



Naturpark  
Mühlviertel



# Naturparkprogramm 2020

[www.naturpark-muehlviertel.at](http://www.naturpark-muehlviertel.at)



**Wo die Natur blüht,  
blüht der Mensch auf!**

MIT UNTERSTÜTZUNG VON LAND UND EUROPÄISCHER UNION



Europäischer  
Landschaftsfonds für  
die Entwicklung des  
ländlichen Raums.  
Hier investiert Europa in  
die ländlichen Gebiete





Foto: J. Hinterleitner

## Willkommen!

Unser diesjähriges Veranstaltungs- und Bildungsprogramm ist vielfältig und abwechslungsreich: Neben praktischen Kursen wie dem Obstbaumschnitt oder Korbflechten können mit fachkundigen Profis die Naturschätze unseres Naturparks entdeckt werden.

Beliebt sind auch die Workshops unserer kräuter- und pilzkundigen NaturvermittlerInnen, die ihnen ihr Wissen und praktische Erfahrungen gerne weitergeben. Erstmals gibt es zudem die Möglichkeit, die botanische Illustration mit einem Experten zu erlernen.

Die meisten Naturerlebnisse sind für Kleingruppen ab 7 Personen zum Wunschtermin buchbar, achten Sie auf die Kennzeichnung! Mit dem Naturpark-Seminarraum am Großdöllnerhof bieten wir wetterunabhängig den perfekten Ort für unsere Angebote.

Entdecken Sie den Naturpark auf dem Stoakraftweg oder mit dem e-bike auf der Naturpark-Radroute (977) und verbinden Sie Ihren Besuch mit einem genussvollen Aufenthalt bei einem unserer Naturpark-Partner.

**Alle Informationen zum Naturpark, den Wander- und Radwegen sowie die Termine finden sie in der kostenlosen Naturpark-Mühlviertel-App.**

Wir laden Sie ein, ihr Naturwissen auszubauen und in unserer Landschaft „voller Leben“ regelrecht aufzublühen.

Auf Wiedersehen im Naturpark Mühlviertel.

*Ihr Naturpark-Team*





Foto: J. Hinterleitner

## Naturpark-Infobox



### Was ist ein Naturpark

Ein Landschaftsschutzgebiet, das wegen seiner Vielfalt und Schönheit mit dem Prädikat Naturpark ausgezeichnet wurde.

**Naturparkfläche:** 1.046 ha

**Einwohner:** ca. 6.100

### 4 Naturparkgemeinden - 4 Leittiere - 1 Leitpflanze

- |                     |  |
|---------------------|--|
| Allerheiligen i. M. | in den Schluchtwäldern der Naarn lebt der <b>Uhu</b>                                     |
| Bad Zell            | die Naarn ist Heimat der <b>Flussperlmuschel</b>   |
| Rechberg            | in den offenen Kuppenlagen brütet die <b>Heidelerche</b>                                 |
| St. Thomas am Bl.   | auf den erhöhten Felskuppen im Ortszentrum beobachtet man oft den <b>Schwabenschwanz</b> |

4 Entdeckerplätze und der Schmetterlingserlebnisweg in St. Thomas informieren über diese seltenen Tierarten und deren Lebensräume!

### Quendel

Der Quendel (wilder Thymian) ist eine typische Pflanze der trockenen, sonnigen Grusrasen.



### Aufgaben eines Naturparks

Naturschutz, Erholung, Bildung und Regionalentwicklung

### Besonderheiten

Kleinstrukturierte Kulturlandschaft  
Steinblockwiesen, imposante Granitformationen, Wackelsteine, Pechölsteine, Naturdenkmale, Naturnahe Fluss- und Bachabschnitte.  
Regionale Produkte werden zu Naturpark-Spezialitäten veredelt.



## Allerheiligen

Auf einem Hügel des Unteren Mühlviertels liegt, weithin sichtbar, der Ort Allerheiligen. Von hier aus genießt man einen Ausblick, der an klaren Tagen vom Ötscher bis zu den Bergen Salzburgs reicht. Idyllische Wanderwege laden zum Erkunden ein und sportliche Radfahrer und Mountainbiker finden hier echte Herausforderungen. Einen Besuch wert ist die Marienwallfahrtskirche aus dem Jahre 1492 mit einer der ältesten Orgeln Österreichs und dem Schneckenturm.

[www.allerheiligen.ooe.gv.at](http://www.allerheiligen.ooe.gv.at)

Der **Themenpark KAOLINUM** verbindet Wissensvermittlung im **Bergbaumuseum** (Schaustollen) mit einem Klettererlebnis im **Hochseilklettergarten**. [www.kaolinum.at](http://www.kaolinum.at)



## Bad Zell

Bad Zell ist mit seiner Lage im Naturpark Mühlviertel mit wahren Naturschönheiten gesegnet. Sanfte Hügel und gewaltige Granitblöcke, Wälder, Wiesen und Bäche bestimmen ein herrliches Landschaftsbild, dessen Zauber sich kaum jemand entziehen kann.

In der Nähe des **Gesundheitsresorts Lebensquell** entspringt eine uralte Quelle - das **Cella Hedwigsbründl**.

Der Legende nach, soll an der Stelle, an der die Hl. Hedwig, Herzogin von Schlesien, auf ihrer Pilgerschaft nach Rom Rast gemacht hat, das Bründl entsprungen sein. Das neu gestaltete Bründl vermittelt jetzt eine Stimmung, wie sie vielleicht vor langer Zeit Heilungssuchenden hier begegnete und wie sie heute wieder verstärkt gesucht wird.

[www.badzell.at](http://www.badzell.at)



meine Inspiration

## Rechberg

Ein ausgedehntes Wanderwege-Netz führt vorbei an Sehenswürdigkeiten, naturkundlichen Besonderheiten und imposanten Felsformationen, wie dem „**Schwammerling**“ (Wackelstein). Direkt im Ort und jederzeit zugänglich liegt der **Natur-Badesee**. Beste Wasserqualität, Liegewiesen und viele Freizeitmöglichkeiten sorgen für ein tolles Badeerlebnis.

**Freilichtmuseum Großdöllnerhof** - dieser 400 Jahre alte Denkmalhof ist das **Natur- und Kulturbildungszentrum des Naturparks**. Seinen Besuchern bietet er ein unvergleichliches Ambiente und die interessante Ausstellung „Volksmedizin & Aberglaube“ sowie ausgewählte Naturpark-Workshops und -Kurse.

**Museumsführungen** sind ab 12 Personen gegen Voranmeldung möglich.

**Informationen und Buchung:** Gemeindeamt Rechberg,  
Tel. 07264/4655, [gemeindeamt@rechberg.at](mailto:gemeindeamt@rechberg.at), [www.rechberg.at](http://www.rechberg.at)

## St. Thomas am Bl.

Der Luftg'selchte Pfarrer (Mumie), die Bucklwehluck'n (heilt Rheuma und Kreuzschmerzen), die Wallfahrtskirche und der Obere Burgstall (Aussichtspunkt) können auch mit einer Führung besichtigt werden. Über 70 km **Wege** laden zum Wandern, Joggen oder Walken ein. Pechöl- und Wackelsteine, Einsiedlersteine, religiöse Kleindenkmäler säumen diese Wege. [www.st-thomas.at](http://www.st-thomas.at)

TIPP: Der **Schmetterlingserlebnisweg** ist ein besonderes Erlebnis für Familien. Sieben Aktivstationen mit Maskottchen Franz entführen Sie in die Welt der Schmetterlinge.



Der 3.200 m<sup>2</sup> große **Naturparkspielplatz** lässt Kinderherzen höher schlagen. Naturerlebnis-Stationen, Seilbahn, Rutschen, ... laden zum Austoben ein.

**Disc Golf:** Trendsport und Freizeitvergnügen für Alle. [www.kumm-discgolf.at](http://www.kumm-discgolf.at)

## Workshops/Kurse • Erlebnisführungen • Ferienaktion • Tipps

Brotbacken wie die Profis .....	1
Obstbäume fachgerecht schneiden .....	2
Oxymel - Heilmittel aus der Anike .....	3
Filz-Workshop: Gefilzte Sitzkissen .....	4
Flecht-Workshop: Kleines Weidenkörbchen .....	5
Kräuterworkshop: Schmetterlinge im Bauch .....	6
Botanische Illustration: Pflanzen im Aquarell .....	7
Sommerschnitt-Kurs für Obstgehölze .....	8
Workshop: Heil- und Vitalpilze für die Hausapotheke .....	9
Workshop: Honig-Hausapotheke .....	10
Winterkraft - Kräuterworkshop .....	11
Keramikworkshop: Thymi-Mania .....	12
Räucherworkshop .....	13
Workshop: Gebündelte Kraft - Kranz binden .....	14
Wandertipp: Schmetterlingserlebnisweg .....	15
Vortrag: Gute Noten kann man (beinahe) essen .....	16
Vortrag: Klimawandel .....	17
Vom Lebensquell ins Naarntal .....	18
Rückkehr der Wildnis .....	19
Vom Winde verweht .....	20
Unterwegs zur flotten Biene .....	21
Mama was ist das? .....	22
Krenbetn & Fingerwurm .....	23
Kraftortreise & Waldbaden .....	24
Ausflug in die Vergangenheit .....	25
Stoahoat & duftend wild .....	26
Abenteuer Schluchtwald .....	27
Wald-Yoga mit Kräuternachmittag .....	28
Pilze und ihre Heilkraft .....	29
Schmetterlinge - fliegende Edelsteine .....	30
Pilze - Edelsteine des Waldes .....	31
<b>Kinderferienaktionen in den 4 Naturparkgemeinden ....</b>	<b>32-35</b>
Lamawanderung / Kindergeburtstag im Naturpark .....	36-37
Veranstaltungstipps: Pflanzen-Tauschmarkt / Familientag .....	38-39
Tipp: Natur- und Kulturangebote .....	40
Top-Urlaubsangebote / Naturpark-Partner .....	41
Naturpark-Partner .....	42-43
NaturvermittlerInnen .....	44-45

# Brotbacken - wie die Profis



## **Praktischer Kurs bei einem unserer Naturpark-Partner**

Wenn Ihnen Backen so viel Spaß macht wie uns, können Sie in unseren Backkursen Ihrer Kreativität freien Lauf lassen. Holen Sie sich wertvolle Tipps vom Profi und verbringen Sie mit uns eine tolle, gemeinsame Zeit in unserer Backstube!

Der gesamte Backkurs dauert in etwa 3 Stunden. Nach einer kurzen Einführung tauchen wir gemeinsam in die „Welt des Brotbackens“ ein.

**Termine:** Fr, 28. Feb. 2020, Fr, 20. März 2020  
Mo, 4. Mai 2020, Fr, 05. Juni 2020  
Mo, 7. September 2020  
**Start jeweils 12.45 Uhr**

**Kosten:** Erw. € 39,-- (inkl. Kochschürze, Rezeptmappe, selbst gebackenes Gebäck)

**Treffpunkt:** Café & Konditorei Stöcher, Marktplatz 2, 4283 Bad Zell

**Vorkenntnisse:** Keine. Spaß und viel Freude am Backen

**Teilnehmerzahl:** max. 18 Personen

### **Anmeldung erforderlich:**

Bio-Bäckerei Stöcher, Tel. 07263/7228, badzell@stoecher.at oder im Online-shop auf **www.stoecher.at**.

# Obstbäume fachgerecht schneiden



## Praktischer Kurs

Ertragreiche und gesunde Obstbäume sind eine große Freude für jeden Gärtner. Mit den richtigen Pflegemaßnahmen kann man viel dazu beitragen, denn schon beim Kauf und Pflanzen eines Obstbaumes gibt es einiges zu beachten.

Bei diesem Kurs erfahren Sie Wissenswertes über die Pflanzung von Obstbäumen, Kronenaufbau, Erziehungs- und Verjüngungsschnitt bis hin zur Schnittführung und Werkzeug. Unter fachkundiger Anleitung wird das sichere Obstbaumschneiden in der Praxis geübt.

- Termin:** Sa, 29. Februar 2020
- Ort:** Großdöllnerhof in Rechberg
- Uhrzeit:** 9.00 - 12.00 Uhr: Theorie, anschließend Mittagspause  
ca. 13.30 - 16.30 Uhr: Praxisteil im Garten
- Kosten:** Erw. € 37,- / Naturparkmitglieder € 29,-  
(incl. Unterlagen, excl. Verpflegung/Mittagessen)
- Mitzubringen:** Eigenes Schnittwerkzeug, wenn vorhanden.
- Leitung:** Johann Gaisberger (Landschaftsgärtner, zertifizierter Baum- und Obstbaumpfleger, Landwirt)

## Anmeldung erforderlich:

Johann Gaisberger, Tel. 0664/20 41 156 oder naturbaumgarten@johga.at,  
**www.johga.at** bis Donnerstag Mittag vor der Veranstaltung.

# Oxymel Heilmittel aus der Antike



## Workshop: Zubereitung und Verwendung von Sauerhonig

Oxymel ist keine neue Erfindung, schon seit der Antike gibt es Aufzeichnungen darüber. Hauptbestandteile sind Essig und Honig, sowie Kräuter oder Gewürze. Es wirkt antibakteriell, antiseptisch, entgiftend, ausleitend, regenerierend, entzündungshemmend, verdauungsfördernd, reizlindernd und basisch. Somit wird aktiv die Übersäuerung des Organismus reduziert. Sauerhonig ist sowohl für Kinder als auch Erwachsene geeignet.

Für Gruppen  
buchbar!

Mit der Rückbesinnung auf alte Traditionen und Schätze tritt der Sauerhonig auch bei uns wieder seinen Siegeszug an. Möchtest du dieses unschlagbare Team aus Essig und Honig näher kennenlernen, dann bist du bei diesem Workshop richtig.

- Termin:** Fr, 6. März 2020, 14.00 - 17.00 Uhr  
**Ort:** Arche Natur, Untermaseldorf 10, 4363 St. Thomas am Bl.  
**Kosten:** Erw. € 45,-  
 Begrenzte Teilnehmerzahl!  
**Leitung:** Gertrude Riegler (Diplomkräuterpädagogin und Pädagogin für grüne Kosmetik)

### Anmeldung erforderlich:

Gertrude Riegler: Tel. 07265/5382, archenatur@hotmail.com  
 bis Donnerstag Mittag vor der Veranstaltung.

Für Gruppen ab 7 Personen individuell buchbar.

# Filz-Workshop



## Herstellung eines gefilzten Sitzkissens

Den Filzprozess kennenlernen, verstehen, spüren und kreativ umsetzen. Bei diesem Workshop fertigen wir eine gefilzte Fläche in deinen Lieblingsfarben. Verwendet werden nur feinste Naturmaterialien. Dieses gefilzte Unikat wird bestimmt dein treuer Begleiter auf all deinen Wanderungen.

Neben dem praktischen Arbeiten erfahren wir Wissenswertes über die Wolle und das Filzhandwerk. Zwischen den Arbeitsblöcken werden wir uns gemeinsam stärken und eine kreative Pause von ca. 1 Stunde einlegen.

- Termin:** Sa, 25. April 2020
- Ort:** Großdöllnerhof in Rechberg
- Beginn:** 9.00 - ca. 16.00 Uhr (2 x 3 Stunden und Mittagspause)
- Kosten:** Erw. € 95,- (excl. Material und Verpflegung)
- Leitung:** Petra Riedl-Mandak ist Filzkünstlerin mit eigenem Atelier in Bad Zell. Das Spiel mit Farben, Materialien und Formen ist ihre Inspiration. Sie filzt seit 2008 und seit 2017 hat sie ihr Hobby zum Beruf gemacht.
- Hinweis:** Keine Vorkenntnisse nötig. Material ist beim Kurs zu erwerben. Mindestteilnehmerzahl: 2 Personen.

### Anmeldung erforderlich:

Petra Riedl-Mandak, Tel. 0660/169 88 26, [office@filz-und-freude.at](mailto:office@filz-und-freude.at), [www.filz-und-freude.at](http://www.filz-und-freude.at) bis Donnerstag Mittag vor der Veranstaltung.

# Gewickelt • Gedreht • Geknotet



## Herstellung eines kleinen Weidenkörbchens aus Vollweide

Bei meinen Kursen arbeite ich ausschließlich mit getrockneten Weidenruten, die Wochen vor dem Kurs eingeweicht werden und dadurch ihre Geschmeidigkeit erhalten und stabile Flechtwerke entstehen lassen. In meinen Workshops lernen wir den Werkstoff Weide näher kennen. Ich vermittele Grundwissen über Ernte, Lagerung, Einweichen und Verarbeitung der Weide.

Der runde Korb ist einer der einfachsten und verbreitetsten Körbe. Früher war er in jedem Haushalt zu finden. Sie lernen verschiedene Techniken, die als Grundwissen zur Herstellung von Flechtarbeiten dienen.

**Termin:** Fr, 8. Mai 2020, 13.00 - 17.30 Uhr

**Ort:** Großdöllnerhof in Rechberg

**Kosten:** Erw. € 29,-  
Materialkosten € 15,-

**Teilnehmerzahl:** mind. 8 Personen

**Leitung:** Elisabeth Lengauer (Expertin dieser traditionellen Handwerkskunst, gelernte Land- und Forstwirtin)

**Hinweis:** Auch für Anfänger geeignet!

### Anmeldung erforderlich:

Elisabeth Lengauer, Tel. 0699/81 12 14 11, [info@wildeweide.at](mailto:info@wildeweide.at),  
[www.wildeweide.at](http://www.wildeweide.at) bis Donnerstag Mittag vor der Veranstaltung.

**Tipp: Besuchen Sie  
den Schmetterlings-  
Erlebnisweg**

# Schmetterlinge im Bauch

Workshop/Kurs

6



Station am Schmetterlingsweg in St. Thomas



## Aphrodisiaka aus der Natur

Liebesfördernde Pflanzen wurden in allen Weltkulturen sowohl zur Stärkung der Liebe als auch zur Förderung der Gesundheit angewendet. Warum sind Beifuß, Brennnessel, Schafgarbe, Birke oder Hasel liebesfördernd?

Was bewirken Knoblauch, Liebstöckel, Salbei, Sellerie oder Petersilie? Aus welchem Grund wurden Aphrodisiaka schon von Paracelsus oder Hildegard von Bingen empfohlen? Erfahren Sie viel Wissenswertes und Bezauberndes zu bekannten Pflanzen. Die Herstellung des Liebeselixiers Rote Göttin und eines Liebesgewürzes runden den Nachmittag ab.

**Termin:** Sa, 9. Mai 2020  
14.00 - 17.00 Uhr

**Ort:** Arche Natur, Untermaseldorf 10, 4363 St. Thomas am Bl.

**Kosten:** Erw. € 45,-  
Begrenzte Teilnehmerzahl!

**Leitung:** Gertrude Riegler (Diplomkräuterpädagogin und Pädagogin für grüne Kosmetik)

### Anmeldung erforderlich:

Gertrude Riegler, Tel. 07265/5382 oder [archenatur@hotmail.com](mailto:archenatur@hotmail.com) bis spätestens Donnerstag Mittag vor der Veranstaltung.

Für Gruppen ab 7 Personen individuell buchbar.

**Für Gruppen  
buchbar!**

# Pflanzen aus dem Naturpark im Aquarell



## Botanik küsst Kunst - Botanische Illustration

„Komm lieber Mai und mache ...“ – endlich blüht und grünt es wieder im Naturpark. Gemeinsam spüren wir den Naturwundern um Rechberg nach und widmen uns im Gelände als auch Indoor der Darstellung von Wildpflanzen.

Wir erlernen die botanische Illustration und tauchen in die bunte Formen- und Farbenvielfalt des Naturparks ein. Neben der Arbeitstechnik erfahren wir Spannendes zu Biodiversität u.a.m.

Keine Grundkenntnisse erforderlich!

**Termin:** Fr-Sa, 29. - 30. Mai 2020

**Dauer:** jeweils 9.00 - 16.00 Uhr

**Ort:** Großdöllnerhof in Rechberg

**Kosten:** Erw. € 120,- / Schüler & Studenten € 100,-

**Teilnehmerzahl:** Mind. 10 / max. 16 Personen

**Ausrüstung:** Materialliste wird nach Anmeldung zugesandt.

**Leitung:** Mag. Alois Wilfling (Biologe, wissenschaftlicher Illustrator)

### Anmeldung erforderlich:

Mag. Alois Wilfling, Tel. 0676/ 544 88 24, alois.wilfling@gmx.at

**bis spätestens 22. Mai 2020.**

# Sommerschnitt - notwendige Maßnahme



## Praktischer Kurs

Müssen Erdbeeren geschnitten werden? Wie sieht es mit Himbeere, Brombeere oder Heidelbeere aus? - Wann ist da der richtige Schnittzeitpunkt gekommen? Der Sommerschnitt ist für fruchttragende Stauden und Obstgehölze keine Alternative sondern eine notwendige Maßnahme. So können der Ertrag und die Gesundheit langfristig gefördert werden.

Bei diesem Kurs erfahren Sie Wissenswertes über die Grundlagen, Schnittkunde, Werkzeug bis hin zu Sonderkulturen und Formen. Unter fachkundiger Anleitung wird die sichere Schnittführung in der Praxis geübt.

- Termin:** Sa, 4. Juli 2020
- Ort:** Großdöllnerhof in Rechberg
- Uhrzeit:** 9.00 - 12.00 Uhr: Theorie, anschließend Mittagspause  
ca. 13.30 - 16.30 Uhr: Praxisteil im Obstgarten
- Kosten:** Erw. € 37,- / Naturparkmitglieder € 29,-  
(incl. Unterlagen, excl. Verpflegung/Mittagessen)
- Mitzubringen:** Eigenes Schnittwerkzeug, wenn vorhanden.
- Leitung:** Johann Gaisberger (Landschaftsgärtner, zertifizierter Baum- und Obstbaumpfleger, Landwirt)

## Anmeldung erforderlich:

Johann Gaisberger, Tel. 0664/20 41 156 oder naturbaumgarten@johga.at,  
**www.johga.at** bis Donnerstag Mittag vor der Veranstaltung.

# Heil- & Vitalpilze für die Hausapotheke



## Workshop zur Verarbeitung von Heil- & Vitalpilzen

Auch in unseren Wäldern gibt es genügend Heil- und Vitalpilze. Nachdem wir euch einige wichtige vorgestellt haben, wollen wir diese auch verarbeiten in einem gemeinsamen Workshop. Die Spanne reicht vom Zerkleinern, Trocknen, Herstellen von Tinkturen, Likören, Tees, Extrakte, Kapseln, Salben, Wundwatte. Wir werden alles Schritt für Schritt erklären und in der Praxis durchführen. Von allem darf man sich etwas mit nach Hause nehmen. So werden wir uns eine kleine Hausapotheke der Heil- und Vitalpilze zusammenstellen.

- Termin:** Fr, 18. September 2020  
**Dauer:** 14.00 - 18.00 Uhr  
**Ort:** Großdöllnerhof in Rechberg  
**Kosten:** Erw. € 30,- (incl. Material und Unterlagen)  
**Teilnehmerzahl:** max. 12 Personen  
**Mitzubringen:** Wetterangepasste Freizeitkleidung, festes Schuhwerk  
**Leitung:** Monika und Hermann Fleischanderl  
(Natur- und LandschaftsvermittlerIn, Pilzexperten)

### Anmeldung erforderlich:

Monika Fleischanderl, Tel. 0660/353 90 19, [oe5mom@gmx.at](mailto:oe5mom@gmx.at),  
[www.naturdetektive.at](http://www.naturdetektive.at) bis spätestens Donnerstag Mittag vor der Veranstaltung.

# Honig- Hausapotheke



## Honig: Genuss & Heilmittel

Honig ist ein traditionelles und wertvolles Lebensmittel. Nicht nur in der Ernährung und in der Küche ist Honig ein Genuss, auch die Anwendung als Heilmittel bei Erkältungen, zur Wundheilung, bei Wickeln und zur Anregung des Lymphflusses. Auch Propolis und Bienenwachs spielen eine wichtige Rolle in der Apitherapie.

Theoretische Informationen und praktisches Arbeiten ergänzen sich in diesem Workshop. Wir machen gemeinsam Honigauszüge gegen Husten, Pastillen, Powerkugeln, sowie eine Honig-Propolis-Salbe zum Mitnehmen.

- Termin:** Do, 15. Oktober 2020  
**Dauer:** 18.30 - 21.00 Uhr  
**Ort:** Großdöllnerhof in Rechberg  
**Kosten:** Erw. € 25,- (incl. Unterlagen und Kostproben)  
zuzüglich € 8,- Materialkosten

**Leitung:** Mag. Christine Schober (Ernährungswissenschaftlerin,  
TEH Praktikerin, Imkerin, Kräuterexpertin)

### Anmeldung erforderlich:

Mag. Christine Schober, Tel. 0680/117 50 19 oder [office@ernaehrung.co.at](mailto:office@ernaehrung.co.at)  
**[www.ernaehrung.co.at](http://www.ernaehrung.co.at)** bis spätestens Donnerstag Mittag vor der Veranstaltung.

# Winterkraft - Kräuterworkshop



## Gut durch den Winter mit Hildegard von Bingen

Für Gruppen  
buchbar!

Bei Hildegard von Bingen sind Rhythmen des Menschen mit jenen des Jahreskreises untrennbar verbunden. Lebt der Mensch im Einklang mit den Jahreszeiten, kann er auch sein körperliches und seelisches Gleichgewicht bewahren. Der Winter ist daher bei Hildegard von Bingen jene Zeit, in der sich der Mensch von innen stärken soll. Welche Rezepturen es dazu gibt, wird in diesem Workshop aufgezeigt, manches ausprobiert und als weihnachtliche Geschenk-Idee mit nach Hause genommen.

**Termin:** Fr, 30. Oktober 2020

**Dauer:** 14.00 - 17.00 Uhr

**Ort:** Arche Natur, Untermaseldorf 10, 4363 St. Thomas am Bl.

**Kosten:** Erw. € 45,- (incl. Material)

**Leitung:** Gertrude Riegler (Diplomkräuterpädagogin und Pädagogin für grüne Kosmetik)

### Anmeldung erforderlich:

Gertrude Riegler: Tel. 07265/5382 oder [archenatur@hotmail.com](mailto:archenatur@hotmail.com)  
bis spätestens Donnerstag Mittag vor der Veranstaltung.

Für Gruppen ab 7 Personen individuell buchbar!

# Thymi-Mania Keramikworkshop



## Räucherschale für Kräuterhexen

Bei uns im Naturpark wachsen sie an vielen Plätzen: aromatische und kraftvolle Räucherpflanzen, mit denen schon seit Jahrhunderten Schutz und Reinigung erbeten werden. Wacholder, Beifuß und Wilder Thymian (Quendel), Engelwurz und Co. In der inspirierenden Atmosphäre meines Ateliers gestalten wir unsere persönliche Räucherschale aus Ton und verwenden dazu Abdrücke dieser Wildpflanzen.

Für Gruppen  
buchbar!

- Termin:** Fr, 6. November 2020  
**Dauer:** 15.00 - 18.00 Uhr  
**Ort/Treffpunkt:** Atelier Ceramiko, Puchberg 18, 4324 Rechberg  
**Kosten:** Erw. € 35,- (incl. Material und Brennkosten für eine Schale)  
**Teilnehmer:** Mind. 4 / max. 8 Personen  
**Mitzubringen:** Lieblingskräuter, Arbeitskleidung  
**Leitung:** Mag.art. Nikola Jakadofsky (akad. Keramikerin und Naturvermittlerin)

### Anmeldung erforderlich:

Mag. Nikola Jakadofsky: Tel. 0680/40 60 747 oder niko.j@gmx.at  
**www.ceramiko.wordpress.com** bis spätestens Donnerstag Mittag vor der Veranstaltung.

Buchbar für Kleingruppen von Oktober - Dezember 2020.

# Räuchern mit heimischen Kräutern



## Altes Brauchtum und neue Wege

Eintauchen in die magische Welt des Räucherns. Neben den Grundlagen und vielen olfaktorischen Eindrücken hat jeder die Möglichkeit, sich eine persönliche Räuchermischung zu kreieren. Mein Augenmerk liegt auf der heimischen Kräuterwelt und der praktischen Umsetzung. Ob Haselwurz, Wacholder oder Waldmeister - es gibt vieles zu entdecken.

Für Gruppen  
buchbar!

**Termin:** Fr, 27. November 2020  
14.00 - 17.00 Uhr

**Treffpunkt:** Freilichtmuseum Großdöllnerhof in Rechberg  
(Parkmöglichkeit ca. 500 m vor dem Hof)

**Kosten:** Erw. € 28,- (incl. digitalem Skriptum und einer persönlichen Räuchermischung)

**Teilnehmer:** Mind. 5 / max. 18 Personen

**Leitung:** Sabine Eilmsteiner (Natur- und Landschaftsvermittlerin, Kräuterhexe)

## Anmeldung erforderlich:

Sabine Eilmsteiner: Tel. 0680/21 38 501, [sabine.kraeuterhexe@gmail.com](mailto:sabine.kraeuterhexe@gmail.com)  
**[www.machandelbaum.com](http://www.machandelbaum.com)** bis spätestens Donnerstag vor der Veranstaltung.

Für Gruppen ab 5 Personen individuell buchbar!

# Workshop: Gebündelte Kraft



## Adventkränze und ihre Bedeutung

Der Advent ist die Zeit des Wartens und Erwartens. Die dunkelste Jahreszeit ist auch die Zeit des Innehaltens.

Für Gruppen  
buchbar!

Der wintergrüne Kranz ist Symbol für den immer wiederkehrenden Kreislauf des Lebens. Neun unterschiedliche Grüntöne zeigen das facettenreiche, pure Leben. In den immergrünenen Zweigen des Adventkranzes überwintern die Kräfte der Natur. Wir lauschen der staaden Zeit, befassen uns mit der Bedeutung von Ritualgebilde und Gedanken aus der Volksheilkunde.

**Termin:** Sa, 28. November 2020

**Dauer:** 14.00 - 17.00 Uhr

**Ort:** Arche Natur, Untermaseldorf 10, 4363 St. Thomas am Bl.

**Kosten:** Erw. € 45,- (incl. Material)

**Leitung:** Gertrude Riegler (Diplomkräuterpädagogin und Pädagogin für grüne Kosmetik)

### Anmeldung erforderlich:

Gertrude Riegler: Tel. 07265/5382 oder [archenatur@hotmail.com](mailto:archenatur@hotmail.com) bis spätestens Donnerstag Mittag vor der Veranstaltung.

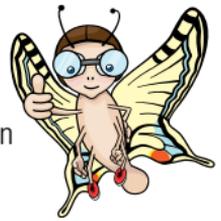
Für Gruppen ab 7 Personen individuell buchbar!

# Schmetterlingserlebnisweg in St. Thomas am Bl.



## Familienfreundlicher Themenweg!

Der **Schmetterlingserlebnisweg** in St. Thomas am Blasenstein ist ein besonderes Erlebnis für Familien. Sieben **Aktivstationen** laden zum Entdecken und Staunen ein. **Naturparkmaskottchen Franz**, der Schwalbenschwanz, erklärt den Besuchern die Welt der Schmetterlinge.



Auf dem 1,6 km langen, kinderwagentauglichen Themenweg lernen Wanderer die Biologie, Bedeutung, Verhaltens- und Lebensweise der lokalen Schmetterlingsfauna im Naturpark kennen. Da manche Schmetterlingsraupen nur auf eine einzige Pflanzenart spezialisiert sind, wird klar, wie wichtig ein vielfältiger strukturreicher Lebensraum für das Überleben einzelner Arten ist. Ein mit schmetterlingsfreundlichen Nektar- und Futterpflanzen bepflanzter Garten gibt Anregungen zur eigenen biodiversitätsfreundlichen Gartengestaltung. Ein Erlebnis für Groß und Klein.

**Ausgangspunkt:** Marktgemeindeamt St. Thomas am Bl.

**Länge/Gehzeit:** 1,6 km / 30 Minuten

**Besonderheit:** Kinderwagentauglich, Aktivstationen entlang des Weges; Abschluss beim **Naturparkspielplatz**

# Gute Noten kann man (beinahe) Essen



## Workshop: Gesunde Lebensmittel für Kinder

Hyperaktivität, Konzentrationsschwierigkeiten und Lernstörungen können den Schulalltag unserer Kinder erschweren. Die Auswahl der richtigen Lebensmittel bei den Kindern und Jugendlichen beeinflusst diese Faktoren enorm.

Wie Farbstoffe & Co das Verhalten der Kinder verändern bzw. Vitamine der B-Gruppe, Lecithine und die richtigen Fette die Konzentrationsfähigkeit steigern, ist ebenso Inhalt dieses Workshops, wie eine Analyse der Lieblingsgetränke bzw. -speisen der Jugendlichen.

- Termin:** Do, 26. März 2020  
**Dauer:** 18.30 - 20.30 Uhr  
**Ort:** Großdöllnerhof in Rechberg  
**Kosten:** Erw. € 12,- (incl. Unterlagen)  
**Leitung:** Mag. Christine Schober (Ernährungswissenschaftlerin, TEH Praktikerin, Imkerin, Kräuterexpertin)

### Anmeldung erforderlich:

Mag. Christine Schober, Tel. 0680/117 50 19 oder [office@ernaehrung.co.at](mailto:office@ernaehrung.co.at)  
[www.ernaehrung.co.at](http://www.ernaehrung.co.at) bis spätestens Donnerstag Mittag vor der Veranstaltung.

# Klimawandel: Herausforderung für Natur & Landwirtschaft



## Expertenvortrag

Der Klimawandel ist eine der größten Herausforderungen unserer Zeit. So verlängerte sich in Österreich die Vegetationsperiode in den letzten 30 Jahren um zwei Wochen. Sämtliche Szenarien zeigen: Die Durchschnittstemperaturen werden in Österreich bis zur Mitte dieses Jahrhunderts weiter ansteigen. Die Frage ist in welchem Ausmaß? Die Auswirkungen auf die Natur bzw. Land- und Forstwirtschaft sind je nach Region bzw. Jahreszeit unterschiedlich. Das zeigen auch phänologische Langzeitbeobachtungen der ZAMG bei Pflanzen und Tieren, mit denen sich die Referenten im Projekt „Naturkalender“ beschäftigen. Die Vortragenden werden insbesondere auf die mittel- und langfristigen Klimaszenarien in unserer Region eingehen.

Helfen Sie den Klimaforschern mit der Eingabe ihrer Beobachtungsdaten in der Naturkalender App! Infos: [www.naturkalender-oberoesterreich.at](http://www.naturkalender-oberoesterreich.at)

**Termin:** Mo, 27. April 2020  
**Dauer:** 19.00 - 21.00 Uhr  
**Ort:** Großdöllnerhof in Rechberg

**Referenten:** Thomas Hübner und Dr. Helfried Scheifinger  
(beide Zentralanstalt für Meteorologie, ZAMG)

**Information:**  
Naturparkbüro Rechberg: Tel. 07264/4655-18 oder  
[info@naturpark-muehlviertel.at](mailto:info@naturpark-muehlviertel.at).

# Vom Lebensquell ins Naarntal



Foto: T. Reibnegger

## Naturparkwanderung - Über Stock und Stein

Diese von einer Naturvermittlerin begleitete Tour (ca. 8,3 km) zeigt Ihnen die Besonderheiten der Flora und Fauna der Region. Erfahren Sie Wissenswertes über die Geologie und die Entstehung der „Wollsäcke“.

Besonders interessant ist die wildromantische Naarn, die 2013 zum Europa-Schutzgebiet erklärt wurde und seltene Arten, wie die Flussperlmuschel, beherbergt. Nach einem Einkehrschwung im Gasthaus Raabmühle bringt uns ein Bus nach Bad Zell zurück. (Busfahrt € 2,-/Person)

**Termine:** 21. Februar • 27. März • 24. April 2020  
22. Mai • 26. Juni • 24. Juli 2020  
28. August • 25. September 2020  
23. Oktober • 27. November 2020

**Immer Freitags ab 15.00 Uhr**

**Beitrag:** Erw. € 1,-

**Teilnehmer:** Mind. 7 Personen

**Treffpunkt:** Tourismusbüro in Bad Zell, Lebensquellplatz 1

### Anmeldung erforderlich:

Tourismusverband Mühlviertler Alm Freistadt, Tel. +43 5/07263 oder [tourismus@muehlviertel.at](mailto:tourismus@muehlviertel.at), [www.muehlviertel.at](http://www.muehlviertel.at)

## Rückkehr der Wildnis



Foto: B. Schön



### **Streifzug durch den Lebensraum von Wolf und Luchs**

Gemeinsam durchstreifen wir den Lebensraum von Wolf und Luchs, suchen nach deren Spuren, lernen ihre Lebensweise kennen und erfahren, warum sich Wald und Mensch durch ihre Anwesenheit verändern. Wir überlegen uns, wie ein Leben von Mensch und Raubtier nebeneinander funktionieren kann und entdecken die Zusammenhänge im Ökosystem Wald.

Nicht nur am Waldboden, auch in den Baumkronen gibt es Interessantes zu entdecken. Mit etwas Glück begegnen wir Bussard, Falke, Habicht, Sperber und der einen oder anderen Eulenart. Wir beobachten diese Greifvögel, wie sie sich mit Leichtigkeit durch die Luft bewegen und Jagd auf ihre Beute machen.

Für Gruppen  
buchbar!

**Termin:** So, 15. März 2020, 13.00 - 16.30 Uhr  
 Mo, 6. April 2020, 9.00 - 12.30 Uhr (Ferien)  
 So, 28. Juni 2020, 13.00 - 16.30 Uhr  
 Sa, 3. Okt. 2020, 13.00 - 16.30 Uhr

**Treffpunkt:** Dorfplatz in Rechberg

**Kosten:** Erw. € 7,- / Kinder € 5,- / Ermäßigung Naturpark-Mitglieder € 2,-

**Mitzubringen:** Wetterfeste Kleidung, Verpflegung, Ferngläser wenn vorhanden

**Leitung:** Ronald Lumetzberger (Natur-/Landschaftsvermittler, Waldpädagogin)

### **Anmeldung erforderlich:**

Ronald Lumetzberger, Tel. 0650/200 86 68 oder [ronald.lumetzberger@gmx.at](mailto:ronald.lumetzberger@gmx.at)  
 oder auf [www.naturschauspiel.at](http://www.naturschauspiel.at) bis Donnerstag Mittag vor der Veranstaltung.

## Vom Winde verweht



### Geniale Fluglösungen in der Pflanzenwelt

Ob Schirmflieger, Gleiter oder Schraubenflieger, viele Pflanzenarten wollen ihre Samen möglichst weit verbreiten. Dazu nutzen sie den Wind und rüsten ihre Samen mit Flugapparaten aus.

Wir erforschen den Bau und die Flugbahn unterschiedlicher Samen und basteln in der Werkstatt des Freilichtmuseums Großdöllnerhof unsere Fluggeräte nach den Vorbildern der Natur. Wie sich unsere Flugmodelle in der Praxis verhalten, erproben wir beim Flugwettbewerb.

Für Gruppen  
buchbar!

**Termine:** Sa, 25. April 2020 · Sa, 5. September 2020  
jeweils 14.00 – 17.00 Uhr

**Treffpunkt:** Dorfplatz in Rechberg

**Kosten:** Erw. € 7,- / Kinder € 5,- (incl. Material)  
Ermäßigung Naturpark-Mitglieder € 2,-

**Mitzubringen:** Wetterfeste und warme Freizeitkleidung, festes Schuhwerk

**Leitung:** Mag. Willi Katteneder (Bildhauer, Natur- u. Landschaftsvermittler)  
Mag. Nikola Jakadofsky (Natur- u. Landschaftsvermittlerin)

### Anmeldung erforderlich:

Mag. Willi Katteneder: Tel. 0680/40 60 749, niko.j@gmx.at oder auf  
**www.naturschauspiel.at** bis Donnerstag Mittag vor der Veranstaltung.

Für Gruppen ab 7 Personen individuell buchbar.

# Unterwegs zur flotten Biene



## Das Leben der Wild- und Honigbienen im Naturpark

Bei dieser Tour entdecken wir verschiedene Wildbienenarten, ihre Lebensweise und ihre Bedeutung für unser Ökosystem. Spielerisch erforschen wir ihre Lebensräume, von der Blumenwiese bis zum Obstgarten. So entdecken wir, was Wildbienen brauchen, was für ihren Erhalt wichtig ist und was wir dazu beitragen können. Wir beleuchten auch den Unterschied zur Honigbiene und erfahren, wie Imker mit einer Bienenwiege die natürliche Lebensweise nachempfinden. Zum Abschluss genießen wir naturbelassenen Honig.

Für Gruppen  
buchbar!

**Termine:** So, 3. Mai 2020 • Sa, 13. Juni 2020 • So, 12. Juli 2020  
jeweils 14.00 – 17.00 Uhr

**Treffpunkt:** Hof Familie Friedl, Maierhof 1, 4283 Bad Zell

**Kosten:** Erw. € 7,- / Kinder € 5,- (incl. Honigverkostung)  
Ermäßigung Naturpark-Mitglieder € 2,-

**Mitzubringen:** Wetterfeste Freizeitkleidung, festes Schuhwerk

**Leitung:** Alexandra Friedl (Natur- u. Landschaftsvermittlerin, Imkerin)

**Hinweis:** Bitte Vorsicht bei Allergien, der Veranstalter übernimmt keine Haftung!

### Anmeldung erforderlich:

Alexandra Friedl, Tel. 0699/109 93 784, hofbauer1@gmx.at oder auf  
**www.naturschauspiel.at** bis Donnerstag Mittag vor der Veranstaltung.

Für Gruppen ab 7 Personen individuell buchbar.

# Mama, was ist das?



## Antworten für Eltern von der Kräuterexpertin

Welche Pflanzen kann ich ohne Bedenken meinen Kindern zum Riechen, Fühlen, Schmecken in die Hand geben? Wo bin ich als Mama/Papa unsicher? Wir erkunden die Pflanzenvielfalt entlang des **Schmetterlingserlebnisweges**.

Für Gruppen  
buchbar!

Gemeinsam bereiten wir dann im Vereinsstadl gleich neben dem Naturparkspielplatz eine kleine kräuterreiche Stärkung zu, die auch gut zu Hause für die eigenen Kinder nachgemacht werden kann. So kann ich als Mama/Papa/Großeltern Kindern zeigen, welch wunderbaren Schatz uns die Natur bietet und lerne giftige von ungiftigen Pflanzen zu unterscheiden und deren Standorte kennen.

**Termin:** Do, 7. Mai 2020 · Di, 16. Juni 2020  
jeweils 08.30 - 11.30 Uhr

**Treffpunkt:** Naturparkspielplatz in St. Thomas am Bl.

**Kosten:** Erw. € 12,- (incl. kleiner Stärkung)  
Ermäßigung Naturpark-Mitglieder € 2,-

**Teilnehmerzahl:** Mind. 7, max. 15 Personen

**Mitzubringen:** Wetterangepasste Freizeitkleidung, festes Schuhwerk

**Leitung:** DI<sup>n</sup> Theresa Schachinger (Kräuterpädagogin, Agrarpädagogin)

## Anmeldung erforderlich:

DI<sup>n</sup> Theresa Schachinger, Tel. 0680/231 91 96 oder [theresaschachinger@nachhaltig.at](mailto:theresaschachinger@nachhaltig.at) bis spätestens zwei Tage vor der Veranstaltung.

Für Gruppen ab 7 Personen individuell buchbar!

# Krenbetn & Fingerwurm



## Zeitreise mit Agnes und Karli ins Jahr 1920

Wir besuchen die Geschwister Agnes & Karli im Jahr 1920, die uns von ihrem Alltag am Großdöllnerhof „erzählen“.

Für Gruppen  
buchbar!

Wir erkunden ihre Lieblingsplätze und erfahren, wie sie mit ihren Eltern ohne Traktor und ohne Strom den Hof bewirtschaften konnten. Es gab damals auch keine Apotheke, daher kannten die Menschen viele wertvolle Heilmittel aus der Natur. So half die Krenbetn (Krenkette) gegen Fieber und der Spitzwegerich gegen den Fingerwurm (Nagelbettentzündung). Nach unserer Tour durch den Naturpark verkosten wir einen Hustensirup, schnitzen einen Wanderstock, reibeln Kräuter für köstliche Tees und basteln eine Kette aus Kren.

**Termine:** So, 17. Mai 2020 • So, 2. Aug. 2020 • So, 13. Sep. 2020  
jeweils 14.00 – 17.30 Uhr

**Treffpunkt:** Dorfplatz in Rechberg

**Kosten:** Erw. € 7,- / Kinder € 6,- (incl. Material, ein Getränk)  
Ermäßigung Naturpark-Mitglieder € 2,-

**Mitzubringen:** Wetterangepasste Freizeitkleidung, festes Schuhwerk

**Leitung:** Andrea Thauerböck (Natur- und Landschaftsvermittlerin)

### Anmeldung erforderlich:

Andrea Thauerböck, Tel. 0680/814 48 903, andrea.thauerboeck@gmail.com  
oder **www.naturschauspiel.at** bis spätestens Donnerstag Mittag vor der  
Veranstaltung.

Für Gruppen ab 7 Personen individuell buchbar!

# Kraftortreise & Waldbaden



## Vom Kopf ins Herz

Unsere Wanderung führt uns durch einen herrlichen Mischwald hinauf auf den Plenkerberg, einen alten Kultplatz. Mit der besonderen Energie des Ortes und unter Anleitung wird dieser Nachmittag zur mühlviertlerischen Visionssuche, zur genutzten Zeit für Innenschau und Wahrnehmung. Eine ganz bewusste „Auszeit“ für Seele und Körper, die bei einem Waldpicknick ihren genussvollen Abschluss findet.

**Termine:** **Do, 21. Mai 2020** (Feiertag) • **Fr, 11. Sep. 2020**  
**jeweils 16.00 - 19.30 Uhr**

**Treffpunkt:** Dorfplatz in Rechberg

**Kosten:** Erw. € 24,- (incl. einem kleinen Picknick)

**Teilnehmerzahl:** Mind. 7, max. 12 Personen

**Mitzubringen:** Wetterangepasste Freizeitkleidung, festes Schuhwerk, Sitzunterlage, Trinkflasche

**Leitung:** Sabine Eilmsteiner (Natur- und Landschaftsvermittlerin, Dipl. Waldluftbademeisterin)

### Anmeldung erforderlich:

Sabine Eilmsteiner: Tel. 0680/21 38 501, [sabine.kraeuterhexe@gmail.com](mailto:sabine.kraeuterhexe@gmail.com) oder [www.machandelbaum.com](http://www.machandelbaum.com) bis spätestens zwei Tage vor der Veranstaltung.

Für Gruppen ab 7 Personen individuell buchbar (auch wochentags)!

# Ausflug in die Vergangenheit



Für Gruppen  
buchbar!

## Traditionelle Arbeitsweisen aus Urgroßmutterns-Zeiten

Wir durchqueren den Naturpark und erkunden, wie die vielfältige Kulturlandschaft entstand und wer sie gestaltete. In der Vergangenheit waren intakte Waldränder mit Hasel und Birke oder „Steinkobeln“ bedeutende Materiallieferanten für das alte Handwerk am Hof.

Am Großdöllnerhof könnt ihr traditionelle Arbeitsweisen aus Urgroßmutterns Zeiten ausprobieren. Dabei lernt ihr auch, was aus den verschiedenen Gehölzen hergestellt wurde und wie die Haselbearbeitung auf der Hoanzl-Goaß funktioniert.

**Termin:** Sa, 23. Mai 2020

**Dauer:** 14.00 – 17.00 Uhr

**Treffpunkt:** Dorfplatz in Rechberg

**Kosten:** Erw. € 7,- / Kinder € 5,-  
Ermäßigung Naturpark-Mitglieder € 2,-

**Mitzubringen:** Wetterangepasste Freizeitkleidung, festes Schuhwerk

**Leitung:** Mag. Willi Katteneder  
(Bildhauer, Natur- und Landschaftsvermittler)

### Anmeldung erforderlich:

Mag. Willi Katteneder: Tel. 0680/40 60 749, niko.j@gmx.at oder  
**www.naturschauspiel.at** bis spätestens Donnerstag Mittag vor der  
Veranstaltung.

Für Gruppen ab 7 Personen individuell buchbar!

Diese Tour ist auch im Rahmen einer Übernachtungspauschale buchbar. (Seite 41)

**NATUR  
SCHAU  
SPIEL**

## Stoahoat & duftend wild



### Kraftplätze und Heilsames am Stoakraftweg

Für Gruppen  
buchbar!

Eine mystische Wanderung im Naturpark führt uns zu den beeindruckenden Felsformationen des Weinsberger Granit. Wir spüren die besondere Kraft der 360 Millionen Jahre alten Steine und lernen alles über die Entstehungsgeschichte des ältesten und einst höchsten Gebirges in Europa.

Dabei begegnen wir auch dem wilden Thymian, der als besonders aromatische Heilpflanze seit jeher genutzt wird. Nach Stimm- und Entspannungsübungen brauen wir zum Abschluss der Tour unseren eigenen Zaubertrank.

**Termine:** Sa, 23. Mai 2020 • Sa, 27. Juni 2020 • Sa, 25. Juli 2020  
Sa, 29. Aug. 2020 • Sa, 26. Sep. 2020 • Sa, 24. Okt. 2020  
jeweils 14.00 - 17.00 Uhr

**Treffpunkt:** Dorfplatz in Rechberg

**Kosten:** Erw. € 15,- / Kind € 6,- / Ermäßigung Naturpark-Mitglieder € 2,-

**Mitzubringen:** Wetterangepasste Freizeitkleidung, feste Schuhe

**Leitung:** Mag. Nikola Jakadofsky, Hilde Palmethofer  
Helene Stangl-Küllinger

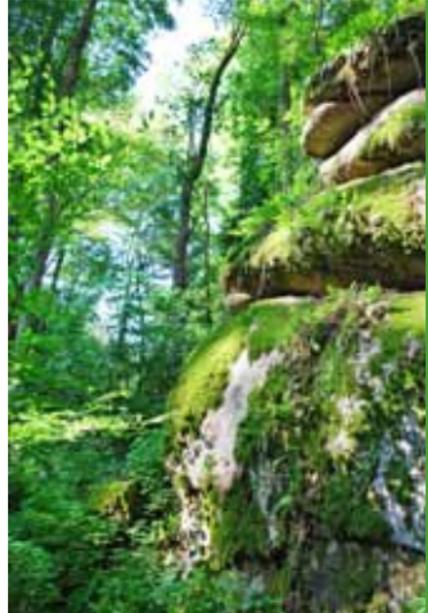
**Hinweis:** Auch im Rahmen einer Nächtigungspauschale (Seite 41) buchbar.

### Anmeldung erforderlich:

Im Naturparkbüro, Tel. 07264/4655-18, oder bei den jeweiligen Naturvermittlerinnen oder **www.naturschauspiel.at** bis spätestens Donnerstag Mittag vor der Veranstaltung.

Für Gruppen ab 7 Personen individuell buchbar.

# Abenteuer Schluchtwald



## ... und die verlorene Perle der Naarn

Für Gruppen  
buchbar!

Dieses Programm ist ein Mix aus Abenteuer, Gruppenerlebnis und Naturerfahrung. Gemeinsam lösen wir einfache Aufgaben entlang des Weges. Danach suchen wir uns eigene Pfade durch den Schluchtwald, der durch seine Steilheit besonders reich an Totholz und einer faszinierenden Mikrofauna ist.

An der Naarn angelangt, bergen wir einen Schatz und beschäftigen uns mit dem Lebenszyklus der Flussperlmuschel. Zum Schluss steht uns eine Flussüberquerung mit Seilen bevor.

**Termin:** So, 24. Mai 2020, 13.30 - 17.00 Uhr

**Treffpunkt:** Landgasthaus Raabmühle in Bad Zell

**Kosten:** Erw. € 12,- / Kinder € 10,- (incl. Material und Sicherung durch Guides des Hochseilgarten Kaolinum Allerheiligen)  
Ermäßigung Naturpark-Mitglieder € 2,-

**Hinweis:** Mindestalter 8 Jahre

**Mitzubringen:** Festes Schuhwerk! Handtuch für die Füße

**Leitung:** Gabriele Wenigwieser, Christine Ortner, Helene Stangl-Küllinger  
(Natur- und LandschaftsvermittlerInnen, Kletterguide)

### Anmeldung erforderlich:

Gabriele Wenigwieser: Tel. 0664/36 35 263, wenigwieser\_gabriele@gmx.at  
oder [www.naturschauspiel.at](http://www.naturschauspiel.at) bis spätestens Donnerstag Mittag vor der  
Veranstaltung. Für Gruppen ab 7 Personen individuell buchbar!

Auch für  
Yoga-Neulinge

# Wald-Yoga mit Kräuternachmittag

Natur Erleben



28

## Natur spüren - Energie tanken

Während des Wanderns in Stille halten wir immer wieder an besonderen Plätzen an und praktizieren Yoga. Es geht im Wald-Yoga um die Verbindung zur Natur, sich zu öffnen, um die wohltuenden und heilenden Einflüsse des Waldes aufzunehmen. Die Körper/Atem und Meditationsübungen des Yoga unterstützen uns, um dieses Eingebunden sein zu spüren und sich und die Natur als Einheit wahrzunehmen. Das Yoga Programm ist einfach gestaltet und für alle geeignet.

Nach einem vegetarischen Mittagessen, Kaffee & Kuchen und einem selbstgemachten Eistee beschäftigen wir uns mit Kräutern. Wildkräuter die rund um den Großdöllnerhof wachsen. Gemeinsam rollen wir von den gefundenen Wildkräutern ein Räucherstäbchen und erzeugen grüne Naturkosmetik für Zuhause. Wir erfahren viel Praktisches über die Kräuterarbeit. Den Tag beenden wir mit einer Entspannungsreise auf der grünen Wiese und einer abschließend gemütlichen Jause.

**Termine:** Sa, 8. Aug. 2020, 9.00 - 16.30, Großdöllnerhof

Sa, 22. Aug. 2020, 9.00 - 16.30, Großdöllnerhof

**Kosten:** Erw. € 85,- (Ganztag)

**Teilnehmer:** mind. 4, max. 8 Personen

**Mitzubringen:** Yogamatte, Trinkflasche, festes Schuhwerk

**Leitung:** Petra Woldrich (Kräuterexpertin), Gabi Peterseil (Yogalehrerin)

## Anmeldung erforderlich:

Petra Woldrich, Tel. 0660/936 22 52 oder Gabi Peterseil, Tel. 0660/24 24 348, [yoga@gabipeterseil.at](mailto:yoga@gabipeterseil.at) bis Donnerstag Mittag vor der Veranstaltung.

Weitere Infos auch auf [www.gabipeterseil.at](http://www.gabipeterseil.at).

# Pilze und ihre Heilkraft



## Heil- & Vitalpilze sicher bestimmen und anwenden

Wir zeigen euch weniger bekannte Pilze, abseits von Eierschwammerl & Co. Schon Ötzi trug vor 5300 Jahren einen Heilpilz bei sich und wusste von seiner antibakteriellen und antibiotischen Heilkraft. Wo und wann findet man die verschiedenen Heil- und Vitalpilze in unseren Wäldern, wie erkenne ich sie, altes Heilwissen, Rezepte und wertvolle Tipps zum Sammeln, Bestimmen, Verarbeiten bzw. Haltbarmachen runden das Programm ab.

Für Gruppen  
buchbar!

- Termin:** So, 23. August 2020  
**Dauer:** 13.00 - 17.00 Uhr  
**Treffpunkt:** Parkplatz Großdöllnerhof in Rechberg  
**Kosten:** Erw. € 18,- / Kinder € 7,-  
(incl. Verkostung von Pilzspezialitäten)
- Mitzubringen:** Wetterangepasste Freizeitkleidung, feste Schuhe, Sitzunterlage, Pilzkorb, Taschenmesser
- Leitung:** Monika und Hermann Fleischanderl  
(Natur- und LandschaftsvermittlerIn, Pilzexperten)

### Anmeldung erforderlich:

Monika Fleischanderl, Tel. 0660/353 90 19, oe5mom@gmx.at bis spätestens Donnerstag Mittag vor der Veranstaltung.

Für Gruppen ab 7 Personen individuell buchbar!

# Schmetterlinge - fliegende Edelsteine



## Eine bedrohte Vielfalt - Erlebnissführung für die ganze Familie

Schmetterlinge gehören für uns Menschen zu den buntesten und beliebtesten Insektenarten. Sie sind Meister der Verwandlung und Tarnung, haben hervorragende „Nasen“ und manche Falter sind sogar Langstreckenflieger, die mehrere tausend Kilometer zurücklegen.

Bei dieser Tour gewinnen wir spannende Einblicke in die Biologie und Lebensweise unserer heimischen Schmetterlingsarten, lernen welche Blütenpflanzen für Falter und Raupe interessant sind und was wir persönlich zum Erhalt einer bunten Schmetterlingsvielfalt beitragen können.

- Termin:** Fr, 4. September 2020  
**Dauer:** 14.00 - 17.00 Uhr  
**Treffpunkt:** Gemeindeamt St. Thomas am BI  
**Kosten:** Erw. € 7,- / Kind € 5,-  
Ermäßigung Naturpark-Mitglieder € 2,-  
**Mitzubringen:** Wetterangepasste Freizeitkleidung, feste Schuhe  
**Leitung:** Hilde Palmetshofer (Natur- und Landschaftsvermittlerin)

### Anmeldung erforderlich:

Hilde Palmetshofer, Tel. 0664/731 79 461 oder 07265/5603,  
s.palmetshofer21@aon.at bis spätestens Donnerstag Mittag vor der Veranstaltung.  
Für Gruppen ab 7 Personen individuell buchbar!

# Pilze - Vielfältige Edelsteine des Waldes



## Schwammerlkunde im Einklang mit der Natur

Pilze sprießen in unterschiedlichsten Farben und Formen aus dem Boden und Gehölzen. Das Bestimmen, Sammeln und die Zubereitung der „Edelsteine des Waldes“ will allerdings gelernt sein. Die Exkursion hilft, Schäden an der Natur zu vermeiden und Gefahren für den Menschen abzuwenden. Für die TeilnehmerInnen gibt es zum Abschluss zusammenfassende Pilzkunde-Broschüren.

Für Gruppen  
buchbar!

**Termine:** So, 6. September 2020 · Sa, 12. September 2020

So, 20. September 2020

**Dauer:** jeweils 10.00 - 13.00 Uhr

**Treffpunkt:** Gemeindeamt St. Thomas am Blasenstein

**Kosten:** Erw. € 11,- / Kinder € 5,- (excl. Mittagessen)

**Mitzubringen:** Wetterfeste Outdoor-Kleidung, griffige Wanderschuhe, Taschenmesser, ev. Rucksack mit Verpflegung für unterwegs

**Leitung:** Dr. Willhelm Zitzewitz (Natur- und Landschaftsvermittler, Jäger, [www.naturvermittlung-austria.at](http://www.naturvermittlung-austria.at))

### Anmeldung erforderlich:

Dr. Willhelm Zitzewitz: Tel. 0676/55 24 320, [w.zitzewitz@utanet.at](mailto:w.zitzewitz@utanet.at) oder [www.naturschauspiel.at](http://www.naturschauspiel.at) bis spätestens Donnerstag Mittag vor der Veranstaltung.

Für Gruppen ab 7 Personen individuell buchbar!

# Kinderferienaktion Stoahoat & duftend wild



Foto: C. Lindinger

## Naturtheater mit der Quendelhex'

„Jo, jessas! - wos bei uns ois woxt!“ wundert sich der Hans, pflückt ein Sträußerl Quendel und wird ganz nebenbei die verzauberten Kröten erlösen...

Bei unserem Streifzug quer durch den bezaubernden Wald, klettern wir über geheimnisvolle Stein-Riesen und entdecken den herrlich duftenden wilden Thymian. Dort gestalten wir unser eigenes Naturkostüm, mit dem wir gemeinsam die Sage vom Quendl-Hans nachspielen.

Und zu guter Letzt brauen wir unseren eigenen Zaubertrank!

**Termin:** Mi, 22. Juli 2020, 13.30 - 17.00 Uhr

**Treffpunkt:** Dorfplatz Rechberg

**Kosten:** Kind € 3,- / Naturparkmitglieder gratis!  
Für Kinder ab 8 Jahre.

**Teilnehmer:** Mind. 7, max. 20 Personen

**Mitzubringen:** wetterangepasste Kleidung, feste Schuhe, Trinkflasche für unterwegs

**Leitung:** Helene Stangl-Küllinger (Natur- und Landschaftsvermittlerin)

## Anmeldung erforderlich:

Naturparkbüro Rechberg, Tel. 07264/4655-18 oder [info@naturpark-muehlviertel.at](mailto:info@naturpark-muehlviertel.at)  
**bis spätestens 20. Juli 2020.**

# Kinderferienaktion Abenteuer Schluchtwald



Foto: T. Reibnegger

## ... und die verlorene Perle der Naarn

Dieses Programm ist ein Mix aus Abenteuer, Gruppenerlebnis und Naturerfahrung. Gemeinsam lösen wir einfache Aufgaben entlang des Weges. Danach suchen wir uns einen Pfad durch den Schluchtwald, der durch seine Steilheit besonders reich an Totholz und einer faszinierenden Mikrofauna ist. An der Naarn angelangt, bergen wir einen Schatz und beschäftigen uns mit dem Lebenszyklus der Flussperlmuschel.

Zum Schluss steht uns eine Flussüberquerung mit Seilen bevor.

**Termin:** Mi, 29. Juli 2020, 09.00 - 13.00 Uhr

**Treffpunkt:** Landgasthaus Raabmühle, Bad Zell

**Kosten:** Kind € 3,- / Naturparkmitglieder gratis!  
Für Kinder ab 8 Jahre.

**Teilnehmer:** Mind. 7, max. 20 Personen

**Mitzubringen:** wetterangepasste Kleidung, feste Schuhe, Trinkflasche für unterwegs

**Leitung:** Gabi Wenigwieser (Natur- und Landschaftsvermittlerin)

### Anmeldung erforderlich:

Naturparkbüro Rechberg, Tel. 07264/4655-18 oder [info@naturparkmuehlviertel.at](mailto:info@naturparkmuehlviertel.at) **bis spätestens 27. Juli 2020.**

# Kinderferienaktion Schafgarbe & Löwenzahn



## Natur entdecken entlang des Schmetterlingserlebnisweges

Was blüht denn da? Darf ich das essen? Und hat die Schafgarbe etwas mit Schafen und der Löwenzahn etwas mit Löwen zu tun?

Wir marschieren entlang des Schmetterlingsweges und schauen, was alles gerade blüht. Wir lernen dabei Pflanzen kennen und sammeln Blätter und Blüten, die wir dann im Pfarrheim zu einem leckeren Snack verarbeiten.

**Termin:** Do, 13. August 2020, 8.30 - 11.30 Uhr

**Treffpunkt:** Naturpark-Spielfeld in St. Thomas am Bl.

**Kosten:** Kind € 3,- / Naturparkmitglieder gratis!  
Für Kinder ab 8 Jahre.

**Teilnehmer:** Mind. 7, max. 20 Personen

**Mitzubringen:** wetterangepasste Kleidung, feste Schuhe, Trinkflasche für unterwegs

**Leitung:** DI<sup>n</sup> Theresa Schachinger, Hilde Palmetshofer  
(Natur- und Landschaftsvermittlerinnen)

### Anmeldung erforderlich:

DI<sup>n</sup> Theresa Schachinger, Tel. 0680/231 91 96 oder [theresaschachinger@nachhaltig.at](mailto:theresaschachinger@nachhaltig.at) **bis spätestens 11. August 2020.**

# Kinderferienaktion Nachts aktiv



## Von Glühwürmchen, Schattenmonstern & Co

Wir begeben uns auf eine schaurig schöne Nachtwanderung durch den Naturpark. Dabei erfahren wir Erstaunliches über nacht-aktive Lebewesen. In einem typischen „Steinkobel“ vertiefen wir spielerisch das Gehörte und basteln kleine Schattenmonster.

Beim gemütlichen Lagerfeuer erzählen wir uns Geschichten und kosten „Flugmais“.

**Termin:** Fr, 28. August 2020, 19.00 - 22.00 Uhr

**Treffpunkt:** Hennberg 5, 4384 Allerheiligen

**Kosten:** Kind € 3,- / Naturparkmitglieder gratis!  
Für Kinder ab 8 Jahre.

**Teilnehmer:** Mind. 7, max. 20 Personen

**Mitzubringen:** wetterangepasste Kleidung, feste Schuhe

**Leitung:** Christine Ortner, Andrea Thauerböck  
(Natur- und Landschaftsvermittlerinnen)

### Anmeldung erforderlich:

Andrea Thauerböck, Tel. 0680/814 48 903, [andrea.thauerboeck@gmail.com](mailto:andrea.thauerboeck@gmail.com) bis spätestens 26. August 2020.

# Lama- Wanderung



## Haben Sie schon einmal ein Lama gestreichelt oder sind mit einem gewandert?

Für Gruppen  
buchbar!

Mit einer kleinen Einführung über Lamas starten wir unsere Tour durch den Naturpark. Gemeinsam mit Napoleon und seinen vierbeinigen Freunden machen wir uns auf den Weg und entdecken die einzigartige Naturlandschaft.

Die Lamas können gerne auch von den TeilnehmerInnen geführt werden. Genießen Sie die Ruhe und Ausgeglichenheit dieser herrlichen Tiere.

Zum Abschluss machen wir kleine Basteleien zum Mitnehmen.

- Treffpunkt:** Familie Friedl, Maierhof 1, 4283 Bad Zell
- Kosten:** Erw. € 18,- / Kind € 12,- (Kinder bis 6 Jahre frei)
- Mitzubringen:** Wetterangepasste Freizeitkleidung, festes Schuhwerk
- Leitung:** Alexandra Friedl (Zertifizierte Lamahalterin und -trainerin, Natur- und Landschaftsvermittlerin)
- Hinweis:** Für Kleingruppen zum individuellen Wunschtermin buchbar!  
Nur bei Schönwetter.

### Information & Anmeldung:

Alexandra Friedl: Tel. 0699/109 93 784 oder hofbauer1@gmx.at

[www.naturpark-lamas.at](http://www.naturpark-lamas.at)

# Kindergeburtstag - Über Stock und Stein



## Feiern mit Freunden im Reich der Steinriesen!

Gemeinsam mit einem NaturvermittlerIn geht es **über Stock und Stein** durch den Naturpark - zwischen Steinriesen spielen, hinter knorrigen Bäumen verstecken, sich auf einem Moostepich ausruhen. Bei lustigen Outdoor-Spielen kann man seine Geschicklichkeit unter Beweis stellen oder einfach nur Spaß haben. Die „Reise“ führt uns zum Großdöllnerhof, wo eine kleine Geburtstagsjause auf die hungrigen Wanderer wartet. Ein tolles Erlebnis für jeden Geburtstag.

Bei Schönwetter sorgt auf Wunsch der Bummelzug der Familie Kriechbaumer für die Rückfahrt zum Ausgangspunkt nach Rechberg.

- Treffpunkt:** Dorfplatz in Rechberg  
**Dauer:** 3 Stunden  
**Kosten:** € 7,- pro Kind (incl. kleine Jause)  
Kosten Bummelzug auf Anfrage - Fam. Kriechbaumer, Tel. 07264/4156.
- Teilnehmer:** mind. 8 Kinder; bei weniger Teilnehmer Pauschale € 56,-  
**Hinweis:** Weitere Angebote für Kindergruppen finden Sie in unserem Folder „Abenteuer Natur“.

## Information & Anmeldung:

Christine Ortner: Tel. 0664/733 83 693 oder hennberg5@yahoo.de

# 11. Pflanzen-Tausch- und Kaufmarkt



## mit Tag der offenen Tür am Mühlviertler Berghof Sa, 9. Mai 2020, 13.00 - 17.00 Uhr

Der Pflanzen-Tausch- und Kaufmarkt bietet Gartenliebhabern, Haus-Gärtnern, Biobauern und Arche Noah/Erhalterbetrieben die Gelegenheit eigene Pflanzen und eigenes Saatgut mit Anderen zu tauschen oder gegen Entgelt abzugeben.

- « Führung durch den Arche-Hof
- « Bio-Schmankerl
- « Kinder-Gartel'n
- « Naturpark-Station

Eintritt  
Frei!

**Ort:** Mühlviertler Berghof, Familie Hunger  
Erdleiten 2, 4283 Bad Zell

**Hinweis für Aussteller:** Bitte um Voranmeldung. Biopflanzen erwünscht! Das Eintopfen der Pflanzen sollte mind. eine Woche vor dem Markt erfolgen. Töpfe bitte beschriften.

### Information:

Regina Hunger, Tel. 07263/6110 oder  
regina@bioberghof.at [www.bioberghof.at](http://www.bioberghof.at)  
Bei jedem Wetter.



# Rückkehr der Wildnis



Foto: K. Kriechbaumer

## Familienerlebnistag ab 13.30 Uhr Sa, 19. September 2020

Gibt es in einer besiedelten Kulturlandschaft überhaupt noch Wildnis? Oder beansprucht der Mensch den Naturraum völlig für sich? An diesem Nachmittag widmen wir uns den Wildtieren und Wildpflanzen, die ganz gut mit uns zurechtkommen.

- « Naturerlebnis- und Forscherstationen
- « Preisverlosung

## Abend-Vortrag „Der Wolf & wir“, ab 19.00 Uhr mit Max Rossberg (Wolf- und Herdenschutzexperte):

Wo immer der Wolf auftaucht, polarisiert er unsere Gemüter, zwischen Faszination und strikter Ablehnung. Wie steht es wirklich um seine prognostizierte Rückkehr, wie lebt und verhält er sich und wie können wir Menschen damit umgehen?

**Ort:** Großdöllnerhof in Rechberg

### Information:

Naturparkbüro, Tel. 07264/4655-18 oder [info@naturpark-muehlviertel.at](mailto:info@naturpark-muehlviertel.at)  
[www.naturpark-muehlviertel.at](http://www.naturpark-muehlviertel.at)



# Tu-was-Tage im Naturpark

Urlaubsangebote für Naturliebhaber!

## Stoahoat & duftend wild

(nur an ausgewählten Wochenenden)

3 Tage/2 Nächte im DZ inkl. Naturpark-Genuss-Frühstück, 1 Quendelsekt, 1 Naturpark-Wanderung, 1 NATURSCHAUSPIEL-Tour, Naturparkgruß, Info-Mappe.

Buchbar bei den Naturpark-Partnern

Info: [www.naturpark-muehlviertel.at](http://www.naturpark-muehlviertel.at)



## Stoakraftweg - Gehen für's Wohlergehen

2 Tage/1 Nacht inkl. Naturpark-Frühstück, 1 Begrüßungsgetränk, Wanderkarte.

Buchbar bei den Naturpark-Partnern

Info: [www.naturpark-muehlviertel.at](http://www.naturpark-muehlviertel.at)



## Pilze: Vielfältige Edelsteine des Waldes

(nur an ausgewählten Wochenenden)

3 Tage/2 Nächte inkl. Frühstück, 1 Quendelsekt, 1 NATURSCHAUSPIEL-Tour, 1 Naturpark-Menü, 1 Eintritt Großdöllnerhof, Naturparkgruß, Info-Mappe.

Gasthof „Der Dorfwirt“, Rechberg, [www.dorfwirt-raab.at](http://www.dorfwirt-raab.at)



## Kumm Disc Golf Karl Buchberger

Ober St. Thomas 11  
4364 St. Thomas am Bl.  
Tel. 0664/3084787

[cgbu@a1.net](mailto:cgbu@a1.net)

[www.kumm-discgolf.at](http://www.kumm-discgolf.at)



## MoMa's Treffpunkt DAS PUB IN BAD ZELL

Marktplatz 1 • 4283 Bad Zell  
Telefon: +43 664 4679169



Öffnungszeiten:  
Do, Fr & Sa  
ab 19.30 Uhr

[www.facebook.com/MoMasTreffpunkt](https://www.facebook.com/MoMasTreffpunkt)



4324 Rechberg 11  
07264/4694  
info@dorfwirt-raab.at  
www.dorfwirt-raab.at



19 Zimmer, Wellnessbereich  
Regionale Küche  
durchgehend warme Küche  
Veranstaltungssaal



**FAM. HOLZER**  
Kurhausstraße 10, 4283 Bad Zell  
Tel. / Fax +43 (0) 7263 7434  
info@faerberwirt-badzell.at  
www.faerberwirt-badzell.at

archeNatur steht für ein ökologisches und nachhaltiges Miteinander, für Liebe zur Umwelt und den Lebewesen unserer Erde. Ein sorgfältig ausgewähltes Sortiment erwartet sie, um diesen Grundgedanken gerecht zu werden.



**Öffnungszeiten:**

Dienstag: 14 - 19 Uhr  
Freitag: 14 - 19 Uhr

Öko-Wolle, vegane Wolle, regionale Wolle • Bio-Naturkosmetik • ätherische Bio-Öle • Bio-Hydrolate • Bio-Tee, Gewürze, Spielwaren (EZA) • Bio-Speiseöl  
Bio-Kaffee und Wein • ökologische Bio-Wasch- & Putzmittel

Gertrude Riegler, Untermaseldorf 10, 4363 Pabneukirchen



— GASTHAUS —  
**AHORNER**

Markt 9  
4364 St. Thomas am Blasenstein  
bitte telefonisch reservieren  
unter: 07265 / 5474

Mo 9:00 - 14:00  
Mi - Fr 9:00 - 20:00 oder länger  
Sa 10:00 - 17:00  
So 8:00 - 18:00



**Zum goshert'n Wirt** 

**Gasthof und Pension Haunschmid**  
 4324 Rechberg 15, Tel. 07264/46 13  
 info@gasthof-haunschmid.at  
 www.gasthof-haunschmid.at

direkt am See · ganztägig warme Küche · Kegelbahnen · kein Ruhetag  
 Direkt buchen Sie am günstigsten!

**\*\*\*\*\* HOTEL LEBENSQUELL BAD ZELL** 

Die Wasseroase mit Innen- und Außenbecken lädt Gäste ein, sich im Wasser treiben zu lassen. Die Saunaoase verspricht mit 8 verschiedenen Erlebnissaunen belebende Entspannung.  
**TIPP:** Frühstückskombi (Frühstück und Eintritt in die Wellnessoase - nur mit Voranmeldung möglich)

**Kontakt und Info:**  
 \*\*\*\*\* Hotel Lebensquell Bad Zell  
 Tel.: 07263 / 7515 - 501  
 www.lebensquell-badzell.at





**Stöcher**  
 Täglich geöffnet  
 6.00 - 18.30  
 Mittwoch  
 6.00 - 12.00  
 Sonn- u. Feiertag  
 7.00 - 18.00  
 T. 07263-7228  
 www.stoecher.at



Ob Bäckerei, Konditorei oder Speiseeis - wir verarbeiten 100% natürliche Rohstoffe!

**MÜHLVIERTLER BERGHOF** 

**Pension Mühlviertler Berghof**  
 Alexander Hunger  
 Erdleiten 2, 4283 Bad Zell  
 Tel. +43 (0) 7263 / 6110  
 info@bioberghof.at; www.bioberghof.at

Unterkunft für (Kinder-)Gruppen  
 20 - 75 Personen, biologische Küche,  
 Schule am Bauernhof, Seminare






### **Eilmsteiner Sabine**

Natur- und Landschaftsvermittlerin, Kräuterexpertin,  
Dipl. Waldluftbademeisterin  
Angebot: Kraftortreise & Waldbaden, Räuchern  
4294 Schönau im Mühlkreis, Tel. 0680/21 38 501  
sabine.kraeuterhexe@gmail.com  
[www.machandelbaum.com](http://www.machandelbaum.com)



### **Fleischanderl Monika & Hermann**

Natur- und Landschaftsvermittlerin, Pilzexperten  
Angebot: Heil- und Vitalpilze  
4193 Reichenthal, Tel. 0660/353 90 19,  
oe5mom@gmx.at, [www.naturdetektive.at](http://www.naturdetektive.at)



### **Friedl Alexandra**

Natur- u. Landschaftsvermittlerin, Zertifizierte Lama-  
halterin und -trainerin, Imkerin  
Angebote: Unterwegs zur flotten Biene,  
Lamawanderungen  
4283 Bad Zell, Tel. 0699/109 93 784  
hofbauer1@gmx.at, [www.naturpark-lamas.at](http://www.naturpark-lamas.at)



### **Jakadofsky Nikola Mag.**

Natur- und Landschaftsvermittlerin, Keramikerin  
Angebot: Stoahoat & duftend wild, Vom Winde  
verweht, Keramikworkshops  
4324 Rechberg, Tel. 0680/40 60 747  
niko.j@gmx.at, [www.ceramiko.wordpress.com](http://www.ceramiko.wordpress.com)



### **Katteneder Willibald Mag.**

Natur- und Landschaftsvermittler, Bildhauer  
Angebot: Vom Winde verweht, Ausflug in die  
Vergangenheit  
4324 Rechberg, Tel. 0680/40 60 749  
niko.j@gmx.at



### **Lumetzberger Ronald**

Natur- und Landschaftsvermittler, Jäger, Zert.  
Waldpädagoge, Imker, Hobby-Landwirt  
Angebot: Rückkehr der Wildnis  
4271 St. Oswald, Tel. 0650/200 86 68  
ronald.lumetzberger@gmx.at



### **Ortner Christine**

Natur- und Landschaftsvermittlerin  
Angebot: Abenteuer Schluchtwald, Ausflug in die  
Vergangenheit, Nachts aktiv, Kindergeburtstag  
4284 Allerheiligen, Tel. 0664/733 83 693  
hennberg5@yahoo.de



### **Palmetshofer Hilde**

Natur- und Landschaftsvermittlerin, ausgebildete Jugendbetreuerin, Biobäuerin  
Angebot: Stoahoat & duftend wild, Schmetterlinge - Fliegende Edelsteine

4364 St. Thomas, Tel. 0664/731 79 461 oder 07265/5603, s.palmetshofer21@aon.at



### **Riegler Gertrude**

Dipl. Kräuterpädagogin, Pädagogin für grüne Kosmetik  
Angebot: Oxymel, Aphrodisiaka, Workshops: Winterkraft und Gebündelte Kraft

4363 St. Thomas, Tel. 07265/5382, archenatur@hotmail.com



### **Schachinger Theresa DI**

Agrarpädagogin, Dipl. Kräuterpädagogin

Angebot: Mama was ist das?

4364 St. Thomas, Tel. 0680/23 19 196  
theresaschachinger@nachhaltig.at



### **Stangl-Küllinger Helene**

Natur- und Landschaftsvermittlerin, Alexander-technik-Lehrerin, Schauspielerin

Angebot: Stoahoat & duftend wild, Abenteuer Schluchtwald

4351 Saxon, Tel. 0650/89 63 697,  
helene@kuellinger.at



### **Thauerböck Andrea**

Natur- und Landschaftsvermittlerin, Biobäuerin

Angebot: Krenbetrn & Fingerwurm, Ausflug in die Vergangenheit, Nachts aktiv, Kindergeburtstag

4324 Rechberg, Tel. 0681/814 48 903  
andrea.thauerboeck@gmail.com



### **Weichselbaumer Karl**

Natur- und Landschaftsvermittler, Jäger

Angebot: Nachts aktiv

4324 Rechberg, Tel. 0664/884 35 960  
weichselbaumer.k@aon.at



### **Wenigwieser Gabriele**

Natur- und Landschaftsvermittlerin, Biobäuerin

Angebot: Abenteuer Schluchtwald, Ausflug in die Vergangenheit, Vom Lebensquell ins Naarntal

4283 Bad Zell, Tel. 0664/36 35 263  
wenigwieser\_gabriele@gmx.at



# Hol' dir die Naturpark Mühlviertel App!

## Allgemeine Informationen:

Ermäßigungen für Naturparkmitglieder! Programmänderungen vorbehalten.

Anreise mit öffentlichen Verkehrsmitteln:

Routenplaner ÖÖV -  
verkehrsankunft.oewv.at



## Kontakt:

Naturpark Mühlviertel e.V., A-4324 Rechberg 9  
Telefon: +43 (0) 7264/4655-18; Fax DW 918  
E-Mail: [info@naturpark-muehlviertel.at](mailto:info@naturpark-muehlviertel.at)  
[www.naturpark-muehlviertel.at](http://www.naturpark-muehlviertel.at)

## Impressum:

Herausgeber und für den Inhalt verantwortlich ist der Naturpark Mühlviertel.

Titelbild: Typischer Mühlviertler Stoakobel mit Quendel (wilder Thymian),  
Naturpark-Leitpflanze

Fotos: Barbara Derntl, Karl Kriechbaumer, Eva Wahl, Michaela Reiter,  
Roland Leitner, Susanna Witte.



Gedruckt auf Recyclingpapier  
nach der Richtlinie „Druckerzeugnisse“ des Österreichischen  
Umweltzeichens, Druckerei  
Haider Manuel e.U., UW 1157

