



sol

magazin

Für einen solidarischen, ökologischen Lebensstil und einen gesellschaftlichen Wandel

Suffizienz (genug haben)

Siehe S. 16 und 31



**Workshop: bewusster
leben, weniger
Elektromüll**
Do., 27. November, in
Wien 10

[www.thelearningstreet.org/
konsum-reset](http://www.thelearningstreet.org/konsum-reset)

Degrowth-Stammtisch
Jeden ersten Montag in
Wien 9

www.degrowthvienna.org

BUND über Suffizienz

www.tinyurl.com/sol202a

Stopp EU-Mercosur

[www.anders-handeln.at/
baeuerinnen](http://www.anders-handeln.at/baeuerinnen)

**Frau Morgen und Herrn
Anderswo ausborgen**

www.nachhaltig.at/puppen

**Suffizienz als Teil
des solidarischen und
ökologischen Wandels**

[www.kollektiv-periskop.org/
von-a](http://www.kollektiv-periskop.org/von-a)

Sa, 29. November
Kauf-nix-Tag

www.kaufnix.net

**SOL hat eine
Stellungnahme zum
Elektrizitäts-
wirtschaftsgesetz
abgegeben.**

[www.nachhaltig.at/
elwg-stellungnahme](http://www.nachhaltig.at/elwg-stellungnahme)

**Erfahrungsbericht über
den Online-Verkauf
von Produkten aus dem
Globalen Süden**

[www.tinyurl.com/
biologischegewuerze](http://www.tinyurl.com/biologischegewuerze)

**Gratis-Online-
Selbstlernkurse vom
Netzwerk Zukunftsraum
Land**

[www.zukunftsraumland.at/
online-selbstlernkurse](http://www.zukunftsraumland.at/online-selbstlernkurse)

**freie Alternative zu
Google-Dokument (zum
gemeinsam online
Arbeiten):**

<https://pad.graz.social>

Liebe SOL-Leser*innen,

jetzt beginnt bald die Adventzeit, in der sich viele Menschen darüber besinnen wollen, was wirklich wichtig ist. Bei SOL ist diese Besinnung ein Dauerthema. Über 2400 Menschen stimmten bereits dem SOL-Text „**Ich habe genug**“ zu. Wenn auch du gegen immer mehr Konsum, Wirtschaftswachstum, Ausbeutung und Umweltzerstörung – und für eine nachhaltigere, gerechtere Welt – bist, dann würden wir uns freuen, wenn wir auch dich zu den Unterstützenden unserer Hauptkampagne zählen dürfen (siehe S. 31 und 32). Die Vernetzung mit Gleichgesinnten ist eine wichtige Stütze und Motivation, erzählt die langjährige SOLi Liesi Löcker im Interview auf S. 6. Um einen gesellschaftlichen Wandel zu erreichen, sind Pionier*innen, die „vorangehen“, unentbehrlich. Glücklicherweise werden diese langsam mehr, auch außerhalb „unserer“ Kreise. Siehe S. 16-17.

Suffizienz heißt nichts anderes, als „genug zu haben“ und sich mit einem fairen Anteil an den Ressourcen der Erde zu begnügen. Das geht freiwillig und mit Genuss, sind wir bei SOL überzeugt. Unfreiwillig muss sich SOL seit Anfang November mit **einem bezahlten Mitarbeiter weniger** begnügen, weil bisher keine neuen Förderungen in Sicht sind. Es ist Bernhard Haas, der aber einiges für SOL ehrenamtlich weiter macht. Wir danken ihm und allen Unterstützenden, die SOL zu einer so aktiven Organisation machen!

Eure Redaktion



Eva Meierhofer
(Steiermark)



Mario Sedlak
(Wien)



Bobby Langer
(Bayern)

Neues von SOL

Blitzlichter.....	4
Liesi Löcker von SOL Lungau.....	6



Solidarität

Mit Konsent Lösungen finden.....	8
Tanz der Kontraste: Sumak Kawsay.....	10



Ökologie und Lebensstil

Minimalismus – nur ein Trend?.....	16
Endlager für Atommüll gesucht.....	18
Bring dein Anliegen auf die Straße!.....	21
Wie Gemeinden resilient werden.....	22
So schmeckt der Winter.....	25
Suffizienz beim Alkoholtrinken.....	26
Kinderseiten (Plapperstorch und Wiesentricks).....	27



SOL baut auf deine Spende.....	29
SOL-Termine.....	30
Impressum.....	30
Ich habe genug – du auch?.....	31

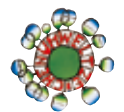
Über das SOL-Magazin

Wir wollen euch verständlich und konstruktiv über alle Aspekte der Nachhaltigkeit informieren. Spendende bekommen unser Magazin 4x pro Jahr per Post. Du kannst es auch auf www.nachhaltig.at/shop bestellen und nach Selbsteinschätzung bezahlen.



**Sicher. Kreislauffähig.
Klimafreundlich.**

C2C Certified® SILBER by gugler*
drucksinn.at



UW-Nr. 609

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

Über SOL

SOL ist eine österreichische Nichtregierungsorganisation, die sich für eine solidarische und ökologische Welt einsetzt. SOL hat ca. 2000 Unterstützende (von uns „SOLis“ genannt).

- www.nachhaltig.at
- www.facebook.com/sol.verein.7
- www.instagram.com/verein.sol
- www.youtube.com/@verein-sol

Newsletter: www.nachhaltig.at/newsletter

Radio (Podcast): www.nachhaltig.at/sol-on-air



Gelungene Großveranstaltung

Über 1200 Menschen sind am 11. Oktober bei dem von SOL-Obmann Stephan Neuberger und vielen Helfenden organisierten Benefizlauf („Vienna Climate Run“⁽¹⁾) für das Klima mitgelaufen. Sie haben damit 12.120 m² Bienenweiden für 1 Jahr und 9.735 m² Waldflächen für min. 80 Jahre geschützt, 8.500 € für das Caritas-Klimaschutzprojekt gespendet und über 250 t CO₂ eingespart.



Foto: House of Phire / Thomas Schrepf (Factory16)



Foto: House of Phire / Thomas Schrepf (Factory16)

Spendenübergabe durch Stephan Neuberger (bunte Jacke)

„Für die Premiere können wir zufrieden Bilanz ziehen“, resümiert Stephan. „Gemeinsam haben wir ein kleines wie sportliches Stück Klima-Geschichte geschrieben, war es doch der erste große Klimaschutz-Lauf im Herzen unserer Hauptstadt.“ Auch sehr erfreulich: „Wir bekamen bislang extrem viel positive Resonanz sowohl von Persönlichkeiten wie Helga Kromp-Kolb als auch von den teilnehmenden Firmen und auch Privaten. Die waren zum Teil schwer beeindruckt von der Qualität und dem Programm im ersten Jahr. Auch erfahrene Laufveranstalter attestierten uns, dass wir mega solide gestartet sind.“ Das Eventmanagement-Team hat die Arbeit gut gemacht. Aufseiten SOL haben Vinzenz, Anna, Konstanze, Herbert und Bernhard die logistischen Herausforderungen gemeistert.

SOL-Vorstandsmitglied Dan zu Stephan: „Von Herzen eine ganz große Gratulation. Du hattest eine große Vision UND die Energie, sie in die Tat umzusetzen. Dass deine Frau hier mit dir gemeinsam sehr aktiv war, ist sicher auch eine zusätzliche Genugtuung für dich!“

Es hat sich aber auch gezeigt, wie viele Ehrenamtliche es für so eine Veranstaltung braucht. „Viele sagten kurzfristig wieder ab, was uns sehr schmerzt hat. Wir konnten es aber auch durch Familienmitglieder von mir ausgleichen“, berichtet Stephan. Helfende Hände werden also immer gesucht.



Foto: Mario Sedlak

Pionieroase

Beim SOL-Gartenprojekt „Pionieroase“ in Wien 10 sind ca. 15 Personen ehrenamtlich dabei. Sie gestalten und pflegen Blumeninseln und allgemeine Flächen, setzen und betreuen auf eigene Kosten Blumen und Sträucher – alles auf nachhaltige Weise: ohne Laubbläser und mit Bedacht auf Tiere, denen verschiedene Biotope bereitgestellt werden.

Heuer hat ein neuer Mieter mit dem Künstlernamen Harrytimitri einen Text über die Pionieroase verfasst und mit Hilfe von künstlicher Intelligenz daraus ein ganzes Lied gemacht, das man sich jetzt anhören kann.² Mario Sedlak hat das Lied mit schönen Fotos aus der Pionieroase unterlegt.



(1) www.viennaclimaterun.at
 (2) <https://youtu.be/MYLOCPVnIEA> oder auf www.nachhaltig.at/pionier-oase

Wie läuft „unser“ Südafrika-Projekt?

HOPE Cape Town ist jene Stiftung in der Nähe von Kapstadt in Südafrika, mit der SOL eine Fördervereinbarung eingegangen ist.³ HOPE ist im Bereich Gesundheit, frühkindliche Entwicklung und Ausbildung tätig.

Neben dem Campus „The Nex – Indawo Yethu“ hat sich in den letzten Jahren das „Bettina Benzoni-Ruffert Community Garden & Training Center“ etabliert, das sich in urbaner Agrikultur und Nahrungssicherheit einen Namen gemacht hat.

SOL hat dazu die Wassertanks finanziert, die für die Anlage essenziell sind. Ein Gemeinschaftsgarten mit entsprechendem Training für Gärtner*innen und eine Trainingseinheit für Landwirtschaftsschul-Absolvent*innen, wo sie den Anbau von Pflanzen in Nährstofflösung anstelle von Erde (Hydroponik) ler-



nen können, sind bereits entstanden. In Planung sind die Kombination dieses erdelosen Anbauverfahrens mit Fischzucht (Aquaponik) sowie ein Ort, in dem es um das Erlernen der Nutzung natürlicher Ressourcen und den schonenden Umgang mit der Natur geht.

Dies geschieht auch in Kooperation mit Bildungseinrichtungen in Europa. Die Frage von Nahrungssicherheit und schonendem Umgang mit der Natur kennt keine Landesgrenzen.

Du kannst bei SOL dieses wertvolle Projekt unterstützen. **Spenden mit dem Vermerk „Suedafrika“ werden zu 100 % für dieses Projekt verwendet.** Kontonummer siehe S. 29.

Bauerngolf ungeteilt beliebt



Das Bauerngolfteam ist heuer 60 Mal ausgerückt. Neben Turnieren bei diversen Festen und am Landgut Cobenzl in Wien erfreut sich die Bauerngolfanlage im Essbaren Tiergarten von Josef Zotter in Riegersburg ungebrochener Beliebtheit bei den Besucher*innen. Das Bauerngolfteam wird zudem nach wie vor gerne für Teamevents von Vereinen und Firmen gebucht. Dabei steht weniger das sportliche Ergebnis im Mittelpunkt als das gemeinschaftliche Spiel und Erleben dieser kreativen „Sportart“. Ohne Herbert und Ernst geht dabei nichts, zudem bereiten die von Helga selbstgestrickten Schals besondere Freude, Antón ist mit seinen kreativ-individuellen Regelauslegungen der Tupfen auf dem „i“.

Bei Bauerngolf gibt's auch Meisterschaften. Cupsieger wurde heuer erstmals Erich Swoboda. Teamstaatsmeister wurde das Team „Aliens“ mit Ali Kreisl, Thomas Naxera und Walter Hums aus der Schweiz. In der Einzelwertung hat dieses Jahr Toni Nothegger den Titel verteidigt. Wir gratulieren!

Symposium 2026: Wir brauchen deine Unterstützung!

2026 müssen wir für das SOL-Symposium wohl ohne Förderungen der öffentlichen Hand auskommen. Wir lassen uns aber nicht mundtot machen und setzen auf euch!

Durch Einsatz vieler Ehrenamtlicher und das große Entgegenkommen des Bildungszentrums St. Bernhard (in Wiener Neustadt) wird das Symposium nur relativ wenig Geld kosten; wir haben so kalkuliert, dass es sich mit den Teilnahmebeiträgen ausgehen müsste.

Aber wenn nicht? Hier setzen wir auf Menschen, die uns mit einem „Polster“ eine gewisse Sicherheit geben. Wenn du einen Symposiums-Polster buchst,⁴ versprichst du uns eine Spende im Fall eines Defizits beim Symposium 2026 – **maximal jedoch 100 €.**



Bild: KI-generiert (mit ChatGPT)

(3) www.nachhaltig.at/suedafrika

(4) www.nachhaltig.at/polster

Liesi Löcker von SOL Lungau

Wie sie heute lebt und was sie in den letzten Jahrzehnten im südöstlichen Zipfel von Salzburg bewirkt hat, erzählt sie im Interview.

Von Eva Meierhofer



Liesi Löcker, Jahrgang 1963, ist Bio-bäuerin im Lungau, verheiratet, hat 4 Kinder und 3 Enkel. Sie ist Mitbegründerin der SOL-Regionalgruppe Lungau. Vor Ort unterstützte sie lange den Biosphärenpark Lungau und das Lungauer Frauennetzwerk.

Junior hat den Betrieb übernommen, aber er ist noch im Studium, deshalb sind wir noch aktiv im Betrieb beteiligt.

SOL war eine Stütze

Was bedeutet für dich Suffizienz?

Versuche, mit dem auszukommen, was du hast, und zu verwerten, was da ist.

Würdest du sagen, ihr schafft es, so zu leben?

Nicht mehr. Wir haben uns jetzt spezialisiert auf Getreide, da fallen Sachen wie Gemüse flach, das holen wir von anderen Bauern. Wir sind kein Betrieb, der sich ganz selbst ernährt. Schon Selbstversorger, aber nicht nur. Man muss die Gesamtsicht haben: Wir erzeugen unseren Teil, aber wir müssen ja auch Treibstoff zukaufen und Strom. Ganz geht es nicht.

Was hat dich motiviert, bei SOL mitzuarbeiten?

Die Gemeinschaft, die in Richtung Nachhaltigkeit arbeitet. Wir haben die Gruppe vor zwanzig Jahren gegründet. Wir haben Verbündete gesucht, denn der Nachhaltigkeitsgedanke war bei uns noch weit weg. SOL war da eine

Unterstützung. Der Rückhalt, dass es auch noch andere gibt, die sich auch um diese Themen kümmern. Dass wir nicht allein sind. Denn bei uns am Land war noch die Sichtweise „Brauch ma eh net“. Wenn man dann weiß, dass da noch andere Gruppen sind, dann hat man ein anderes Selbstverständnis, wie man damit umgehen kann. Für uns viel Rückhalt und Verbundenheit.

Nachhaltige Entwicklung für Natur und Menschen

Du unterstützt den Biosphärenpark Lungau. Kannst du davon erzählen?

Das ist jetzt auch schon über zwanzig Jahre her, dass das Thema Biosphärenpark – damals noch Biosphärenreservat – aufgepoppt ist. Wir waren damals auf der Suche nach etwas, was man aus unserer Region machen kann. Damals ist das Thema aufgekommen. Wir haben uns in einer Gruppe getroffen und uns mit dem Thema beschäftigt, und wir kamen zu dem Schluss, dass das ein Entwicklungsschub für unsere Region wäre. Mit dieser Gruppe haben wir das Thema so lange öffentlich gepusht, bis die Politik nicht mehr ausgekommen ist und irgendwann sagen musste: Ja oder Nein. Wir haben dann erreicht, dass die Politik und der Regionalverband sich entschlossen hat, um das Prädikat als Biosphärenpark anzusuchen.



Schwarzes Alpenschwein

Sohn von Liesi Löcker mit geflecktem Alpenschwein



Was ist ein Biosphärenpark genau?

Er hat im Gegensatz zu einem Naturpark eine größere Zonierung, d. h. er hat auch ein Entwicklungsgebiet, nicht nur eine Naturzone. In der Entwicklungszone soll nachhaltige Entwicklung modellhaft passieren. D. h. der Mensch soll sich nachhaltig entwickeln, soll Strategien entwickeln für das nachhaltige Leben. Biosphärenparks waren anfangs intensiv beforschte Naturschutzgebiete, Neusiedlersee und so. Irgendwann hat die Forschung bemerkt, dass es nichts bringt, das Naturgebiet zu erforschen und der Mensch macht nebenher, was er will. Der Biosphärenpark ist der Versuch, das zu verbinden, diese nachhaltige Entwicklung die Menschen selbst finden zu lassen. Z. B. dass ein nachhaltiges Skigebiet entsteht. Da ein Management vorgegeben ist, geht es in eine gewisse Richtung.

Es geht also darum, Natur, Brauchtum, Sport, Landwirtschaft zusammenzubringen?

Ja. Beim Brauchtum geht es z. B. um identitätsstiftende Maßnahmen. Bei uns wird Brauchtum sehr hoch geschrieben, es geht aber auch um Kultur. Bei uns macht die Kulturvereinigung z. B. Theaterstücke, wo sie Sachen aufarbeiten wie 2. Weltkrieg, oder verschiedene Themen, die am Land wichtig sind. Auch das ist identitätsstiftend.

Wie du gesagt hast, gibt es den Biosphärenpark schon 20 Jahre. Würdest du sagen, das ist eine Erfolgsgeschichte?

Ja, eigentlich schon. Es ist so, dass wir damals die Treiber waren, die die Politik so lange geärgert haben, bis sie sagten „Ja“ oder „Nein“. Jetzt ist meine Rolle mehr die der Bürgerin.

Anerkennung und Teilhabe für Frauen

Du unterstützt auch das Lungauer Frauennetzwerk. Willst du uns davon erzählen?

Das Frauennetzwerk war auch ein Beispiel, das wir gegründet haben. Wir waren sechs Frauen, die diesen Verein gegründet haben, weil Frauen zu dieser Zeit bei uns einfach keinen Wert gehabt haben. Das Frauennetzwerk gibt es nach wie vor, ich war lange im Vorstand, habe mich vor 5 Jahren aber zurückgezogen, unterstütze das Netzwerk aber nach wie vor.

Hat sich seit der Zeit etwas in eurer Region verbessert bezüglich der Situation von Frauen?

Ja. Vor zwanzig Jahren waren z. B. Frauen in der Politik nicht erwünscht, inzwischen haben wir eine Bürgermeisterin. Zwar nur in einer kleinen Gemeinde, aber immerhin.



Brot aus Lungauer Tauerroggen



nachhaltiger & interkonfessioneller
SOL-Kalender 2026

Weisheiten, inspirierende Bilder,
und religiöse Feiertage

jetzt bestellen
www.nachhaltig.at/kalender

Von Barbara Strauch



Barbara Strauch ist Expertin, Buchautorin und Trainerin für Soziokratie. 2013 hat sie das Soziokratiezentrum Österreich mitgegründet.

Wenn sich eine Gemeinde für einen Kulturwandel in Richtung Kooperation und Partizipation entschieden hat, startet man mit einer parteiübergreifenden Projektgruppe, um herauszufinden, wo und wie begonnen werden soll. Wo soll der soziokratische Lösungsfindungsprozess erprobt werden, um Erfahrungen damit zu machen? Was sind die gewünschten Veränderungen, und was sind die Herausforderungen? Wo und wie sollen Bürger*innen eingebunden werden, um sich gemeinsam Schritt für Schritt zu

einer partizipativen Gemeinde zu entwickeln?

Das erste Basisprinzip der Soziokratie ist die Entscheidungsfindung mit Konsent. Das Konsentprinzip besteht aus Bildformung, Meinungsbildung und Beschlussfassung.

1. Bildformung

Ein Lösungsfindungsprozess startet mit der gemeinsamen Bildformung, bevor Meinungen gebildet werden. „Bildformung“ bedeutet, alle Beteiligten haben ein gemeinsames Bild von der Ausgangslage und den möglichen Folgen, falls das Ziel nicht erreicht wird. Der Entscheider-Gruppe stehen alle nötigen Informationen zur Verfügung, und es gibt während der ersten Prozessschritte (und auch später) die Möglichkeit, weitere Informationen herbeizuschaffen, die angefragt werden. Alle Gruppenmitglieder können Informationen anfragen und stellen Informationen zur Verfügung.

Argumente für die Bildformung:

- Nur wenn transparent alle Informationen verfügbar sind, können alle Beteiligten auch Mitverantwortung übernehmen. Fehlende oder unterschiedliche Informationen führen zu Misstrauen und Ungleichgewicht im Entscheidungsprozess.
- Fehlende Informationen führen auch zu unpassenden Meinungen. Wer nur die Hälfte weiß, kann keine vernünftige Meinung entwickeln.
- Wenn Informationen vorenthalten werden, dient das gewöhnlich dazu, den Kampfmodus beizubehalten. Die Lösungsfindung wird dadurch blockiert.

2. Meinungsbildung – erste Runde

Der Vorschlag wird vorgetragen und in moderierten Rederunden fragt die Gesprächsleitung (fachliche Prozessbegleitung) reihum alle Mitglieder der Gruppe um ihre erste Reaktion. „Wie gefällt dir/Ihnen der Vorschlag?“ Das Ziel ist hier, dass in der ersten Runde alle gehört werden.

Wenn es keinen Vorschlag gibt, bildet das gemeinsame Ziel die Grundlage für erste Lösungsideen in der ersten Meinungsrunde. Die Frage kann dann lau-

ten: „Gibt es Ideen, wie wir die Sache lösen können?“ Die Meinungen werden sichtbar (z. B. auf Flipchart) protokolliert, um ggf. in der zweiten Runde darauf eingehen zu können.

Argumente für die erste Meinungsrunde:

- Wenn einer nach dem anderen spricht, haben alle die Sicherheit, zu einem festgelegten Zeitpunkt zu Wort zu kommen. Das entspannt die Einzelnen. Niemand muss schnell oder laut sein, denn es gibt diese gesicherte Redezeit, um die man nicht kämpfen muss.
- Jede Meinung ist ein willkommener Beitrag, der es den Zuhörenden ermöglicht, sich mit den gehörten Bedürfnissen und Argumenten vertraut zu machen.
- In aller Ruhe kann sich dabei jede*r eine Meinung bilden.

3. Meinungsbildung – zweite Runde

Nachdem alle gehört worden sind, wird in der zweiten Meinungsrunde von der Gesprächsleitung die Frage gestellt: „Was denkst du jetzt, nachdem du alle gehört hast?“

Wiederum spricht einer nach dem anderen in derselben Reihenfolge.

Argumente für die zweite Meinungsrunde:

- Alle Mitglieder der Entscheider-Gruppe sind durch die zweite Runde aufgefordert, die gehörten Bedürfnisse und Argumente in ihre eigene Sichtweise einzubeziehen und daraus neue Ideen zu gewinnen.
- Alle lernen aus den Beiträgen der anderen. Das ist ein kreativer Prozess, der alle involviert und zu „Gewinnern“ des gemeinsam entwickelten Resultats macht.
- Es entsteht die Erfahrung, dass seine Meinung aufgrund der gehörten, neuen Argumente zu ändern, ein erwünschtes Verhalten ist. Da alle das gemeinsam erlernen, verliert niemand dabei sein Gesicht.
- Die gemeinsame Lösung entsteht Schritt für Schritt bei jeder Wortmeldung.

4. Lösungsvorschlag und Konsent

Wenn es in der zweiten Runde noch keine Lösung gibt, kann eine dritte Runde gemacht werden. Hilfreich ist es auch, die Lösung in kleinere Teile zu zerlegen, um leichter erste Erfolge zu erzielen.

Die Gesprächsleitung formuliert den Lösungsvorschlag und fragt jedes Mitglied, ob es einen schwerwiegenden Einwand hat. Gibt es Einwände, werden diese nacheinander behandelt und es wird dabei nach einer Lösung gesucht, die den Einwand integriert.

Wenn es keinen schwerwiegenden Einwand mehr gibt, gilt der Lösungsvorschlag als angenommen und die Entscheidung ist getroffen.

(1) www.sozio-kratiezentrum.org/heuvelrug

(2) www.heuvelrug.nl/gemeente-zoekt-raad

(mit Übersetzungsprogramm in Deutsch zu lesen)

Argumente für die Entscheidung mit Konsent:

- Alle Mitglieder stehen hinter der gemeinsam ausgearbeiteten Lösung.
- Niemand wird übergangen, alle werden gehört und mit ihren Bedürfnissen ernst genommen.
- Alle übernehmen Mitverantwortung für die Umsetzung der gemeinsam gefundenen Lösung – Mitverantwortung entsteht durch Mitentscheiden.
- Es entsteht eine kooperative Haltung, die sich positiv auf alle weiteren Verhandlungen auswirkt.

Die Entscheider-Gruppe legt auch gemeinsam fest, wie mit der Lösung umgegangen wird. Sie plant die Umsetzung mit nächsten Schritten, Verteilung der Verantwortung, Informations-Weitergabe an die relevante Umgebung usw.

Erst nach der erfolgreichen Umsetzung der Entscheidung ist der Prozess abgeschlossen.

Vorschläge entwickeln – mithilfe von Hilfskreisen

Ein bewährtes Instrument bei komplexen Entscheidungen ist der Hilfskreis. Nachdem alle Informationen gesammelt wurden und transparent allen Mitgliedern zur Verfügung stehen, können bei komplexen Themen oder sehr unterschiedlichen Meinungen, Hilfskreise gebildet werden, die jeweils einen „beschlussreifen“ Lösungsvorschlag entwickeln sollen. Der Ausschuss bzw. der Gemeinderat formuliert im Vorfeld einen Rahmen-Auftrag an den Hilfskreis. Hilfskreise sollten aus jenen Personen zusammengesetzt sein, die jeweils die kontroverseste Position in der Sache einnehmen, aber auch solchen, die Kompetenz in diesem Bereich haben. Der Vorschlag soll mit entsprechenden Argumenten belegt sein, die nachvollziehbar sind.

Argumente für einen Hilfskreis:

- Wenn Mitglieder mit besonders kontroversen Positionen in einer sehr kleinen Gruppe (2-3 Personen) sich auf einen Vorschlag einigen, ist die Sache oft sehr rasch gelöst.
- Je weniger Personen, desto mehr Redezeit hat jede*r. Es sind bei 2-3 Personen auch Ping-Pong-Diskussionen möglich und hilfreich.
- Da diese wenigen Personen das Mandat haben, einen „beschlussreifen“ Vorschlag auszuarbeiten, werden sie versuchen, diesem Auftrag gerecht zu werden und sich gemeinsam darum bemühen.
- Wenn dieser Vorschlag vorliegt, werden die ursprünglich kontroversen Hilfskreis-Mitglieder diesen gemeinsam vorbringen und auch gemeinsam argumentieren. Sie „gewinnen“ gemeinsam die Anerkennung der Gruppe.
- Der Hilfskreis ist auch ein Test, wie flexibel die Vertreter*innen der Interessengruppen in ihrer Meinungsbildung sind. Kommen sie zu keinem Ergebnis, wird die Sache nun im Ausschuss bzw. Gemeinderat mit allen Beteiligten gemeinsam bewegt.



Südwindmagazin
Internationale Politik, Kultur und Entwicklung

REPORTAGEN, PORTRÄTS UND ANALYSEN

mit Fokus auf Lateinamerika,
Afrika und Asien

suedwind-magazin.at/probeheft



Konsent in Gemeinden

Das Soziokratie Zentrum Österreich hat zusammen mit der Wiener Boku eine Fallstudie über die soziokratischen Prozesse im Stadtparlament von Utrechtse-Heuvelrug verfasst. Die Gemeinde Utrechtse-Heuvelrug lädt ihre Bürger*innen ein: „Möchten Sie in unserer Gemeinde etwas bewegen? Dann könnte die Tätigkeit als Gemeinderat genau das Richtige für Sie sein. Bewerben Sie sich bei einer der Parteien!“

Der Bürgermeister von Utrechtse-Heuvelrug kommt am 29. November 2025 nach Wien zur **Tagung: „Gemeinsam entscheiden in der Gemeinde-Politik. Politiker*innen und Bürger*innen finden gemeinsam tragfähige Lösungen.“**⁽³⁾

Seit Anfang 2025 bietet das SoZeÖ auch Workshops für Bürgermeister*innen und andere Schlüsselpersonen in Gemeinden an: **„Soziokratie in der Gemeinde? Geht das?“** Das Team des SoZeÖ kommt für diesen Ganztages-Workshop ab 5 Teilnehmer*innen auch zu Ihnen in die Gemeinde, um vor Ort mit den Gemeinderäten über eine neue politische Kultur nachzudenken.⁽⁴⁾

(3) www.soziookratiezentrum.org/events/tagung-gemeinsam

(4) www.soziookratiezentrum.org/events/soziokratie-in

Tanz der Kontraste: Sumak Kawsay

Das „gute, reichhaltige Leben“ in Ecuador – und die Herausforderungen

Von Anna Huber



Mag. (FH) Anna Huber arbeitet seit 2024 im SOL-Büro. Sie hat mehrere Fortbildungen zu interkulturellem Lernen absolviert.

Anfang des Jahres war ich nach vielen Jahren endlich wieder in meiner zweiten Heimat Ecuador. Aufgrund der Lage am Äquator gibt es hier keine Jahreszeiten, das Wetter wird jedoch von saisonalen Änderungen im Humboldt- und Panamastrom beeinflusst. Der entscheidende Faktor sind die Höhenmeter.

Die Doppelkette der Anden zieht sich längs über den gesamten Kontinent, ist jedoch ausgerechnet hier, wo das kleine Ecuador liegt, besonders schmal gedrängt. Dies macht die Wege

zwischen den vielen Mikro-Klimazonen kurz, die Änderungen in Landschaft, Flora und Fauna dramatisch.

Nach jeder kurzen Busfahrt steigt man in einem anderen Mikroklima aus. Ich war am Gletscher, in einer nasskalten Paramó-Hochsteppe, im Nebelwald, im Blü-

ten-Frühling mit Kolibris, und im Amazonas-Regenwald. Keine Fahrt hat mehr als 3 Stunden gedauert.

Megadivers und plurinational

Eine Woche habe ich in der indigenen Shiripuno-Gemeinschaft im Amazonasbecken am Fluss Napo verbracht und viel über deren Sichtweise gelernt.

Doch von Anfang an: Vor 25 Jahren habe ich als Austauschschülerin ein Jahr in Riobamba, einer Kleinstadt auf 2.700 m Höhe, in Ecuador verbracht. Dies hat nicht nur eine tiefe Verbundenheit mit den Menschen, sondern auch eine anhaltende Faszination mit dem megadiversen Land ausgelöst. Auch die ethnographische Landschaft ist komplex: Die überwiegende Mehrheit der Bevölkerung identifiziert sich als Mestizen, neben indigenen und afroecuadorianischen Minderheiten. Alle indigenen Gruppen bezeichnen sich auch als Kich'wa – der Name leitet sich von der Sprache der Incas (Quechua) ab. Tatsächlich liegt der kulturelle Ursprung jedoch lange vor den Incas, deren Invasion knapp vor jener der Spanier war. Die Traditionen und Trachten orientieren sich an den ursprünglichen Kulturen, die nur in wenigen Aspekten von den Incas „überschrieben“ wurden. „Plurinational“ bezieht sich auf diese Vielfalt der nationalen Identitäten.

Heute leben die meisten indigenen Menschen in Ecuador in Städten oder Dörfern, studieren oder gehen Be-



Im Urwald – abseits der großen Touristenpfade



Blick auf die Anden

rufen nach, schauen in ihrer Freizeit Netflix, kommunizieren über WhatsApp und sind – wie fast alle Ecuadorianer*innen – katholisch. Manche Gruppen sind im Alltag an ihren Trachten erkennbar, andere tragen diese nur bei Festen oder bestimmten Ritualen. Nur sehr wenige leben zur Gänze traditionell.

Bei einer Reise vor 15 Jahren lernte ich Teorumi Rivadeneyra und seine touristische Agentur in Shiripuno im Amazonasbecken kennen. Er hat in Leeds in Großbritannien Biologie studiert. Nach seiner Rückkehr Anfang der 2000er Jahre hat er ein – typisch indigenes – multidimensional gedachtes Gemeinwohl-Projekt gegründet. Mit Einnahmen aus dem alternativen Tourismus werden insbesondere Frauen wirtschaftlich gestärkt; Entscheidungen innerhalb des Projekts werden überwiegend von Frauen getroffen.

Für Tourist*innen gibt es einfache Unterkünfte in traditionellen Hütten, Verkauf von Handwerkskunst, typische Speisen und vor allem wird ihnen die indigene Kultur und das Alltagsleben im Dschungel nähergebracht. Bei Teo haben wir nun einen Aufenthalt in der Shiripuno-Community im Amazonasbecken am Fluss Napo gebucht, um ein Stück weit in einen Alltag im Dschungel einzutauchen.



In den Anden auf 5.000 m Höhe

Indigene Kosmvision

Die indigene holistische Kosmvision im Andenraum heißt Sumak Kawsay, was auf Deutsch in etwa „das gute, reichhaltige Leben“ bedeutet. Dies ist eine Weltansicht, also ein Denksystem, das die Welt bzw. das Leben einerseits analysiert und erklärt – aber auch als gemeinsame Zieldefinition bzw. gesellschaftlicher Vorschlag verstanden wird. Es braucht ein Einlassen darauf, um die verschiedenen Aspekte als Gesamtbild zu verstehen. Stark verkürzt: Alle Elemente des Kosmos – Menschen, Pflanzen, Tiere, Steine, Wasser, Feuer, Sonne, Mond, Tag, Nacht, Berge, Täler – gelten als beseelt und haben Aspekte von Persönlichkeit. Sie werden stets in Gegensatzpaaren wahrgenommen, die sich ergänzen: ohne Tag keine

Nacht, ohne Berg kein Tal. Diese Einheiten sind unauflösbar verbunden („duale Denkweise“). Sie stehen in einer wechselseitigen, vernetzten Beziehung – und verbinden sich in einer harmonischen, proportionalen Art. Ganz zentral ist das Gemeinschaftsdenken, das Prinzip der Gegenseitigkeit und des Gleichgewichts: ein gutes, reichhaltiges Leben für alle.



Andentracht



Unser Guide Arnulfo im Shiripuno-Gemeinschaftsgarten

Ich habe mit Arnulfo, unserem indigenen Guide, über Suffizienz und den Überfluss in der Gesellschaft gesprochen. Er musste kurz lachen – genau diese Art von Reichtum meint Sumak Kawsay. Wenn wir mit der Natur, mit Pacha Mama („Mutter Erde“) zusammenarbeiten, gibt sie uns reichhaltig zurück. Gemeint ist nicht Gold, sondern jener Reichtum, der entsteht, wenn es uns allen gut geht, weil wir ausreichend haben. Dieses „alle“ meint selbstverständlich den gesamten Kosmos, alle darin existierenden Kräfte: Pflanzen, Jaguare, Affen, Vulkane, Flüsse, Steine und so weiter.

Sumak Kawsay hat auch eine politisch etablierte Dimension. Seit den 90er Jahren setzen sich Gruppen in mehreren lateinamerikanischen Ländern dafür ein, Sumak Kawsay als Alternative bzw. Kontrast zu dem westlichen linearen Entwicklungskonzept durchzusetzen, das Menschen vorwiegend als ökonomische Ressource sieht. Während unserem Aufenthalt ist gerade Wahlkampf. Teorumi kämpft mit Pachakutik (Partei der plurinationalen Einheit, abgeleitet von kich'wa „Pachakuti“, deutsch: Zeitenwende) für die Interessen der indigenen Bevölkerung und Nachhaltigkeit. Die Partei ist klein, hofft als Mehrheitsbringer in einer Koalition Einfluss auszuüben.

Unter indigenem Einfluss hat Ecuador 2008 als erstes Land weltweit im Verfassungsrang

der Natur selbst den Status einer juristischen Person gegeben. Der fundamentale Paradigmenwechsel: Die Beziehung mit der Umwelt ist juristisch nicht mehr allein durch Eigentumsrecht („Mein Grund, ich mach was ich will“), sondern durch Verantwortung („Mein Grund, ich bin verantwortlich für die Erhaltung“) geprägt. Jede und jeder kann im Namen der Natur klagen. Es gibt einzelne praktische Erfolge aus dem Gesetz, aber in vielen Fällen sind die Wege der Durchsetzung komplex, und es braucht eine starke Zivilgesellschaft, die sich mit langem Atem für die Natur einsetzt.

Reichhaltiger Alltag im Dschungel

Als ich in einer Gruppe mit dem Boot nach Shiripuno übersetzte, wurden wir zunächst rituell mit einem gemeinsamen traditionellen Tanz begrüßt. Danach zeigte uns Arnulfo den Gemeinschaftsgarten: eine lose Sammlung an essbaren Pflanzen. Der Boden hier ist frucht-

bar, laugt sich aufgrund der häufigen Regenfälle aber leicht aus. Yuca-Wurzeln sind das stärkehaltige Grundnahrungsmittel der Region. Jeder von uns reißt ein zartes Yuca-Bäumchen mitsamt Wurzel aus dem Boden. Die Wurzel geht zur Küche, von einem Stamm werden mit der Machete drei kleine Teile abgehackt und in den Boden

Alltag im Dschungel



gesteckt – diese sind in 3 Monaten wieder bereit für die Ernte, ganzjährig. Pacha Mama versorgt, wenn man sie lässt. Die Blätter und die restlichen Stämme bleiben am Boden. Sie kompostieren rasch im feuchten Umfeld, der Boden generiert neue Nährstoffe. Danach ernten wir ein paar Sorten Bananen, Papayas und Kakaofrüchte von den dicht behangenen Pflanzen. Hinten ist ein abgedeckter Bereich, wo ausgelöste Kakaobohnen zum Fermentieren liegen. Wenn der weiche Flaum um die Bohnen fertig fermentiert ist, beginnt die natürliche Trocknung. Unsere frisch geernteten Bohnen legen wir aus und nehmen eine ähnliche Menge bereits getrockneter mit. Man nimmt und gibt, damit morgen für den oder die Nächste*n da ist. Ein gutes Leben für alle, als Grundhaltung.

Zwischendurch erntete Arnulfo mit ein paar flotten Macheten-Schnitten Blätter. Aus einem großen wurde binnen einer Minute eine Tragetasche für unsere Ernte. Einige mittlere dienen später als Geschirr. Und viele kleine Guayusa-Blätter für den Tee.

Während wir in der Küche auf offenem Feuer die Kakaobohnen rösten, falten die Frauen aus den mittleren Blättern Taschen, in denen Fisch und Yuca dicht verschlossen auf den Grill wandern. Wir vermahlen die gerösteten Bohnen mit etwas Milch zu Schokosauce für die Früchte, während der Guayusa-Tee durchzieht. Diesem koffeinhaltigen Getränk wird allerhand nachgesagt, ich fand ihn angenehm erfrischend in der teils drückenden Schwüle. So hatten wir ein Festessen, frisch von Pacha Mama. Sumak Kawsay.

In den darauffolgenden Tagen besuchen wir viele andere, meist indigen geführte, Orte. Oft fahren wir mit dem Langboot, das klappt besser als Straßen und Wege. Eine Familie hat einen großen Teich wenige Meter neben dem Napo-Fluss, in dem sie Alligatoren und rupfige Hoatzin-Vögel halten. Die Tiere könnten jederzeit weg, es gibt keinen Zaun. Aber sie bleiben, um von den Tourist*innen gegen ein paar Dollar mit Fleischstückchen gefüttert zu werden. Wir sehen große und kleine Alligatoren ganz nah, wie gelenkig sie fast aus dem Wasser hüpfen für die Leckerei. Eine andere Familie hat den größten Ceibo-Baum der Gegend eingezäunt, als Schutz vor illegalen Holzfällern. Sie nennen ihn tausendjährig, vermuten aber, dass er „nur“ einige hundert Jahre alt ist. So wird an vielen Orten mit der Natur gearbeitet und touristisch gewirtschaftet. Man unterstützt sich gegenseitig, teilt den touristischen „Kuchen“.

Wir lassen als Moskitoschutz Termiten über unsere Haut krabbeln, sehen verschiedenste Affenarten in ihrem natürlichen Lebensraum, beobachten Stab-insekten und Blattschneide-Ameisen, schwingen auf Lianen, schwimmen in einem Wasserfall und lassen uns in alten, dicken Lkw-Reifen entlang des Napo-Flusses treiben. Was für ein reiches Leben!



Arnulfo baut eine Tragetasche für unsere Ernte.



Reife Kakaofrüchte am Baum – wachsen wie Yucas und Bananen in Haushaltsmengen fast von selbst.



Etwas abseits fermentieren und trocknen ausgelöste Kakaobohnen.



In Blätter gewickelte Fische am offenen Feuer



Ein Festmahl von Pacha Mama (Mutter Erde)

Toxische Wirtschaftsperspektiven

Die Gegend als nachhaltiges, reiches Paradies darzustellen, wäre jedoch völlig absurd. Der Kapitalismus ist wie fast überall in Lateinamerika präsenter als in Europa. Für den Schulbesuch muss man rund 5 US-Dollar am Tag rechnen. Die Schule selbst ist gratis, aber der Bus in die nächste Stadt hin und retour, eine Jause in der Kantine, und dann brauchen die Kids ständig irgendwelche Materialien für den Unterricht. Das macht pro Kind rund 100 US-Dollar im Monat, die zusätzlich zu den Alltagskosten zu stemmen sind. Handy, Strom, Trinkwasser, Kleidung, Werkzeug, Arztbesuche – alles hat einen Preis, der in Dollar zu begleichen ist, nicht in Bananen, Harmonie oder Glück.

Woher also nehmen? Die wirtschaftlichen Perspektiven der Region sind bitter, auch Alkoholismus ist ein verbreitetes Problem. Was im Kleinen im Garten sprießt, ist im Großen schwierig. Der Boden laugt bei intensiver Nutzung aus. Landwirtschaft klappt nur mit massiver chemischer Unterstützung, und auch dann nicht gut. Manche heuern in der Ölindustrie an. Schlechte Arbeitsbedingungen, aktives Mitwirken an der Umweltzerstörung, aber immerhin: regelmäßiges Einkommen. Auch die illegale Tropenholzernte ist verbreitet. Man sagt, dass das hier heute weniger akut wäre. Oder man kann illegal Gold schürfen. Dabei wird in viel Zeit nur wenig erreicht, oder man lässt sich von hochtoxischen Chemikalien unterstützen. Wir sind mehrmals an kleinen, giftigen Goldwasch-Stationen am Napo-Fluss vorbeigefahren. Unsere Guides zeigten uns diese, aber bewerteten dies nicht. Klar gefällt es ihnen nicht, aber sie ver-

stehen nur zu gut, aus welcher Situation heraus das gemacht wird. Alle Grundsätze und Überzeugungen sind weniger wert als die Nahrungssicherheit und Ausbildung der eigenen Kinder.

Hier greift das Projekt Shiripuno: Fast täglich kommen Boote der umliegenden Hotels bzw. von Touranbietern aus der Stadt und bringen für ein paar Stunden Gäste, die die kulturellen Angebote kennenlernen wollen. Bei meinem ersten Besuch vor gut 15 Jahren waren mehrere ausländische Tourist*innen da, die überwiegend mehrtägige Touren buchten, es gab nur wenige Tagesbesucher*innen. Heute waren vorwiegend ecuadorianische Tourist*innen



„Reiche“ Artenvielfalt

für 1-2 Stunden da. Manche kamen gefühlt nur, um schnell ein paar Fotos zu machen. Oft waren wir die einzigen Gäste. Neben Arnulfo, den ich von meinem früheren Besuch kannte, begleiteten uns drei junge indigene Tourismus-Lehrlinge bei den Ausflügen. Also vier Guides für zwei Personen. An so vielen Orten im ganzen Land waren wir als ausländische Tourist*innen eine kleine Attraktion. Das war früher nicht so! Wie soll sich das finanziell ausgehen, ein ganzes Dorf zu stützen?

Immer wieder erwischte ich mich bei der Frage: Was ist hier los? Es passte nicht zu meinem Ecuador, ist ganz anders, als ich es kenne. Warum sind wir fast die einzigen Ausländer*innen? Dabei wusste ich eigentlich sehr gut, woran es lag.

Systemdruck: ein bedrohtes Paradies

Einerseits schlägt sich der Klimawandel hart nieder. Im Regenwald regnet es jeden Tag. Eigentlich. Aber jetzt nicht mehr. Vor unserer Ankunft war im ganzen Land eine monatelange, bittere Trockenheit. Das Wasser im



Wunderbare Paramó-Graslandschaft im Nationalpark Cajas auf ca. 4.000 m Höhe: moorig nass, ein gigantischer „Wasserspeicher“, gefüttert aus den naheliegenden Gletschern

Dschungel kommt von den kalten Hochmoor-Steppen („Paramó“), ein einzigartiges Ökosystem, das als Wasserspeicher der Anden gilt. Diese wiederum speisen sich aus den Gletschern der hohen Vulkane. Eine Reihe von Ökosystemen stand bis kurz vor unserer Ankunft auf dem Kopf. Das Gleichgewicht fehlte, die harmonische Dualität war gebrochen. Die Fakten sind klar, aber emotional ist dies schwer einzuordnen. Über Monate hinweg brach die größtenteils auf Wasserkraft basierende Stromversorgung zusammen. Strom gab es auch in den Städten nur stundenweise, in einem regional abwechselnden und nur selten eingehaltenen Zeitplan. Wirtschaftlich setzt das die breite Bevölkerung unter Druck. Stundenweise Strom bedeutet oft stundenweise Arbeit – und bezahlt wird nur das Geleistete. So gut es geht wird weitergemacht wie bisher, aus Mangel an Alternativen. Man muss irgendwie damit umgehen. Während wir dort waren, regnete es dann deutlich mehr als üblich. Das Wetter war nun immerhin fast normal, die Stromversorgung konstant, und der Arbeitsalltag wiederhergestellt. Mit schwankender Arbeit kann sich die Bevölkerung keinen langen Urlaub leisten. Die ecuadorianischen Tourist*innen kommen also nur ein paar Stunden, schnell die „Stationen“ fotografieren für die sozialen Medien, und dann gleich zurück.



Der „tausendjährige“ Ceibo-Baum. Während ich (mittig) noch fürs Foto posiere, posten unsere Tourismus-Lehrlinge ihre Fotos schon in den sozialen Medien.

Der akute Faktor für den mageren internationalen Tourismus ist jedoch die Kriminalität und Sicherheitslage. Während bis ca. 2019 Ecuador als „Musterschüler“ in Lateinamerika galt (Kriminalitätsstatistiken vergleichbar mit Lettland), hat sich die Situation seitdem dramatisch verschlechtert. Ein Großteil des weltweiten Kokainhandels läuft nun durch Ecuador.¹ Kolumbianische FARC²-Nachfolger, albanische Mafia, mexikanische Kartelle, peruanische Banden: Alle nutzen Ecuador als zentrale Logistik-Drehscheibe nach Nordamerika und Europa, bekämpfen einander und das ecuadorianische Militär. Ecuador hat aktuell die weltweit höchste Mordrate, nach wenigen kleinen Inselstaaten. Die Anzahl der zivilen Opfer macht sprachlos: Allein im Jahr 2023 gab es mehr als 8.000 Ermordete, darunter 770 Kinder bzw. Jugendliche (bei 18 Millionen Einwohner*innen). Kokain, Kartellkriminalität und vor allem Auftragsmorde dominieren alle Nachrichtensendungen, jeden Tag.

Klar, dass kaum Tourist*innen aus dem Ausland kommen. Dies spürt man überall im Land. Aber es setzt besonders die Menschen in jenen Regionen unter Druck, die wenig Alternativen zur Arbeit mit Tourist*innen haben, wie in Shiripuno. Daher die verständnisvolle Reaktion auf illegale Goldwäscher.

Ich blicke mit Sorge in die Zukunft meiner zweiten Heimat. Wie lange können die Ökosysteme sich zwischen den klimatischen Ausnahmezuständen noch ausreichend erholen? Wie lange gibt es noch einen Regenwald? Die geballte kriminelle Kraft der Drogenroute und die Machtlosigkeit der breiten Bevölkerung, Politik und Militär bedrohen nicht nur das Überleben der Menschen, sondern auch die vielen nachhaltigen Projekte, die eine echte Alternative zu westlichen li-

nearen Entwicklungsmodellen darstellen. Darüber liegt die Dualität: Welch Paradies habe ich hier gesehen! Schlaue, multidimensionale, harmonische Lösungen. Eine kaum zu beschreibende Artenvielfalt in Flora und Fauna. Und jede Menge Pragmatismus. Als klassisches Entwicklungsland blieben die Erwartungen schon immer niedrig. Man lebt das Leben, versucht das Beste daraus zu machen, und schaut, was sich ausgeht und was nicht. Aber die Zielsetzung ist klar: Sumak Kawsay.

(1) ARD Weltspiegel, https://youtu.be/s012nnDi_vY

(2) FARC = Fuerzas Armadas Revolucionarias de Colombia = auf Deutsch: Revolutionäre Streitkräfte Kolumbiens. Bis zur Entwaffnung 2017 war die FARC die größte und aktivste Guerillaorganisation Lateinamerikas und wurde von vielen Ländern offiziell als terroristische Organisation eingestuft. Seit 2019 sind Splittergruppen der FARC wieder bewaffnet und (paramilitärisch) aktiv.

Minimalismus – nur ein Trend?

Immer mehr Leute haben genug vom „Hamsterrad“.

Von Eva Meierhofer

Es gibt bisweilen Zufälle, die wie die Faust aufs Auge passen: Beim Räumen unseres Elternhauses fiel mir das Buch „Der Aufräumkompass“ von Jelena Weber in die Hände. Seit einigen Jahren ist es tatsächlich ein Trend, sich beim Aufräumen coachen zu lassen. So manch eine*r hat es zu seinem Beruf gemacht – das bekannteste Beispiel dürfte Marie Kondo sein, ihre Bücher und Videos sind ein Riesenerfolg. Dazu findet man auf YouTube eine lange Liste von Influencer*innen, die erklären, wie sie nun minimalistisch leben und wie glücklich sie das macht.

Genug haben

Nun ist es uns bei SOL schon lange ein Anliegen, zu einer Abkehr vom Konsumdenken aufzurufen. Eines unserer Statements lautet: „Ich habe genug – ich muss nicht immer alles haben. Die wirklich wichtigen Dinge gibt es sowieso umsonst“. Seit 12 Jahren bieten wir unsere Genug-Kurse an. Sollen wir uns nun freuen, dass ein Umdenken stattfindet? Oder ist das Ganze nur ein Trend, der aufsteigt und dann wieder abflaut? Es gibt inzwischen auch schon kritische Stimmen, dass das alles zu radikal ist, dass kaum jemand so ein asketisches Leben schaffen kann. Auch ein Gegentrend beginnt sich zu entwickeln: der Maximalismus, auch wenn es da vor allem um die Einrichtung geht.

Minimalismus wird vor allem im Internet für sich allein stehend genommen. Aber eigentlich ist es Teil einer Bewegung, nämlich dem einfachen Leben bzw. der freiwilligen Einfachheit. Diese beinhaltet einen freiwilligen Konsumverzicht, um so zu einem selbstbestimmten Leben zu finden und damit eine Steigerung der eigenen Lebensqualität zu erreichen. Strömungen dieser Art gab es schon in der Geschichte, bekanntestes Beispiel ist der griechische Philosoph Diogenes. Weitere bekannte Vertreter in späteren Jahrhunderten sind Jean-Jaques Rousseaux im 18. und im 19. Jahrhundert Henry David Thoreaus sowie Ralph Waldo Emerson. Durch die Flower-Power-Bewegung in den 60er Jahren des vorigen Jahrhunderts wurde diese Bewegung weltweit be-

kannt und hat sich seitdem stetig weiterentwickelt. Die *Entschleunigungsbewegung* in den 2000er Jahren gehört ebenso dazu wie heute das Tiny-House-Movement (leben auf 15-45 m²). Auch die auf Seite 26 erwähnte *Dry-January-Challenge* gehört in gewisser Weise dazu. Es besteht nicht erst seit heute eine Sehnsucht, einfacher und bewusster zu leben und damit mehr von selbigem zu haben. Aber gerade in unserer heutigen Zeit ist sie sehr stark zu spüren.



Den Verführungen widerstehen

Es ist heute so, dass Dinge des täglichen Lebens immer billiger und schneller zur Verfügung stehen. Das verführt, sich immer Neues anzuschaffen, bei jeder Modeströmung mitzumachen. Gleichzeitig fällt es schwer, Dinge wieder loszulassen – ganz abgesehen davon, dass man schnell den Überblick verliert und die Wohnung aus allen Nähten platzt

von Dingen, die man besitzt. Will man zu einem einfachen Leben finden, steht am Anfang immer, dass man sich einen Überblick verschafft über das, was sich im eigenen Leben angesammelt hat. Das betrifft nicht nur die Wohnung, sondern auch Arbeit, Finanzen, Beziehungen, die eigene Psyche. Dann kommt das gründliche Entrümpeln und Aufräumen – in all diesen Sparten.



Sich vom Kapitalismus verabschieden

Weitere Schritte zu einem einfachen Leben ergeben sich dann oft wie von selbst. So ist oft der nächste Schritt eine Reduzierung der Arbeitszeit, da man durch den Konsumverzicht auch weniger Geld braucht. Durch die gewonnene Zeit kann dann mehr für die Familie, Freunde oder ein Ehrenamt verwendet werden. Die Bezeichnung für diese Bewegung ist *Downshifting*. Noch weiter geht der *Frugalismus*, der eine Loslösung von der Ab-

hängigkeit vom Einkommen beinhaltet. Man geht darauf hin, vom Ersparten leben zu können. *Primitivismus* fordert eine Abkehr vom Industriellen, von jeder Technologie. Da ist es nicht weit zur Selbstversorgung, deren Anhänger sowohl Lebensmittel als auch Dinge des täglichen Gebrauchs selbst herstellen wollen.

Minimalismus ist also Teil einer größeren Bewegung und steht am Anfang derselben. Denn Entrümpeln, Aufräumen und minimalistisch Leben hängen zusammen. Nicht jeder schafft das radikale einfache Leben. Ich habe bei meiner Recherche den Eindruck gewonnen, dass der Minimalismus

der am einfachsten zu erreichen-
de Trend ist und damit eine breite
Schicht ansprechen kann. Tat-
sächlich bietet er einige Vorteile:
Man fühlt sich wohler in seiner
Wohnung, hat weniger Arbeit und
kann tatsächlich Geld sparen.

Es gibt inzwischen kritische
Stimmen. Minimalismus ist im
Mainstream angekommen, da-
durch kann damit mit Büchern,
Videos und Aufräumhilfen wiede-
rum Geld gemacht werden. Durch
besagte Influencer*innen entsteht
wieder ein Wettbewerbsverhalten



oder ein Optimierungswahn – auch wenn die meisten
darauf aufmerksam machen, dass jeder seine eigene Linie
finden muss. Viele übertreiben das Ganze, indem sie die
Wohnung komplett leeren und selbst die Farben minima-
listisch wählen. Fühlt man sich dann wirklich noch wohl?
Es gilt hier wie in allem, den gesunden Menschenver-
stand zu bewahren. Jelena Weber rät in ihrem Aufräum-
kompass, sich am Anfang zu überlegen: Wie möchte ich
leben? Wie soll mein Umfeld dazu aussehen? Man kann
sich auch mit schönen Dingen umgeben, sollte es nur
nicht ausarten lassen, so dass die Wohnung zugestellt ist.

Nicht zu radikal ausmisten

Ich liebe es zum Beispiel, von Büchern umgeben zu sein,
Bücherregale sind Teil meiner Einrichtung. Ich lese die
Bücher auch, aber gehe immer wieder durch, welche ich
wirklich noch nutze und bringe dann mal einen Teil in
den offenen Bücherschrank. Auch Andenken und Fotos
haben bei mir einen Platz. Jedoch habe ich sie mir be-
wusst ausgesucht und mich von einem Teil getrennt. Es
gibt Stimmen aus der Minimalismusszene, die froh wä-
ren, wenn sie wenigstens ein paar Erinnerungsstücke
behalten hätten, da die Erinnerungen mit der Zeit doch
verblasen. Marie Kondos Methode, zu spüren, ob einen
etwas glücklich macht, kann da hilfreich sein.

Generell würde ich sagen, Minimalismus ist ein guter
Trend. Er hilft, seine Lebensqualität zu steigern und ist
zugleich gut für die Umwelt. Der Schritt dazu ist ziem-
liche Arbeit, Coaching kann da hilfreich sein. Mir hat
der Aufräumkompass von Jelena Weber geholfen. In dem
Buch werden auch einige andere Aufräummethoden vor-
gestellt und praktische Tipps zum Selbermachen gegeben.
Letztlich muss jede*r selbst fühlen: Wie möchte ich leben,
wie fühle ich mich wohl? Dazu gehört natürlich die Frage:
Was brauche ich im Leben wirklich?

Bei meiner Recherche stieß ich auf ein YouTube-Video,
das sich mit folgender Frage befasste: Bringt Minimalis-
mus wirklich etwas für die Umwelt?¹ Dabei wird auch eine
uns eigentlich bekannte Tatsache erwähnt: Den höchst-

ten CO₂-Ausstoß haben
nur 1 % der Weltbevölke-
rung – nämlich wir in den
reichsten Ländern. Die,
die am wenigsten zum Kli-
mawandel beitragen – weil
sie einfach die Ressourcen
nicht haben –, leiden aber
am meisten darunter. Es
lohnt sich also auch aus
Sicht der Umwelt und glo-
balen Solidarität, wenn
wir unseren Lebensstil
überdenken und uns auf
Notwendiges konzentrie-

ren. Es gibt genug Erfahrungsberichte, dass dieser Ver-
zicht bereichert – es ist gut für die Psyche, den Geldbeutel
und sogar für die Umwelt.

(1) www.youtube.com/@lauras_ministories

für ein einfach besseres Leben

biomagazin

Für
Gewissen
& Börserl

Reparatur und Wiederverwertung
von Elektrogeräten gewinnen an Fahrt

biomagazin.at
[instagram.com/biomagazin_at](https://www.instagram.com/biomagazin_at)

Endlager für Atommüll gesucht

In Tschechien werden die Pläne für ein „Tiefenlager“ konkreter. Es wird wohl nicht allzu weit von der österreichischen Grenze entfernt gebaut werden.

Von Gerold Wagner, Anti-Atom-Komitee¹

Eines haben alle Atomkraftwerke (AKWs) gemeinsam: Sie produzieren Atommüll. Eine wirklich brauchbare Lösung für diese über Jahrtausende hinweg brandgefährlichen Abfälle wurde bis heute nicht gefunden. Seit den 40ern haben sich so, vorwiegend durch den Betrieb von Reaktoren zur Stromproduktion, beachtliche Mengen davon angesammelt.

Anfangs wurden über 100.000 Tonnen hochradioaktives Material in die Ozeane entsorgt. Seit 1996 ist das verboten. Auch wenn ein Teil des abgebrannten Brennstoffs wiederaufbereitet werden könnte, etwa als Treibstoff für Brutreaktoren oder leider auch für Atomwaffen, so ist das technisch äußerst anspruchsvoll und somit teuer. Als eine Möglichkeit, Atommüll loszuwerden, wird öfter auch die Transmutation in weniger gefährliche, kurzlebige Stoffe genannt. Bisher ist das aber nur eine Theorie, die zudem, das ist sicher, einen gewaltigen technischen Aufwand bedeuten würde und nicht auf alle Stoffe anwendbar wäre.

Weil weltweit niemand weiß, was mit dem Atommüll passieren soll, sieht man nur einen Weg: den natürlichen Zerfall in einem Endlager. Bis zum Jahr 2050 müsste jedes Land der EU, das AKWs betreibt, über eines verfügen. Mit anderen Worten heißt das, dass es jeweils einen Ort zu finden gilt, an dem der hochradioaktive Abfall so lange und trocken gelagert werden kann, bis er im Laufe der Zeit von 100.000 bis zu einer Million Jahren in ungefährlichere Stoffe zerfallen ist. Entscheidend wird auch sein, wie der Atommüll dafür verpackt wird. Für den gesamten Prozess gibt es keine Standards, im Prinzip ist die „Endlagerung“ ein Experiment.

Endlager in Finnland

Das erste Endlager, wenn man so will, „Onkalo“, wurde auf der finnischen Insel Olkiluoto in rund 450 m Tiefe gebaut und befindet sich derzeit im Probetrieb mit nicht radioaktivem Material. Im Anschluss will man die ersten Brennelemente ins Endlager bringen. Im Lauf der Zeit sollen weitere Stollen entstehen, um insgesamt 6.500 Tonnen Atommüll aufnehmen zu können. Wenn es in gut 100 Jahren gefüllt ist, soll der Zugang verschlossen werden und darüber wieder eine natürliche Umgebung entstehen. Die Kosten bis dahin schätzt der Betreiber Posiva auf 40 Mio. Euro pro Jahr. Wie es dann weitergeht ist offen. Das Lager muss jedenfalls Zehntausende von Jahren halten, abgekapselt von der Oberfläche und ohne Kontakt zu Wasser.



Endlager „Onkalo“ in Finnland

Foto: Kallerna, Wikipedia

Irgendwann auch in Tschechien

In der Tschechischen Republik läuft das alles ein wenig anders ab. Gedacht und leider auch gehandelt wird, von außen betrachtet, immer bis zu den nächsten Wahlen. Während man sich in Finnland schon seit den 80ern Gedanken über ein Endlager gemacht hat und die Bevölkerung in den ganzen Prozess mit eingebunden war, trat 2024 in Tschechien das Endlagergesetz in Kraft, nach dem die Entscheidung über den endgültigen Standort allein bei der Regierung liegt. Ein Mitspracherecht für betroffene Gemeinden gibt es nicht, auch nicht für das Parlament. Wo das Endlager schließlich gebaut werden soll, wird eine rein politische Entscheidung sein. Zwar befürwortet eine Mehrheit der Bürger*innen prinzipiell Atomkraft, gegen ein Endlager gibt es aber auch in Tschechien deutlichen Widerstand, besonders von kommunaler Seite.

40 tschechische Städte und Gemeinden sowie 18 Organisationen haben sich an der „Plattform gegen das Atommüllendlager“ (Platforma proti úložišti) beteiligt. Diese Plattform organisiert vielerlei Protestveranstaltungen, die die Aufmerksamkeit auf das Thema lenken

(1) www.anti.atom.at



Foto: Mario Sedlak

Atomkraftwerk Temelín

sollen, wie Märsche oder man wirft sich gegenseitig heiße Kartoffeln zu. Jährlich wird der „Tag gegen das Atommüllendlager“ abgehalten. Nennenswerter Widerstand kommt auch von juristischer Seite in Form von Klagen oder Beschwerden.

Das im oberösterreichischen Freistadt beheimatete Anti-Atom-Komitee setzt vor allem auf Information der Bevölkerung. Es geht so vor allem darum, Behauptungen und Lügen der Atomlobby zu verdeutlichen und zu widerlegen. Mit einer „Wanderausstellung“ wird versucht, in Schulen oder Gemeindeämtern mit Hilfe von Roll-ups die Facetten der Atomkraft auszuleuchten. In Schulworkshops sollen auch der Jugend, die ja weder Tschernobyl noch Fukushima miterlebt hat, die Schattenseiten dieser Technologie nähergebracht werden. Neben Politikerlobbying von Gemeinde- bis EU-Ebene und Diskussionen und Gesprächen in der Sendereihe „AUSgestrahlt“ mit dem Freien Radio Freistadt und mit DorfTV veranstaltet das Anti-Atom-Komitee jedes Jahr auch Infoabende in den Gemeinden. Besonders beim Thema Endlager gibt es da auch gute Zusammenarbeit mit Vertreter*innen tschechischer NGOs.

In der engeren Auswahl verblieben sind in Tschechien 4 Standorte, die alle nicht weit von der österreichischen Grenze entfernt sind. Die Entscheidungen, die diesbezüglich getroffen werden, können daher auch uns nicht egal sein. Janoch, einer davon, befindet sich in der Nähe des AKWs Temelín. Man sollte meinen, dass immer wieder auftretende Erdbeben den Anforderungen an ein Endlager widersprechen. Anscheinend ist aber bedeutender, dass der natürlich auch hier vorhandene Widerstand der Bevölkerung als geringer wahrgenommen wurde.

Geplant war eine Entscheidung bis 2028, inzwischen ist man bei 2030. Kürzlich wurden unter dem Protest der

betroffenen Gemeinden an allen 4 Standorten genauere geologische Untersuchungen eingeleitet. Die betroffenen Gemeinden versuchen im Rahmen ihrer Möglichkeiten, diese zu behindern und zu verzögern. Die Bevölkerung lehnt sich nicht nur gegen die Einlagerung der radioaktiven Abfälle auf, sondern auch gegen den Bau selbst. Es handelt sich schließlich um eine riesige Anlage, die über eine Bauzeit von über zwei Jahrzehnten bis 2050 entstehen soll, mit Unmengen an Erdaushub, Straßen und eigenem Bahnsystem. Das Projekt wird die Gegend ringsum für immer verändern.

Wird wahrscheinlich nicht reichen

Sicher ist eigentlich schon, dass die ursprünglich angepeilte Kapazität von 10.000 t deutlich zu gering sein wird. Schließlich gibt es ja konkrete Vorstellungen über einen Ausbau der Atomkraft: Sowohl in Dukovany als auch später in Temelín sollen je 2 neue Reaktoren dazukommen. Nahe Temelín möchte man den „Nuklearkpark Südböhmen“ errichten, wo sogenannte SMRs, „Small Modular Reactors“, entwickelt und in der Folge dann auch gebaut werden sollen. Nicht in der Rechnung enthalten sind auch die hochradioaktiven Abfälle, die beim Abbau alter Reaktoren dereinst übrig bleiben werden. Damit käme man auf mehr als das Doppelte. Ob nun das Endlager eben größer gebaut werden kann oder ob es ein weiteres geben soll, ist noch kein Thema.

Die Kosten für das Endlager werden auf 4 Mrd. Euro bis 2050 geschätzt. Dann soll mit dem Befüllen der Stollen begonnen werden können. Bis zum Verschließen des Endlagers sollen es nach heutigen Prognosen rund 11 Mrd. Euro werden. Wir können davon ausgehen, dass sich die tatsächlichen Ausgaben am Ende, wie bei Atomprojekten üblich, kräftig erhöhen werden, noch abgesehen davon, dass die geplante Kapazität ohnehin nicht reicht. An sich müssen die Verursacher, hier also die mehrheitlich staatliche ČEZ-Gruppe als AKW-Betreiber, dafür aufkommen. Aktuell liegen die Rücklagen nur bei rund 1,77 Mrd. Euro. Für den Rest muss, wie leider ebenfalls die Regel, wohl die Öffentlichkeit aufkommen.

Wenn man sich vor Augen hält, wie sich Europa während der letzten paar Jahrtausende verändert hat, wird gut vorstellbar, dass es schwierig bis unmöglich sein wird, einen Ort zu finden, der für ein Atom-Endlager geeignet wäre. Wir können nur hoffen, dass bei der Auswahl eines Standortes genau und gewissenhaft gearbeitet wird. Es wäre an der Zeit, dass auch die Atomlobby überlegt, ob es Sinn macht, noch mehr Müll zu produzieren. – Wehren wir uns weiter!



ENDLAGER

Angehts der Halbwertszeiten der zu lagernden Stoffe müsste so ein Lager rund **1 Million Jahre** lang halten. – Bisher konnte weltweit noch kein Ort gefunden werden, der den Anforderungen wirklich entspricht.

Die Abfallmenge

Bei einem Reaktor mit etwa 500 MW Leistung entspricht die Menge der abgebrannten Brennstäbe etwa einer Uranmenge von 20 bis 25 Tonnen jährlich.

Bei einem größeren AKW entsteht Atom Müll von rund 50 m³ pro Jahr.

Es kommt also schon was zusammen!

Zwischenlager müssen ständig gewartet und überwacht werden. Es muss sichergestellt sein, dass die Behälter intakt sind und die Sicherheit gewährleistet ist. Dazu gehören Zugangskontrollen, Strahlenschutzmaßnahmen und ein funktionierendes Überwachungssystem.

Das ist teuer und unsicher!

Bis spätestens 2050 muss jedes Land in Europa, das AKWs betreibt oder betrieben hat, ein Endlager für hochradioaktiven Müll errichtet haben, so auch Tschechien. In 500 m Tiefe soll dort Atom Müll dauerhaft gelagert werden.

Die Entscheidung für einen von 4 Standorten in der engeren Auswahl soll bis 2025 fallen. Sie alle sind aber nicht weit von unserer Grenze entfernt.

ENDLAGERSUCHE:
Mögliche Standorte nahe der Österreichischen Grenze

DEUTSCHLAND
Bayern



Zwischenlager, Umwandlungsreaktor AKW Golem (Moldau) für 88.000 Brennstäbe 1993 bis 1994. Foto: www.anti-atom.at

DISKUTIERT E MÖGLICHKEITEN

- Einlagerung in tiefen geologisch geeigneten Formationen, bergwerksähnlich
- In kilometertiefen Bohrlöchern
- Auf oder unter dem Meeresboden, was an sich seit 1993 international verboten ist
- „Rückholbare“ Endlager oder „Langzeitlager“ – Hier bestünde die Möglichkeit eines Zugriffs für technologisch weiter entwickelte Generationen. – Derzeit im Trend trotz der sich daraus ergebenden Schwierigkeiten ...

Kontinente wandern, es gibt Beben und vulkanische Tätigkeit, Gebirge falten sich auf wo früher ein Meer war und werden wieder abgetragen: Unsere scheinbar feste Erde ist in ständiger Bewegung. Es ist schwierig, einen Platz zu finden, der über die nächsten Jahrtausende stabil bleibt.

Immer wieder stößt man zusätzlich bei der Lagerung von Atom Müll auf neue technische Hürden und Probleme, wie unerwartet frühe Korrosion der Ummantelung oder das Entstehen von Gasen.

1 MILLION JAHRE

Angestrebte 100.000 Jahre wie in Finnland sind schon imposant aber einerseits noch weit weg von der wohl benötigten Haltbarkeit und andererseits ... wer oder was wird in 100.000 Jahren diese Gegend bevölkern?

Wie soll man deutlich machen, welche Gefahr in der Nähe eines solchen Lagers Gefahr lauert, auch noch in tausenden von Jahren?

Wir freuen uns schon über Entdeckungen aus Zeiten, die im Promillebereich davon zurückliegen.

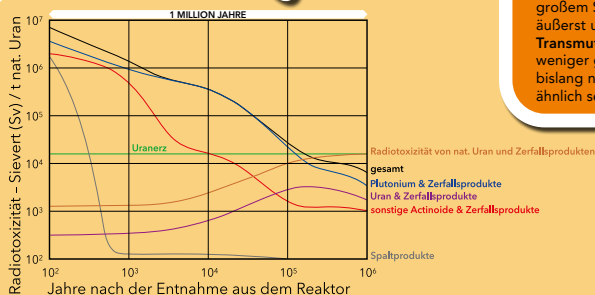
Radioaktive Stoffe strahlen immer, nur die Intensität halbiert sich jeweils mit der Halbwertszeit. Atom Müll zerfällt nicht zu nichts, die Strahlung nimmt nur stetig ab.

Beeinflusst auch von der Art des Reaktors und von Materialien in der Umgebung entstehen bei der Spaltung von Uran zum Beispiel Plutonium-239 und -240, Neptunium-239, Cäsium-137, Jod-129 und -131, Strontium-90, Americium, Curium ...

Dieser wechselnde Mix von Elementen macht unter anderem die Lagerung schwer kalkulierbar. Die **Wiederaufbereitung** von Atom Müll in großem Stil hat sich, sofern machbar, als äußerst unwirtschaftlich herausgestellt. Mit der **Transmutation**, das heißt dem Umwandeln in weniger gefährliche Stoffe durch Bestrahlung, bislang nicht viel mehr als eine Idee, dürfte es ähnlich sein.

Erstes Endlager in Europa! – Das **Onkalo-Projekt** genannte Lager auf der finnischen Insel Okiluoto soll über immerhin 100.000 Jahre hinweg sicher sein. Hier wird der Atom Müll in Kupfer-Keramikbehälter verpackt und tief unter der Erde in kristallinem Gestein und Schiefer deponiert.

Ab 2025 sollen die ersten Brennstäbe eingelagert werden.



Nach der Tabelle: Radiotoxizität abgebrannter Kernbrennstoffe, in Sievert pro Tonne Natururan. Aus einer Präsentation des Forschungszentrums Dresden-Rossendorf, gemeldet.



Bring dein Anliegen auf die Straße!

Politische Versammlungen organisieren leicht gemacht.

Von Jutta Matysek

Foto: Mario Sedlak



Jutta Matysek (52) ist seit „Hainburg“ vor 41 Jahren Aktivistin. Heute ist sie Obfrau der Bürgerinitiative „Rettet die Lobau – Natur statt Beton“, Radiomacherin¹ und seit 2007 bei Greenpeace angestellt.

Zuhause sitzen, herumnörgeln. In den sozialen Medien herumklicken, ohne irgendwas dabei zu erreichen. Sich ärgern über das, was so passiert und sich machtlos fühlen ... Irgendwann hat man genug davon, alleine seinen Frust zu schlucken. Merkt, dass da mehr sind, denen es ähnlich geht. Zeit, die Bedürfnisse der Vielen zu erkennen, zu formulieren und zu organisieren! Trag den Protest auf die Straße! Mach das Anliegen sichtbar und berichtbar für die Medien!

Einfache Anmeldung

Die gute Nachricht: Das Versammlungsrecht in Österreich ist auf unserer Seite. Es garantiert (mit wenigen Einschränkungen) die Freiheit, sich auf öffentlichem Grund zu versammeln. Sei es für Infostand, Flashmob, Kundgebung oder Demonstration etc. So früh wie möglich (damit man viele zum Mitmachen einladen kann), spätestens 48 Stunden vor Beginn, sollte die politische Versammlung bei der zuständigen Versammlungsbehörde (Bezirkshauptmannschaft oder Polizei) angezeigt werden. Ein simpler Vorgang per Email oder Fax. Enthalten sein muss:

- Datum und Zeitraum (ruhig ein bisschen großzügig, denn Auf- und Abbau müssen einberechnet sein)
- Ort/Adresse bzw. Demoroute. Für die Polizei ist wichtig: Fahrbahn oder Fußgängerflächen, damit sie wissen, ob sie absperren müssen.
- ein Titel (z. B. „Autobahnbaustopp JETZT!“)
- Zweck der Versammlung (z. B.: Protest, Diskussion, Information)
- geschätzte Zahl der Teilnehmenden
- Versammlungshilfsmittel (z. B.: Transparente, Schil-

der, Flugblätter, Tonanlage, Infotisch, Zelt, Lastenrad für Transport)

- Name und Telefonnummer der Person, die die Versammlung anzeigt (und einer Versammlungsleitungs-person, falls das nicht auch die anzeigende Person ist). Für beide Rollen muss man volljährig und EU-Bürger*in sein.
- Unterschrift des/der Versammlungsanzeigenden
- Als Betreff: Anzeige einer politischen Versammlung. Hinschicken.

Versammlungsbehörde rührt sich nicht mehr = genehmigt. Manchmal rufen sie an, um Details zu besprechen, manchmal wird man zu einer Vorbesprechung eingeladen. Selten werden politische Versammlungen untersagt, dafür gibt es aber nur sehr wenig zulässige Gründe (siehe Versammlungsrecht). Oft ist es dann möglich, irgendwelche Änderungen von Ort oder Uhrzeit auszuhandeln und die Versammlung doch durchzuführen.

Erfolg

Eine politische Versammlung – sei sie auch noch so klein – kann beitragen, ein Thema bekannt zu machen, Verbündete kennenzulernen und sich mit ihnen zu vernetzen. Auf der Straße mit echten Menschen zu diskutieren, ermöglicht den Ausbruch aus Echoblasen und Algorithmen der sozialen Medien. Via Presseaus-sendung Medien einladen, selbst Fotos machen und sie den Medien zum gratis Abdrucken anbieten, kann die Reichweite des Anliegens enorm erhöhen.

Je kreativer und interessanter die Aktion gestaltet ist,



Foto: Mario Sedlak

Protest gegen die Lobauautobahn am 13. September 2025

umso eher berichten die Medien darüber. Es gibt natürlich nie eine schnelle Erfolgsgarantie, aber man hat nachher zumindest das gute Gefühl, es versucht zu haben, und meistens ergeben sich, wenn man dranbleibt, ungeahnte Möglichkeiten und Unterstützung für das Anliegen. Durch das gemeinsame Tun wächst eine Gruppe zusammen, die stark und handlungsfähig wird.

Wenn du noch Fragen hast, kannst du mir gerne über das Kontaktformular auf meiner Seite www.lobau.org schreiben. Ich habe schon sehr viele politische Versammlungen organisiert und gebe gerne meine Erfahrungen weiter.

(1) www.lobau.org, <https://cba.media/author/jutta-matysek>

Wie Gemeinden resilient werden

Die internationale Transition-Bewegung unterstützt Kommunen in ihrem Bemühen, Abhängigkeiten zu verringern und ökologisch und ökonomisch auf eigenen Beinen zu stehen.

Von Bobby Langer

Eine Grundannahme von Freiheit besteht darin, unnötige Abhängigkeiten durch autonomes Handeln zu ersetzen. Eine grundlegende Wahrnehmung von Jugendlichen ist ihre Abhängigkeit vom Elternhaus. Also streben sie nach Selbstbestimmung, einer selbst gesuchten Partnerschaft und nach finanzieller Unabhängigkeit.

Die meisten Kommunen sind mit Jugendlichen vergleichbar. Allerdings erschöpft sich ihre Abhängigkeit nicht mit einem Elternhaus, die Abhängigkeiten (siehe unten) sind zahlreich. Die Transition-Bewegung hat sich zum Ziel gesetzt, Menschen in Städten und Gemeinden diese Abhängigkeiten aufzuzeigen und diese Menschen dazu anzuregen, gemeinsam in ihrem Umfeld aktiv zu werden, um durch aktive Gruppenprojekte im Laufe der Zeit so weit wie möglich stärker autonom zu werden. Man kann sie deshalb auch als regionale Unabhängigkeitsbewegung charakterisieren. Aus-

löser war im Jahr 2007 die Erkenntnis, dass der Großteil der kommunalen Energieversorgung auf fossilen Rohstoffquellen beruhte – was die Kommunen energetisch ausgesprochen abhängig, also auch verwundbar machte.

Kommunale Abhängigkeiten

Importabhängigkeit: Kommunen beziehen viele Güter des täglichen Bedarfs – von Lebensmitteln über Medikamente bis zu Elektronik – aus globalen Lieferketten, auf die sie keinen Einfluss haben.

Verwundbarkeit: Unterbrechungen (z. B. durch Pandemien, Kriege, Hafenstreiks) führen schnell zu bedrohlichen Engpässen bei Supermärkten, Apotheken oder im Bauwesen.

Preisabhängigkeit: Globale Märkte bestimmen die Kosten lokaler Versorgung, z. B. durch Schwankungen bei Getreide- oder Stahlpreisen.

Energieabhängigkeit: Öl, Gas und Kohle stammen oft aus weit entfernten Regionen; Windräder, Solarmodule oder Batteriespeicher benötigen Rohstoffe aus dem weltweiten Handel. Und die lokalen Strom- und Heizkosten hängen unmittelbar an internationalen Börsenkursen.

Rohstoffabhängigkeit: Spezialstoffe wie Kupfer, Aluminium, Stahl, Glasfasern sowie Halbleiter oder Netzwerktechnik stammen aus global vernetzten Unternehmen mit ihren Produktions- und Lieferketten.

Nahrungsmittelabhängigkeit: Änderungen und Krisen bei Lieferketten und schwankende Weltmarktpreise für Nahrungsmittel wie Getreide, Reis, Kaffee, Obst oder Futtermittel schlagen bis auf die kommunalen Märkte durch.

Medizinische Abhängigkeit: Kommunale Kliniken und Apotheken sind von der Versorgung durch die internationale Pharmaindustrie und die Medizintechnik stark abhängig.

Dass diese Abhängigkeiten nicht schnell und schon gar nicht umfassend auf lokaler oder regionaler Ebene zu entschärfen sind, versteht sich auch für eine Transition Town von selbst. Vielmehr geht es zunächst darum, das Bewusstsein für diese „kommunale Abhängigkeitssituation“ zu schärfen und gemeinsam zu überlegen, welche Möglichkeiten sich in der eigenen Kommune mit welchen Interessenten unter den gegebenen Umständen Schritt für Schritt umsetzen lassen. Letztlich geht es um die Frage: Wie lassen sich in konstruktiven, positiven Prozessen neue Wege hin zu einer zukunftsfähigen Lebensweise finden und verfolgen?

Bisher Erreichtes

Da sich Menschen, Themenschwerpunkte und Möglichkeiten von Kommune zu Kommune (und auch die gegenseitige Kommunikation) stark unterscheiden, entspricht kaum eine Transition-Town-Gruppe der anderen. Auch die selbst gefundenen Namen sind sehr unterschiedlich. Deshalb gibt es nur Schätzungen über die Zahl der „Transition-Towns“-Initiativen im deutschsprachigen Raum. Für Deutschland¹ liegen die Schätzungen zwischen 80 und 150, für Österreich²

Wer sein Geld ökologisch nachhaltig, sinnvoll und rentabel anlegen will, vertraut seit 1991 auf den Informationsdienst Öko-Invest.



- Er liefert (digital oder per Post) aktuelle Analysen, Übersichten und Tipps zu
- nachhaltigen Fonds, Wind-, Solar- und Wasserkraftbeteiligungen
 - über 40 nachhaltigen Titeln im **Musterdepot**, z.B. Aktien von **Geberit**, **Shimano** und **Verbund** (mit Kursgewinnen bis über 5.000%)
 - **25 Natur-Aktien** im Index **nx-25** (+2.600% von 1997 bis 8/25)
 - **30 Solar-Aktien** im Index **PPVX** (+620% von 2003 bis 8/25)
 - ausserbörslichen Aktien wie **Solarcomplex** oder **Öko-Test**
 - **Warnungen** vor (grün-)schwarzen Schafen.

Das **Handbuch Grünes Geld 2020** enthält (in der 8. aktualisierten Auflage) auf rund 380 Seiten wieder einen umfassenden Überblick über nahezu alle Öko-Investment-Möglichkeiten samt neuer Kapitel wie Green Bonds und Crowd-Investments. Das Handbuch (Einzelpreis 24,90 Euro portofrei mit Rechnung) und ein **kostenloses Öko-Invest-Probeheft** können Sie abrufen beim Öko-Invest-Verlag, Schweizertalstr. 8-10/5, A-1130 Wien www.oeko-invest.net, Tel. 0043-1-8760501, max.deml@oeko-invest.net



Transition-Projekt in Fürth/Bayern: Bürger*innen gestalten mit magnetischen Elementen ihre Straße vor Ort und kommen ins Gespräch.

Fotos: Kerstin Seeger

gibt es unter anderem Transition Tirol – Innsbruck im Wandel, Transition Vöcklabruck, Transition Town Friesach – Friesach im Wandel, Transition Oststeiermark, Transition Graz, Wandelterre Vorarlberg, Vienna Transition Base sowie Verantwortung Erde, Kärnten. Für die Schweiz waren keine Zahlen zu finden.

Ein Kernelement der Transition-Bewegung sind die sogenannten Transition Towns, deren Zahl momentan auf über 450 Gemeinden und Städte weltweit geschätzt wird. Die Idee der „Transition Town“ – einer Stadt also, die ein Bewusstsein für kommunale Resilienz aufbaut und ihre Strukturen entsprechend anpasst – kam vom englischen Permakulturisten Rob Hopkins. Zusammen mit Studierenden aus Kinsale, Irland, entwarf er einen Maßnahmenplan für die Reduzierung des Energieverbrauchs von Kinsale. Zurück in England führte die Weiterentwicklung 2006 in der Stadt Totnes zur ersten „Transition Town“.

Unabhängig vom Resilienz-Zustand einer Kommune können sich überall Transition-Town-Initiativen gründen. Diese Initiativen sind inspiriert von einem Leitspruch: „Einfach. Jetzt. Machen.“ Die Transition-Bewegung hat dafür im Laufe der Jahre zahlreiche Methoden und Hilfsmittel entwickelt, die sich auf den jeweiligen Transition-Seiten finden. Weitere Anregungen finden sich beim britischen Transition Research Network.³

Wandel mit Kopf, Herz und Hand

Doch mit der Betrachtung der äußeren Wirklichkeit ist es nicht getan. Ein zentrales Element der Transition-Bewegung ist der innere Wandel, da ohne ein Umdenken und eine Bewusstseinsänderung bei den Menschen auch kein erfolgreicher äußerer, nachhaltiger und gerechter Kulturwandel zu einer lebensbejahenden Gesellschaft vorstellbar ist. Den eigenen ganzheitlichen Veränderungsansatz beschreibt Transition mit dem Bild „Kopf, Herz und Hand“. In ihm verbinden sich kognitives Wissen (Kopf), emotionale Beteiligung (Herz) und praktisches Handeln (Hand), um einen gesellschaftlichen Wandel hin zu mehr Nachhaltigkeit, Gerechtigkeit und einem besseren Umgang mit Mensch und Erde zu erreichen.

Frank Braun, im Vorstand von Transition-Initiativen.org, einem Netzwerk, das die Transition Towns in Deutschland begleitet, fasst die Vorgehensweise von Transition in wenigen Worten zusammen:

Es gilt, Menschen zusammenzubringen und gemeinsam konkrete Lösungen zu gestalten, positiv und mit guten Beispielen. Wir sind überzeugt: Wohlstand für alle ist möglich. Aber eben anders:

- mit Kooperation statt mit Konkurrenz
- mit global lernenden Netzwerken
- statt besitzen zu wollen, gemeinsam nutzen

Wir sind inklusiv und freuen uns über alle, die mitmachen. Wir sind nicht gegen etwas, sondern für etwas. Unser Motto: „Einfach jetzt machen.“

Zum Weiterlesen

Tiefere Hintergründe zum Verständnis der Transition-Bewegung liefern das Buch von Rob Hopkins: *Einfach. Jetzt. Machen! Wie wir unsere Zukunft selbst in die Hand nehmen* (ISBN: 978-3-86581-458-6)

und unter anderem folgende drei (kostenlose) Schriften:

- *Auf Kosten anderer? Wie die imperiale Lebensweise ein gutes Leben für alle verhindert*⁴
- *Zukunft für alle. Eine Vision für 2048: gerecht. ökologisch. machbar.*⁵
- *Transition Towns in Österreich. Untersuchung über die Umsetzung des Konzepts, Erfolge und Schwierigkeiten* (Masterarbeit)⁶

Transition international: www.transitionnetwork.org/de

(1) www.transition-initiativen.org

(2) www.transition.at

(3) www.transitionsnetwork.org

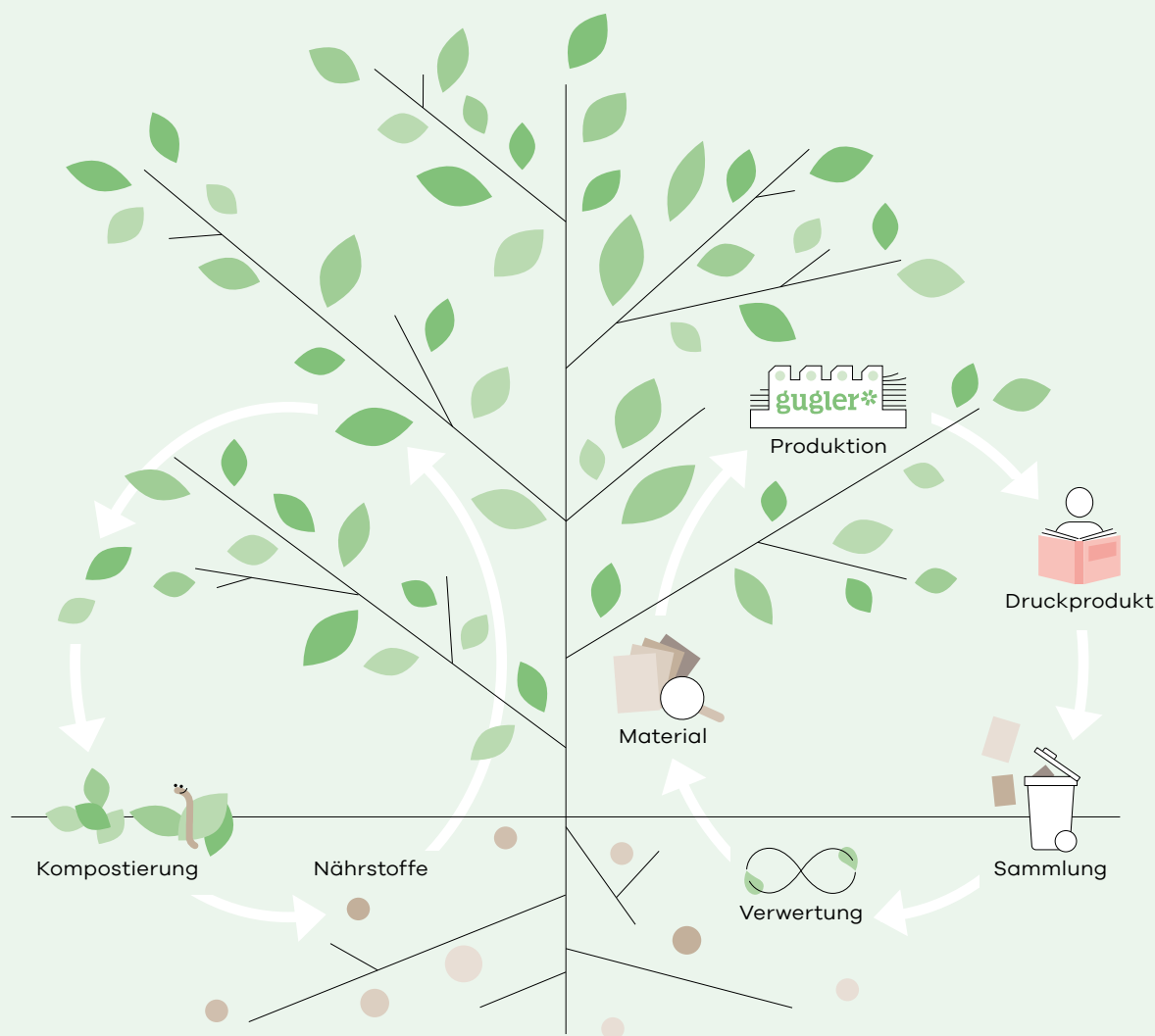
(4) www.oekom.de/9783960060253

(5) www.zukunftfueralle.jetzt/wp-content/uploads/2020/11/ZFA_Buch_digital_v2.pdf

(6) <https://unipub.uni-graz.at/obvugrhs/download/pdf/2581390>

So würde die Natur drucken!

Cradle to Cradle Certified®. Drei Dinge machen den Unterschied.



Gesund.

Alle Inhaltsstoffe werden bis zum letzten Sublieferanten nach human- und ökotoxikologischem Profil geprüft. Nur, was zu 100 % gesund ist, darf verwendet werden.

Rückstandsfrei.

Auch die Reststoffe können in den biologischen Kreislauf rückgeführt werden. Das Druckprodukt ist zu 100 % wiederverwertbar.

Klimafreundlich.

CO₂e-Emissionen der Druckproduktion und der eingesetzten Komponenten (Papier, Druckplatten, Druckfarben usw.) werden neutralisiert.

gugler*

DruckSinn.at Druckerei
für nachhaltig Schönes



Film ab! Cradle to Cradle Certified®
Druckprodukte in zwei Minuten erklärt:
www.gugler.at/cradletocradle



So schmeckt der Winter

Tipps aus einer Profi-Küche, die die Ernährungswende praktiziert

Von Landhotel Yspertal im südlichen Waldviertel von Niederösterreich

Gerade im Winter ist „saisonal“ und „regional“ eine besondere Herausforderung, für die es eine Vielzahl von geschmackvollen Lösungen gibt. Bohnen, Rüben, Kohl, Kraut, Linsen in gekochten Speisen und variantenreich in Salaten, selbst gezogene Sprossen und natürlich die Waldviertler Bioerdäpfel sind hervorragende Ausgangsprodukte für abwechslungsreiche und herrlich schmeckende Gerichte.

Eine kleine Auswahl:

- Geräuchertes Karpfenfilet mit buntem Erdäpfelsalat
- Bohnenmousse von weißen Bohnen mit Wintersalat und Körndlcroutons
- Frischkäsemousse mit Kren und rotem Rübentartar
- Wintergrillgemüse (Pastinaken, Petersilwurzel, Karottenraritäten) und Feta
- Waldviertler Feuerfleck (eine Art Fladen) mit Speck und Mohn
- Erdäpfel-Lauchsuppe mit Mohnöl
- Karottensuppe mit Ingwer
- Lammragout mit Schafkäse und Kürbis
- Schweinsbraten mit Rosmarin und Honig, gebratenem Weißkraut und Mais-Hanftaler
- Einkornrisotto mit Grünkohl (Fenchel) und Grillkäse
- Kürbis-Linsenlasagne
- Mohnnudeln oder Dinkel-Kaiserschmarrn mit Zwetschkenröster



Kürbisknödel mit gebratenem Rotkraut²



**Sushi – die Waldviertler Version des Sushis:
Bauchspeckröllchen gefüllt mit Dinkelreis, Sauerkraut
und Gemüse**

Wie einfach das Kochen sein kann, zeigt unsere Küchenchefin Elisabeth Haslinger in über 30 Videos – mit Rezepten zum Nachlesen und Nachkochen.¹ Essen ist nicht nur eine Frage des Satt-Werdens und des Schmeckens. Was wir essen, bestimmt, wie gesund wir selbst sind und

wie es uns geht. Unsere tägliche Speisenauswahl beeinflusst, wohin das Geld wandert, das wir für Essen ausgeben und letztendlich entscheiden wir mit unseren Mahlzeiten auch ganz wesentlich, ob zukünftige Generationen noch eine lebenswerte Erde vorfinden werden.

Über unsere Küche

Eine Besonderheit im Landhotel Yspertal ist, dass es keine fixe Restaurantkarte gibt. Es gibt zwar meist kleine Speisen, die immer verfügbar sind, aber die Hauptmahlzeiten werden permanent gewechselt und sind abhängig von dem, was gerade regional und biologisch erhältlich ist. Das funktioniert natürlich nur, wenn man noch kochen kann und nicht einfach Convenience-Produkte anreicht und garniert.

Und wenn einmal am Buffet etwas übrigbleibt, wird das als „Rest vom Fest“ bei der nächsten Mahlzeit als zusätzliche

Speise wieder angeboten. Lebensmittelverschwendung kommt bei uns nicht vor. Alles, was verwendet werden kann, wird verwendet.

Im Landhotel Yspertal kehren vor allem Seminargruppen ein. Unsere Speisen gibt es zwischen Linz und Wien auch als Catering.

Mehr Infos: www.landhotelyspertal.at

(1) www.youtube.com/@kochenmitelisabeth

(2) <https://youtu.be/kkJC9SuXsjY>

Suffizienz beim Alkoholtrinken

Anstoßen und gesellig sein kann man auch mit alkoholfreien Mocktails.

Von Eva Meierhofer



Beim Lesen in Zeitungen oder Nachrichtenportalen fällt auf, dass sich tatsächlich viele Menschen Gedanken um den Alkoholkonsum machen. Vor allem junge Menschen trinken weniger Alkohol als Generationen vor ihnen, weshalb Winzer verstärkt alkoholfreien Wein und Sekt auf den Markt bringen. Es gibt sogar schon

Partys, die bewusst mit Feiern ohne Alkohol werben. Beliebt ist die Dry-January-Challenge: den ganzen Januar ohne Alkohol auskommen. Diese Bewegung wurde 2014 in England ins Leben gerufen. Es geht dabei darum, den eigenen Alkoholkonsum zu überdenken. Viele, die mitmachten, berichteten über bessere Gesundheit, besseren Schlaf und dass sie ihr Trinkverhalten grundsätzlich geändert haben. Man kann nun fragen: Brauchen wir Alkohol überhaupt?

Der Gesundheit zuliebe

Grundsätzlich hat Alkohol keinen Nährwert. Genau wie Zucker ist er eher ein Genussmittel. Wobei schon diese Bezeichnung problematisch ist, da Alkohol unter die Suchtmittel fällt und diese rechtlich von Genussmitteln abgegrenzt werden.¹ Auch gesundheitlich hat er nichts zu bieten. Dass ein Schnaps die Verdauung fördert, ist wissenschaftlich widerlegt², dass ein Glas Rotwein am Abend das Herz stärkt, ist sehr fragwürdig.³ Hinzu kommt, dass ein regelmäßiger Genuss zu dem gefährlichen Alkoholismus führen kann, der schon manchen zerstört hat.

Was macht dann die Beliebtheit von alkoholischen Getränken aus? Argumentiert wird mit Genuss und Geselligkeit. Gerne wird zu einem besonderen Anlass mit einem Gläschen Sekt angestoßen, bei Partys werden Cocktails durchprobiert, zu Sommerfesten gehört eine Bowle und gerade jetzt beginnt wieder die Zeit, in der man sich gerne am Adventmarkt einen Glühwein schmecken lässt. Will man eine Alternative zu diesen Getränken, so dürfen sie nicht langweilig sein. Dabei bin ich auf Mocktails gestoßen: Mixgetränke ohne Alkohol, wie sie inzwischen in jeder Bar angeboten werden („to mock“ heißt auf Englisch „nachahmen“ – Mocktails ahmen alkoholische Cocktails nach).

Rezepte für Klassiker ohne Alkohol

Es sind im Internet einige Rezepte zu finden. Auch zu Bowle und Glühwein habe ich Alternativen gefunden. Ein paar Rezepte gibt es hier zur Anregung. Ich habe sie alle mit

Freunden ausprobiert, sie sind gut angenommen worden. Es muss letztlich jeder und jedem selbst überlassen bleiben, ob und wie viel Alkohol sie bzw. er trinkt. Aber es gibt schmackhafte Alternativen, und der Gesundheit zuliebe wäre es gut, öfter auf diese zurückzugreifen.

Espresso-Martini ohne Alkohol



Vier Tassen starken Espresso zubereiten und in kleine Gläser füllen; in jedes Glas einen Schuss Ahornsirup geben. Umrühren und servieren

Mimosa ohne Alkohol



Ein Glas zur Hälfte mit Pfirsichsaft (oder einem anderen beliebigen Fruchtsaft), zur Hälfte mit Ginger Ale füllen, nach Belieben Eis dazugeben.

Sommerbowle



1 Liter Sprudelwasser, ¼ Liter Holunderblütensirup, 2 Stängel Minze, nach Belieben klein geschnittenes Obst und Beeren

Früchtepunsch



1 Liter Schwarze-Johannisbeere-Saft, ½ Liter Orangensaft, 1 Zimtstange, 2 Gewürznelken, 5 Pimentkörner miteinander aufkochen. 1 Apfel entkernen und kleinschneiden, in den Punsch geben,

5 Minuten bei geringer Hitze sieden lassen. Falls die Obstsaftmenge zu stark ist, kann ½ Liter Wasser zugegeben werden.

(1) <https://de.wikipedia.org/wiki/Genussmittel>

(2) www.fitundgesund.at, www.stiftung-gesundheitswissen.de

(3) www.nullprozente.com/blogs/news

Der Plapperstorch

Seite für Kinder und Eltern



Hallo Kinder, hier ist wieder euer Plappi!

Bald ist es Winter. Inzwischen ist es nicht mehr selbstverständlich, dass in dieser Zeit Schnee liegt. Um so mehr freuen wir uns, wenn wir welchen sehen.

Habt ihr schon überlegt, dass Schnee mehr ist als nur eine weiße Decke? Nicht nur, dass wir aus ihm Schneebälle, Schneemänner und sogar Burgen formen können. Oder auf ihm Schlitten fahren. Es ist faszinierend, wie viele Arten von Schnee es gibt. Wusst ihr, dass eine Schneeflocke aus vielen winzigen Kristallen besteht, die bei jeder Schneeflocke anders aussehen?



Habt ihr euch auch schon gefragt, warum es nicht mehr selbstverständlich im Winter Schnee gibt?

Es gibt ein neues Buch, in dem ihr mehr über Schnee erfahren könnt. Auch, was zu seinem Rückgang führen kann. Zugleich erlebt ihr die spannende Geschichte, wie die Schneekinder Firn und Bianca mit ihren Freunden das Schneeland retten. Es heißt: „Das Schneeland in Gefahr“. Vielleicht wäre das etwas für euren Wunschzettel zu Weihnachten?

Wenn einmal Schnee liegt, dann geht doch hinaus und schaut ihn euch genau an. Wie sieht er aus, ist er pulvrig oder eher matschig?

Wenn ihr das Buch „Das Schneeland in Gefahr“ habt, dann könnt ihr damit den Schnee beobachten. Ansonsten findet ihr auf diesen Kinderseiten Infos zum Schnee:

www.klexikon.zum.de/wiki/Schnee

www.sivakids.de/schnee

https://kiwithek.kidsweb.at/index.php/Eis_und_Schnee

Vielleicht habt ihr Lust, mir eure Entdeckungen zu schreiben?

An plappi@nachhaltig.at oder per Post an SOL, Kennwort „Plappi“, Sapphog. 20/1, 1100 Wien



Text:
Eva Meierhofer und
Barbara Plank Bachselten

Zeichnungen/Plappi:
Helmut Schlatzer

Schnee:
Ruth Meierhofer



Wiesentricks

Seite für Kinder von 0 bis 100 Jahren

Bastle einen Stern aus Wiesengras,
ein Christkind aus Naturalien
oder eine Duftkugel.



Zum
Aufhängen ...



Schnur



... oder als Spitze auf
dem Christbaum.

Bastle den Stern mit Dingen,
die du in der Natur findest:
dünner Zweig, Stroh,
Wiesengras ...

Aus Grau wird Weiß -
aus laut wird leis'

Eichelhut

Haselnuss

Flügel
aus Papier



Kiefernzapfen

Duftende Gewürz-
nelken in der Orange.



Spicke eine Orange, Mandarine oder
Clementine mit Gewürznelken.

SOL baut auf deine Spende



Stephan Neuberger,
Obmann von SOL

Viele Menschen arbeiten ehrenamtlich für SOL. Nur so ist es möglich, in Projekten, Publikationen und Kooperationen die Vielfalt solidarisch ökologischer Lebensstile aufzuzeigen.

Jedoch sind Projekte nur teilgefördert. Für Büro, Druck, Porto usw. benötigt SOL deine Unterstützung – damit wir unsere Arbeit weiter und unabhängig auf sol-ider finanzieller Basis durchführen können.

DEINE SPENDE IST
STEUERLICH
ABSETZBAR

Reg.Nr.: NT 14363

Unser Spendenkonto:

Kontoinhaber: SOL

IBAN: AT56 1200 0004 5501 5107

BIC: BKAUATWW

Wenn du mit Kreditkarte spenden möchtest:

www.nachhaltig.at/spenden

Spenden an SOL sind steuerlich absetzbar.¹ Wir erledigen das für dich.

Bitte teile uns dazu mit: deinen Namen (exakt wie am Meldezettel), dein Geburtsdatum und die Erlaubnis, diese Daten an das Finanzamt weiterzuleiten.

Am besten unter www.nachhaltig.at/spenden-2 oder an das SOL-Büro: office@nachhaltig.at

Postanschrift: Sapphogasse 20/1, 1100 Wien, Tel.: 0680 208 76 51

Mit deiner Spende unterstützt du:

Nachhaltigkeitsbildung

Wir erzählen von Nachhaltigkeit. So verbreiten wir Wissen und schaffen Motivation für eine gerechtere Welt.

Projektarbeit

Wir zeigen Lösungen auf. In unseren Projekten geht es um gerechte und zukunftsfähige Lebensstile und um ein besseres Leben für alle.

Vernetzung

Wir bringen Menschen zusammen: in den SOL-Regionalgruppen, bei Veranstaltungen, gemeinsamen Anliegen und online.

SOL-Magazin

Du ermöglichst unsere Recherchen, wenn du nach Selbsteinschätzung einen Betrag an SOL überweist. Du erhältst dann 12 Monate lang das SOL-Magazin (4 Ausgaben).



Einige aktive SOLis – Menschen für Solidarität, Ökologie und Lebensstil

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

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

Online

SOL am 17ten

Mo., 17. November, 18:30: Planung der „SOL-am-17ten“-Treffen für 2026: Vorschläge willkommen!

Mi., 17. Dezember, 18:30: Jahresausklang

Nähere Infos und Zugang:
www.nachhaltig.at/sol-am-17ten

Kontakt: Bernhard Haas, 0681 20653755,
bernhard.haas@nachhaltig.at

Wien

Mo., 1. Dezember, 18 Uhr: **SOL Weihnachtsfeier**, Bio-Pizzeria Vero, Währinger Gürtel 162/2, 1090 Wien. Weizenfreie Pizza aus Buchweizenmehl verfügbar.

SOL Wien

Kontakt: Büro, 0680/208 76 51,
office@nachhaltig.at

Niederösterreich

SOL Stockerau

Monatliche Treffen an wechselnden Orten;
www.nachhaltig.at/termine

Kontakt: Petra Schöberl, petra.schoeberl@gmail.com, 0664 218 1969

SOL Wandelwerk Wienerwald

Fr., 21. November, 15-18 Uhr: **Reparaturcafe** im Lokal des Tauschkreises Wienerwald: Bahnhofstraße 7, 3002 Purkersdorf, direkt im Bahnhofsgebäude Unterpurkersdorf



Foto: Maria Hörmandinger, photodesignerin.at

Fr., 16. Jänner, 15-18 Uhr: **Reparaturcafe**, Ort wird noch bekanntgegeben

Kontakt: Bernhard Haas, 0670 7010901,
bhaas@chello.at

SOL Wiener Neustadt

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

SOL Ybbstal – die Muntermacher (MUMA)

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

Steiermark

SOL Graz

Sa., 29. November, 15 Uhr: Weihnachtstreffen bei Waltraud Geber, Ringsiedlung 26, 8111 Judendorf-Straßengel. Das Thema **Frieden** kann gerne durch Texte, Lieder, Musik vertieft werden. Potluck. Anmeldung erbeten unter sol-graz@nachhaltig.at

Mi., 14. Jänner, 18:30: SOL-Stammtisch im Vegetarischen Restaurant Ginko, Grazbachgasse 33, 8010 Graz

Talentetausch Graz

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

Alle Termine auf www.talentetauschgraz.at

SOL Mürztal

Mo., 24. November, 19:00: Die SOListinnen Eva Meierhofer und Barbara Plank-Bachseltzen laden zum Vortrag „**Magie der Kräuter – Wilde Küche**“ im Gute-Geschichte-Raum im ECE-Kapfenberg, Wiener Straße 35a, 8605 Kapfenberg

Jeden Monat **Kräuterstammtisch**, Ort und Zeit werden vor Ort abgesprochen, bei Interesse bitte melden bei Eva Meierhofer: 0664 3221662, EvMei@web.de

Open House bei Barbara jeden Mittwoch ab 15:00 in Scheucheneegg, bei Interesse bitte Barbara Plank-Bachseltzen kontaktieren: 0676 3688870

Informationen sind auch im Kalender auf www.gemeinsam.jetzt zu finden.

SOL Leibnitz

Bei Interesse freitags Treffen im **Naturgarten**, bitte um telefonische Anmeldung

Kontakt: Susanne Stoff, 0650 4890312

SOL St. Johann bei Herberstein*

Mi., 5. November, 1. Dezember, 14. Jänner und 11. Februar, jeweils ab 18:00: **Tauschabend** Talentenetzt Oststeiermark im Haus der Frauen in 8222 St. Johann bei Herberstein 7

Sa., 29. November, von 9:00 - 12:00 Uhr: **Reparaturcafe** im Roten Kreuz Pischelsdorf, 8212 Pischelsdorf 500

Kontakt: Maria Prem, 0650 3514229,
talentenetzt@gmx.at

SOL Hartberg*

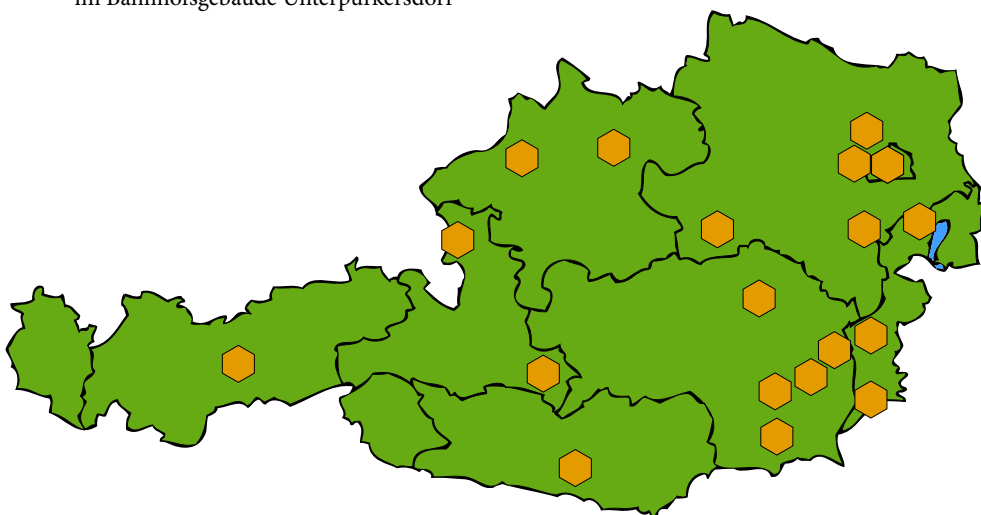
Kontakt: Maria Gigl, 0664 4577346,
ria-gigl@gmx.at

Impressum SOL-Magazin:

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: Florian Ryba (www.rycom.at), Mario Sedlak

Kontakt für Leser*innen, Inserent*innen und Autor*innen: sol@nachhaltig.at
 Offenlegung: www.nachhaltig.at/impressum



Oberösterreich

SOL Linz

Termine findet ihr auf www.urbiorbi.at

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

SOL Ried im Innkreis



Do., 20. November, 18:15: Erster **SOL-Stammtisch** in der Gießerei. Wir wollen uns austauschen und ausloten, was an Aktivitäten gefragt und umsetzbar erscheint.

Do., 27. November, 19:30: „**Mit der Kraft der Natur durch die kalte Jahreszeit**“ mit Anja Einböck vom Kräuterzentrum in Dorf an der Pram; freie Spende

Fr., 5. Dezember, 19:30: Erwin Thoma: **Einfach Holz – einfach gesund – Impulse zur Einfachheit**, Sparkassen-Stadtsaal Ried, Kirchenplatz 13, 4910 Ried

Kontakt: Max Gramberger, 0699 1974 8561, m.gramberger@giesserei-ried.at, www.giesserei-ried.at

Burgenland

SOL Nordburgenland – panSol

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

SOL Oberwart

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

SOL Jennersdorf

Kontakt: Ursula Kose, ursula.kose@gmx.at

Kärnten

SOL Kärnten – Bündnis für eine Welt / ÖIE

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

Salzburg

SOL Salzburg-Stadt

Kontakt: Walter Galehr, 0662 660010, walter.galehr@sol.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

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

Ich habe genug – du auch?

Unsere Erde stellt genug Ressourcen für ein gutes Leben bereit.

Die Erde hat aber nicht genug Ressourcen für 7 oder 8 Milliarden Menschen, die so verschwenderisch leben wie wir in Österreich.

Dieser Weg führt entweder zu immer gnadenloseren Abwehrkämpfen gegen den Ansturm der Ärmere und zu immer weiterer Ausbeutung von Mensch und Natur – oder zur Einsicht:

Wir haben mit weniger auch genug!

Denn viele der wirklich wichtigen Dinge in unserem Leben sind ohnehin kostenlos.

Weil wir die Gesellschaft aktiv umgestalten wollen, hat SOL die Kampagne „Ich habe genug“ entwickelt.

**Mach mit und unterschreib jetzt!
(bitte umblättern)**

Wozu unterschreiben?

Du zeigst damit: Du hast genug von Überkonsum und Ungerechtigkeit. Du willst mit Fantasie und Kraft eine bessere Zukunft mitgestalten.

Die Kampagne vernetzt und unterstützt Menschen, die genauso denken – und wir sind schon viele!

Was kannst du tun?

- Unterschreibe den GENUG-Text!
- Bitte gib deine Mailadresse an! Dann informieren wir dich über unsere kostenlosen Zusatzangebote
- Wenn du Flyer bekommen willst, dann vermerk das bitte neben deiner Unterschrift.



www.ichhabegenug.at

Eine Kampagne von:



Ich HABE genug.

Ich muss nicht immer mehr haben.
Und die wirklich guten Dinge
im Leben gibt es ja
ohnehin umsonst.

Ich habe GENUG!

Ich fordere eine bessere Welt.
Mit Gerechtigkeit zwischen
Arm und Reich und einer
intakten Umwelt.

ICH habe genug ...

... Fantasie und Kraft.
Gemeinsam mit Gleich-
gesinnten bewege ich
etwas.

Dieser Text stimmt für mich.

Ich unterstütze diese Kampagne mit meiner Unterschrift:

(auch online auf www.nachhaltig.at/genug-unterschreiben möglich)

Name	Adresse	E-Mail	Unterschrift	*

Flyer mit Unterschriften bitte an:
SOL
Sapphogasse 20/1
1100 Wien
oder sol@nachhaltig.at

* Wenn du hier ankreuzt, erhältst du von uns ca. einmal im Monat einen Newsletter per E-Mail mit Infos zu Aktivitäten von SOL und Informationen zu Veranstaltungen, Publikationen und Fortbildungen von Netzwerkpartnern von SOL. Du kannst den Newsletter jederzeit abbestellen. Mit deiner Unterschrift bestätigst du, dass du über 14 Jahre alt bist.

Mit deiner Unterschrift ist keine finanzielle Verpflichtung verbunden.
Du erhältst kostenlos und unverbindlich ein paar Probehefte des SOL-Magazins.