

Winter 2023/24
Nr. 194
1,50 €



SOL

magazin

Solidarität, Ökologie und Lebensstil



**Arbeite weniger –
kaufe weniger –
lebe mehr**

SOL Nr. 5/2023 - P. b. b. Absender: SOL - Menschen für Solidarität, Ökologie und Lebensstil, Sapphrog - 20/1, 1100-Wien. 022032117 M. Cover: Klaus Schuster

Lobbyismus-Lexikon

www.lobbypedia.de

Kleine Einzelhandelsgeschäfte gegen Amazonisierung

www.analogeinkaufen.at

Rollenspiel rund um Wölfe

www.tinyurl.com/sol194a

Konzernmacht – nein, danke!

www.goliathwatch.de

Einführung in Suffizienz (80 Seiten PDF)

www.tinyurl.com/sol194b

**Friedensgespräche
Fr, 2. Februar, in Linz**

www.tinyurl.com/sol194c

**Vernetzungsfrühstück zu Klimagerechtigkeit
Do, 7. Dezember, in Wien**

www.tinyurl.com/sol194d

**Workshop: Plastik im Kreis gedacht
Mi, 13. Dezember, online**

www.tinyurl.com/sol194e

**Nyeléni-Herbsttreffen für Ernährungssouveränität
8.-10. Dezember, in Vorarlberg**

www.tinyurl.com/sol194f

EU-Mercosur stoppen

www.tinyurl.com/sol194g

**Info-Vortrag:
Raus aus Öl und Gas
Di, 19. Dezember, online**

www.tinyurl.com/sol194h

Liebe SOL-Leser*innen,

das, was SOL seit Jahrzehnten „predigt“, ist nun in der Mitte der Gesellschaft angekommen: Österreicher*innen arbeiten heute im Schnitt um 2-3 Stunden weniger als vor 10 Jahren. Immer mehr entscheiden sich gegen Überstunden, für Teilzeit und wollen nicht mehr im „Hamster-rad“ treten. Das ist ein sehr erfreulicher Trend, denn wer weniger Geld verdient, kauft weniger und verursacht damit weniger Umweltbelastung. Es bleiben dadurch auch mehr Ressourcen für den Globalen Süden übrig. Nur die Wirtschaft freut sich momentan nicht darüber, denn nachdem geburtenstarke Jahrgänge in Pension gegangen sind, fehlen Arbeitskräfte. Aber wenn sich die Konjunktur abgekühlt hat, wird sich das wieder einpendeln.

Mit der „Ich habe genug“-Kampagne, speziell mit dem „Ich habe genug“-Kurs und mit dem neuen „Erasmus+“-Projekt (siehe S. 4), versuchen wir, Menschen dabei zu unterstützen, selbst einen suffizienteren, an die eigenen Bedürfnisse angepassten Lebensstil zu finden.

Auch in unseren Medien wie der SOL-Website, der SOL-Radiosendung „SOL on Air“ sowie in diesem und vielen anderen SOL-Magazinen findet ihr natürlich auch spannende Anregungen, in diesem Bereich Neues auszuprobieren und euch mit anderen darüber auszutauschen.

Wir wünschen viel Genuss und Freude dabei,
Eure Redaktion



Eva Meierhofer
(Steiermark)



Mario Sedlak
(Wien)



Barbara Huterer
(Wien)



Bobby Langer
(Bayern)



Tina Wirnsberger
(Wien)



Joe Gansch
(Burgenland)

DEINE SPENDE IST
STEUERLICH
ABSETZBAR

Reg.Nr.: NT 14363

Neu bei SOL

SOL-Telegramm.....	4
Neues SOL-Projekt in Südafrika	7
Spenden	6
Kinderseite	17
SOL-Termine.....	18
Impressum.....	19
SOLis am Wort.....	19

Solidarität

Genügsamkeit als Antwort auf unsere Krisen	8
--	---

Ökologie und Lebensstil

Mit Energie-Suffizienz zu mehr Lebensqualität.....	9
Bewusster Konsum für Babys und Kleinkinder	11
Wandern ist des Huhnes Lust.....	12
Ei, Ei, Ei – oder mal ohne.....	16



Der Verein SOL ist überparteilich und überkonfessionell und existiert seit 1979. Es gibt ca. 2000 SOLis in ganz Österreich. Wenn ihr die Zeitung per Post bekommen wollt (4x pro Jahr), reicht eine Einzahlung in beliebiger Höhe (Selbsteinschätzung). Kontodaten S. 6. Zuschriften bitte an Sapphog, 20/1, 1100 Wien oder sol@nachhaltig.at

www.nachhaltig.at



Höchster Standard für Ökoeffektivität. Weltweit einzigartig: Cradle-to-Cradle®-Druckprodukte innovated by gugler®. Sämtliche Druckkomponenten sind für den biologischen Kreislauf optimiert. Bindung ausgenommen.





SOL-Telegramm

Was sich bei uns alles tut

„Ich habe genug“: Kurs Nr. 33 gestartet

Anfang November hat die nächste „Klasse“ unseres Lehrgangs¹ begonnen. Einige Schnellentschlossene können noch mitmachen! Bitte Mail an genug@nachhaltig.at.



Suffizienz in urbanen Netzwerken

Das Projekt SUN – Suffizienz in urbanen Netzwerken hat als Ziel, BNE (Bildung für Nachhaltige Entwicklung) zu fördern, und wird sich um eine Weiterentwicklung des „Ich habe genug“-Lehrgangs von SOL drehen. Gemeinsam mit der Ökumenischen Initiative Eine Welt (ÖIEW) aus Deutschland und der Bürger*innengenossenschaft b*coop aus Südtirol haben wir die Chance, bis Februar 2025 den Kurs zu verbessern und auf die jeweiligen sprachlichen und kulturellen Kontexte der Projektländer anzupassen.



Wahljahr 2024 – mit Wahlplakat von SOL

Nächstes Jahr kommt es dicht: Neben EU- und Nationalratswahl stehen auch Landtagswahlen in Vorarlberg und der Steiermark sowie Gemeinderatswahlen im Land Salzburg und in Innsbruck an.

Bei all diesen Wahlen geht es darum, wer uns in den nächsten Jahren parlamentarisch vertreten wird – und ob Entscheidungen im Sinne von Umwelt- und Klimaschutz und einem guten Leben für alle getroffen werden.

Daher hat SOL ein „überparteiliches Wahlplakat“ entwickelt. Es spricht keine Empfehlung für eine bestimmte Partei aus, sondern ruft dazu auf, jedenfalls wählen zu gehen. Wir sind überzeugt, dass du als SOLi ohnehin eine gute Wahlentscheidung treffen wirst. (Nicht zur Wahl gehen, ist jedenfalls eine schlechte

Entscheidung, auch wenn es keine Partei gibt, mit der du 100%ig einverstanden bist.)



Wahlplakate der Parteien werden aus Steuergeldern finanziert und von bezahlten Agenturen plakatiert. Unser Wahlplakat musst du selber zahlen – und auch selber plakatieren, also am Arbeitsplatz, in Bioläden, Weltläden, Schulen, Pfarren, ... fragen, ob du es aufhängen darfst. An all diesen Orten dürfte sicher kein Parteiplakat aufgehängt werden!

Ein A3-Plakat kostet 2,50 €; ab 3 Stück je 2 €; ab 10 Stück je 1,50 € - alles inkl. Porto. Infos und Bestellungen: www.nachhaltig.at/wahlplakat

SOL-Workshops

Im September hat SOL einen „Ich habe genug“-Workshop und einen Clean Euro-Workshop² bei Alpha Nova für die Teams der Wohnassistenz in Graz und in Leibnitz gehalten. Alpha Nova ist ein größerer sozialer Dienstleister in der Steiermark, die Wohnassistenz wendet sich an Menschen mit Lernschwierigkeiten, Beeinträchtigungen oder Behinderung, die in ihren eigenen vier Wänden leben möchten.



Die teilnehmenden Mitarbeiter*innen haben bereits in ihrem eigenen Alltag viele Ansätze zu einem nachhaltigeren Lebensstil und Konsum mitgebracht und konnten durch die Workshops und den Austausch noch weitere Inspirationen finden. Danke für die aktive Teilnahme und die guten Ideen!

Wenn auch ihr für eure Gruppe einen unserer SOL-Workshops buchen wollt, meldet euch bei tina.wirnsberger@nachhaltig.at.

Gefördert durch die Österreichische Entwicklungszusammenarbeit

SOL-Filmnachmittag mit Vernetzung

Die SOL-Regionalgruppe Mürztal hat am 30. September in Kooperation mit gemeinsam.jetzt, FIAN Österreich und dem Arbeitskreis Weltverantwortung zu einem Vernetzungsnachmittag mit Filmvorführungen

(1) www.nachhaltig.at/genug-lehrgang
(2) www.nachhaltig.at/genug-workshops und www.nachhaltig.at/cleaneuro-workshop



zung aus dem Filmverleihpaket von den Filmtagen „Hunger.Macht.Profite“ in den Pfarrsaal Kapfenberg eingeladen.



Nach einem fruchtbaren Austausch der verschiedenen Organisationen und Teilnehmer*innen wurde der Film „Die Strategie der krummen Gurke“ gezeigt, in dem es um solidarische Landwirtschaft geht.

Danach waren die Bio-Bäuer*innen Christoph und Ingrid Zehrfuchs zu Gast und erzählten über die Herausforderungen und Erfolge ihres Betriebs, den sie unter anderem auf solidarische Landwirtschaft umgestellt haben. Verköstigt wurden die Besucher*innen, von denen die jüngste 5 Monate und die älteste 85 Jahre alt war, unter anderem mit dem köstlichen Bananen-Tiramisu, das ihr auf Seite 16 findet. Wir bedanken uns bei allen Beteiligten für den bereichernden Austausch!

Freiwilligenmesse und „lebende Bibliothek“

Auch in diesem Jahr konnte SOL wieder auf der Freiwilligenmesse einen zweiten Messeraum zu vergünstigten Konditionen organisieren. So konnten sich insgesamt 21 kleinere Organisationen und Vereine aus dem öko-sozialen Bereich präsentieren und um Freiwillige werben.



Gefördert durch die

Österreichische
Entwicklungs-
zusammenarbeit

Im Rahmen der Freiwilligenmesse hat SOL außerdem eine „lebende Bibliothek“ zu persönlichem Engagement und Suffizienz organisiert. An beiden Tagen gab es die Möglichkeit, mit „lebenden Büchern“ ins Gespräch zu kommen. In diesem Format konnten Interessierte sich direkt mit Menschen austauschen, die sich durch ganz unterschiedliche Zugänge für ein „Genug-haben“ engagieren und ihre persönlichen Erfahrungen mit dem Genug-haben weitergeben.



Bundesministerium
Klimaschutz, Umwelt,
Energie, Mobilität,
Innovation und Technologie

SOL-Mitarbeiter*innen stellen sich vor

Ella Karnik Hinks



Ich habe vor kurzem einen Masterstudiengang in Integrierten Klimasystemwissenschaften abgeschlossen, wobei sich meine Forschung auf Klimaaktivismus und -protest konzentriert. Ich komme ursprünglich aus Manchester, UK, und mache gerade ein Praktikum bei SOL. Das ist eine großartige Gelegenheit für mich, den Diskurs und die Aktionen hier in Österreich besser zu verstehen und die tolle Arbeit, die geleistet wird, zu unterstützen. Ich interessiere mich für den Bereich der Klimakommunikation und möchte die kulturell bedingten Faktoren besser verstehen, die sich auf die Auseinandersetzung mit politischen und ökologischen Themen auswirken. Ich freue mich, in einer Organisation zu arbeiten, die Solidarität in den Mittelpunkt stellt, und Teil des Aufbaus einer sozial und ökologisch gerechten Zukunft zu sein.

SOL-Mitarbeiter*innen stellen sich vor

Romana Springer



Ich darf SOL für drei Monate von September bis November 2023 als Praktikantin unterstützen. Für mich persönlich ist Solidarität gegenüber Menschen und Natur sehr wichtig, was sich auch mit den Inhalten von SOL deckt. Während meines Praktikums helfe ich vor allem im Bereich des 1zu1-Projekts mit. Mit meinem Studium der Internationalen Entwicklung ist das für mich die perfekte Möglichkeit, mich mit der Entwicklungszusammenarbeit innerhalb von Österreich zu befassen und Initiativen, die sich mit Entwicklungszusammenarbeit beschäftigen, kennenzulernen. Beim bevorstehenden 24. Vernetzungstreffen kann ich einige dieser Initiativen hoffentlich auch persönlich treffen. In meiner Freizeit bin ich gerne im Freien, spiele Fußball oder treffe mich mit meinen Freund*innen.

SOL braucht deine Spende.

Bei SOL arbeiten viele Ehrenamtliche für einen solidarischen, ökologischen Lebensstil. Dennoch brauchen wir auch finanzielle Unterstützer:

- Es fallen Sachkosten an, z.B. Druck (nach höchsten Umweltstandards) und Porto für unser SOL-Magazin, Büromiete usw.
- Für die Koordination und Unterstützung der aktiven SOLis, professionelle Verwaltung und Vernetzung mit anderen Initiativen geht es nicht ohne einige Teilzeitangestellte.
- Um unsere Ideen für einen gesellschaftlichen Wandel beispielhaft umzusetzen, machen wir Projekte. Diese werden aber nur zu 80-90 % gefördert, den Rest müssen wir aus Eigenmitteln (= Spenden) finanzieren.

Unser Spendenkonto:

Kontoinhaber: SOL
IBAN: AT56 1200 0004 5501 5107
BIC: BKAUATWW



SOL-Büro:

office@nachhaltig.at
0680/208 76 51

Spenden an SOL sind seit März 2019 steuerlich absetzbar¹. Dazu brauchen wir allerdings dein Geburtsdatum, deinen exakten Namen (wie am Meldezettel!) und deine Erlaubnis, diese Daten ans Finanzamt weiterzuleiten. Das kannst du uns unter www.nachhaltig.at/spenden-2 (oder per Post an SOL, Sapphogasse 20/1, 1100 Wien) mitteilen

Das SOL-Magazin ...

... zeigt vierteljährlich die Vielfalt unserer Aktivitäten. Der formale Abo-Preis beträgt 3,60 € pro Jahr und ist seit der Vereinsgründung 1979 unverändert. Die realen Kosten sind heute bei weitem höher, aber wir wollen, dass niemand aus finanziellen Gründen aus der Gemeinschaft der SOLis ausgeschlossen ist. Daher bitten wir um eine Zahlung nach **Selbsteinschätzung**. Das heißt: Wenn du einen beliebig hohen Beitrag leistest, bekommst du ein Jahr lang das SOL-Magazin.



Einige aktive SOLis

Probeabo: Wir schicken dir gerne zum Kennenlernen die nächsten drei Ausgaben kostenlos und unverbindlich zu. Bitte bestell auf www.nachhaltig.at/shop oder kontaktiere uns (siehe oben).

Dein Dauerauftrag

Ein fixer monatlicher Beitrag ist der einfachste Weg, SOL zu unterstützen, und ermöglicht uns längerfristige Planung. Du kannst bei deiner Bank einen Dauerauftrag einrichten oder den Abschnitt unten ausfüllen und an uns senden. Auf Wunsch bekommst du von uns ein kleines Geschenk.



Dauerauftrag



Empfänger: SOL. IBAN = AT56 1200 0004 5501 5107, BIC = BKAUATWW.

Auftraggeber*in: Name des/r Kontoinhaber*in:

Adresse des/r Kontoinhaber*in: Bank des/r Kontoinhaber*in:

Bankfiliale des/r Kontoinhaber*in: IBAN des/r Kontoinhaber*in:

BIC: Betrag:€ (in Worten:

Termin: monatlich zum 5. des Monats. Beginn ab sofort, ein Widerruf ist ohne Angabe von Gründen jederzeit bei deiner Bank möglich.

Für Rückfragen: Tel.: Email:

Datum: Unterschrift: Ich möchte bitte ein Geschenk!

Bitte ausschneiden, unterschreiben und im Kuvert an **SOL, Sapphogasse 20/1, 1100 Wien** senden. DANKE!

(1) ausgenommen 3,60 €/Jahr. Detaillierte Begründung dafür: www.nachhaltig.at/warum360

Neues SOL-Projekt in Südafrika

Nach dem erfolgreichen SOL-Projekt „Solarstrom für Schulen in Tansania“¹ möchte SOL jetzt Menschen in Südafrika helfen. Von Katharina Weiss und Dan Jakubowicz

Die Republik Südafrika hat instabile soziale Strukturen, und die Kriminalität liegt im internationalen Vergleich auf erschreckend hohem Niveau. Die Mord- und Vergewaltigungsraten zählen zu den höchsten der Welt. 2021 kam es aufgrund der großen sozialen Probleme zu gewaltsamen Unruhen.

Mehr als die Hälfte der Einwohner*innen Südafrikas leben unterhalb der nationalen Armutsgrenze. Betroffen ist vor allem die schwarze Bevölkerung. In kaum einem anderen Land weltweit sind Einkommen und Vermögen so ungleich verteilt wie in Südafrika. Die Arbeitslosenrate lag schon vor der Corona-Pandemie mit 29 % auf Rekordniveau. Durch die Pandemie ist sie auf über 30 % angestiegen. Von den 15- bis 24-Jährigen findet nach Angaben der Weltbank sogar mehr als jeder zweite keine Arbeit.²

Neuer Partner von SOL

Wir arbeiten mit der gemeinnützigen Stiftung HOPE Cape Town³ zusammen. HOPE Cape Town möchte die Lebensqualität von Kindern und Familien, die von Armut, HIV oder verwandten Krankheiten, sozialen Herausforderungen und den damit verbundenen schwierigen Lebensumständen betroffen sind, verbessern.

Die Anfänge der Arbeit liegen im Jahr 2001. Heute unterhält HOPE Cape Town unter anderem einen ganzheitlichen Campus in Delft (einem Vorort von Kapstadt), genannt „The Nex – Indawo Yethu“ mit einem Gesundheitszentrum, einem Zentrum für frühkindliche Entwicklung, einer Einrichtung für duale Berufsausbildung und einem Jugendzentrum.



HOPE hat 42 Beschäftigte. Ziel von HOPE ist es, dass Kinder, Jugendliche und Familien ihr volles Potenzial erreichen können.

Unser gemeinsames Vorhaben

In Partnerschaft zwischen SOL und HOPE soll dieses Zentrum um einen Gemeinschaftsgarten⁴ erweitert werden, welcher den dort lebenden Menschen eine nahezu autarke Versorgung mit Lebensmitteln garantiert und folgende ökosoziale Ziele verfolgt:

- (1) www.nachhaltig.at/tansania
- (2) www.bmz.de/de/laender/suedafrika/soziale-situation-12168
- (3) www.hopecapetown.org/index.php/de
- (4) www.nachhaltig.at/suedafrika

- Bildung und Lernen über Natur und nachhaltige Landwirtschaft (Arbeiten mit reduziertem Einsatz von Pestiziden und Herbiziden, Schaffung eines Lebensraumes für Insekten und Tiere)
- Gemeinschaftsbildung und
- höhere Lebensqualität der Menschen vor Ort.



Katharina Weiss ist die Koordinatorin von HOPE in Österreich. Sie ist Mitglied von SOL. „Beeindruckend ist es, wenn Jugendliche, die bei uns Kurse absolviert haben, zu Vorbildern in ihrem Umfeld werden.“

Stephan Neuberger, Obmann von SOL, meint dazu: „Nachhaltige Entwicklung im Globalen Süden braucht gut ausgebildete Menschen. Deswegen unterstützen wir den Gemeinschaftsgarten und die Zusammenarbeit mit HOPE.“

Wir brauchen dafür deine Spende!

Spenden auf das SOL-Konto mit dem Zahlungszweck „Südafrika“ werden zu 100 % für das Südafrika-Projekt verwendet.



Kleinkindbetreuung auf dem Campus „The Nex“

Da SOL aber – durch steigende Personal- und Druckkosten – ebenfalls dringend Spenden für den laufenden Betrieb benötigt, bitten wir euch, die Spenden für das Südafrika-Projekt nicht *statt* der allgemeinen SOL-Spende, sondern *zusätzlich* zu leisten (bitte zwei getrennte Überweisungen).

Alle Spenden an SOL sind steuerlich absetzbar.

DANKE.

Genügsamkeit als Antwort auf unsere Krisen

Es reicht. Mehr Mut zu Suffizienz! Vom Ökumenischen Netzwerk Klimagerechtigkeit



Ökumenisches Netzwerk
Klimagerechtigkeit

Ein Bündnis von mehr als 100 kirchlichen Organisationen in Deutschland, das sich seit 2018 bundesweit für mehr Klimagerechtigkeit in Kirche, Gesellschaft und Politik einsetzt. Mehr Infos: www.kirchen-fuer-klimagerechtigkeit.de

Jedes Jahr erinnert uns der Erdüberlastungstag, dass wir immer schneller die verfügbaren natürlichen Ressourcen verbrauchen. Der energie- und ressourcenintensive Lebensstil in den industrialisierten Ländern benachteiligt und gefährdet schon heute Menschen im

Globalen Süden. Mit dem Abbau und der Verarbeitung von Rohstoffen gehen erhebliche Menschenrechts- und Umweltprobleme einher. Koloniale Machtverhältnisse werden in politischer und wirtschaftlicher Praxis fortgeschrieben.

Bisher tauchen in den notwendigen Debatten um Energie-, Verkehrs- oder Agrarwende die Fragen der global gerechten Nutzung natürlicher Ressourcen nur am Rande auf. Auf der Suche nach Antworten auf die sich zuspitzenden ökologischen und sozialen Krisen rückt langsam die Suffizienz, das „richtige Maß“, als ein Schlüsselprinzip der Nachhaltigkeit ins öffentliche Bewusstsein. Unter Berücksichtigung der planetaren Grenzen wird mit dem Ansatz das Ziel verfolgt, den übermäßigen und verschwenderischen Verbrauch von Energie und Ressourcen zu verringern und gleichzeitig eine weltweit gerechtere Verteilung und Wohlstand für alle zu erreichen. „Öffentlicher Wohlstand statt privater Luxus“ könnte die Formel für Suffizienz heißen.

Appell an die Politik

Energie- und ressourcenschonendes Handeln in allen gesellschaftlichen Bereichen zu fördern, ist Aufgabe der Politik.

Einzelne können beispielsweise kaum auf das Fahrrad oder öffentlichen Nahverkehr umsteigen, wenn sie in einer ländlichen Region leben, in der ein Bus nur zweimal am Tag fährt. Forderungen nach mehr Suffizienz lösen bei vielen Politiker*innen jedoch Ablehnung und Ängste aus: vor Empörung, Protesten und schlechten Wahlergebnissen. „Suffizienz führe zum Kollaps unseres Wirtschaftssystems“ lautet ein häufiger Einwand. Es stimmt: Wichtige Systeme unserer Gesellschaft sind vom Wachstum

abhängig. Dieses wird aber ohnehin durch die verschiedenen Krisen bedroht. Bilder von überfluteten Straßen und Häusern im vergangenen Sommer zeigen beispielhaft, welche wirtschaftlichen Schäden uns in der Zukunft erwarten.

Es ist also höchste Zeit, dass Teilsysteme von einem Wachstum des Energie- und Rohstoffverbrauchs unabhängig werden. Suffizienzpolitik versteht sich als vorsorgende Politik, die sich den Herausforderungen heutiger und kommender Krisen stellt und Antworten auf diese sucht. Politische Maßnahmen, die diesem Prinzip entsprechen, stellen die Dinge nicht auf den Kopf, sondern erforschen Möglichkeiten, vorhandene Ressourcen zu nutzen und keine neuen in Anspruch zu nehmen. Das kann der Umbau einer Straße zu einem Rad- und Fahrradweg, die verlängerte Lebens- und Nutzungsdauer eines Produkts oder die Umnutzung von Büro- zu Wohnflächen sein.



Kirchen fördern Fahrräder als Dienstfahrzeuge und machen den Umstieg leicht. Foto: Romeo Edel

Das Ökumenische Netzwerk Klimagerechtigkeit will mit der Aktion „Es reicht. Mehr Mut zu Suffizienz!“ die politische Debatte über Suffizienz anregen. Mit positiven Praxisbeispielen und konkreten, politischen Vorschlägen möchte das Bündnis im Austausch mit Politiker*innen ermuntern, über Suffizienz als praxistaugliche politische Strategie nachzudenken.

Mehr Infos: tinyurl.com/mehr-mut-zur-suffizienz

Mit Energie-Suffizienz zu mehr Lebensqualität

Sinnvolle Lebensstiländerungen statt Ideen aus der fossilen Mottenkiste Von Stephan Neuberger, SOL-Obmann

Seit Beginn des Ukrainekriegs kehren viele rückwärtsgewandte Ideen, wie wir etwaige Energieengpässe ausgleichen können, wieder zurück. So wird seitens der Industriellenvereinigung auf einmal wieder Gas-Fracking im Weinviertel empfohlen, industrielle Gaskessel werden auf noch klimaschädlichere Ölkessel umgerüstet, und die deutsche Bundesregierung hat Kohlekraftwerke reaktiviert.

Glücklicherweise gibt es auch positive Initiativen wie bspw. die „Mission 11“-Kampagne¹ des österreichischen Klimaschutzministeriums, mit der seit Herbst 2022 versucht wird, 11 % Energie über Bewusstseinsbildung einzusparen. Der Fokus liegt hier tatsächlich auf Energie-Suffizienz, und das völlig zu Recht.

Mit Suffizienz 10 Jahre früher klimaneutral

Laut einer Studie² des Potsdam-Instituts für Klimafolgenforschung (PIK) könnte die EU 10 Jahre früher klimaneutral sein, wenn klimafreundliche Lebensstiländerungen und eine Suffizienz-Politik forciert werden würden. Auf den Einsatz von teuren und riskanteren Technologien wie CO₂-Abscheidung und -Speicherung (CCS), Gas-Fracking oder Atomkraft könnte damit weitestgehend verzichtet werden. Ein lang verfolgtes Kern-Anliegen von SOL wird damit auch wissenschaftlich immer öfter untermauert.

Die größten Hebel auf gesellschaftlicher bzw. privater Ebene tun sich hierbei in den Bereichen Mobilität, Wohnen und Ernährung auf. Den stärksten Einfluss unter den klimafreundlichen Verhaltensänderungen hat die Mobilität.

Hier ist es entscheidend, wie wir uns fortbewegen: also in erster Linie das Fahrrad und mehr zu Fuß bei kurzen Distanzen, der Umstieg auf öffentliche Verkehrsmittel, Fahrgemeinschaften für Autofahrten sowie weniger oder am besten keine Flugreisen. Aber auch der Umstieg auf E-Autos, Gebäudesanierungen, eine pflanzliche Ernährung oder eine klimafreundliche Landwirtschaft mit weniger Einsatz von Pestiziden und Dünger sind nur ein paar Beispiele für Änderungen im Lebensstil.

Auch auf politischer Ebene könnten Suffizienz-Maßnahmen zu einer sehr schnellen Redukti-

on von CO₂-Emissionen führen. Bestes Beispiel wäre ein reduziertes Tempolimit auf unseren Autobahnen auf 100 km/h und 80 km/h für Landstraßen. Allein dadurch könnten knapp 1 Million Tonnen an Treibhausgasen³ oder 4 % der gesamten verkehrsbedingten Emissionen eingespart und gleichzeitig die Verkehrssicherheit erhöht werden.

Großer Nutzen, wenig Aufwand

Vielen Lebensstiländerungen ist eines gemeinsam: Sie sind nicht nur gut für Klima und Umwelt, sondern erhöhen auch unsere Gesundheit und schonen unseren Geldbeutel. Schön zu erkennen anhand der 3-F-Klimaschutz-Regel: weniger Fleisch, weniger fahren, weniger fliegen. Ein Mehr an Gemüse, Obst und Hülsenfrüchten anstelle von Fleisch ist einfach gesünder für unseren Körper.

Das Auto stehen zu lassen und stattdessen das Rad zu nutzen, macht uns ebenso fitter und ist auch unschlagbar günstig. Und auch mit der Bahn kann man gerade aus dem zentral gelegenen Österreich so viele wunderschöne Orte bereisen und dabei auch noch stressfrei die Landschaft genießen. Aus eigener Erfahrung und tiefer Überzeugung: Suffizient und klimafreundlich leben, ist oft einfacher als gedacht, macht mehr Spaß als erwartet und bringt dem Klima häufig mehr als teure technologische Maßnahmen.

Und deswegen legen wir bei SOL auch so großen Wert darauf.



SOL-Obmann Stephan lebt mit seiner 4-köpfigen Familie autofrei in Wien. Hier ist er beim Einkauf zu sehen

(1) www.mission11.at

(2) www.iopscience.iop.org/article/10.1088/1748-9326/abe890

(3) www.orf.at/stories/3302399



So schön und trotzdem wahr.

Cradle to Cradle Gold ist der höchste Standard für ökologisch und gesund produzierte Druckprodukte. Mit insgesamt 40 zertifizierten Materialien – für Verpackungen, Werbemittel, Bücher, und vieles mehr – ist gugler* DruckSinn die einzige Druckerei in der EU, die ihn erfüllt.

gugler*
DruckSinn

Druckerei für
nachhaltig Schönes
drucksinn.at

Bewusster Konsum für Babys und Kleinkinder

Erfahrungen von Eltern, die ihre Kinder nicht materiell erziehen, sondern ihnen Werte und Lebensfreude mit auf den Weg geben. Von Theresa Neuberger (ehem. Zwickl)

Bei nachhaltigem Konsum geht es nicht nur darum, faire, ökologische und nahe Produkte zu kaufen, sondern das Kaufen per se zu reduzieren: Brauche ich das Produkt wirklich? Kann ich es wo ausborgen? Gibt es das auch gebraucht? Nach meiner Erfahrung ist das Schwierigste dabei, Verwandte zu überzeugen, weniger zu schenken.

Kinderwagen

Vor der Geburt meines ersten Kindes habe ich überlegt, ob ein Kinderwagen überhaupt nötig ist, da ich von den Vorteilen des Tragens im Tragetuch überzeugt bin. Wir haben uns dann doch für einen Kinderwagen entschieden, den wir auch grundsätzlich viel genutzt haben. Insbesondere auf Zugfahrten ist der Stauraum im Kinderwagen sehr angenehm.

Bei meinem zweiten Kind haben wir den Kinderwagen fast gar nicht mehr genutzt, da wir auf einen kleineren und flexibleren Buggy umgestiegen sind. Mein Fazit ist: Ein Buggy (mit verstellbarer Rückenlehne) ist – zusammen mit einem Tragetuch oder einer Trage – absolut ausreichend und kann länger genutzt werden.

Kleidung

Beim Gewand hatte ich das Glück, von zwei Familien mit älteren Kindern versorgt zu werden (danke dafür 😊). Gebrauchte Kleidung hat auch den Vorteil, dass sie mehrmals gewaschen wurde und dadurch Schadstoffe von der Produktion bereits verschwunden sind. Einzelne Stücke habe ich dennoch gekauft, weil ich nicht widerstehen konnte. Auch die Verwandtschaft ließ es sich nicht nehmen, Geschenke in Form von Kleidung und Spielsachen zu machen – hier muss man schon im Voraus kommunizieren, welche Vorstellungen man vertritt.

Mein Tipp: Weniger Kleidungsstücke in guter Qualität machen mehr Freude und weniger Stress beim Sortieren.

Spielsachen

Bei den Spielsachen legten wir viel Wert auf Qualität und Material (Holz). Leider muss ich sagen, dass wir davon viel zu viel gekauft haben. Immerhin konnten wir oft etwas gebraucht ergattern, was meine Kinder überhaupt nicht gestört hat.



Selbst gemachtes Spielzeug Foto: Mario Sedlak

Es gibt auf YouTube und in Büchern ganz viele Ideen, wie man aus Alltagsgegenständen interessantes Spielzeug für Babys und Kleinkinder herstellen kann. Sie brauchen eigentlich kein Spielzeug, sondern Material zum Entdecken und Erforschen. Was Mama und Papa im Alltag so in den Händen haben, ist sowieso das Coolste. In der Natur, beim Schwimmen, am Spielplatz etc. kommt nie Langeweile auf (was man in den eigenen vier Wänden – egal, wie viel Spielzeug vorhanden ist – nicht behaupten kann). Auch für Rollenspiele oder Geschichtenerzählen wird kein oder wenig Spielzeug benötigt, denn mit Fantasie kann man einfach auf imaginäre Geräte und Gegenstände zurückgreifen, ohne einen ökologischen Fußabdruck zu erzeugen. In Bibliotheken kann man Spielsachen, Bücher, DVDs und vieles mehr ausborgen und dort eine schöne gemeinsame Zeit verbringen.

Wohnen

Babys und Kleinkinder brauchen kein eigenes riesiges Kinderzimmer und Privatsphäre, sondern Nähe und Geborgenheit.

Fazit

Höre auf dein Bauchgefühl und nicht auf Werbung, Trendsetter*innen im Internet oder scheinbare „perfekte Mamas“. Kinder brauchen in Wahrheit nicht so viel, um glücklich zu sein und gut zu gedeihen. Frag Bekannte, ob du Kleidung/Spielsachen/etc. erben oder kaufen darfst. Nach meiner Erfahrung ist jeder froh, auszumisten. Wenn du doch etwas Neues kaufst, achte auf Ökologie und Langlebigkeit (damit das zweite oder dritte Kind auch noch was davon hat).

Wandern ist des Huhnes Lust

Artgerechte Tierhaltung und nachhaltige Landwirtschaft sind wichtig, aber es muss nicht unbedingt bio sein, meint eine Bäuerin im Interview. Von Mario Sedlak



Daniela Märkel ist Nebenerwerbs-Landwirtin im nördlichen Waldviertel von Niederösterreich. Mit ihrer Familie bewirtschaftet sie 47 Hektar Acker und 4 Hektar Wald. Seit einigen Jahren produziert sie sehr erfolgreich auch Hühnereier.

SOL: Warum haben deine Hühner einen „Wanderstall“?

Märkel: Ich bin davon überzeugt, dass das die beste Haltungsform für Hühner ist. Sie kommen so immer zu frischer Wiese und können ihre natürlichen Bedürfnisse – scharren, picken, suchen – ausleben.

Wie oft ziehst du den Stall an eine neue Position?

Das kommt auf die Witterung an: Wenn es saftige Wiesen gibt, dann alle 14 Tage. Wenn es trockener ist, bleibt der Stall ein bisschen länger stehen, weil eh nichts wächst.

Wenn es regnet, gehen die Hühner auch raus?

Ja! Hühner sind nicht wasserscheu, und Regen ist für die Gefiederreinigung ganz gut. Hühner baden nicht direkt im Wasser, aber sie lieben das Wasser. Wenn es regnet, kommen die Würmer aus dem Boden – da scharren sie noch mehr.



So wandert der Hühnerstall alle paar Wochen.

Was ist, wenn es im Winter sehr kalt ist?

Die Hühner wollen keinen Schnee – da gehen sie nicht raus. Aber unter den mobilen Hühnerställen ist es auch im Winter trocken, und da bewegen sie sich auch im Winter gern. Die Kälte stört sie überhaupt nicht. Auch im Stall haben sie einen Scharrraum, wo sie Sand, Stroh, Spielmöglichkeiten und Picksteine vorfinden.

Im Stall wird es im Winter nicht kalt?

Der Stall ist nicht beheizt, aber sehr gut isoliert. Ein Huhn hat's am liebsten so um die 18–20 Grad. Wenn's draußen –10 Grad hat, kommen wir auf 5–10 Grad im Stall, aber das ist kein Problem für die Hühner, weil das Gefieder sie warm hält. Es lässt bei mir auch die Legeleistung nicht nach, und daran merkt man, dass sich die Hühner wohlfühlen.



Im Winter wird der Hühnerstall innen beleuchtet.

Also das sind Hühner, die im Winter fast so viel legen wie im Sommer? Nicht wie bei privat gehaltenen Hühnern, die im Winter keine Eier legen.

Das kommt natürlich auf das Licht an. Bei mir bekommen die Hühner im Winter zusätzliches Licht, und zwar ab 4:30 in der Früh. Dadurch wird für die Tiere die Tageslänge erhöht, und sie legen weiter. Wenn der Tag ganz kurz ist, schalte ich das Licht schon um 4 Uhr ein. Am Abend gebe ich ihnen kein zusätzliches Licht, damit sie die Natürlichkeit der Dämmerung nicht verlieren. Wenn man vom Eierverkauf ein bisschen leben will, dann muss man das halt so handhaben.

Genau, im Winter will man ja auch Eier essen ...

Ja, im Winter ist die Nachfrage nach Eiern sogar größer, unter anderem weil viele private Hühnerhalter da keine Eier haben. Die kaufen dann auch von mir. Der Winter ist sogar meine „Haupt-Geschäftszeit“.

Woher kommt der Strom für die Lampe im Winter?

Meine Hühnerställe sind komplett autark. Am Dach gibt es Solarzellen. Die kann ich im Winter sehr steil stellen. Der Akkuspeicher ist noch nie unter 49 % gefallen.

Wenn die Hühner immer draußen sind, kommen die auch mit Krankheitserregern in Kontakt. Werden die dann nicht oft krank?

Dadurch, dass wir die Wiese sehr oft wechseln und die Hühner erst nach einem Jahr wieder auf denselben Fleck hinkommen, kann man diesen Krankheitserregern sehr gut ausweichen. Zusätzlich kalke ich einmal im Jahr die Flächen. Das ist gut für den Boden und hilft gegen Schädlinge. Mit der Tiergesundheit hatte ich noch nie Probleme. Im ersten Jahr hatten wir einmal einen Schnupfen, weil der Stall in die falsche Richtung stand, sodass drinnen zu viel Zugluft war. Aber seitdem wir den Stall anders aufstellen, sodass der Wind nicht so einen Zug erzeugen kann, sind die Tiere eigentlich immer gesund.

Mit Fuchs und Habicht hast du keine Probleme? Oder stehlen sie Hühner?

Mit Fuchs hab ich noch nie ein Problem gehabt. Die Hühner sind eingezäunt, aber es wäre für den Fuchs kein Problem, die Plastikzäune durchzubeißen. Beim Habicht hatte ich voriges Jahr im Frühjahr ein bisschen Probleme, aber ich hab dann eine Plastikeule aufgestellt, die im Wind ihren Kopf dreht. Und meine Hunde sind auch da.

Kommt das Futter für die Hühner von euren eigenen Feldern?

Ja, bis auf das Soja. Es werden jetzt schon einige Versuche im Waldviertel mit Soja gemacht. Ich verfolge das ganz genau und bin am Überlegen, das in den nächsten Jahren auch zu machen, aber das Problem ist: Soja verträgt Frost gar nicht, und im Waldviertel gibt's auch im Mai noch Frost. Und im Oktober, wenn das Soja zu dreschen ist, ist es oft auch schon sehr fröstlich und feucht. Außerdem gehört das Soja getoastet und gequetscht, und es rentiert sich nicht, das Soja dafür irgendwo hinzuführen. Da kann man es gleich fertig kaufen, und das ist wahrscheinlich nachhaltiger. Auch von der Flächenproduktivität her ist es vermutlich gescheiter, das anzubauen, was hier am besten wächst: Weizen, Roggen, Mais, Raps und Braugerste.

Was machst du mit dem Hühnermist? Kommt der wieder auf die Felder?

Der Hühnermist wird ganz gezielt auf meine Felder verstreut. Ich bekomme mittlerweile von einem Pferdebauern 20–40 m³ Pferdemist dazu. Die misch ich mit meinem Hühnermist und schau, dass das gut in die Fruchtfolge reinpasst. Das ist zwar nicht viel Mist, aber ich geb ihn auf Böden, die vielleicht nicht so gut beschaffen sind.

Verkauf

Wie viele Jahre produzierst du schon diese Wieseneier?

Es ist jetzt die vierte Saison, also das vierte Jahr. Es hat sich bewährt. Ich glaube, ich könnte einen dritten Stall dazustellen und würde die Eier gut vermarkten können. Ich habe, Gottseidank, vor Corona begonnen und einen guten Kundenstock privat aufgebaut. Die meisten Eier verkaufe ich ab Hof sowie an 2 weiteren Standorten. Da steht jeweils ein ganz normaler Kühlschrank mit einer Kassa ohne Wechselgeld, und das funktioniert auf Vertrauensbasis sehr gut. Da muss ich mich wirklich bei meinen Kunden für die Ehrlichkeit bedanken. Zwei Lebensmittelgeschäfte, die Regionalität fördern, verkaufen ebenfalls meine Eier. In den Geschäften werden die Eier auch richtig gestempelt. Bei Privatverkauf ist das nicht notwendig.

Während Corona war der Verkaufsboom ganz extrem. Da ist man kaum nachgekommen. Jetzt sind wir wieder dort, wo wir vorher waren. Ich bin zufrieden. Es ist ein gutes zweites Standbein.



Dieser mobile Hühnerstall kostete rund 20.000 €. (Der aktuelle Preis liegt bei 25.000 €.)

Wie viel kostet ein Ei bei dir?

35 Cent; direkt von mir zuhause ab Hof sogar nur 30 Cent. Der Eierkarton und das Etikett – ich klebe noch selbst – kosten mich alleine bereits 32 Cent. Deswegen nehme ich saubere Eierkartons sehr gerne zurück, aber auch aus Umweltschutzgründen.

Man muss dazusagen: Ich habe blaue Eierkartons – das ist mein Markenzeichen. Die sind deutlich teurer als weiße oder graue, aber ich wollte mich damals schon mit dieser Farbe von allen anderen absetzen.

Hast du Marketing studiert?

Nein, das basiert auf meinem eigenen Kaufverhalten und meinen Beobachtungen. Der Mensch geht ins Geschäft, und wenn ihn eine bunte Packung anspricht, dann geht er dorthin und kauft sie.

Was fehlt noch, damit du deine Eier als Bio-Eier vermarkten könntest?

Ich müsste den ganzen Betrieb auf bio umstellen. Die Ställe selbst sind absolut biotauglich: mit Familien-Legenestern, die mit Dinkelspelzen eingestreut sind. Bio-Felder sind sehr arbeitsintensiv, und ich bin eher für die „nachhaltige Landwirtschaft“: Wenn eine Pflanze krank ist, dann soll man sie behandeln, dass sie gesund wird, z. B. mit einem Schutzfilm gegen Pilzbefall, der bei richtiger und rechtzeitiger Anwendung im Korn nicht einmal nachweisbar ist. Wird von den Spritzmittelherstellern zumindest so gesagt. Ich hab keinen Test machen lassen, glaub es aber.

Und bevor der Boden auslaugt, möchte ich ihm mit einem Mineralstoffdünger die nötigen Nährstoffe zuführen – bei einem Biobetrieb ohne Tiermist würde sich der Kreis nicht so schließen, trotz Fruchtfolge und Gründüngung. Manche Phosphor- und Kalidünger sind auch biotauglich.

Seit 10 Jahren müssen wir auch wieder Schwefel streuen, der früher vom sauren Regen kam.

Ich bin kein Fan von Glyphosat. In 10 Jahren habe ich es einmal verwendet.



Verkauf in Selbstbedienung auf Vertrauensbasis

Das Leben der Hühner

Wie viele Hühner hast du jetzt insgesamt?

Durchschnittlich immer 320–350; mal kurz mehr, weil man ja die alten Hühner behält, bevor die neuen gut legen.

Ich habe 2 mobile Ställe und für 70 Hühner einen nicht mobilen Stall, wo die Hühner aber genug Freiraum haben, sodass es als Freilandhaltung zählt.

Wie lange bleiben die Hühner bei dir, und was passiert danach mit ihnen?

Die Hühner kommen mit 17–18 Wochen zu mir, mit 20 Wochen fangen sie zu legen an, und mit 14 Monaten – meist nach Ostern – gebe ich sie weiter an Interessenten, die gerne privat Hühner haben wollen oder an einen Jäger, der Falken züchtet und Hühner als Futter braucht. Für ein Huhn verlange ich 2 €. Selber habe ich rund 15 € dafür bezahlt. Für eine Verwertung als Suppenhühner bin ich zu klein. Erst ab so tausend Hühner könnte ich die von einer Firma abholen lassen. Privatkunden kaufen kaum Suppenhühner.

Ich lasse die Hühner bei mir nicht mausern. Ein Huhn hat nach einem Jahr ca. 14 Tage Mauserzeit, wo es die Federn verliert und neue Federn bekommt.

Sind das bestimmte Hochleistungsrassen oder speziell angepasste, robuste Hühner?

Ich habe immer die Sorte „Lohmann Brown“. Ich habe auch andere versucht, aber die Lohmann Brown sind die gemütlichsten Hühner. Sie sind nicht extreme Hochleistungshühner, aber sie sind sehr ruhig. Du kannst zu den Hühnern hingehen, die laufen neben dir her, du kannst sie streicheln, sie sind nicht aggressiv oder so, und das gefällt mir an dieser Rasse am allerbesten. Die Tiere (eine Partie sind bei mir 130 Hühner) bekomme ich von einem kleineren Aufzuchtbetrieb aus Oberösterreich. Das ist mir auch sehr wichtig, dass die Kleinbauern auch gefördert werden. Und dass die Tiere direkt ohne Zwischenhändler zu mir kommen. Da bezahl ich lieber um einen Euro pro Huhn mehr, und dafür haben die Tiere ein bisschen weniger Stress bei der Ankunft.

Herausforderungen

Was sind oder waren die größten Herausforderungen bei der Hühnereierproduktion?

Die Bürokratie. Ich musste für die mobilen Hühnerställe eine Bauanzeige machen, obwohl baulich ja nichts verändert wird. Dann brauchte ich ein Grünlandgutachten. Da musste jemand vom Gebietsbauamt aus Krems kommen, der kontrolliert hat, ob die Fläche in Ordnung ist. Dann hab ich die Packstelle kontrollieren lassen müssen. Danach kam der Amtstierarzt und der Lebensmittelinspektor.

Eine andere Herausforderung war, einen passenden Stall zu finden. Ich fand drei, vier Modelle, die mir gut gefielen, aber jedes hatte seine Schattenseiten, und letztendlich habe ich dann jemanden gefunden, der mir meinen Stall nach meinen Vorstellungen baute. Ich finde 2 kleinere Ställe viel

besser als einen größeren, weil man da z. B. eine junge und eine alte Partie reingeben kann.

Voriges Jahr musste ich aufgrund behördlicher Anordnung meine Hühner über 6 Monate einsperren, weil die Geflügelpest wieder in Österreich war. Ich musste sie über 3–4 Tage daran gewöhnen, weniger bzw. keinen Auslauf mehr zu haben. Dann habe ich im Altgebäude weitere Ställe errichtet, damit die Tiere wieder mehr Platz und Spielmöglichkeiten haben. Wenn die Tiere Langeseweile haben, könnten sie sich gegenseitig die Federn ausrupfen. Dieses Problem hatte ich nie.

Die Eier zu einem kostendeckenden Preis verkaufen zu können, war kein Problem?

Ich habe einen Tag der offenen Stalltür gemacht und den Leuten alles erklärt. Dann war es auch kein Problem, als ich mit dem Eierpreis in die Höhe gehen musste. Natürlich muss auch die Qualität stimmen. Ich habe wirklich viele Kundschaften, die keine Supermarkt-Eier mehr kaufen und sich bei mir bedanken oder das Projekt loben. Diese Anerkennung, das direkte Kundenfeedback, hat mir in der Landwirtschaft vorher etwas gefehlt.

Wie hast du den Umgang mit den Hühnern gelernt?

Ich habe 2010 mit 7 Hühnern begonnen. Dann wurden es 10, dann 15, dann 20. Dann hatte ich zweimal 20, damit ich immer Eier habe, auch wenn eine Partie alt ist und ich die rausräume. Dann hatte ich 40 und 40. Mit jeder Partie lernst du dazu. Schlussendlich habe ich mir überlegt: Was ist eine schöne – tiergerechte und nachhaltige – Haltung, wenn ich ein bisschen davon leben will? Die mobilen Hühnerställe sind in Deutschland groß im Vormarsch gewesen, aber ab 500 Tieren oder so. Ich wollte ein kleines Projekt für mich.

Ich habe natürlich viel über Hühnerhaltung gelesen, speziell in einem deutschen Forum. Beim LFI¹ habe ich einen Kurs für Hühnerhalter gemacht. Da lernte ich über die Stempelungen, Rechte beim Verkauf, Mindesthaltbarkeitsdatum usw. Sonst habe ich eine landwirtschaftliche Facharbeiterausbildung. Die Landwirtschaft musst du aus der Praxis leben, nicht aus einer Schule. Das Verhalten von Tieren kannst du nicht in einer Schulklasse lernen, das musst du am Tier selbst erleben.

Hast du für deine Hühner irgendwelche Förderungen bekommen?

Ja, dadurch, dass das gerade noch in die Corona-Zeit reingefallen ist, hab ich eine kleine Corona-Förde-

rung bekommen (ich glaube 7 %). Und es gab natürlich eine Direktvermarktungs-Förderung vom Land Niederösterreich. Die war auch sehr bürokratisch. Bei der werden die Ställe gefördert, nicht der Zaun, nicht die Plastikeierhorden². Oder sie haben eine geeichte Waage bezahlt, aber den Akku von der Waage nicht, obwohl der bei meinem Kauf dabei war. Aber es war gut (rund 20 %). Ohne Förderung hätte ich eineinhalb Jahre länger abbezahlt.

Bekommen andere konventionelle Geflügelhalter mehr Förderungen?

Das richtet sich immer nach dem Betrag, den du investierst. Und Investitionsförderung gibt es für jeden – egal, ob bio oder konventionell. Ich bin zufrieden. Wir haben auch eine gute Bezirksbauernkammer, die mich sehr gut unterstützt hat. Alleine hätte ich den bürokratischen Bereich nicht so schnell oder nicht so gut erledigt. Ich habe auch einen Steuerberater, weil ich lieber dreimal pro Tag zu meinen Hühnern gehe und schaue, ob's ihnen gut geht. Es ist in der Landwirtschaft eh schon sehr, sehr viel zum Aufzeichnen geworden.

Kannst du von der Landwirtschaft gut leben?

Ich glaube, dass die Landwirtschaft grundsätzlich wieder zu den kleinbäuerlichen Betrieben zurückmuss. Aber diese sind sehr arbeitsintensiv, und wenn die Wertschöpfung immer weniger wird, geht das nicht. Ich finde es schade, dass die Menschen heutzutage für Handy, Auto und die coolsten Klamotten viel mehr ausgeben als für gute Lebensmittel. Aktuell steigen die Preise für Lebensmittel, aber davon hat der Bauer kaum etwas. Besser: direkt beim Bauern einkaufen, dann kommt mehr Geld bei ihm an.

Merkst du Klimaveränderungen im Waldviertel?

Heuriges Jahr war wieder sehr trocken. Im Juni hat der komplette Regen gefehlt. Solche Wetterextreme wie jetzt hat es früher nicht gegeben.

Mehr Infos:

„Danis Wiesenei“ in Suchmaschine eingeben

Über die Ställe: www.tinyurl.com/huehnermobil



Die Hühner legen ihre Eier in ein „Familiennest“ mit Dinkelspelzen.

(1) Ländliches Fortbildungsinstitut (Bildungseinrichtung der Landwirtschaftskammern), www.lfi.at

(2) Eierhorden sehen wie Eierkartons ohne Deckel aus und werden zum Transport der Eier z. B. vom Stall in die Packstelle verwendet.

Ei, Ei, Ei – oder mal ohne

Suffizienz beim Eiverbrauch Von Eva Meierhofer

Die verstärkte Nachfrage nach Eiern im Winter begründet Daniela Märkel damit, dass private Hühnerhalter*innen weniger Eier von ihren Hühnern bekommen. Das ist sicher ein Grund, da widerspreche ich der Expertin nicht. Aber zumindest am Anfang der Winterzeit gibt es eine Periode, wo einfach mehr gebacken wird – in der Weihnachtszeit. Wie gesagt, das ist sicher nicht der Hauptgrund der erhöhten Nachfrage nach Eiern im Winter. Aber vielleicht ist es generell gut, einmal nach Alternativen zu suchen. Ich habe mich umgehört und ein bisschen recherchiert.

Mehr Butter, Schlagobers oder Topfen

Von einer Ernährungsberaterin hörte ich, man müsse einfach mehr Butter oder Schlagobers verwenden, wenn man Eier weglassen will. Ferner kann man für verschiedene Rezepte einfach Kartoffelteig verwenden. Ich probierte eine Speise, die sowieso aus Kartoffelteig besteht, und versuchte sie ohne das im Rezept angegebenen Ei, dafür mit mehr Butter: Zwetschgenknödel.



Zwetschgenknödel ohne Ei

Bei meinem ersten Versuch war der Teig zu matschig, die Knödel wurden nicht richtig durch – konnten aber nicht länger im Kochwasser bleiben, weil sie anfangen, zu zerfallen. Erst der zweite Versuch gelang: Ich gab mehr Mehl dazu, bis der Teig die passende Konsistenz hatte. Ich kann hier keine Mengenangabe machen, man muss ausprobieren.

Flohsamenschalen oder Kartoffelstärke

Von Freundinnen hörte ich, dass Flohsamenschalen oder Kartoffelstärke die Aufgabe von Eiern erfüllen können. Ein Kuchen mit Flohsamenschalen hatte zwar einen guten Geschmack, der Teig war aber sehr schwer und ist beim Backen sitzen geblieben. Es bräuchte insgesamt mehr Hitze und Zeit als bei Teig mit Eiern. Eine ähnliche Erfahrung habe ich mit Palatschinken gemacht. Ein Apfelkuchen mit Kartoffelstärke wurde hingegen sehr gut. Hier war möglicherweise eine Hilfe, dass Topfen im Teig enthalten war – Palatschinken mit Stärke wurden trocken und pergamentartig, wenn sie nicht gleich verzehrt wurden.

Flohsamen können insgesamt eine gute Hilfe beim Backen sein und bereichern das Gebäck mit Ballaststoffen. Es bleiben jedoch zwei Dinge anzumerken: Bei jeder Flohsamenkur wird darauf aufmerksam gemacht, dass man die Samen mit viel Flüssigkeit einnehmen soll, weil sie auch im Magen noch anquellen und zu Blähungen führen können. Ich habe mich erkundigt und in diversen Blogs geforscht: In Kuchen und Brot kann man sie bedenkenlos verwenden, es wird aber trotzdem empfohlen, dazu viel zu trinken. Das Andere: Sie sind kein heimisches Gewächs, legen also eine gewisse Transportstrecke zurück. Also wenn man Flohsamen verwenden will: auf Bio-Qualität achten und schauen, wo sie herkommen.

Bananen-Tiramisu

*Ein gelungenes Experiment, das gut bei meinen Freund*innen angekommen ist, ist dieses Bananen-Tiramisu. Bananen übernehmen die Klebefähigkeit von Eiern, Topfen sorgt dafür, dass die Creme nicht zu flüssig wird – wie sonst durch den Eischnee. Gut geeignet, wenn man nicht mit rohen Eiern arbeiten will. Aber bitte bei allen Zutaten auf Bio und Fair-Trade achten!*

Zutaten: 100 g Biskotten, 1 Tasse Kaffee, 1 Stamerl Aprikosenlikör (oder etwas Hochprozentiges nach Belieben), 200 g Mascarpone, 250 g Topfen, 2 weiche Bananen, Zucker oder Süße nach Belieben, Kakao

Biskotten in einer Form auslegen. Eine Tasse Kaffee aufbrühen, mit Aprikosenlikör vermischen, über die Löffelbiskuits gießen, bis die sich vollgesogen haben. Bananen im Mixer pürieren, mit Topfen und Mascarpone vermischen, nach Belieben süßen. Creme über die Biskotten verteilen, mindestens 1 Stunde in den Kühlschrank stellen. Vor dem Servieren Kakao darüber streuen.



Übung macht den Meister

Grundsätzlich kann ich zu meinen Erfahrungen sagen: Backen ohne Ei braucht viel Erfahrung und Übung. Bei unserem Koch- und Gesundheitsworkshop von SOL-Graz und -Mürztal wurde mir das Kochbuch „Lust ohne Reue – 200 Vollwertrezepte ohne tierisches Eiweiß“ von Waltraud Becker empfohlen. Das kann, denke ich, für den Einstieg helfen.

Der Plapperstorch

Seite für Kinder und Eltern



Hallo Kinder, hier ist wieder euer Plappi!

Wir haben uns das letzte Mal schon gefragt, wie wir dazu beitragen können, die Welt zu retten. Es sind die kleinen Schritte, die wir tun. Einen will ich euch heute wieder vorstellen: das Einkaufen.

Wundert es euch, dass wir das ganze Jahr über Obst und Gemüse bekommen, das doch eigentlich nur zu bestimmten Zeiten reif ist? Oder Früchte, die bei uns gar nicht wachsen? Habt ihr euch schon einmal überlegt, wo die Sachen herkommen? Das sind wichtige Fragen: Wie weit war die Reise der Erdbeeren im Februar oder der Bananen? Unter welchen Umständen wurden die Orangen und Zitronen angebaut? Wie geht es denn den Menschen, die die Kakaobohnen für die Schokolade ernten? Wisst ihr, dass alles oft mit dem Flugzeug transportiert werden muss und somit den Treibhauseffekt verstärkt? Dass auf vielen Feldern Gift gegen Insekten gespritzt wird? Dass sehr viele Bauern und Bäuerinnen und Menschen, die in der Landwirtschaft arbeiten, schlecht bezahlt werden, sodass sie für sich und ihre Familien kaum etwas zu essen kaufen können? Darum ist vieles so billig. Vergleicht etwa einmal den Preis von Bananen mit dem Preis von heimischen Äpfeln!

Es geht aber auch anders. Einige Betriebe achten darauf, dass kein umweltschädliches Gift und keine chemischen Düngemittel gespritzt werden und dass alle am Produkt Beteiligten besser bezahlt werden. Das könnt ihr an der Verpackung erkennen. Auf dieser Seite findet ihr ein paar Zeichen, die auf manchen Verpackungen zu erkennen sind. Schaut beim nächsten Einkauf doch einmal, wo ihr sie findet, was es für Produkte sind. Wo das Obst und Gemüse herkommt, findet ihr auf den Obstkisten vermerkt. Schaut, wie weit der Weg war und was wirklich bei uns angebaut wurde!

Quelle Plappi: Helmut Schlatzer,
Text: Eva Meierhofer



Wenn ihr dieses Zeichen auf einer Produktverpackung seht, dann wisst ihr, dass die Menschen, die die Waren herstellen, besser bezahlt werden.

Seht ihr eines dieser vier Zeichen, dann wisst ihr, dass diese Produkte ohne Gift aus der Chemiefabrik hergestellt wurden. Bei dem ganz rechts könnt ihr sogar sicher sein, dass es aus Österreich ist.

Bei einigen Produkten könnt ihr auch am Namen erkennen, ob sie bio sind – es steht drauf.

Übrigens: SOL bietet einen Workshop¹, bei dem Kinder ab 12 selbst lernen und erfahren können, ob Dinge, die in der eigenen Stadt erhältlich sind, öko und regional sind. Vielleicht wäre das ja was für euch und eure Eltern?

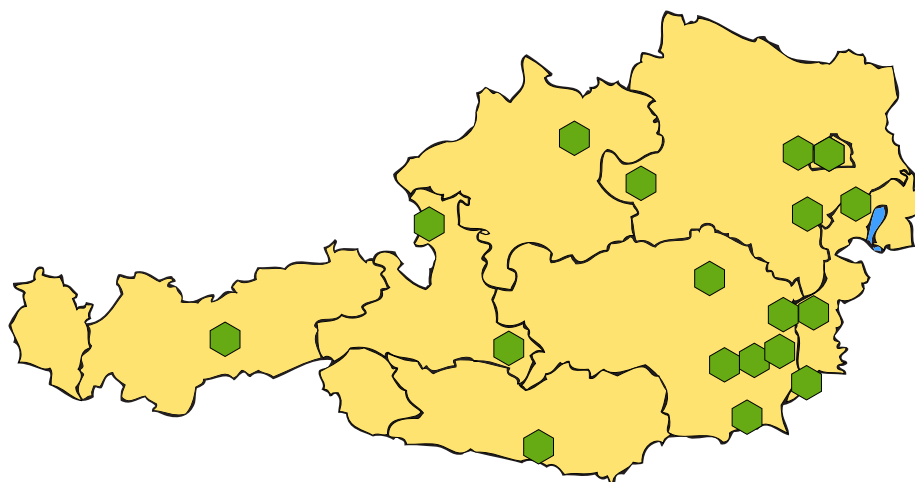
(1) www.nachhaltig.at/cleaneuro

SOL-Termine

Alle Termine sind öffentlich. Kommt und bringt Freundinnen und Freunde mit!

Allgemein

Do., 30. November, ab 17 Uhr, SOL-Weihnachtsfeier, Bio-Pizzeria Vero, Währinger Gürtel 162/2, 1090 Wien



ONLINE

So., 17. Dezember, Mi., 17. Januar, Sa., 17. Februar, jeweils 18.30 bis 20 Uhr: SOL-GENUG-Online-treffen.



Mehr über die Themen und Zugangsinformationen auf www.nachhaltig.at/genug-online.

WIEN

SOL Wien

Kontakt: Lorenz Popp, 0664 99834989, lorenz.popp@nachhaltig.at

NIEDERÖSTERREICH

SOL Wandelwerk Wienerwald

Kontakt: Bernhard Haas, 0676 81210802, bhaas@chello.at

SOL Wiener Neustadt

Kontakt: Waltraud Ebner, 0664 2313085, mag.webner@gmx.net und Joe Gansch, 0676 83688205, joe@nachhaltig.at

SOL Ybbstal – Die Muntermacher (MUMA)

Fr.-So., 8.-10. Dezember: Genusstand bei der Ulmerfelder Schlossweihnacht, Schloss Ulmerfeld, Burgweg 1, 3363 Ulmerfeld.

Mehr: www.amstetten-marketing.at/projekte/schlossweihnacht

Kontakt: Martin Heiligenbrunner, 0676 88511314, diemuntermacher@nachhaltig.at, www.facebook.com/diemuntermacher

STEIERMARK

SOL Graz

Mi., 29. November, 16:30-19 Uhr: Erfolgs-Workshop der Mitmachkonferenz Region Graz-Nord. SOL Regionalgruppe Graz präsentiert die Ergebnisse der Veranstaltungen Kräuterwanderung, Ringelblumenworkshop, Gesundheitsberatung mit vegan / vegetarischem Kochkurs, Clean-Euro Workshop in der Mehrzweckhalle Gratwein-Straßengel

Austausch und Vernetzung im Dezember 2023: Schwerpunkt Solidarität: Adventmarkt und Glühwein trinken in Gratwein-Straßengel. Termine und Informationen bei Waltraud Geber.

Kontakt: Waltraud und Walter Geber, 0664/3801609, sol-graz@nachhaltig.at

Talenttausch Graz

Kontakt: Sylvia Steinkogler, 0664 372 9994, info@talenttauschgraz.at, www.talenttauschgraz.at

SOL Mürztal

Jeden zweiten Montag, jeweils 10-12 Uhr: Offenes Treffen für Frauen über 60 mit kostenlosem Frühstück im Kapfenberger Lazarussaal.
Kontakt: Barbara Plank-Bachselten, 0676 3688870

Jeden Mittwoch, 15-18 Uhr Open House in St. Lorenzen im Mürztal mit Raum zum Plaudern, Erfahrungenaustauschen, Basteln und Spielen.
Kontakt: Barbara Plank-Bachselten, 0676 3688870

Für die monatlichen Kräuterstammtische bitte mit Eva Meierhofer Kontakt aufnehmen: 0664 3221662, EvMei@web.de

SOL Leibnitz

Jeden Freitag gibt es Treffen für Interessierte. Bitte vorher bei Susanne Stoff anmelden.

Kontakt: Susanne Stoff, 0650 4890312, susanne.stoff@gmx.at

SOL St. Johann bei Herberstein*

Mi., 15. November, 18 Uhr: Tauschtreffen im Haus der Frauen mit anschließender Präsentation zum Schwerpunkt Müllvermeidung, 8222 St. Johann bei Herberstein 7

Sa., 25. November, 9 bis 12 Uhr: Reparatur-Café Pischelsdorf im Alten Pfarrhof, 8212 Pischelsdorf 78

Mi., 13. Dezember, Mi., 10. Januar, und Mi., 14. Februar, jeweils 18 Uhr: Tauschtreffen im Haus der Frauen, 8222 St. Johann bei Herberstein 7

Kontakt: Maria Prem, 0650 3514229, talentenetz@gmx.at und Alfred Bürger, 0676 797 2683, ABuerger@gmx.at

SOL Hartberg*

Kontakt: Maria Gigl, 0664 4577346, ria-gigl@gmx.at

ÖBERÖSTERREICH

SOL Linz

Termine findet ihr auf www.urbiorbi.at

Kontakt: Barbara Sereinig, 0676 87766003, linz@nachhaltig.at

BURGENLAND

SOL Nordburgenland – panSol

Kontakt: Günter Wind, 0680 23264 15, g.wind@ibwind.at

SOL Oberwart

Mi., 22. November, 18 Uhr: Dokumentarfilmabend – mit anschließender Diskussion. Der Film zeigt Menschen, die ganz neue Wege beschreiten. Wie könnte ein gutes, ein gelungenes Leben aussehen? Ist ein „anderes“ Leben überhaupt möglich?

Ort: Frauenberatung Oberwart, Prinz-Eugen-Str. 12. Gemeinsam mit „Omas gegen rechts Südburgenland“.

Kontakt: Dan Jakubowicz, 0680 1311 185, dan@jakubowicz.at

SOL Jennersdorf*

Kontakt: Friedensreich Wilhelm, 03329 48099, healing@friedensreich.at

KÄRNTEN

SOL Kärnten – Bündnis für Eine Welt/ÖIE

Jeden Di., ab 18 Uhr: VOLXKÜCHE zum Reden, Vernetzen, Erfahrungen austauschen. Ort: Begegnungszentrum „Im Kreml“, Ludwig-Walter-Straße 29, 9500 Villach.

Kontakt: Eva Aichholzer, 0699 10393393, buendnis.oeie-bildung@aon.at

SALZBURG

SOL Salzburg-Stadt

Kontakt: Walter Galehr, 0662 80724565, walter.galehr@stadt-salzburg.at

SOL Lungau

Kontakt: Liesi und Peter Löcker, 06476 297, lungau@nachhaltig.at

TIROL

SOL Tirol

Kontakt: Brigitte Kranzl, 0650 2439336, brigitte.kranzl@nachhaltig.at

Impressum:

- **Medieninhaber, Herausgeber:** „SOL – Menschen für Solidarität, Ökologie und Lebensstil“, Sapphog. 20/1, 1100 Wien (= Redaktionsanschrift).
- Druck: Gugler GmbH, Melk. DVR 0544485. ZVR Nr. 384533867. Namentlich gekennzeichnete Artikel drücken die Meinung der Autor*innen aus. Layout: Barbara Huterer.
- **Kontakt für Leser*innen, Inserent*innen und Autor*innen:** sol@nachhaltig.at
- **Offenlegung:** www.nachhaltig.at/impressum

* Gruppe ist im Talentenetz Oststeiermark. Tauschtreffen sind offen für alle Interessierten! Maria Prem, 03113 2077, talentenetz@gmx.at

SOLis am Wort

Sendet eure Anregungen oder Diskussionsbeiträge an sol@nachhaltig.at oder SOL, Sapphog. 20/1, 1100 Wien

Meine Bitte an SOL: Bringt neben den nachhaltigen Vorschlägen zum Klimaschutz viele friedensstiftende Veranstaltungen in Österreich in euer SOL-Magazin! Frieden fängt klein an, bei jedem von uns.

In Deutschland haben wir mit Bildungseinrichtungen und Förderungsmitteln mehrere Denkmäler errichtet, die nicht – wie üblich – an Vergangenes, sondern an die Zukunft „erinnern“ sollen, d. h. an die Notwendigkeit einer sozial-ökologischen Transformation. Ein „Denk-mal Zukunft“ ist ein großer Naturstein, der an einem belebten Platz aufgestellt wurde.

Daneben gibt es einen wetterfesten Kasten mit Handzetteln zum Mitnehmen, auf denen einfache Empfehlungen gegeben werden, was man konkret für eine lebenswerte Zukunft tun kann. Mein Traum wäre, dass auch in Österreich eine derartige Initiative startet.

Wir brauchen viele Denkmäler für die Zukunft – macht bitte mit!



Mehr Infos auf www.denk-mal-zukunft.de (Unter *Mach mit > Bauanleitung* findet ihr unsere Erfahrungen und Tipps zur Umsetzung.)

Doris De Cruz, Aufbruch – anders besser leben, Bremen



Die nachhaltigsten Geschenke sind „Zeitgeschenke“, also Zeit für ein gemeinsames Erlebnis, z. B. miteinander kochen, tanzen, wandern, sprechen, ... Wenn du trotzdem ein Geschenk kaufen willst, dann achte bitte darauf, dass es umweltschonend und fair produziert wurde. Hier ein paar Ideen ...

SOL-Kalender 2024

Ein interkonfessionelles, Mut machendes Friedensprojekt
Ökologisch gedruckt (Österreichisches Umweltzeichen)
14 €

www.nachhaltig.at/shop



Zotter-Schokolade in Geschenkbox

Ein süßes Präsent ist doch immer willkommen?
Bio, fair und manche Sorten auch 100 % vegan
ab 10,50 € + 5,90 € Versandkosten
www.zotter.at

Urlaub auf einem Biobauernhof

Ein Erlebnis für Groß und Klein und ein wichtiges Zubrot für die Biobauern
ab 55 € pro Nacht für 2 Erwachsene



www.urlaubambauernhof.at/de/hofarten/betriebe/biohof



Halskette

aus recycelten Sari-Stoffen in Indien gefertigt von einer Initiative von Frauen für Frauen, die fair bezahlt werden
26 € + 4,90 € Versandkosten
www.weltladen-shop.com

Rucksack „Day Pack Mini“

hergestellt aus recycelten PET-Flaschen in einer von Fair Wear geprüften Produktionsstätte
69 € + 9 € Versandkosten



oder **gratis**, wenn du ein bisschen Glück hast und uns ganz schnell schreibst:

sol@nachhaltig.at oder
SOL, Sapphog. 20/1, 1100 Wien

Kennwort: Gewinnspiel

Wir haben einen Rucksack zu verlosen!

www.wayks.com



SOL-Magazin-Abo

Wie der Kalender mit dem Österreichischen Umweltzeichen ausgezeichnet.
Zum Verschenken gibt es auch schöne Karten zum Ausdrucken!
Preis nach Selbsteinschätzung

www.nachhaltig.at/shop

Pflanzenseife

in verschiedensten Duftrichtungen handgemacht von Menschen mit intellektueller Beeinträchtigung
4 € pro Stück

www.lebenshilfe.wien

