät unter anderem dazu, sich mit Gleichgesinnten zu vernetzen, um besser mit Klimaangst umzugehen.

Welche sind die vorherrschenden Emotionen in Bezug auf die Klimakrise?

Es sind Angst und Wut. Hinzu kommt manchmal Hoffnungslosigkeit oder Trauer. Aber es gibt auch Menschen, die Hoffnung oder eine Aufbruchsstimmung spüren und positive Emotionen damit verbinden. Die Wut richtet sich gegen politische Parteien, die zu träge und langsam mit Veränderungen sind. Je mehr man sich mit dem Thema beschäftigt, desto stärker können Klimaemotionen werden.

Was sind die Folgen dieser Emotionen?

Klimaangst ist nichts Pathologisches. Es handelt sich um eine natürliche Reaktion auf eine reale Bedrohung und keine irrationale Angst. Meistens bewegen sich die Emotionen in einem aushaltbaren Bereich und die Betroffenen können ihren Alltag gut meistern. In seltenen Fällen entwickelt es sich zu einer Depression oder einer Angststörung. Ab diesem Zeitpunkt ist das tägliche Leben beeinträchtigt, man fühlt sich wie in einer Schockstarre und ein Ohnmachtsgefühl breitet sich aus.

Foto: Thomas Sattler

Wie kann man damit besser umgehen?

Die Dinge verändern, die man selbst beeinflussen kann. Dabei ist es wichtig, die Klimakrise nicht zu individualisieren, sondern darauf aufmerksam zu machen, dass sich Strukturen und Systeme ändern müssen. Es ist auch wichtig, sich mit Gleichgesinnten zu vernetzen, denn als Gruppe kann man mehr bewirken. Hier finde ich das Konzept des ökologischen Handabdrucks hilfreich, denn er ist vergrösserbar. Das kann motivierend sein, wenn wir durch einen positiven Anreiz viele Synergie- und Dominoeffekte in der Gesellschaft entstehen lassen. Um Frustrationsmomente zu vermeiden, kann es ausserdem hilfreich sein, sich vom selbst auferlegten Perfektionsanspruch in der Nachhaltigkeitsfrage abzuwenden. In einem unperfekten System kann niemand perfekt nachhaltig leben.

Gibt es Probleme in der Art und Weise, wie über die Klimakrise gesprochen wird?

Das reine Bombardieren mit Klimakriseninformationen führt zu keiner Veränderung des Verhaltens, es steigert eher den Ethnozentrismus. >

Wir werten andere Gruppen ab und die eigene Gruppe auf mit Aus-sagen wie: «China und Indien müssen handeln, wir als kleines Ös-terreich haben sowieso keinen Einfluss.» Berichterstattungen, die mit konkreten Handlungsanweisungen verknüpft werden, können allerdings durchaus zu einer Veränderung des Verhaltens führen. Natürlich spielt auch die Wahl der Begriffe eine Rolle: Klimawandel ist nicht sehr passend, denn Wandel ist etwas Passives und Natürli-ches. Besser wäre Klimakrise oder Klimakatastrophe. Dasselbe gilt für das 1.5-Grad-Ziel, das eigentlich 1.5-Grad-Limit heissen sollte.

Wie können wir uns auf die gesellschaftlichen Folgen der Klimakrise vorbereiten?

Es ist nur solidarisch möglich. Deshalb finde ich das Vernetzen so wichtig – dass man Ideen austauscht und gemeinsam Lösungen und Strategien entwickelt. Andererseits gibt es das Phänomen der pluralistischen Ignoranz: Wir glauben immer, die Mehrheit hätte eine andere Meinung als wir. Doch in Österreich geben mittlerweile zwischen 60 und 70 Prozent an, dass Klimaschutz wichtig ist. Das ist die Mehrheit. Wir müssen einfach proaktiv rausgehen und reden. Denn es gibt nicht nur die Klimakippunkte, sondern auch soziale Kippunkte. Wenn sich eine gewisse Anzahl an Menschen für ein Thema einsetzt, ist irgendwann der Punkt erreicht, ab dem Trans-formation schneller vorangeht.

Was können wir aus der Klimakrise lernen?

Das Positive ist für mich das Miteinander, das entstehen kann. Es ist eine grosse Bereicherung und birgt die Chance, dass wir wie-der mehr in eine Richtung steuern, die reflektierter mit Emotionen umgeht. Wir kapseln uns oft ab in dieser Leistungsgesellschaft, in der alle immer höher, schneller und weiterwollen. Die Krise bringt die Chance, dies zu transformieren und wieder mehr Verbundenheit untereinander zu spüren. Viele psychische Erkrankungen sind auf das Einzelkämpfertum und den Leistungsdruck zurückzuführen. Kollektivistischer zu denken ist also eine grosse Chance.

Wie kommen wir weg von den negativen Emotionen und hin zum positiven Handeln?

Das kann von Person zu Person sehr unterschiedlich sein. Manche sagen, dass gerade diese Angst oder Wut eine starke Motivation sind. Andere ziehen sich dadurch eher zurück. Die Frage nach der eigenen Motivation spielt hier eine wichtige Rolle: Warum engagiere ich mich überhaupt? Es gibt so viele unterschiedliche Hintergründe und wenn man diese Motivation für sich selbst erforscht hat, dann kann man sich immer wieder darauf zurückbesinnen und Kraft daraus schöpfen. ▲

Interview:

Sophie V. Mahlknecht
CIPRA International



KLIMAERFAHRUNGEN AUS DEM ALPENRAUM:

Welche Gefühle löst die Klimakrise in uns aus? Sieben Betroffene aus verschiedenen Regionen der Alpen teilen ihre Erlebnisse und Gedanken.

Sophie V. Mahlknecht und Veronika Hribernik
CIPRA International

« **Die absolute Hilflosigkeit bei den Überschwemmungen in Slowenien.** »

Als ich vor dem Haus stand und beobachten musste, wie der Sturzbach alles zerstört, dachte ich mir: Wir sind so verdammt klein. Dadurch bin ich mir nicht sicher, ob ich in Zukunft Kinder haben möchte. Mir fällt es schwer, unbeschwert und fröhlich über die Zukunft nachzudenken. Ich habe Angst, dass ich durch den Klimawandel irgendwann alles verliere, wofür ich hart gearbeitet habe. Mir fällt immer wieder auf, wie ich mit grosser Angst jeden heftigen Regen beobachte und fest überzeugt bin, dass irgendetwas zerstört wird.

Tjaša, 24, Übersetzerin, Kamnik/SI



« **Mittlerweile betrachten wir jede Wetterwarnung mit Sorge.** »

Ich habe drei schwere Hochwasser erlebt: 1994, 2016 und 2020. Im Jahr 2016 wurde uns bewusst, dass sich dieses Ereignis von jenen in der Vergangenheit sehr unterscheidet, was die Intensität und Konzentration der Niederschläge angeht. Ich befürchte, dass sich starke Niederschläge und lange Dürreperioden abwechseln werden, die enorme Probleme für die Wasserversorgung bedeuten. Diese Phänomene lösen Sorgen und Ängste aus, die vor allem bei älteren Menschen zu Stresssituationen und Unwohlsein führen.

Giorgio, 71, Bürgermeister und Lehrer, Ormea/I

« **Mich beängstigt die Geschwindigkeit, mit der der Klimawandel voranschreitet.** »

Was mir am meisten Angst bereitet, ist die Gefahr eines Wassernotstandes. Das bereitet mir als Landwirt im Sommer oft unruhige Nächte, weil meine Kulturen kaputt gehen und man dann nicht weiss, wie man das wieder auf die Reihe kriegt.

Reinhard, 60, Landwirt, Weiden/D



« **Da ich die Ursachen für Extremwetterereignisse kenne, mache ich mir Sorgen, wie es in 20 Jahren aussehen wird.** »

Ich fürchte mich vor den Folgen von Dürren und Ernteaussfällen, vor dem Abschmelzen der Gletscher und der Wasserverknappung. Am meisten beunruhigen mich die Konflikte, die daraus entstehen werden. Ich hatte in der Vergangenheit mit Klimaangst zu kämpfen. Mir hat es geholfen, mehrere Realitäten gleichzeitig anzuerkennen: Irgendwo gibt es eine Katastrophe, ich muss für Prüfungen lernen, aber ich esse gerade mit einem Freund zu Abend. All diese Dinge sind gleichzeitig real.

Polona, 25, Studentin der Forst-, Wasser- und Landschaftswirtschaft, Wien/A



« **Es sind die kleinen Details, die uns die grosse Veränderung zeigen.** »

Um im Sommer im Ailefroide/F zu campen, mussten wir Daunenjacke, Mütze und dicke Socken tragen. Und trotzdem wachten wir steif vor Kälte auf. In den letzten zwei Jahren waren wir schockiert von der extremen Hitze am Tag und den milden Nächten. Ich fürchte mich vor den künftigen Spannungen um die natürlichen Ressourcen. Meine Gefühle schwanken zwischen Wut und einem Gefühl der Nostalgie angesichts dessen, was wir gerade verlieren.

Sofia, 26, Sozialpsychologin, Lyon/F

Illustrationen: Vectorportal.com

« **In den 80er Jahren konnte man kaum von Raststätte zu Raststätte fahren, ohne unzählige Insekten vom Wagen zu waschen.** »

Als ich an einem Sommertag 1'200 Kilometer fuhr und meine Heckscheibe kein einziges Mal putzen musste, war mir klar, dass der Klimawandel real ist. Wir haben gelernt, was sich technisch und gesellschaftlich machen liesse. Allerdings prangert niemand in Verantwortung unser Wohlstandsniveau als zu hoch an. Die grösste Angst empfinde ich, wenn ich an die Auseinandersetzungen denke, die uns erreichen müssen, wenn ganze Regionen ihre Frucht- und Bewohnbarkeit verlieren.

Rüdiger, 63, Fischer, Musiker, Ingenieur und Händler im Ruhestand, Vaduz/LI



« **Wenn ich an künftige Generationen denke, fühle ich mich schlecht.** »

Es wird immer wärmer und in den Bergen sieht man die Gletscher schwinden. Ich fürchte, dass wir an dem, was wir tagtäglich selbst produzieren, ersticken könnten, und dass es keine frische Luft zum Atmen und kein sauberes Wasser zum Trinken gibt! Mein Körper leidet immer mehr. Es deprimiert mich, wenn ich an unsere Zukunft denke.

Paola, 60, Psychologin, Meran/I



20 Jahre AlpenWoche!

Seit der ersten AlpenWoche im Jahr 2004 im slowenischen Kranjska Gora, sind zwanzig Jahre vergangen. Sie hat sich seitdem als wichtige Plattform für eine nachhaltige Entwicklung im Alpenraum etabliert, die den internationalen Erfahrungsaustausch fördert.

Anna Mehrmann und Magdalena Holzer,
CIPRA International

GEMEINSAM FÜR DIE ALPENWOCHE

Die AlpenWoche ist eine internationale Veranstaltung, die seit 2004 in der Regel alle vier Jahre gemeinsam von alpinen Organisationen organisiert wird, die sich für den Schutz der Alpen und eine nachhaltige Entwicklung auf Basis der Alpenkonvention einsetzen. Mitglied im Konsortium sind das Ständige Sekretariat der Alpenkonvention und dessen Beobachter-Organisationen: Interreg Alpenraumprogramm, Club Arc Alpin, ISCAR Alpenforschung, WWF, Gemeindeforschung Allianz in den Alpen, Verein Alpenstadt des Jahres, CIPRA International, CIPRA Jugendbeirat, nationale CIPRAs je nach Austragungsort und weitere Partner aus den Veranstaltungsländern.

www.alpweek.org

2022

**«Alpen im Wandel»
Brig-Glis/CH**

Photovoltaik im Gebirge erhitze die Gemüter im Saal. Ebenso angeregt diskutieren Teilnehmende über Klima und Migration, Energieeffizienz und Wasserverfügbarkeit in Städten bis hin zu nachhaltigem Tourismus und Berglandwirtschaft.

2012

**«Erneuerbare Alpen»
Poschiavo/CH**

Eine Piazza als sozialer Brennpunkt und Mittelpunkt des Austausches zu den Themen: Erneuerbare Energie, Klima und Ressourcen. Erstmals involvieren kreative Formate auch junge Menschen.

2019

**«Morgen in den Alpen»
(AlpenWoche Intermezzo)
Innsbruck/A**

Ein Marktplatz voller guter Ideen! Teilnehmende formulieren gemeinsame Forderungen zu den Themen Landnutzung, Klimawandel und Mobilität. Zahlreiche Initiativen und Projekte stellen sich der Diskussion.

2016

**«Alpen & Menschen»
Grassau/D**

Die Teilnehmenden befassen sich mit Demographie, Kultur und Lebensqualität. Exkursionen zum Ökomodell Achenal und Poetry Slams ergänzen das Programm. Politiker:innen und Teilnehmende sitzen bei einer Schifffahrt im selben Boot.

« Für mich ist die AlpenWoche ein gutes Beispiel für gelebte transnationale Zusammenarbeit: Sie ist selbstorganisiert, inhaltlich ambitioniert und bietet spannende Austauschformate für eine breite Palette unterschiedlicher Akteur:innen im Alpenraum. »

Wolfgang Pfefferkorn, CIPRA-Projektleiter, Koordinator mehrerer AlpenWochen

2008

**«Neues denken
(in den Alpen)»
L'Argentière-la-Bessée/F**

In diesem kleinen Ort in den Hochalpen tauschen sich die Teilnehmenden nicht nur theoretisch über Innovationen aus: Eine packende Führung zur Kultur und Geschichte des Ortes macht Innovation auf lokaler Ebene sichtbar.

2020

**«Jugend & Klima»
online – geplant in
Nizza/F**

«Gemeinsam handeln, jetzt!» fordern die jugendlichen Teilnehmenden. Sie diskutieren an dieser virtuellen Ausgabe der AlpenWoche mit bei Themen wie Mobilität, Tourismus, Klima, Wissensvermittlung, Gesundheit, Wasser, Jugendbeteiligung.

2004

**«Die Alpen der kommenden Generation»
Kranjska Gora / SI**

Zur Premiere entsteht das AlpenWoche-Konsortium. Die zentrale Frage der Workshops und Vorträge zu ökologischen, sozialen und wirtschaftlichen Aspekten der Nachhaltigkeit ist dabei: Wie kommt man von Prognosen zum Handeln?

2024

**«Die Alpen in unseren Händen»
Nova Gorica/SI**

20 Jahre AlpWeek: Vom 23. bis zum 25. September werfen wir einen Blick zurück, diskutieren, worauf es in den nächsten 20 Jahren ankommt und laden dazu herzlich ein!

**Programm und Anmeldung:
www.alpweek.org**

« Für mich sind die AlpenWoche und ihre teilnehmenden Organisationen ein Beispiel für die Lebendigkeit der Alpen. Sie bringt Menschen aus den unterschiedlichsten Bereichen zusammen und ermöglicht den Austausch und die Diskussion über die Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft. Dabei geht es um Herausforderungen und Lösungen für die Lebensqualität im Alpenraum. »

Blanka Bartol, Mitglied des slowenischen Vorsitzteams der Alpenkonvention



Gut besucht: Das Eröffnungsfest für das «Haus am Katzenturm» im Sommer 2023.

Vor Ort vernetzen

Das «Haus am Katzenturm» in der Innenstadt von Feldkirch/A und der 2022 gegründete gleichnamige Verein vernetzen NGOs aus dem Umwelt- und Naturschutzbereich in der Bodenseeregion und machen deren Themen einer breiten Öffentlichkeit zugänglich. Das Haus dient unter anderem als Co-Workingspace für die beteiligten Organisationen. Im öffentlich zugänglichen Ladenlokal im Erdgeschoss befindet sich die Südwind-Bibliothek, dort finden zudem

Workshops, Diskussionen und auch Pressekonzferenzen statt. Besonders beliebt sind die Bio-Samstage mit Marktständen regionaler Produzent:innen direkt vor dem Haus. Die Eigentümerin stellt das Haus für zumindest zehn Jahre gegen eine günstige Miete zur Verfügung. CIPRA International bringt als Partnerin im Projekt jahrzehntelange Erfahrung im Bereich transnationaler Kooperation mit.

www.cipra.org/hausamkatzenturm

Steine schaffen Leben

Steinhäufen gehörten lange zum bäuerlich geprägten Landschaftsbild der Alpen. Beim Pflügen der Äcker wurden Steine zutage befördert und am Feldrand zu einem Haufen oder einer Mauer geschichtet. Durch die intensivierete Landwirtschaft verschwinden solche Elemente der alpinen Kulturlandschaft zusehends.

Steinhäufen- und mauern bieten einen wichtigen Lebensraum für vom Aussterben bedrohte Kleinstlebewesen wie der flinken Zauneidechse, der geschützten Rotbauchunke, der ungiftigen Schlingnatter und Insekten. Algen, Moos und Flechten auf den Steinen dienen als Nahrung für Schmetterlinge und Schnecken.

Das Projekt SteinReich ruft Lesesteinhäufen und Trockensteinmauern wieder ins Bewusstsein. Alpenweit beteiligen sich sieben Pilotregionen daran – wie etwa in Cimolais/I mit Schulworkshops oder im Allgäu/D mit Kursen für Interessierte. Studierende der Kunstschule Liechtenstein verarbeiten die dabei gesammelten Bild-, Video- und Tonaufnahmen künstlerisch.

www.cipra.org/de/steinreich

Einfach machen

Die Klima- und die 2022 hinzugekommene Energiekrise motivieren viele Menschen zum Handeln: Sie wollen nachhaltiger leben, die Zukunft mitgestalten und gleichzeitig Kosten senken. Das Projekt «EmpowerLIFE – Einfach machen» verfolgt einen Bottom-up-Ansatz, um nachhaltige Entwicklung in der Bodenseeregion voranzutreiben.

Es begleitet Menschen und zivilgesellschaftliche Initiativen auf dem Weg von der Ausarbeitung bis hin zur Umsetzung ihrer Klimaschutz-Ideen. Die Erfahrung bestehender Initiativen trifft dabei auf neue, teils unkonventionelle Ideen und ergibt einen produktiven Wissens-Mix. Die am Projekt beteiligten Organisationen ergänzen diesen Mix durch ihr Fachwissen.

Das reicht von der Projekterarbeitung und Implementierung über die Ausarbeitung einer Übersicht von klimaschutzrelevanten DIY-Projekten nach Interessensgebiet bis hin zur Organisation von Kochkursen und Workshops. Zudem stellen sie finanzielle Mittel und Arbeitsräume zur Verfügung – wie etwa Werkstätten zum Bau von Fahrradanhängern oder Gemüsebeeten.

www.cipra.org/de/einfach-machen

Kollektiv zuhören

Drei Länder, drei europäische Regionen und deren Einwohner:innen: Sie alle machen sich Gedanken über Raumnutzung im Alltag. Als ideale Umgebung gilt die 15-Minuten-Stadt, in der alles Wichtige zu Fuss in 15 Minuten erreichbar ist. Das Projekt LISTEN untersucht die Raumnutzung durch Bürger:innen anhand von drei Pilotregionen in Belgien, Schweden und Österreich.

Die CIPRA Lab arbeitet dabei mit Partnern aus der Forschung und regionalen Akteur:innen zusammen. LISTEN verfolgt den Ansatz des kollektiven Zuhörens, unterstützt durch entsprechende Methoden und Formate. Dazu zählen ein 15-Minuten-Radio, ein 15-Minuten-Atlas sowie wie ein 15-Minuten-Spaziergang. Das Projektteam spricht dabei mit Bürger:innen, Gemeinden, Unternehmer:innen, Organisationen und Vereinen in so genannten superdiversen Vororten. Bei drei internationalen Workshops tauschen Projektpartner und Akteursgruppen ihre Erkenntnisse untereinander aus.

www.cipra.org/de/listen

Karpaten stärken

Das Projekt Central Mountains erstreckt sich über die Alpen hinaus bis in die Karpaten. Beide Gebirgsketten dienen in Mitteleuropa als grenzüberschreitende Naturkorridore, bei deren Schutz es häufig an einer gemeinsamen Vision mangelt. Die CIPRA Lab arbeitet in diesem bis 2026 laufenden Projekt mit Partnern aus Polen, Ungarn, Tschechien, der Slowakei, Italien, Österreich und Rumänien. Zunächst geht es dabei um eine gemeinsame Strategie für eine von der Bevölkerung getragene, nachhaltige Entwicklung, gefolgt von Aktionsplänen für ausgewählte Bereiche wie den Tourismus. Zudem erprobt Central Mountains neue, transnationale Governance-Strukturen und schafft grenzüberschreitende Funktionsbereiche in drei Pilotregionen.

www.cipra.org/de/central-mountains

Böden entsiegeln

Während alpenweit nahezu ungebremst versiegelt und verbaut wird, macht das Projekt Ground:breaking die zahlreichen Vorteile von Entsiegelung sichtbar und geht in vier Modellregionen mit gutem Beispiel voran. Entsiegelte Flächen sind wasserdurchlässig, klimaschonend, kostensparend und biodiversitätsfördernd. Ausserdem stellen sie langfristig die natürlichen Funktionen der Böden wieder her. Intakte Böden mildern die Auswirkungen der Klimakrise, speichern Wasser und versorgen uns mit Nahrungsmitteln. Im Frühling 2024 startete Ground:breaking mit einer Webinar-Serie für einen transnationalen Erfahrungsaustausch über Entsiegelungsprojekte und dazu nötigen Rahmenbedingungen. Zudem organisiert das Projektteam einen alpenweiten Wettbewerb für Entsiegelungs- und Bodenschutzmassnahmen.

www.cipra.org/de/ground-breaking



Bestechende Botschafterin

Endlich! Nach endlosen Flugstunden habe ich es geschafft, die Alpen zu überqueren – wie damals Hannibal. Dazu habe ich keine Elefanten gebraucht. Deren Lebensraum ist geschrumpft, genau wie meiner. Ja, es ist ungemütlicher geworden in meiner subtropischen Heimat. Als Klimaflüchtling möchte ich mich allerdings nicht bezeichnen.

Zugegeben: Die Reise über dieses beeindruckende Bergmassiv inmitten Europas war schwierig. Die eisigen Gipfel und die harschen Winde hätten andere entmutigt. Ich liess mich davon nicht abschrecken. Sicherlich werde ich als Pionierin dieser alpinen Invasion in die Geschichtsbücher eingehen! Nun bin ich hier, um den Alpenraum und ganz Europa zu erobern. Üppige Wälder, unzählige Stau- und Speicherseen, pulsierende Städte und aufgeheizte Täler eröffnen mir endlose Möglichkeiten.

Ich weiss, dass nicht jeder mein grösster Fan ist, vielen bin ich ein Stachel im Fleisch. Als Botschafterin meiner Art ist es mir ein Anliegen, den Menschen einzupimpfen, dass ich positive Seiten habe und meine Begeisterung ansteckend ist. Ich freue mich beispielsweise besonders darauf, meinen Beitrag zur Artenvielfalt zu leisten. Schliesslich sind ich und meine Geschwister wichtige Mitglieder des Ökosystems, stärken das Gleichgewicht der Natur und tragen dazu bei, die Population von Insekten in Schach zu halten.

Als eifrige Missionarin treibe ich zudem die Globalisierung weiter voran. Durch meine Importe aus fernen Ländern mache ich Europa bunter – im übertragen(d)en Sinne. Ich freue mich also, euch meine Freunde und eure neuen Mitbewohner:innen vorzustellen: Zika, Chikungunya und Dengue. Begrüsst uns herzlich, denn wir sind gekommen, um zu bleiben!

Tina Tigermücke

(Caroline Begle, CIPRA International)

VORSCHAU

SZENEALPEN NR. 112/2025

Foto: magics Canva



Die Alpen ohne Gletscher

Die Vereinten Nationen haben das Jahr 2025 zum Internationalen Jahr zum Schutz der Gletscher erklärt, doch in den Alpen sind die Gletscher nicht mehr zu retten. Alleine im Jahr 2023 hat etwa die Pasterze am Grossglockner/A mehr als 200 Meter an Länge verloren – mehr als je zuvor. Das Gleiche gilt für andere Alpengletscher. Österreich wird in 45 Jahren gletscherlos sein, die Schweiz verliert ihre letzten Eisriesen um das Jahr 2100, die Situation in Frankreich und Italien ist ähnlich. In Slowenien gibt es bereits heute nur noch Gletscherreste. Wie passen sich Natur und Mensch an gletscherfreie Alpen an? Haben wir dann noch genügend Trinkwasser? Wie bewässern wir unsere Felder? Werden Europas Flüsse noch genügend Wasser für den Schiffsverkehr führen? Wer profitiert von eisfreien Gletschervorfeldern? Macht es Sinn, Gletschereis mit technischen Mitteln zu konservieren? Fragen wie diesen geht das Themenheft SzeneAlpen Nr. 112 nach, das im **Sommer 2025 erscheint**.

