

A vertical photograph of a waterfall in a dense forest. The water is white and frothy as it falls over dark, moss-covered rocks. The surrounding trees and foliage are vibrant green, with some sunlight filtering through the canopy at the top.

MUSTER

KulturBoden

Grimming

2019

WASSER

LEBENselixier, HEILmittel, DURSTlöscher



FORUM ALTES WISSEN

TAG 1 Von der Energie

Wenn man die Wörter WASSER und ENERGIE hört, denkt man automatisch an Wasserkraft, an Gezeiten, an Staudämme oder an die Umsetzung der kinetischen Energie des Wassers in mechanische Arbeit. Inzwischen ist elektrischer Strom, der mit Hilfe von Generatoren in Wasserkraftwerken erzeugt wird, nach Kohle und Erdgas und Kernenergie die drittbedeutenste Form der Stromproduktion. Doch die Energie und Kraft von Wasser ist weitreichender. So hat Professor Bernd H. Kröplin von der Universität Stuttgart nachgewiesen, dass die kohärenten Bewusstseinswellen, die durch unsere Mikrotubuli pulsen, sich auf Wassertropfen außerhalb unseres Körpers übertragen. Das individuelle Bewusstsein von Probanden prägt sich im Wasser als Information ein, die man unter dem Mikroskop als Strukturänderung sehen kann.

In den haarfeinen Röhrchen – wie den Mikrotubuli – potenziert sich diese Fernwirkung des Wassers noch einmal, und es stellt sich die Frage, ob Wasser ein Gedächtnis hat, und wie sich das auf den menschlichen Körper, der großteils aus dieser Materie besteht, auswirkt.

Die physikalische Anomalie des Wassers – die seltsame Tatsache, dass es bei 4 Grad Celsius seine höchste Dichte annimmt und auch unter Druck nicht kälter wird, der Siedepunkt, der 150 Grad Celsius höher liegt als die naturgesetzlich errechneten Schwellen oder die Besonderheit, dass sich Wasser bei 37 Grad Celsius extraflüssig ist und sich bei einer Erwärmung bei 35 Grad Celsius stark einbremst – ist die Grundlage der Entwicklung von Mehrzellern, in weiterer Folge von Amphibien, Säugern und schlussendlich des Menschen.

Es gilt, an diesem Tag zu erörtern und diskutieren, was solche Fakten über das Wassers aussagen oder was es uns über das Menschsein sagt, wenn wir zu so einem hohen Prozentsatz aus Wasser bestehen.

Es gibt unzählige Fragen über das Wesen des Wassers, die uns zu völlig neuen Erkenntnissen über die Natur führen können.



TAG 2 Von der Landschaft

Der FLUSS steht für Freiheit, für das Aufbegehren gegen jeglichen Zwang.

Bäche, Flüsse, Seen und Meere prägen seit jeher unsere Landschaft. Wasser ist – neben dem Eis und dem Wind – eine der exogenen Kräfte, die unsere Erdoberfläche formen. Dabei stellt das fließende Wasser eine besonders stark landschaftsgestaltende Kraft dar, durch dessen abtragende Tätigkeit die Schichten der anliegenden Gesteine aufgeschlossen werden.

Nur selten sind diese Veränderungen auf kurzzeitige, katastrophale Ereignisse wie Hochwasser, Tsunamis oder Überschwemmungen zurückzuführen. Meistens sind es Prozesse, die über unvorstellbar lange Zeiträume von Jahrhunderten, Jahrtausenden oder Jahrmillionen wirken.

Es ist, als ob man in einem geologischen Tagebuch der Erde blättert, das mehr als 1,5 Milliarden Jahre Erdgeschichte erzählt.

Seit jeher hat sich die Menschheit aber auch die vom Wasser geformte Landschaft zunutze gemacht. Doch wie verändert sich die Welt – lokal, regional und global betrachtet – wenn sich aufgrund des Trends der stetigen Erwärmung die Landschaft verändert; wenn Gletscher abschmelzen, Flüsse versiegen.

Die Tatsache, dass das Wetter Kapriolen schlägt und sich einzelne Klimaparameter wie Temperatur oder Niederschlagsverteilung derzeit im Vergleich zum langjährigen Schnitt ändern, ist unbestritten und historisch gut dokumentiert.

Und doch reicht unser derzeitiger Wissensstand noch bei weitem nicht aus, so komplexe Systeme hinreichend zu verstehen und sich dem apokalyptischen Pandämonium hinzugeben.

Wasser spiegelt die Landschaft. Im Spiegel des Wassers können wir die Welt und uns selbst betrachten.



TAG 3 Vom Lebenselixier

Wasser – die SINNLICHSTE Substanz der Welt – ist das einzige Element, das synästhetisch ist: es ist mit allen Hauptsinnen erfassbar. Man kann Wasser sehen, hören, tasten, schmecken und riechen.

Pflanzen bestehen zu 80 - 90% aus Wasser; Menschen zu ungefähr 70 % – das entspricht ungefähr dem Anteil von Wasser auf der Erdoberfläche. Babys sollen fast zu 90 % „wässrige Wesen“ sein, und wenn Menschen älter werden, trocknen sie langsam ein und bestehen am Ende ihres Lebens nur noch zu etwas mehr als 50% aus Wasser.

Leben ist vor vielen Millionen Jahren im Wasser der Urmeere entstanden. Bis heute ist Blut beispielsweise eine mit dem Urmeer identische Sole (1%ig) und sorgt für eine stetige Aufrechterhaltung unserer Körperfunktionen. Im Körper dient Wasser als Transportmittel, es ist Reaktionspartner bei Stoffwechselprozessen in den Zellen, es wird zum Aufbau körpereigener Substanzen benötigt und es verleiht den Zellen vieler Gewebe ihre Form.

Wie in einer Heizungsanlage verteilt sich auch in unserem Körper die Wärme über die Blutflüssigkeit. In den Zellzwischenräumen bewegen sich Moleküle oder Ionen in wässriger Lösung. Bei drohender Überhitzung werden Schweißdrüsen aktiv und die Verdunstungskälte hält die Körpertemperatur stabil. Das sind nur einige wenige Beispiele, welche Funktion Wasser im menschlichen Körper übernimmt. Deshalb ist es auch existenziell, dass das Lebenselixier Wasser regelmäßig erneuert und ergänzt wird.

Doch Wasser bereitet auch Vergnügen, es vermittelt trotz mangelnden „Feuchtigkeitssinn“ verschiedenste Gefühle der Nässe – in der Wanne ist man anders nass als im Ziegelteich, unter einem tropischen Wasserfall oder im Meer. Nässe wird gelernt, zuerst im Fruchtwasser, dann in der Badewanne, im Schwimmbad und im Wolkenbruch.

Am heutigen Tag wird über Wasser – diese seltsame Essenz, die das Wunder des Lebens erst möglich macht – diskutiert.



TAG 4 Von der Gesundheit

Wasser ist nicht nur das wichtigste Lebensmittel, es ist auch ein bewährtes HEILmittel.

„Das Prinzip aller Dinge ist Wasser. Aus Wasser ist alles und ins Wasser kehrt alles zurück“, wusste schon der griechische Philosoph Thales von Milet.

Es ist ein natürliches Allheilmittel, das bei Menschen, die zum Beispiel an Asthma oder Allergien leiden, die Histaminwerte senken kann. Ausreichende Wasserversorgung kann helfen, den Blutdruck zu regulieren und somit zur Prävention von Schlaganfällen und Herzinfarkten beitragen. Das menschliche Gehirn besteht zu 85 Prozent aus Wasser. Eine einfache Methode, die Funktion des Gehirns und insbesondere das Gedächtnis zu verbessern, besteht darin, mehr Wasser zu trinken. Zusätzlich stärkt Wasser das Immunsystem. Der übliche medizinische Rat lautet, bei Krankheit viel Wasser zu trinken. Wird aber ständig genug Wasser getrunken, erreicht man eine prophylaktische Wirkung, die der Salutogenese, also der Erhaltung der Gesundheit, zuträglich ist.

Nimmt man tageweise nur Wasser zu sich, fastet also, erreicht man den Zustand der Autophagie, einen der wichtigsten Prozesse im Körper, um Zellen gesund und leistungsfähig zu halten – ein Selbstverdauungsprogramm, das die einzelnen Zellen reinigt und entgiftet.

Betrachtet man den menschlichen Körper nicht als mechanische Anordnung von Organen wie Herz, Lunge, Niere oder Milz, sondern als ein Ensemble von komplex – durch Gewebeschichten – organisierten Flüssigkeiten, die miteinander in einem vielschichtigen rhythmischen Austausch stehen, erkennt man einen Funktionszusammenhang, in dem unter anderem Blut und Lymphe, also essentielle Körperflüssigkeiten, für Rhythmus und Gleichgewicht sorgen. Der US-amerikanische Arzt Andrew Taylor Still (1828 - 1917), Begründer der Osteopathie, hat sich diese Vorstellung zunutze gemacht, um Stauungen in den rhythmisch pulsierenden Prozessen der Körperflüssigkeiten zu beheben.

Wasser ist aber auch ein ausgezeichneter Wärmeleiter, der seine Temperatur an die behandelte Körperregion rasch abgeben kann. Die Kneipp-Hydrotherapie macht sich das zunutze, um mit Temperaturreizen von kalt bis heiß körperliche Reaktionsmuster zu entfachen.



TAG 5 Vom Wetter und Klima

Seit mehr als 2000 Jahren unterhalten sich Menschen darüber, wie das WETTER – also Sonne, Wind und Regen – das Befinden beeinflussen. Seit rund 20 Jahren diskutieren auch Experten darüber, wie sich der messbare Temperaturanstieg, der Klimawandel, auf das bestehende Ökosystem auswirkt.

Die Begriffe Wetter und Klima werden oft verwechselt oder gar gleichbedeutend verwendet. Der Unterschied wird besonders durch den Zeitrahmen der Betrachtung deutlich: Das Wetter spielt sich auf wesentlich kürzeren Zeitskalen als das Klima ab, von Stunden bis Wochen. Das Wetter ist ein Teilprozess innerhalb des Klimasystems. Auch das Wetter trägt zum großräumigen Energieaustausch und somit zur Erhaltung eines globalen, energetischen Gleichgewichts bei. Allerdings wird es von kurzfristigen Phänomenen, wie zum Beispiel Tiefdruckgebieten, gesteuert.

Wetter als aktueller Zustand der Atmosphäre kann von jedem persönlich unmittelbar erlebt werden. Im Gegensatz dazu sind beim Klima die Zeiträume zu lang. An die Stelle des Erlebens tritt, oft noch stärker von Subjektivität geprägt, das Erinnern.

An diesem Tag soll nicht nur über Wetterkapriolen der Vergangenheit und Gegenwart und deren Auswirkungen diskutiert werden, ein Fokus soll auch auf die Veränderungen des Klimas im Alpenraum gelegt werden. Hier soll zwar auf Änderungen der Temperatur, aber im Detail auf Änderungen der Niederschläge und ihrer zeitlichen und räumlichen Verteilung eingegangen werden. Überschwemmungen, Dürren, Lawinenabgänge und Wasserverfügbarkeit prägen die Land- und Forstwirtschaft in der Verteilung und Art der Vegetation und die nicht vorhandene Schneebedeckung beeinflusst massiv den Wirtschaftsfaktor Wintertourismus.



TAG 6 Von den Ressourcen

„Ohne Liebe haben Tausende gelebt, ohne Wasser kein Einziger.“ W. H. Auden

Wenn man über Ressourcen von Wasser spricht herrscht der »MYTHOS DES ÜBERFLUSSES«. Es überwiegt die gängige Meinung, dass es eine unveränderliche Menge an Wasser gibt, die sich im hydrologischen Kreislauf befindet, und die nie verloren gehen kann.

Leider verhält es sich in der Realität so, dass das Wasser aus den natürlichen Wasserscheiden abgezogen wird – meist um etwas zu produzieren oder anzubauen – und es dann als Abwasser dem Kreislauf in Ozeanen wieder zugeführt wird. Man verwendet also Süßwasser und produziert Salzwasser. In zwanzig Jahren, sagt die Weltbank, wird der globale Bedarf an Wasser um rund 40 % höher sein als die dann noch vorhandenen, globalen Ressourcen.

Man ist heute angesichts der Wasserproblematik an einem Punkt, wo die Klimaforschung vor zwanzig Jahren war – ganz am Anfang – und man muss beginnen zu verstehen, was zur Zeit mit dem globalen Wasserkreislauf passiert, bevor es zu spät ist.

Es ist zwischen Wasserressourcen und Wasservolumen zu unterscheiden. Wasservolumen, zum Beispiel in den Seen, ist statisch. Wenn man es aufbraucht, ist es für immer verloren.

Flüsse hingegen gelten als »erneuerbare Ressourcen«. Wenn man nach diesen Kriterien auf die Erde schaut, ergeben sich ganz neue Bilder angesichts jener, die reich an Wasser oder arm an Wasser sind – wo sich Leben entwickeln kann.

Deshalb gibt es ja auch keine Lösungen, sondern eine pathologische Krise nach der anderen, solange das System des Konsums dieser wertvollen Ressource nicht in Frage gestellt wird. Man braucht neue Institutionen, die statt den Stillstand zu verwalten, den Wandel fördern, der eine neue ökonomische Realität erst möglich macht und man benötigt eine Zivilgesellschaft, die Energie und eine Vision, um einen Wandel lokal, regional und global zu initiieren.



Sonderausstellung „Wasser“

Neben alten Handwerkstechniken in Bildern und mit Werkstücken soll den Besuchern der Zauber des Wassers in einer Experimentierwerkstatt mit 14 Stationen nahe gebracht werden. Auf humorvolle und spannende Art und Weise kann man die physikalischen Grundlagen des Wassers selbst erfor-

schen. So kann man beispielsweise „Wirbelstraßen“ entstehen lassen, das Ökosystem in Miniaturform unter einem Glassturz beobachten oder sich einfach nur im Tanz und der Metamorphose eines gefärbten Wassertropfens verlieren.



*„Besseres kann kein Volk vererben,
als ererbten Väterbrauch.
Wo des Landes Bräuche sterben,
stirbt des Volkes Blüte auch.“
Volksmund*

Werkstatt für Vergessene Künste

Fotowettbewerb „Wasser und Brauchtum“

Vom Luzien-Häuschen-Schwimmen bis zu rituellen Waschungen gibt es weltweit viele Bräuche, die sich um das Lebenselexier Wasser drehen.

Wir sind überzeugt davon, dass unser Jahresmotto eine Vielzahl an Fotomotiven bereit hält und laden Hobby- oder Profifotografen ein, sich auf die Suche nach dem idealen Motiv zu machen und uns zu helfen, das Wissen um diese Bräuche zu dokumentieren und zu erhalten.

Laufender Wettbewerb von Forumsbeginn bis Mitte Dezember

Das Sonnwendbüschel

Inhalt: Hier handelt es sich um einen alten Brauch heidnischen Ursprungs zur Sommersonnenwende. Sieben bis zwölf verschiedene Blumen und Gräser – wobei die Anzahl und Art von Ort zu Ort variieren – werden am Tag vor Johannis gesammelt und in bestimmter Reihenfolge zu Büscheln gebunden. Das Oachellaub (Eichenlaub) bewahrt vor Blitz, das Sunnwendhaar (Frauenhaar) vor Hagel, das Johannisniskraut vor Krankheit und der Nebnaus sorgt dafür, dass das Wetter neben ausgeht.

An Türen oder Fenstern befestigt bewahrt es so Mensch und Tier, Haus und Hof vor Unheil – und zwar bis Johannis im nächsten Jahr.

Halbtagesworkshop



Wasser im Kirchenjahr

Inhalt: Aus heidnischer Zeit stammt der Brauch, Personen und Vieh mit Wasser zu besprengen. Wasser gilt hier als Ursymbol des Lebens und der Fruchtbarkeit.

In weiterer Folge wird die Entstehung und Verwendung von Weihwasser erörtert, ein Segenszeichen der katholischen, orthodoxen und anglikanischen Kirche. Hier dient Wasser zur Taufe und Segnung.

Der Gebrauch des Besprengens mit Weihwasser hat seine Ursprünge im Brauchtum der antiken Lustration. Die symbolische Bedeutung des Weihwassers ist die des Wassers überhaupt: Leben, Reinigung, Gefährdung und Rettung.

Das Entnehmen von Weihwasser, um sich beim Betreten einer Kirche selbst mit dem Kreuzzeichen zu versehen, soll dem Gläubigen dem Gedächtnis der eigenen Taufe dienen.

Vortrag



Vom Fasten

„Sei mäßig in allem, atme reine Luft, treibe täglich Hautpflege und Körperübung [...] und heile ein kleines Weh eher durch Fasten als durch Arznei.“
(Hippokrates)

Inhalt: Völlige oder teilweise Enthaltung von Speisen, Getränken und Genussmitteln über einen bestimmten Zeitraum hinweg, üblicherweise für einen oder mehrere Tage, trifft – in unserem Leben des Überflusses – den Zeitgeist.

Kulturhistorisch überwiegen Fastenzeiten im Frühling, wo sie neben religiösen Aspekten besonders auch der Darmreinigung nützlich sind. Im religiösen Kontext dient das Fasten unter anderem der Reinigung der Seele, der Buße im Christentum,

der Abwehr des Bösen, dem Streben nach Konzentration, Erleuchtung oder Erlösung. In der Neuzeit finden sich unzählige Formen des therapeutischen Fastens.

In einem ganztägigen Seminar sollen die verschiedenen Möglichkeiten des Fastens erörtert und diskutiert werden. Die Teilnehmer werden eingeladen, unter therapeutischer Begleitung ambulant eine Fastenkur von einer bis zu drei Wochen durchzuführen. Gleichzeitig kann auch unter ärztlicher Aufsicht in kleinem Rahmen mit ausreichender Freizeitbetreuung stationär gefastet werden.

Seminar, stationäre Fastenwoche, begleitete ambulante Fastenwochen



Der Mandlkalender und Bauernregeln

Inhalt: Wetterregeln waren bereits im Altertum bekannt und kommen unter anderem bei Ovid aber auch im Neuen Testament vor, hier allerdings auf Palästina bezogen.

Der Mandlkalender ist eine Enzyklopädie des steirischen Bauernwissens sowie ein verlässlicher Wetterprophet. Seine Bedeutung für die Volkskunde ist enorm und seine Auslegung beruht auf einer komplexen Wissenschaft, die sich am besten in einem Vortrag wie diesem vermitteln lässt.

Eine Bauernregel wiederum versucht, aus bestimmten Wetterlagen Vorhersagen und Rückschlüsse auf später kommende Ereignisse zu treffen. Die meisten Bauernregeln befassen sich mit der mittelfristigen Wettervorhersage, zum Beispiel ausgehend vom Wetter oder anderen natürlichen Ereignissen an bestimmten Lostagen oder dem Wetter eines ganzen Monats.

Bauernregeln wurden generationsweise überliefert; an diesem Tag soll altes Wissen vermittelt aber auch gesammelt und dokumentiert werden.

Vortrag/Workshop



*Handwerk hat goldenen Boden!
Volksmund*

Vergessene Künste und alte Berufe

Fassdauben

Inhalt: Dieser Tagesworkshop steht unter dem Motto „Altes bewahren und mit Neuem verbinden“.

Als Dauben bezeichnet man die Längshölzer in der Herstellung von Holzfässern, Bottichen, Bütten, Eimern oder Daubenschalen. Dauben werden vom Daubenhauer hergestellt und anschließend vom Fassbinder zusammengesetzt. Für Dauben verwendet man typischerweise feinporiges, festes und dicht gewachsenes Eichenholz, das mit dem Dampfbiegeverfahren geformt wird.

In Folge sollen mit Hilfe von alten, gebrauchten Fassdauben neue Einrichtungsgegenstände wie Kerzenhalter, Weinregale oder Obstschüsseln gestaltet werden.

Führung/Tagesworkshop

Gläser gravieren

Inhalt: „Nimm 60 Teile Sand, 180 Teile Asche aus Meerespflanzen und 5 Teile Kreide und du erhältst Glas.“ (König Assurbanipal, 658 v. Chr.)

Glas ist ein Werkstoff mit jahrtausendealter Tradition. Wann genau Glas zum ersten Mal hergestellt wurde, ist unklar. Die ersten Kontakte der Menschheit mit natürlichem Glas gehen schon in das Neolithikum zurück. Durch die um 100 v. Chr. erfundene Glasmacherpfeife wurde die Glasproduktion revolutioniert, denn nun konnten auch dünnwandige Gläser hergestellt und in verschiedenste Formen geblasen werden.

Glas ist eine hygienisch saubere und sicher schützende Hülle, in der hochwertige Produkte einwandfrei frisch bleiben, über lange Zeit Geschmack und unverfälschtes Aroma behalten und vor allem löst sich nichts aus dem Glas in das Produkt. Als Gegentrend zur modernen Plastikflasche können die Teilnehmer dieses Workshops mit einer ruhigen Hand und etwas Geschick ihre eigene personifizierte Wasserflasche gestalten.

Workshop



Die eigene Rodel

Inhalt: Den Schlitten kennen die Menschen in Europa bereits seit rund 2000 Jahren. Schon damals war es üblich, im Winter Heu oder Holz auf einfachen Ziehschlitten zu transportieren. Angeblich bretterten später auch die Wikinger auf Schlitten die Hügel hinab, um ihre Feinde mit Schwung anzugreifen. Zum Sportgerät, zur heutigen Rodel wurde der Schlitten erst später. Der Unterschied liegt in der leichteren Steuerbarkeit, die eine flexible Konstruktion voraussetzt.

Materialien wie Eschenholz und Gummidämpfer zwischen Kufen und Sitzbank machen die Rodel beweglich. So lassen sie sich durch Verlagerung des Gewichts und das Drücken mit den Beinen steuern. Jedes Teil einer Rodel wird von Hand verschliffen und mit Holzdübeln fixiert. Breite, Länge, Sitzhöhe und Sitzwinkel des Geräts können nach den Bedürfnissen des Fahrers variiert werden. Stahlbügel verstärken die Konstruktion, auf die Sitzfläche werden Streben geschraubt, die Kufen mit Stahlsohlen versehen. Zum Schluss wird die Rodel mit Firnisöl eingelassen, das Zugband befestigt und einer Jungfernfahrt mit der selbst gebauten Rodel steht nichts mehr im Weg.

3- Tagesworkshop

Aqua Vitae

Inhalt: Aqua vitae – mittellateinisch: der Branntwein, der Schnaps. Schnapsbrennen ist Tradition, Schnapsbrennen ist Genuss.

Das veredeln von Obst, die Verwandlung in Hochprozentiges, ist in der Kultur dieses Landes und dieser Region tief verwurzelt. Die Workshopteilnehmer lernen im Brennkurs die Grundlagen zur Herstellung hochqualitativer Edelbrände in Theorie und Praxis kennen. Es wird der gesamte Herstellungsprozess von der Frucht bis zur richtigen Abfüllung und Etikettierung behandelt.

Ein weiteres Thema ist die Instruktion zur Benutzung von kleinen, anmeldefreien Destilliergeräten, mit denen jeder selbst zuhause weiterbrennen kann.

Workshop



Die Wünschelrute

Inhalt: Die Wünschelrute wurde schon vor Jahrtausenden zum Aufspüren – dem so genannten „muten“ – von Verwerfungen, Erdstrahlen und unterirdischen Wasseradern genutzt.

Damals noch ein Stück gegabeltes Holz, das sehr schnell austrocknete, greift man heute auf Kunststoffruten oder Metallruten zurück.

Bei diesem Workshop, begleitet von einem ausgebildeten Radiästheten, wird man auf dem Wünschelruten-Wanderweg in die Kunst des Rutengehens eingeführt. Man lernt dabei, die Wünschelrute als Verlängerung der eigenen Wahrnehmung zu benutzen.

Halbtagesworkshop

Am Floß im Fluss

Inhalt: Das Floß zählt zu den ältesten Wasserfahrzeugen der Menschheit. Man unterscheidet zwischen der „wilden“ und der „gebundenen“ Flößerei.

Bei der wilden Flößerei, auch Trift genannt, stauten die Menschen kleinere Flüsse auf, um dann auf dem Schwall des ablaufenden Wassers die Stämme flussabwärts zu schwemmen. Bei der gebundenen Flößerei bindet man das Holz zu einem Fahrzeug aneinander.

Flöße werden also nicht „gebaut“, sie werden „gebunden“, wobei die Holzstämme von sogenannten Wieden zusammengehalten werden. Dabei handelte es sich um dünne Fichten-, Haselnuss- oder auch Weidenstämme.

An diesem Tag wird auf sehr intensive, gruppendynamische Art jahrhundertealtes Fachwissen im Umgang mit Holz, Eisen und Wasser vermittelt. Gemeinsam wird am Bau von Flößen aus echten Baumstämmen nach alter Tradition und neuesten Sicherheitsstandards in Theorie und Praxis gearbeitet. Im Anschluss daran kann damit ein Stück der Enns befahren werden.

Workshop



Die eigene kleine Brauerei

Inhalt: SCHROTEN, EINMAISCHEN, EIWEISS-
RAST, MALTOSERAST, JODTEST, LÄUTERN,
ÜBERSCHWÄNZEN, STAMMWÜRZE MES-
SEN, DIE WÜRZE KOCHEN UND HOPFUNG,
SPINDELN, HEISSTRUBENENTFERNUNG,
ABKÜHLEN UND HEFE HINZUFÜGEN,
HAUPTGÄRUNG, ABFÜLLEN, TRINKEN.

Rund 108 Liter Bier trinkt der Österreicher durch-
schnittlich pro Jahr, 170 Brauereien sorgen für die-
sen lukullischen Genuss.

An diesen zwei Tagen soll Bierbrauen in Theorie
und Praxis vermittelt werden. Im Vordergrund steht
die Eigenproduktion mit einer kleinen Brauanlage
für zu Hause.

Zweitagesworkshop

Mit Weiden flechten

Inhalt: Über Jahrhunderte war das Korbflechten ein
richtiges Handwerk, das in vielen Ländern der Erde
ausgeübt wurde. Auch heute gibt es noch Korbflech-
ter, allerdings ist deren Zahl merklich zurückgegan-
gen.

Mit dem richtigen Material und geeignetem Hand-
werkszeug kann jeder einen Korb herstellen. Ein
passendes Material dafür ist beispielsweise Weide –
dazu müssen die Weidenruten erst mal gewässert
werden, um eine gewisse Biegsamkeit zu erlangen.
Aber nicht nur Körbe, sondern auch Weidendome,
Dekorationskugeln und vieles mehr, können an die-
sem Tag angefertigt werden.

Halbtagesworkshop



Vom Fliegenfischen

Inhalt: Trockenfliegen und Nymphen – das Streben nach Perfektion einerseits und Entspannung pur andererseits. In Fliegenfischerkreisen herrscht die gängige Meinung, dass ein Fliegenfischer, der keine Fliegen bindet, ist nur ein halber Fliegenfischer ist.

Der Triumph eines Fangs mit selbst gebundenen Fliegen aus natürlichen Materialien – bevorzugt CDC – geben recht. Der Fokus dieses Kurses liegt nicht auf der Fertigung von Eyecatchern sondern auf authentischen Fliegen. Nicht das Auge des Fischers ist maßgeblich für den Erfolg eines Köders, sondern der Blickwinkel des Fisches.

Abgerundet wird dieser Zweitagesworkshop mit Befischung eines kristallklaren Gebirgsbaches, bei dem man diverse Wurftechniken vertiefen kann.

Zweitagesworkshop

Steckerlfisch - Regionale Delikatesse

Inhalt: Diesen traditionelle österreich- bayrischer
Inhalt: Diesen traditionellen, österreich-bayrischen Genuss selbst zuzubereiten ist Thema dieses Tages. Zuerst werden die Fische – Renken, Weißfische, Forellen oder Saiblinge – gefangen, entschuppt und fertig ausgenommen werden sie entsprechend mariniert. Auf frischen oder gewässerten Haselnuss- oder Weidensteckerln werden die Fische nun schräg neben der Holzkohleglut befestigt, gedreht und immer wieder mit Marinade bestrichen, bis sie gar sind.

Halbtagesworkshop



Mein kleines Wasserrad

Inhalt: Mit Wasser zu spielen fasziniert Jung und Alt. In diesem Workshop soll an einem Bauchlauf ein Wasserrad als Familienprojekt gebaut werden.

Früher waren Wasserräder die Herzstücke von beispielsweise Mühlen und dafür zuständig, dass Mahlwerke, Hammerwerke, Wasserschöpfwerke oder Generatoren angetrieben wurden.

Bis heute sind die Wasserräder an vielen historischen Bauten erhalten oder wurden wieder restauriert, nicht nur wegen des praktischen Nutzens, sondern auch wegen der sehenswerten Optik. Treibt das selbst gebaute Wasserrad auch noch etwas an, zum Beispiel ein weiteres Rad, wird es zur selber gebauten Wassermühle. Diese Bauanleitung ist einfach, so dass auch kleinere Kinder schon beim Wasserrad bauen mithelfen können.

Tagesworkshop

*„Am häuslichen Herd,
sei Glück dir beschert.“
Volksmund*



Haushalt und Küche

Birkenwasser – natürlich schön

Inhalt: Schon in der Vergangenheit wurde der Saft der Birke als Heilmittel verwendet. Er enthält zahlreiche Mineralstoffe und Vitamine sowie Flavonoide. Die positiven Eigenschaften des Birkensaftes reichen über die Linderung von Hautproblemen wie Akne und Neurodermitis bis hin zur Stärkung des Immunsystems. Durch seine entgiftenden, entzündungshemmenden und cholesterinsenkenden Eigenschaften hilft Birkenwasser ausgezeichnet bei Gallen-, Blasen- und Nierenleiden.

Birkenwasser kann als ökologisches, regionales Energiegetränk bezeichnet werden, das ohne jeglichen chemischen und anderen Zusätzen zum Wohlbefinden beiträgt.

Halbtagesworkshop

Speiseeis Spezialitäten

Inhalt: Ob richtig süß oder weniger gesüßt, schön fruchtig oder mit viel Schokolade, ob mit knusprigen Extras oder als aufregende Neukreationen – die geschmacklichen Möglichkeiten für selbst gemachtes Eis sind schier unendlich. Wie man Eis selber machen kann – mit Eismaschine und ohne, Fruchteis oder Vanilleeis, vegan, mit Ei, Obers oder Topfen oder kalorienarmes Wassereis – wird in diesem Workshop Schritt für Schritt gezeigt.

Halbtagesworkshop



Die Knochensuppe

Inhalt: In vielen alten Kulturen wurde Knochenbrühe zubereitet, bevor sie aufgrund industriell gefertigter Suppenwürfen und knappen Zeitressourcen vom Speiseplan verschwand. Dabei ist Knochensuppe sehr gesund – sie enthält beispielsweise Kollagen, Gelatine und Glukosamine. Diese sind von großer Bedeutung für das Verdauungs- und Immunsystem und gesund für Knochen und Gelenke sowie die Elastizität des Bindegewebes. Der hohe Gehalt an Kalium, Kalzium, Magnesium, Natrium und Phosphor sowie essentiellen Fettsäuren machen die Knochenbrühe zu einem wahren Gesundheitselixier, die sogar eine geschädigte Darmschleimhaut wieder aufbaut.

Die Aminosäuren Prolin und Glycin und deren Funktionen im menschlichen Stoffwechsel sind ein weiteres Argument, wieder auf hausgemachte Knochensuppe umzusteigen. Die Erörterung der positiven Eigenschaften von Suppe, das gemeinsame Suchen der Suppenkräuter sowie die Zubereitung dieser Köstlichkeit sind Gegenstand dieses Tages.

Tagesworkshop

Tee im Jahreskreislauf

Inhalt: Kräutertees liefern Vitamine, Mineralstoffe und ätherische Öle mit gesundheitsfördernden Eigenschaften, ohne den Körper mit Koffein zu belasten. Vom entwässernden, belebenden Brennesseltee über den bei Blähungen hilfreichen Fencheltee, den entzündungshemmenden Kamillentee bis hin zum hustenstillenden Maiwipferltee sind in Garten, Wiese und Wald unzähligen Kräuter und Pflanzen zu finden, die abhängig von der Jahreszeit gesammelt, getrocknet und als Tee genossen werden können.

Halbtagesworkshops



Die Wonne in der Wanne

Inhalt: Heute dient das Bad nicht nur der Reinigung des Körpers, sondern erfüllt auch gesundheitliche Zwecke und wird im Wellnessbereich genutzt. Neben der Wassertemperatur gibt es zahlreiche Badezusätze, die auf den Zweck des Bades abgestimmt sind. Es gibt Badeöle und Badesalze, die der Körperpflege dienen oder für ein seelisches Gleichgewicht sorgen. In diesem Workshop lernt man Schaum- und Sprudelbäder mithilfe von selbst gemachten Badebomben, Badekugeln oder Badepralinen für den Gebrauch in der eigenen Wanne oder als Geschenk für Familie und Freunde herzustellen.

Tagesworkshop

Natürlich waschen und putzen

Inhalt: Dermatitis aufgrund von Waschmitteln oder Weichspülern ist keine Seltenheit. Doch anstatt aggressive Tenside in die Waschmaschine zu geben, kann man auch ein günstiges und ökologisch sinnvolles Waschmittel herstellen. Die meisten konventionellen Hersteller verwenden waschaktive Substanzen auf Basis des knappen Rohstoffs Erdöl. Fast alle Produkte enthalten zudem synthetische Duft-, Farb- oder Konservierungsstoffe. Mit solchen Reinigungsmitteln gelangen umweltschädliche Stoffe ins Abwasser. Deutlich umweltfreundlicher, weniger schädlich für die Gesundheit und zudem verpackungsärmer ist das Putzen und Waschen mit alten Hausmitteln.

Halbtagesworkshop



Für Haut und Haar

Inhalt: Werden Salben, Shampoos und Cremes selbst hergestellt, hat man die Garantie, dass an Haut und Haar nur jene Zutaten kommen, die man selbst ausgesucht hat und die aufgrund ihrer ausgewogenen Zusammenstellung ihre Wirkung voll entfalten können.

Selbstgerührte Naturkosmetik pflegt, nährt und heilt. In diesem Workshop werden vier einfache, individuell abwandelbare Rezepte erarbeitet, die man danach auch im Alleingang herstellen kann.

Halbtagesworkshop

Badekleidung für die Kleinsten

Inhalt: Richtiger Sonnenschutz muss heutzutage sein, mit einem Hut ist die empfindliche Kopfhaut der Kleinsten vor den Sonnenstrahlen geschützt. Und um auch im kühlen Wasser plantschen zu können werden in diesem Workshop zum Sonnenhut passende Badehöschen aus farbenfrohen, schnell trocknendem Jersey genäht.

Tagesworkshop



Unser Anrichtsaftl

Inhalt: Anrichtsaft selbst gemacht. An diesem Tag sollen gemeinsam kreative Rezepte ausprobiert werden – weit weg vom herkömmlichen Himbeer- oder Hollersirup, den man als Skiwasser serviert bekommt sind der Fantasie keine Grenzen gesetzt.

Rhabarber-, Lavendel-, Veilchen-, Löwenzahn- oder Flieder- und Johanniskeersirup veredeln nicht nur jedes Glas Wasser, sondern sind auch, abgefüllt in einer schönen Flasche, ein großartiges Mitbringsel.

Ganztagesworkshop



*„Das Glück wächst und blüht am Wegesrand,
vorausgesetzt man ist am richtigen Weg!“
Volksmund*

Natur und Garten

Der eigene Gartenteich

Inhalt: Das Thema Gartenteich ist sehr komplex, deshalb lohnt es sich, viele Informationen zu sammeln, bevor an das Bauen bzw. Anlegen gedacht wird. Seerosen, Kies, Boden, Wasser oder die ideale Pflege im Winter, das Verhältnis von Sonne und Schatten, um Pflanzenwachstum zu fördern und die Ausbreitung von Algen einzubremsen, das sind nur einige Fragen die, um das Vorhaben zum Erfolg zu führen, vorab zu klären sind.

Der vortragende Fachmann steht für alle Fragen zur Verfügung und gibt im Anschluss Expertisen zu geplanten Projekten ab.

Vortrag/ Diskussion

Schneehöhlen bauen

Inhalt: Eine Schneehöhle zu graben, ist ein einzigartiges Teamprojekt. In ein bis zwei Stunden kann man ein nettes „Haus im Schnee“ bauen, in dem man gut ausgerüstet sogar übernachten kann.

Wichtig ist die Positionierung einer Schneehöhle, eine Schneewechte ist der ideale Bauplatz.

Schnee hat die wunderbare Eigenschaft, dass er hervorragend isoliert, stabil und doch gut formbar ist. Ob Iglu oder Schneehöhle besser geeignet ist, hängt von der Art des Schnees und der Mächtigkeit der Schneedecke ab. Da die Schneehöhe mindestens zwei Meter betragen muss ist dieser Workshop witterungsabhängig.

Halbtagesworkshop



Kräuterdestillate

Inhalt: Neben dem Ansatz als wässrig-alkoholische Tinkturen und Ölmazerate bieten Pflanzen eine weitere, wundervolle Möglichkeit, ihre Wirkstoffe in Naturkosmetik zu nutzen. Man kann sie mit Wasserdampf destillieren und daraus, je nach Pflanzenart, ätherische Öle und Hydrolate gewinnen.

In diesem Workshop wird das Prinzip der Wasserdampf-Destillation mit einer traditionellen Kupferdestille, deren Bauplan auf Konstruktionsskizzen von Leonardo da Vinci zurückgeht, erläutert. Am Ende des Tages erhält man wertvolle, wundervoll duftende Hydrolate für zu Hause.

Halbtagesworkshop

Lawinenschutz früher und heute

Inhalt: Lawinenverbau sind bautechnische Maßnahmen zum Schutz von Kulturland, Bauwerken und Siedlungen hauptsächlich im Alpenraum.

Man unterscheidet im Grunde vier verschiedene Arten von Lawinenverbauungen. Der Bau und Unterhalt der ersten zwei Arten, welche den Abgang einer Lawine verhindern sollen, ist sehr aufwändig und kostspielig. Daher greift man auch gerne zur Schadensbegrenzung mit den beiden anderen Verbauungsmöglichkeiten: Umlenk- oder auch Ablenkbauwerke sowie Bremsverbauten leiten die Sturzbahn bzw. deren Auslaufbereich in eine gewünschte Richtung oder begrenzen die seitliche Ausdehnung der Lawine.

Vortrag/ Diskussion



Der Hausbrunnen

Inhalt: Die Versorgung der steirischen Bevölkerung mit Trinkwasser erfolgt nach dem Wasserversorgungsplan 2015 zu 10 % aus privaten Hausbrunnen und Quellen. Ca. 120.000 Steirerinnen und Steirer sind daher von der Qualität solcher Einzelwasserversorgungsanlagen, die ein bis vier Haushalte versorgen, abhängig.

Der Schachtbrunnen ist die am häufigsten anzutreffende Brunnenform. Der Bohrbrunnen wurde bislang meist bei größeren Tiefen eingesetzt. Aufgrund ausgereifter Bohrtechnik gewinnt er jedoch immer mehr an Bedeutung. Erstellung und Erhaltung eines Hausbrunnens werfen nicht nur Fragen auf, sondern es sind auch entsprechende Auflagen einzuhalten, die in der Sprechstunde ebenfalls erläutert werden.

Sprechstunde

Heilwasser am Ennsboden

Inhalt: Die französische Heilquelle in Lourdes ist weltweit für ihre außergewöhnliche Heilkraft bekannt. Doch auch rund um den Grimming ist Wasser mit heilender Wirkung zu finden. In einem alten Bergwerksstollen in Öblarn entspringt beispielsweise die Thaddäusquelle, deren Wasser eine signifikante Wirkung bei Neurodermitis und Pilzerkrankungen hat.

Die Sole des Ausseer Narzissenbades normalisiert den Blutdruck, wirkt schmerzlindernd, kräftigt den Organismus und heilt Erkrankungen der Atemwege.

Zu guter Letzt wird bei dieser Exkursion noch das als mystischer „Ort der Kraft“ bekannte Brünndl in der Nähe von Irdning besucht. Es ist dafür bekannt, bei Augenerkrankungen Wunder zu wirken.

halbtägige Exkursion



Erde und Wasser

Inhalt: Wasser in Kombination mit Erde – profaner Gatsch oder hochdeutsch Matsch – und doch bleibt diese grob- und feinmotorische Anregung vielen Kindern mangels vorhandenen Möglichkeiten, Zeit oder massiven Verschmutzungen verwehrt.

„Gatschen“ ist Selbsterfahrung – die Grobmotorik wird durch Springen in Pfützen, Werfen mit Gatschklumpen oder Graben von Löchern angeregt. Die Feinmotorik wird jedes Mal, wenn die Finger vorsichtig in den leicht feuchten Sand tauchen, feine Linien ziehen und Förmchen befüllt werden, gefördert.

Viele Sinne werden angeregt – hören, wie der Sand rieselt und wie die Wasserpfütze beim Hineinspringen platscht. Die Augen erkennen, wie sich die Farben verändern, wie sich das Wasser von klar zu braun verändert, wie der Fleck auf der Hose aussieht. Man kann riechen, welchen Unterschied es macht, ob klares oder trübes Wasser für die Burg verwendet wird.

Bei Bedarf kann während eines Essens die Kleidung der Kleinen gewaschen werden – auch hier ist Gatschen ausdrücklich erwünscht, denn Essen ist das wichtigste und intensivste für Kinder und das Zerdrücken und Vermischen desselben kann zu einem wahren Rausch der Sinne werden, welcher die späteren Essgewohnheiten positiv prägt.

Outdoor Gatschspielplatz mit Begleitung



Wolkenformationen deuten

Inhalt: Die Sprache der Wolken – Kumulus, Stratus, Zirkus. Wolken sind lebensnotwendig für alle Lebewesen, denn sie regeln den weltweiten Wasserhaushalt. Sie speichern verdunstetes Wasser aus Flüssen, Seen und Weltmeeren, tragen es weiter und verteilen es als Regen schließlich wieder auf der ganzen Welt. Doch manchmal überraschen sie auch mit einem heftigen Regenguss oder Blitz und Donner. Damit der nächste Schauer nicht ganz so unverhofft kommt, werden in diesem Vortrag verschiedenen Wolkenformen vorgestellt und es wird erörtert, welches Wetter sie bringen.

Vortrag

Goldwaschen

Inhalt: Am Beginn des Goldwaschkurses gibt es eine grundsätzliche Einführung über das Gelände, Stellen, Fertigkeit, Bachströmung und Zusammensetzung des Wasch-Materials. Obwohl die Themen Gold, Goldsuchen und Goldwaschen sehr komplex sind, ist es einfach, das Goldwaschen und dessen Technik zu erlernen. Unter fachkundiger Anleitung und Hilfestellung werden dann die drei Komponenten – Abenteuerlust, Geduld und unerschütterlicher Optimismus – der Teilnehmer gefordert. Bei Erfolg kann man die gefundenen, kleinen Goldflitter mit nach Hause nehmen.

Halbtagesworkshop

