

VISIONEN

SPIRIT & SOUL

OKTOBER / NOVEMBER 2022

visionen. Wahrheit & Täuschung



Wahrheit & Täuschung



**EXPERIMENT:
RADIKAL
EHRlich**

**VEGA(N)
YURVEDA**
MIT
TASTY KATY

BIO
DÖRFER
Nachhaltig
reisen

Schön gut wahr
**AUFBRUCH
INS OFFENE**



REISEN MIT GUTEM GEWISSEN:

EIN BIODORF IN SACHSEN
ZEIGT, WIE ES GEHT

Von Tina Engler



*Das Biodorf Schmilka
in Sachsen ist ein
leuchtendes Vorbild für
Nachhaltigkeit
und sanften Tourismus
und lädt zum verantwortungs-
vollen „anders Reisen“ ein.
Ein Plädoyer fürs Umdenken –
und weitere Ideen
für nachhaltige
Reiseziele.*



Von den 69 Häusern im Ort wurde inzwischen knapp die Hälfte denkmalschutzgerecht saniert.

Seien wir mal ehrlich, ganz gleich, wohin wir auch reisen, wir hinterlassen überall unseren ökologischen Fußabdruck. 100 % nachhaltig wird es vielleicht nie sein. Doch zum Glück gibt es diese besonderen Orte und Regionen in der näheren Umgebung, die mit „Green Lifestyle“ und Nachhaltigkeit nicht nur werben, sondern diese auch umsetzen. Ihnen gelingt der manchmal schwierige Spagat, die Ressourcen der Natur, die Verantwortung gegenüber unserem Lebensraum und die tragfähige Wirtschaftlichkeit unter einen Hut zu bringen.

Auch wir selbst tun gut daran, bei unserer Reiseplanung ein wenig umzudenken, auch wenn es anfangs vielleicht nicht ganz leicht fällt. Ich zum Beispiel war früher ein großer Fan von Städtereisen und, damit es schneller geht, natürlich mit dem Flugzeug. Es war für mich ganz normal, an einem Wochenende Paris zu erkunden, um mich dann kurze Zeit später an den Kunstsammlungen in Florenz zu erfreuen. Es machte mir großen Spaß, immer wieder neue Plätze zu entdecken,

Oben v.l.n.r:
Anlegestelle in Schmilka mit der historischen Fähre "Lena" aus dem Jahr 1927.

Nach der Restaurierung ist die "Villa Waldfrieden" ein charmantes Bohème-Hotel.

Pittoresk gruppierte, bunte Häuser am Mühlenhof.

einzutreten, Menschen zu beobachten und mich vom Lebensgefühl vor Ort inspirieren zu lassen. Diese Neugier ist natürlich immer noch da, doch so ein richtig gutes Gefühl begleitete mich auf diesen Trips in Hinblick auf die täglichen Nachrichten nicht mehr. Ich fragte mich immer öfter, was ich persönlich dazu beitragen kann, damit klimafreundliches Reisen mehr und mehr Realität werden kann.

Das bedeutete für mich ein starkes Umdenken und die Konsequenz, auf meine geliebten Citytrips per Flug zu verzichten, doch dabei öffnete sich die Perspektive, mir meine nähere Umgebung genauer anzuschauen. Statt mit dem Flugzeug oder mit dem Auto anzureisen, entdeckte ich die Bahn für mich. Für kleine Auszeiten aus dem Alltag erkunde ich inzwischen mir unbekannte Orte vor der Haustür oder in den direkten Nachbarländern, die gut erreichbar sind und mich immer wieder aufs Neue überraschen. Durch die Art der gewählten Bleibe kann ich nachhaltiges Reisen ebenfalls unterstützen. Mittlerweile findet man an vielen Urlaubsorten Bio-Hotels oder ressourcenschonende Unterkünfte, die mit erneuerbaren Energien aufwarten, viel Wert auf Nachhaltigkeit legen und garantiert 100 % Bio sind.





*Der achtsame Umgang
mit der Natur ist
spürbar und schafft
inneren Frieden.*

Oben: Das Forsthaus
am Mühlenhof lädt zur
Erfrischung ein.

Unten und links: In der
alten Mühle aus dem Jahr
1665 wird wieder Getreide
gemahlen. In der örtlichen
Bäckerei wird nur in
Bio-Qualität gebacken.

EINE VISION WIRD WIRKLICHKEIT – BIODORF SCHMILKA

Bei einer meiner vielen Erkundungen entdeckte ich nach einem Zahnarztbesuch in Dresden auch das Biodorf Schmilka, das, rund 50 Kilometer von der Elbmetropole entfernt, am Fuß des mystischen Elbsandsteingebirges liegt. Schmilka wirkt, als sei es aus einem Gemälde längst vergangener Zeiten entsprungen. Fast surreal schön. Hier durch schier endlos erscheinende Pfade zu wandeln, inmitten jungfräulich anmutender Natur und dabei die glitzernde Elbe immer im Blick, entspannt und beseelt.

Einst war der idyllische kleine Ort mit seinen heutzutage 75 Seelen ein lebendiges Fischerdorf, doch die meisten der Bewohner wanderten in die Städte ab. Es gab viel Leerstand. Aber nach und nach ist in den vergangenen Jahren hier ein nachhaltiges Ferien-Refugium entstanden. Der visionäre Unternehmer Sven Hitzer hat Schmilka neues Leben eingehaucht und ihm seine Seele zurückgegeben. Regional und 100 % Bio, das gilt für alle Hotels und Restaurants, die Brauerei und auch die Bäckerei vor Ort.



Das Elbdörfchen, als Ortsteil von Bad Schandau direkt an der tschechischen Grenze gelegen, scheint wie aus der Zeit gefallen. Mit seinen gelben, grünen und roten Fachwerkhäuschen schmiegt es sich sanft an das Elbufer. Die einzige Gasse klettert ziemlich steil den Mühlberg hinauf, bis zur historischen Mühle von 1665, in der heute wieder ganz traditionell das Mehl gemahlen wird. Im Hintergrund türmen sich die grandiosen Felsformationen der Sächsischen Schweiz auf. Das Elbsandsteingebirge mit seiner legendären Bastei und dem hellen Tuffstein ist sicher eine der romantischsten Landschaften Deutschlands und ein beliebtes Wander- und Erholungsgebiet seit mehr als 200 Jahren.

Der Ursprung der Wiederbelebung des Refugiums war zunächst rein privater Natur. 1993 kaufte der Unternehmer, Hotelier und Visionär Sven Hitzer eines der verlassenen Häuser als Ausgangspunkt für seine ausgedehnten Wanderungen durch die wilde und ursprüngliche Landschaft, in der er sich schon als Kind so wohlfühlte. Mittlerweile gehört ihm, angetrieben von seinen ambitionierten Plänen, das halbe Dorf. Hitzers Idee, den Ort in ein Öko-Resort zu verwandeln, entstand erst viele Jahre später. Damals war er eine Art „Bio-Pionier“ und Vorreiter. Für den heute 60-Jährigen ist das Bewahren der natürlichen Ressourcen eine Herzensangelegenheit.

Inspiziert von seiner Frau Annette, die schon immer ein starkes Bewusstsein für Bio und Nachhaltigkeit hatte, ließ er 2009 das direkt an der Elbe liegende Haus Helvetia zum allerersten Biohotel in Sachsen umbauen. Es ist einer dieser unvergleichlichen Plätze, die einen unmittelbar nach Eintreffen ankommen lassen – dort und auch bei sich selbst. Eins mit der Natur, in der Stille am Fluss, wo nur die Vogelstimmen ab und zu die friedvolle Ruhe durchbrechen. Ein entspannender Ort zum Verweilen und ein wohltuendes Refugium, das, genau wie die anderen Hotels vor Ort, immer mehr Gäste anzieht.



Knapp 30 Prozent des Stroms werden vor Ort in Schmilka generiert, den Rest liefert Ökostrom.



Oben: Der Ofen der Bio-Bäckerei wird mit Holz aus regionalen Wäldern CO₂-neutral befeuert.

Rechts unten: Biodorf Schmilka im Herbst (Foto: Thomas Kunack)

Heutzutage bringt der Fährmann mit der historischen Fähre „Lena“ Tages- und Feriengäste vom Bahnhof Schmilka-Hirschmühle am gegenüberliegenden Ufer direkt nach Schmilka. Der Weg in die anmutige Bergwelt führt durch Schmilkas schmales Gässchen, vorbei an der alten Dorfwindmühle, die beinahe 150 Jahre lang nicht mehr in Betrieb war. Auf dem Mühlenhof gibt es Mühlenbier aus der Bio-Brauerei. Vis-à-vis werden Brote nach alten Rezepten und wagenradgroße Blechkuchen gebacken – natürlich in Bio-Qualität. Der Backofen wird mit Holz aus regionalen Wäldern CO₂-neutral gefeuert. In den Wintermonaten werden hier auf diese Weise auch Badezuber unter freiem Himmel erhitzt. Knapp 30 Prozent des Stroms werden vor Ort generiert, den Rest liefert Ökostrom. Mehrere zuliefernde Landwirte haben, vom Bio-Gedanken Schmilkas animiert, auf Biolandbau umgestellt.

Information & Inspiration

Christoph Schulz:
Nachhaltig reisen für
Einsteiger
(mvg, 2020)

Lonely Planet:
Europa ohne Fliegen.
80 inspirierende und nachhaltige Reiseideen
(Verlag Mairs, 2022)

Julia-Maria Blesin:
Green Travelling. Einfach nachhaltig reisen
(oekom, 2021)

Von den 69 Häusern im Ort wurde inzwischen knapp die Hälfte denkmalschutzgerecht saniert. Nun gibt es Bio-zertifizierte Unterkünfte für jeden Geldbeutel und Geschmack: Vom einfachen Wanderquartier bis hin zur Bio-Luxussuite. Die meisten davon sind elektrosmogfrei, mit Betten ohne Metall und mit Naturlatexmatratzen, Wand- und Gebäudefarben ohne Formaldehyd und Holz ohne Giftstoffe. Wer das Bio-Refugium erlebt, den verwundert es nicht, dass Schmilka im Jahre 2017 zum schönsten Dorf Sachsens gewählt wurde. Der achtsame Umgang mit der Natur ist spürbar, schafft inneren Frieden und überträgt sich auf jeden, der hier auf dem Wasserweg ankommt.

www.schmilka.de

Fotos © Refugium Schmilka (wenn nicht anders angegeben)



Das Herz der Locals schlägt im Bio-Rhythmus:

SEEHAM IM SALZBURGER LAND

Das kleine Biodorf Seeham im Salzburger Land am Westufer des glasklaren Obertrumer Sees zeigt, wie Nachhaltigkeit und ökologische Verantwortung gehen: Fast die gesamte Bevölkerung zieht an einem Strang, um die Natur zu schützen. Derzeit gibt es 33 Bio-Betriebe, Tendenz steigend. Als Vorreiter weit über die Grenzen des Landes hinaus baut Seeham seine Vision von einer besseren Welt immer weiter aus. Das Herz der Einwohner schlägt im Bio-Rhythmus. Der sanfte Tourismus wird in allen Bereichen praktiziert und Interessierte dürfen gern hinter die Kulissen schauen. Im November 2015 wurde die Ortschaft mit dem österreichischen Klimaschutzpreis ausgezeichnet, das war Ansporn genug, um weitere innovative Ideen umzusetzen: Derzeit entsteht hier unter dem Namen „BioArt“-Campus das erste österreichweite Biokompetenzzentrum. Schon bald werden Produzenten, Vermarkter oder alternative Energieanbieter ihre Produkte unter einem Dach in bester Bioqualität anbieten.

www.biodorf.at

Das Naturparadies Uckermark, hier Templin, lädt zum Wandern, Radfahren und zur Entspannung im Thermalsoleheilbad ein.

*Verantwortung,
Nachhaltigkeit und
sanfter Tourismus. Diese
Orte und Regionen
schaffen gekonnt den
Spagat – und sind
wunderbar entspannte
Reiseziele für bunte
Herbsttage mit gutem
Gewissen*

Die Nordsee klimafreundlich erleben:

INSEL JUIST

Die ostfriesische Insel Juist hat sich für die Zukunft so einiges vorgenommen. Bis zum Jahr 2030 möchte man hier CO2-neutral leben. Die naturbelassene Insel ist autofrei. Alles, was transportiert werden muss, wird in Pferdefuhrwerke verladen. Die Insulaner selbst sind sehr umweltbewusst, aber dazu kommen ja noch die rund 100.000 Besucher pro Jahr, die allein durch ihre Anreise 8.000 Tonnen Kohlendioxid produzieren. Deshalb haben sich die Juister ein Konzept überlegt, um ihr Ziel trotz der Inselgäste zu erreichen. Pensionen und Hotels bieten Pauschalreisen mit der Bahn an, die mit Strom aus regenerativen Quellen fährt. Wer mit dem Auto anreist, parkt das Auto bequem in Norddeich. Von dort geht es weiter mit der Fähre. Immer donnerstags ist „Veggie-Tag“ in den Inselrestaurants, denn auch ein reduzierter Fleischkonsum hilft auf dem Weg zur Klimaneutralität. In der sommerlichen Hochsaison zwischen Juni und September soll die Kinderuni auch die Kleinsten für ein nachhaltiges Leben sensibilisieren. Mit diesem weitgreifenden Konzept wurde die Nordseeinsel Juist als eine der ersten Tourismusregionen Deutschlands CSR-zertifiziert - und so ganz nebenbei hat sie noch Traumstrände und friesische Gemütlichkeit zu bieten.

www.juist.de



In der Zentralschweiz**ENGELBERG-TITLIS**

Das kleine idyllische Klosterdorf in rund 1.000 Metern Höhe wird von imposanten Gipfeln umrahmt. Mit 3.020 Metern Höhe sticht der Titlis-Gletscher besonders hervor. Wer hierher kommt, ist der Natur immer ganz nah. Es mutet an, als wäre man inmitten eines Heimatfilms gelandet. Kein Wunder, dass hier auch viele der beliebten „Bollywood“-Filme gedreht wurden. Die abwechslungsreiche Region, gerade mal 45 Minuten mit dem Zug von Luzern entfernt, ist ein wahrer Outdoor-Spielplatz. Die Einheimischen sind sich ihrer Verantwortung gegenüber ihrem größten Schatz, der Natur, durchaus bewusst. Deshalb setzen sie sich gemeinsam für eine effiziente Nutzung von Energie, Klimaschutz, erneuerbare Energien sowie umweltverträgliche Mobilität ein. So befördern alle Seilbahnen die Gäste mit CO₂-neutralem Strom, der kostenlose Bus fährt alle wichtigen Punkte an, und immer mehr Betriebe bekommen das nachhaltige „Swisstainable“-Siegel. Zudem ist fast alles, was auf den Tisch kommt, direkt aus der Region. Generell gilt die Schweiz als einer der europäischen Vorreiter in puncto Umweltschutz. Dafür sorgt u. a. auch die ausgezeichnete Infrastruktur der SBB (Schweizerische Bundesbahnen), die Passagiere selbst in entlegenste Ecken bringt.

www.engelberg.ch

www.myswitzerland.com/de-de/planung/ueber-die-schweiz/nachhaltigkeit/

Mit dem Biosphärenbus unterwegs im**BLIESGAU**

Direkt an der Grenze zu Frankreich, im Saarland, versteckt sich das UNESCO Biosphärenreservat Bliesgau. Es ist ein einzigartiger Lebensraum vieler seltener Pflanzen- und Tierarten. Streuobstbestände, artenreiche Wiesen und Wälder sowie die von der Blies durchzogenen Auenlandschaften durchziehen diesen Landstrich. Das Bliesgau ist ganz einfach ohne Auto zu bereisen. Mehrere Bahnen vernetzen das Biosphärenreservat mit den umliegenden Städten. Innerhalb des Bliesgaus verbindet der „Biosphärenbus“ Orte, Unterkünfte und Ausgangspunkte für Freizeitaktivitäten. Fünf Premiumwanderungen zwischen acht und sechzehn Kilometern erfreuen Wanderer und Naturfans.

www.biosphaere-bliesgau.eu

Auf nachhaltigen Pfaden durch die**UCKERMARK**

Bereits im Jahre 2013 wurde der Tourismusverband Uckermark mit dem Konzept „Ferien fürs Klima“ Sieger des bundesweiten Wettbewerbs „Nachhaltige Tourismusregion“. Mehr als die Hälfte der Gegend im Nordosten Brandenburgs steht inzwischen unter Naturschutz. Innerhalb der Region hat sich ein Netzwerk von rund 30 Betreibern gebildet, die sich dem klimafreundlichen und nachhaltigen Wirtschaften verschrieben haben. Unter ihnen sind neben Öko-Unterkünften und Campingplätzen auch Gutshäuser, die auf saisonale und regionale Küche achten. Drei touristische Buslinien ermutigen, das eigene Auto stehen zu lassen, um das authentische Naturparadies so nachhaltig wie möglich zu erkunden.

www.tourismus-uckermark.de