



Fair, gut und grün © TVO, Thomas Kujat

OSTBAYERN-PRESSEDIENST März 2023

OSTBA  ERN
Tourismusverband Ostbayern e.V.

GRÜN, NACHHALTIG UND FÜR DIE ZUKUNFT

Umweltverträglicher Tourismus unter dem Motto „fair, gut, grün“

SDG 3 – GESUNDHEIT UND WOHLERGEHEN

(SDG: siehe Seite 15)

Sieben Thermen in fünf Heil- und Thermalbädern stehen für nachhaltige Entspannung im Bayerischen Golf- und Thermenland

Die Heilende Wirkung des Waldes – Vier Gemeinden in Ostbayern sind als Kur- und Heilwald ausgezeichnet
Balance für Körper, Geist und Seele – Fünf Säulen der Gesundheitslehre nach Pfarrer Kneipp in Bad Kötzing

SDG 4 – Hochwertige Bildung

Knorrige Baumriesen, ursprünglich, wild und geheimnisvoller Urwald – Der Nationalpark Bayerischer Wald Kulturlandschaften mit großer Artenvielfalt – Flusstäler, Seen und Mischwälder, die Naturparke Ostbayerns Neu: Interaktives Lern- und Erlebniszentrum für Nachwachsende Rohstoffe – Das NAWAREUM Straubing Umweltstation im Freilandmuseum Oberpfalz – aktiv und kreativ für eine nachhaltige Entwicklung

SDG 11 – Nachhaltige Städte und Gemeinden

Nachhaltig shoppen, schlemmen und schlafen – im UNESCO-WELTERBE Regensburg ist das möglich
Vier-Sterne-Urlaubsgenuss für alle Sinne im Hotel Asam mit GreenSign Auszeichnung in Straubing

SDG 12 – Nachhaltiger Konsum und Produktion

170.000 Hektar Biodiversität– Vom Lamm über Rind bis zu Honig und Kartoffel-Produkten, das Juradistl-Projekt Chic und echt bio – Vier Bio-Hotels laden zu einem nachhaltigen, komfortablen und gesunden Urlaub ein
Alpakas, Bienen und Wellness – Grüne Auszeit auf höchstem Niveau im Vier-Sterne-Balancehotel Obermüller
Ein grüner Stern – Bio-Gemüse, Regionales gepaart mit Tradition und Moderne im Landgasthof Meier Hilzhofen

SDG 13 – Maßnahmen zum Klimaschutz

Umweltfreundlich ohne Auto und doch mobil im Urlaub – Nachhaltig reisen nach und in Ostbayern
Stressfrei zur Wandertour – An- und abreisen mit der Bahn, sechs Wandertouren rund um den Goldsteig

SDG 15 – Leben an Land

Exkursionen, Rotvieh, Streuobst, Rebhuhn-Zoigl und mehr – Erste deutsche Biodiversitätsgemeinde Tännesberg
Informativ wandern inmitten von Wildkräutern und -pflanzen im Essbaren Wildpflanzenpark Ewilpa Waldeck
Ökologisch aus Stroh und Holz gebaut – Klimaschutzpreis für Gäste- und Tagungshaus im Kloster Plankstetten
Aus Äpfeln und Birnen gemacht, genussvoll und traditionell – Rottaler Most aus Niederbayern

www.ostbayern-tourismus.de, www.partner.ostbayern-tourismus.de

OSTBA  ERN
Tourismusverband Ostbayern e.V.

Der
Bayerische
Wald
Erfrischend
natürlich.


Oberpfälzer Wald
Bayern


Bayerischer
Jura


BAYERISCHES
GOLF & THERMENLAND

STÄDTE IN
OSTBA  ERN

GRÜN, NACHHALTIG UND FÜR DIE ZUKUNFT

Umweltverträglicher Tourismus unter dem Motto „fair, gut, grün“



Nachhaltig grün (c) TVO, Thomas Kujat

Regensburg (tvo). Die Menschen wollen reisen, dabei rückt nachhaltiges und klimaschonendes Reisen zunehmend in den Fokus. Nachhaltigkeit ist der Megatrend dieser Zeit. Sozialverantwortlicher und umweltverträglicher Tourismus ist die Zukunft. Eine Zukunft, der man in Ostbayern unter dem Motto „fair, gut, grün“ mit zahlreichen Maßnahmen den Weg bereitet. In der Praxis bedeutet das eine intensive Auseinandersetzung mit regionalen Produkten, Kulinarik und Fairtrade, aber auch E-Mobilität, Mobilitätskonzepten und Wegeinfrastruktur. Dazu gehört auch die Vorreiterfunktion von Leuchttürmen im

Aktivbereich, wie dem Qualitätswanderweg Goldsteig, oder auch Baukultur, Umweltbildung und Ökomodellregionen. Eine wertvolle Bedeutung für die Gesundheit haben das Heilwasser, die Luftkurorte oder der Nationalpark Bayerischer Wald sowie die Naturparke. Auch Cittàslow, Nachhaltiges Tagen, Fair Trade Town, Brauchtum und gelebtes kulturelles Erbe oder ressourcenschonende Energiegewinnung fallen in diesen Bereich. <https://www.ostbayern-tourismus.de/planen-buchen/nachhaltig-reisen>



Unterwegs mit dem Wanderbus (c) TVO, Thomas Kujat

Schon jetzt nachhaltigen Urlaub in Ostbayern verbringen

Wer einen nachhaltigen Urlaub verbringen möchte, muss nicht warten. Schon jetzt stehen jedem Mittel und Wege zur Verfügung, auf Reisen nach und in Ostbayern den eignen ökologischen Fußabdruck zu minimieren. Inlandsreise und Urlaub auf kurzen Wegen sind gut für das Klima und für den Geldbeutel. Auch ein längerer Aufenthalt statt Kurztrip wirkt sich positiv auf die Klimabilanz aus. Wandern und Radfahren sind sehr nachhaltige Arten für einen Urlaub. In Ostbayern finden sich viele weit verzweigte und vernetzte Rad- und Wanderwege.

Wer noch dazu mit öffentlichen Verkehrsmitteln reist oder zumindest am Urlaubsort auf das Auto verzichtet, hat schon einen weiteren Schritt getan. Es gibt bereits eine große Auswahl an Unterkünften, die sich mit dem Thema Nachhaltigkeit intensiv beschäftigen und im Alltag umsetzen. Unter www.ostbayern-tourismus.de informiert die Rubrik „Nachhaltig reisen“ über grüne Unterkünfte und Erlebnisangebote in der Natur, regionale Produkte und die Anreise mit Öffentlichen Verkehrsmitteln. Vertiefende Informationen zum Thema findet man unter www.ostbayern-tourismus.de/planen-buchen/nachhaltig-reisen.

SDG 3 – GESUNDHEIT UND WOHLERGEHEN



Wohlfühlen in der Therme Eins in Bad Füssing (c) Kurverwaltung Bad Füssing

Sieben Thermen in fünf Heil- und Thermalbädern stehen für nachhaltige Entspannung im Bayerischen Golf- und Thermenland

Regensburg (tvo). Sieben Thermen in fünf Heil- und Thermalbädern stehen für nachhaltige Entspannung im Bayerischen Golf- und Thermenland in Bayern. Wissenschaftlich belegt hilft Heilwasser bei Rheuma, Verdauungs-, Stoffwechsel- und Wirbelsäulenproblemen ebenso wie bei Stress, Schlaflosigkeit oder Mattigkeit. Auch wer unter Frühjahresmüdigkeit leidet, profitiert von einem Trip in die Therme.

Von Natur aus warm: Thermalwasser aus der ortseigenen Quelle

Das Bayerische Golf- und Thermenland ist eine Urlaubs- und Gesundheitsregion zwischen Regensburg, Landshut und Passau. Sie profitiert von einem natürlichen Standortvorteil: Alle ihre Bäder werden ganzjährig mit der ortseigenen Quelle gespeist, wodurch keine weitere Energie aufgewendet werden muss. Das natürliche Thermalwasser sprudelt aus Quellen in einer Tiefe von bis zu 2.000 Metern. Die „Gesunden Fünf“ Bad Füssing, Bad Griesbach, Bad Birnbach, Bad Gögging und Bad Abbach werden somit durch das aus dem Reservoir vom Alpenrand bis zum Donautal entsprungene Thermalwasser verbunden.



Strömungskreisel_Wohlfühltherme_Bad Griesbach (c) TVO, Gerhard Illig

Thermalwasser, Naturmoor und Schwefelquellen

Neben der heilenden und wohltuenden Wirkung des Wassers als Gemeinsamkeit der fünf Thermalkurorte weist jeder für sich eine Besonderheit auf: Bad Abbach und Bad Gögging, die eine Geschichte bis in die Römerzeit vorweisen, besitzen eine einzigartige Kombination von Thermalwasser, Naturmoor und Schwefelquellen. Als Kontrast bäuerlicher Ursprünglichkeit und modernster Thermengestaltung fasziniert auch Bad Birnbach als einzigartiger Erholungsort. Das meistbesuchte Thermalbad Europas ist Bad Füssing mit seinen 3.000 Quadratmetern Thermalwassererlebnis, seinem ganzheitlichen Gesundheitsangebot und abwechslungsreichen Kulturprogramm. Schließlich liegt Bad Griesbach in einem landschaftlich wunderschön gelegenen „Quellness“-Zentrum, wo das Heilwasser aus bis zu 1.522 Metern Tiefe emporströmt.



Entspannung auf der Strudelliege_Rottal Therme_Bad Birnbach (c) TVO, Gerhard Illig

Balsam für Körper, Geist und Seele

Die Mineralstoffzusammensetzung des Thermalwassers wirkt in besonderer Weise zudem auch gegen Stress und Erschöpfung. Zusätzlich bringen Sportkurse und Bewegungstherapien – ebenso wie individuelle Ruheoasen, Körper, Geist und Seele harmonisch in Einklang. Das ländliche Flair verstärkt die Erholung: Eingebettet zwischen Flüssen, Wiesen, Feldern, wertvollen Naturrefugien sowie kleinen Städten und Dörfern lässt sich im Bayerischen Golf- und Thermenland dem Alltag entfliehen. Nachhaltige Aktivitäten an frischer Luft wie ausgedehnte Spaziergänge und Wanderungen oder Radtouren stärken den Körper und lassen die Glückshormone sprudeln.



Abendstimmung in der Limes-Therme_Bad Gögging (c) TVO, Gerhard Illig



Mutter und Tochter im Infinity-Pool_Kaisertherme_Bad Abbach (c) TVO, Gerhard Illig

www.bayerisches-thermenland.de



Waldbaden im Bayerischen Golf- und Thermenland
(c) TVO. Herbert Stolz

Die Heilende Wirkung des Waldes – Vier Gemeinden in Ostbayern sind als Kur- und Heilwald ausgezeichnet

Regensburg (tvo). Wald als Medizin. Ein Spaziergang im Wald hellt die Stimmung auf, macht den Kopf frei und stärkt das Immunsystem: Bewusstes eintauchen in die Waldatmosphäre vereint die natürlichen Wirkkräfte des Waldes mit Achtsamkeit und Entschleunigung. Der menschliche Organismus kann sich regenerieren. Mit dem „Qualitätssiegel Waldgesundheit“ zertifizierte Kur- und Heilwälder in Bad Füssing, Bad Birnbach, Bad Kötzing und Bad Neualbenreuth ergänzen das therapeutische Spektrum der ostbayerischen Gesundheitsorte. Während Kurwälder der Prävention dienen, werden Heilwälder in der Behandlung kranker Patienten eingesetzt. Sie verfügen unter anderem über Ruhe- und Aktivitätszonen mit Therapieplätzen, erfüllen hohe Anforderungen an Luftreinheit und sind teilweise barrierefrei. Die Auszeichnungen sind das Ergebnis eines Gemeinschaftsprojekts des Bayerischen Heilbäder-Verbands und des Lehrstuhls für Public Health und Versorgungsforschung der Uni München.

<https://www.bayerischer-heilbaeder-verband.de/wald-gesundheit>



Sinocur_Armbecken im Kurpark (c) Stadt_Bad_Kötzing

Balance für Körper, Geist und Seele – Fünf Säulen der Gesundheitslehre nach Pfarrer Kneipp in Bad Kötzing

Bad Kötzing (tvo). Mehr als 150 Jahre und dabei kein bisschen angestaubt: Die Gesundheitslehre nach Pfarrer Kneipp ist noch heute relevant: Leben nach Kneipp ist einfach, es kostet fast nichts – nicht einmal viel Zeit, es bringt die Menschen in Bewegung und macht gesund. Kneippen stärkt das Immunsystem, hält fit und stärkt die Stressresistenz. Dazu kommt noch gute Stimmung. Fertig ist das perfekte Lebensgefühl für jedes Alter, jeden Geldbeutel, jeden Bildungsstand, jede

Lebenseinstellung. Wer tiefer in die bewährte Gesundheitsphilosophie eintauchen möchte, der findet im Kneippheilbad Bad Kötzing umfassende Ressourcen. In enger Zusammenarbeit mit dem ortsansässigen Kneippverein bietet die beschauliche Stadt im Bayerischen Wald Vorträge, Kurse und Seminare mit Bewegungsprogramm, Entspannungstrainings, kleine Kochkurse und Kräuterkunde sowie praktische Schulungen zu Kneipp'schen Anwendungen an.

Ganzheitlich gesund: Fünf Säulen der Gesundheitslehre

„Alles zu seiner Zeit und alles im rechten Maß“, dieser Leitsatz spricht den Menschen im hektischen und überfüllten Leben aus der Seele. Die vielbeschworene Work-Life-Balance definierte Pfarrer Kneipp schon damals in seinen fünf Säulen der Gesundheitslehre, er nannte es Lebensordnung. Am engsten mit dem Namen Kneipp sind die Wasseranwendungen und -güsse verbunden. Doch er wurde auch als Kräuterpfarrer bekannt, denn er studierte die Heilwirkung von Pflanzen und nutzte sie, um krankmachende Stoffe aufzulösen, auszuleiten und den Organismus zu kräftigen. Für eine bewusste Ernährung ging es ihm darum, dass jeder die zu ihm passende einfache, möglichst natürliche und nahrhafte Kost zu sich nimmt. Dies zusammen mit einem erfüllten Leben in Freude und Sinnhaftigkeit ist auch heute noch der Schlüssel für einen Weg, gesund alt zu werden. www.bad-koetzing.de

SDG 4 – HOCHWERTIGE BILDUNG



Bohlenweg beim Enzian (c) TVO, Fotograf Frank Heuer
Photography

Knorrige Baumriesen, ursprünglich, wild und geheimnisvoller Urwald – Der Nationalpark Bayerischer Wald

Regensburg (tvo). Ursprünglich 1970 gegründet, ist der Nationalpark Bayerischer Wald der älteste Nationalpark Deutschlands. Mit seiner Fläche von fast 25.000 Hektar ist er zugleich der größte Waldnationalpark im Land. Seit mehr als 50 Jahren heißt es hier im Osten Bayerns an der Grenze zu Böhmen „Natur Natur sein lassen“. Aus dem planmäßig bewirtschafteten Wald ist allmählich ein Urwald mit knorrigen Baumriesen und sich wild entfaltender Natur entstanden, mit Eiszeitseen und Mooren,

die als Hochwasserschutz und Trinkwasserreservoirs von immenser ökologischer Bedeutung sind. Die Biodiversität im Nationalpark hat deutschlandweit Vorbildcharakter. Rund 3.500 Tier- und Pflanzenarten sind hier heimisch. Pilze, die als ausgestorben galten oder auf der Roten Liste standen, tauchen auf, ebenso wie Urwaldreliktkäfer. Boden, Luft und Wasser haben sich verändert. Mikroorganismen, Pflanzen, Vögel, Tiere teilen sich eine fantastische, unvorstellbar artenreiche Welt. Der Nationalpark ist Heimat, ein Platz, wo Menschen, Tiere, Pilze, Pflanzen nebeneinander gedeihen können. Wo jeder nur den Platz beansprucht, den er gerade jetzt braucht. Wo der Mensch nicht als Gestalter plant, formt und eingreift, sondern als Gast kommt und wieder geht.

Das kostbare Waldgebiet schützen und gleichzeitig für die Menschen erlebbar machen, das scheint auf den ersten Blick ein schwieriges Unterfangen zu sein. Doch es ist gelungen: 1,4 Millionen Besucher kamen 2019 in den Nationalpark, fast doppelt so viele wie 2007. Touristen mit Rucksack und Wanderstiefeln, mit dem Fahrrad, per Bus, auf Schneeschuhen und Langlaufskiern strömen in das grüne Refugium. Sie wollen in die Informationszentren, zu den Erlebnisstationen, auf den Baumwipfelpfad und auf die Berggipfel. Überregionale Wege, wie der 660 Kilometer lange Qualitätswanderweg Goldsteig und die 700 Kilometer lange Mountainbikeroute Trans Bayerwald, durchqueren den Nationalpark.

Nationalparkranger und Waldführer für Harmonie zwischen Mensch und Natur

Den Nationalparkrangern und Waldführern kommt in dieser Situation eine wichtige Aufgabe zu. Sie vermitteln bei täglichen Führungen das Wissen um die Natur, sie sensibilisieren, wo die Natur gerade ein fragiles, zartes symbiotisches Geflecht errichtet oder wo Arten gerade erst wieder Fuß gefasst haben und intensiven Schutz benötigen. Die Führungen und Veranstaltungen des Nationalparks sind sehr beliebt und ein hervorragendes Angebot für Einheimische, Ausflügler und Urlaubsgäste. Hinzu kommen das Wegeleitsystem und die Infotafeln zu den verschiedensten Themen, die den Besuchern eine gute Orientierung geben. Sie erklären und veranschaulichen Zusammenhänge im Ökosystem. All die Maßnahmen wirken auf ein gemeinsames Ziel: den Nationalpark Bayerischer Wald zusammen mit dem Böhmerwald als einen der schönsten und wertvollsten Naturräume Europas für nachkommende Generationen zu erhalten. www.nationalpark-bayerischer-wald.bayern.de



Goldsteig_Auf dem Drei-Wappen-Felsen_(c) woidlifephotography2

Kulturlandschaften mit großer Artenvielfalt – Flusstäler, Seen und Mischwälder, die Naturparke Ostbayerns

Regensburg (tvo). Sie sind schön, haben besondere Eigenheiten und eine herausragende Bedeutung: Die Rede ist von Naturparken. Im Gegensatz zu Nationalparks, wo die Natur sich selbst überlassen bleibt, haben sich die Naturparke unter dem Einfluss der Menschen zu Kulturlandschaften mit großer Artenvielfalt entwickelt. In den sieben Naturparken der Urlaubsregion Ostbayern sorgen Rangerinnen und Ranger für Schutz und Pflege der Natur. Und erfüllen noch einen weiteren Auftrag: In Naturparkschulen wecken sie schon bei Kindern die Neugierde auf die Natur und das Interesse, diese zu schützen und wertzuschätzen. Erwachsene erfahren bei Exkursionen, Führungen und Vorträgen mehr über die Tier- und Pflanzenwelt und wie diese mit deren Lebensraum und der Kulturgeschichte der Region zusammenhängt.



Mitternacher Ohe_(c) Naturpark Bayerischer Wald_Carina_Kronschabl

Orchideen und Flussperlmuscheln im Naturpark Oberer Bayerischer Wald

Flusstäler und Seen, aber auch die Bergmischwälder, die sich an den Hängen zu den über 1.000 Meter hohen Gipfeln wie Hohenbogen, Kaitersberg, Heugstatt, Enzian oder Großer Arber ziehen, prägen den Naturpark Oberer Bayerischer Wald. Raritäten wie Orchideen und Flussperlmuscheln, aber auch der Drachensee und das Naturschutzgebiet Regentaläue mit seiner außergewöhnlichen Vogelwelt gehören zum Naturschatz des 1.796 Quadratkilometer großen Gebiets.

Naturpark Bayerischer Wald

Der Naturpark Bayerischer Wald liegt zwischen Zellertal und Dreisessel. Von versteckten, ehemaligen Steinbrüchen entlang des Pfahls, über Moorflächen und Feuchtwiesen bis hin zu verlassenen Stollen, die Region hat viele interessante Seiten. Besonderheiten in diesem Gebiet sind vor allem der Große und Schwarze Regen mit vielen seltenen Tierarten wie dem Flussuferläufer oder dem Eisvogel. Aber auch das Naturschutzgebiet Mitternacher Ohe ist mit seiner faszinierenden Fließdynamik und den Auwaldbereichen ein Highlight im Bayerischen Wald.



Landkreis Regensburg Beratzhausen Hoher Felsen (c) Stefan Gruber

Kalkfelsen, Wasser und Magerrasen im Naturpark Altmühltal

Wer im Naturpark Altmühltal unterwegs ist, stößt auf duftende Wacholderheiden, hochaufragende Kalkfelswände, stillgelegte Steinbrüche und Quellen mit glasklarem Wasser. Mit knapp 3.000 Quadratkilometern ist er einer der größten Naturparke Bayerns. Auf den von Schafen gepflegten Magerrasenflächen strecken im Frühling lilafarbene Küchenschellen ihre Köpfchen der Sonne entgegen. Im Sommer haben Wiesenblüher und Wildkräuter ihren großen Auftritt. Sie verströmen einen köstlichen Duft und ziehen zahlreiche Schmetterlings- und Insektenarten an.

Granit, Wälder und märchenhafte Flora Naturpark Steinwald

Der Naturpark Steinwald ist mit einer Fläche von etwa 230 Quadratkilometer der zweitkleinste Naturpark in Bayern. Bizarre Felsformationen und Blockhalden aus Granit schaffen eine märchenhafte Atmosphäre. Der Granitzug des Steinwaldes ist nahezu geschlossen mit Wald bedeckt. Fichte, Tanne, Buche, Bergahorn, aber auch Kiefer und Eiche schmücken die Landschaft. Preiselbeeren und Heidelbeeren wechseln sich ab mit Moospolstern, der weißen Blüte des Siebensterns und dem geschützten Rippenfarn. www.ostbayern-tourismus.de



Felstor Kiebitzstein im Naturpark Steinwald_(c) Oberpfälzer Wald, Landkreis Tirschenreuth



NAWAREUM Straubing (c) TVO, Herbert Stolz

Neu: Interaktives Lern- und Erlebniszentrum für Nachwachsende Rohstoffe – Das NAWAREUM Straubing

Straubing (tvo). In einem bundesweiten Vorzeigeprojekt öffnet im ostbayerischen Straubing ein einzigartiges interaktives Informations-, Lern- und Erlebniszentrum für eine Zukunft ohne Erdöl und Co: das "Nawareum". Zu sehen gibt es zum einen interaktive Dauer- und Sonderausstellungen zu Themen wie Heizen, Bauen und Dämmen auf einer Fläche von rund 1.500 Quadratmetern. Ob in der begehbaren

Pflanzenzelle, im "Restaurant Erde" oder an einem der interaktiven Spieltische - Ausprobieren und Anfassen ist hier explizit erwünscht. Als Abschluss wartet ein weiteres Highlight: die hölzerne Rutsche. Desweiteren wachsen in den rund 2.500 Quadratmeter umfassenden Schaugärten auch Energiepflanzen von morgen. Mitmachstationen sowie Räume für Beratungen, Seminare und Tagungen komplettieren das Energiezentrum. Auch das Gebäude mit der markanten Fassade selbst ist ein Musterbeispiel für Nachhaltigkeit: Es wurde in Holzbauweise mit Passivhaus-Standard errichtet und soll den Besuchern die Möglichkeiten beim Einsatz Erneuerbarer Energien vor Augen führen. Weithin sichtbares, prägendes Element der Fassade sind Baumstämme aus Lärchenholz, 11,50 Meter hoch, von Hand entrindet und in ihrer Oberfläche naturbelassen. Ab 4. März hat das Museum für Besucher geöffnet. Der Eintritt für Erwachsene kostet 5 Euro, ermäßigt 4 Euro. Besucher bis 18 Jahre sind frei. www.nawareum.de



Auf Entdeckungstour im Freilandmuseum Oberpfalz (c) Oberpfälzer Wald_Thomas Kujat

Umweltstation im Freilandmuseum Oberpfalz – aktiv und kreativ für eine nachhaltige Entwicklung

Nabburg (tvo). Die Hauslandschaft der ganzen Oberpfalz auf einem Fleck: Im Freilandmuseum Oberpfalz führen 50 originale Gebäude in fünf Museumsdörfern durch die bäuerliche Geschichte, Kultur und Natur der Region. Alte Haustierrassen wie Gänse, Schafe, Rinder, Pferde und Ziegen leben in den Ställen und auf den Weiden.

Landwirte bewirtschaften die Felder des Museums nach traditioneller Art. Das Freilandmuseum ist ein Ort der Wissenssicherung und

Bildung und eine anerkannte Umweltstation. Als solche vermittelt sie nachhaltiges Denken und Handeln. Das Angebot richtet sich an Schulen und Einzelbesucher. Im Jahresprogramm sind viele Aktionen für Kinder enthalten, wie beispielsweise Eier färben mit Naturfarben, Bastelkurse mit Schafwolle oder kreative Gestaltung mit Naturmaterialien. Aber auch für Erwachsene lohnt ein Blick ins Programm: Unter anderem findet am 15.04.2023 ein Workshop zum Thema „Selbstversorgung aus dem eigenen Garten“ statt. Zwölf weitere ausgezeichnete Umweltstationen in Niederbayern und der Oberpfalz widmen sich der nachhaltigen Bildung. So etwa das LBV Zentrum Mensch und Natur in Arnschwang mit dem deutschlandweit einzigartigen „Eisvogelsteig“ durch den Fluss Chamb oder das GEO-Zentrum an der Kontinentalen Tiefbohrung in Windischeschenbach mit geowissenschaftlichem Schwerpunkt. www.freilandmuseum-oberpfalz.de

SDG 11 – NACHHALTIGE STÄDTE UND GEMEINDEN



Regensburg mit Steinerne Brücke (c) TVO_Wolfgang Scheinert

Nachhaltig shoppen, schlemmen und schlafen – im UNESCO WELTERBE Regensburg ist das möglich

Regensburg (tvo). Mit gutem Gewissen eine der schönsten Städte der Welt genießen. Regensburg, die mittelalterliche Metropole an der Donau, zieht jährlich hunderttausende Besucher an. Ein Netzwerk aus nachhaltiger Gastronomie und Hotellerie, nachhaltigen Shops und Sehenswürdigkeiten sorgt dafür, dass Gäste das UNESCO-Welterbe mit kleinstmöglichem ökologischem Fußabdruck entdecken können. In unmittelbarer Nähe zu den historischen Attraktionen, Theater, Bars und Restaurants befindet sich etwa das Hotel Jakob. Mit der Ecology Rate ab zwei Übernachtungen können hier Hotelgäste nicht nur bei den Zimmerpreisen sparen, sondern auch die Umwelt schonen, denn: Wer die Rate bucht, spart 7 Euro pro Übernachtung und verzichtet auf tägliche Zimmerreinigung. Eine barrierefreie Alternative ist das Hotel Includio mit 18 rollstuhlgerechten Zimmern. Das nachhaltige Kulinarikangebot Regensburgs deckt urige Biergärten, einige der besten Cafés der Stadt sowie das Sternerestaurant Storstad von Anton Schmaus ab, wo junge Spitzenküche über den Dächern der historischen Altstadt sensationelle Menüs kreieren. Und wem beim Sightseeing die Lust auf eine Shopping-Tour packt, der kann sich mit Kleidung, Kunsthandwerk und Leckereien eindecken wie beispielsweise in dem Conceptstore Ludwig3, wo es ausschließlich fair gehandelte, ökologisch und nachhaltig produzierte Produkte zu kaufen gibt. Eine Übersicht aller Nachhaltigkeitspartner findet man unter www.regensburg-nachhaltig.de.



Urlaub nachhaltig im Asam in Straubing (c) Das ASAM

Vier Sterne Urlaubsgenuss für alle Sinne im Hotel Asam mit GreenSign Auszeichnung in Straubing

Straubing (tvo). Das familiär geführte Hotel Asam im mittelalterlichen Straubing an der Donau ist ideal für Stadtbesucher, welche die vielfältigen Ausflugs- und Kulturangebote mit einer stilvollen und komfortablen Rückzugsmöglichkeit kombinieren möchten. Hinter der Fassade eines denkmalgeschützten Gründerzeitgebäudes beeindruckt das Vier-Sterne-Superior-Hotel durch moderne Architektur, Eleganz und zeitgenössischem Design. Außergewöhnlich sind die fünf Baumwipfelsuiten auf der Höhe einer 100-jährigen Eiche, sie bieten einen fantastischen Blick auf die Silhouette Straubings bis in den Bayerischen Wald hinein. Bemerkenswert ist auch das ökologische Engagement des Hauses, welches mit GreenSign – einem Siegel für nachhaltige Hotelführung – zertifiziert ist. Die Liste der grünen Maßnahmen, welche das Hotel Asam konsequent ergreift, ist lang. So werden beispielsweise Strom und Wärme direkt im Haus erzeugt. Die Wäsche im Restaurant und Hotel ist fairtrade und GOTS zertifiziert. Wiederauffüllbare Spender für Pflegeprodukte reduzieren das tägliche Müllaufkommen und moderne LED-Leuchtmittel verbrauchen bis zu 90 Prozent weniger Energie als herkömmliche Lampen. www.hotelasam.de

SDG 12 – NACHHALTIGER KONSUM UND PRODUKTION



Das Juradistl-Projekt (c) Katja Schumann

170.000 Hektar Biodiversität– Vom Lamm über Rind bis zu Honig und Kartoffel-Produkten, das Juradistl-Projekt

Neumarkt i.d.OPf. (tvo). Artenvielfalt und landschaftliche Schönheit sind ein hohes Gut und gerade in der heutigen Zeit wertvoller denn je. Eine Initiative, die sich seit Langem dem Erhalt der Biodiversität sowie der regionaltypischen Flora und Fauna widmet, ist das Juradistl-Projekt aus der Oberpfalz. Schäfer, Landwirte, Gastronomen und zahlreiche weitere Akteure zwischen Amberg-Sulzbach, Neumarkt i.d.OPf., Regensburg und Schwandorf arbeiten gemeinsam daran, die typische Tier- und Pflanzenwelt der Juratäler und Kalkmagerrasenflächen zu pflegen.

Juradistel-Projekt: Schlaraffenland und Naturjuwel auf 170.000 Hektar

Das Naturschutzprojekt Juradistl umfasst ganze 170.000 Hektar der Mittleren Frankenalb und weite Teile des Oberpfälzer Juras. Es ist geprägt von den tief eingeschnittenen Tälern von Naab, Vils, Lauterach und Schwarzer Laber, deren markante Talhänge sowie der dazwischenliegenden Kuppenalb mit den landschaftsbildprägenden Dolomitkuppen. Das Juradistel-Projekt ist eines der größten Biodiversitätsprojekte in Bayern und mittlerweile auch für seine kulinarischen Produkte über die Region hinaus bekannt.

Honig, mild-aromatisches Lammfleisch, Apfelschorle und Knödel

Kräuterreiche Trockenrasen und bunte Blumenwiesen ziehen im Oberpfälzer Jura Bienen magisch an. Von der artenreichen Pflanzenwelt profitieren auch die Wildbienen und viele weitere heimische Insekten. Das süße Ergebnis: Köstlicher Blütenhonig und Waldhonig, der von heimischen Imkern verarbeitet wird. Doch nicht nur Bienen und Insekten tummeln sich auf den duftenden, von der Sonne verwöhnten Trockenrasen. Auch Schäfer und ihre Lämmer sind regelmäßige Gäste. Sie helfen dabei, die offenen und für das Ökosystem so wichtigen Flächen freizuhalten, welche ohne Beweidung zuwachsen würden. Ein weiterer Bonus: Das zarte Fleisch der höchstens sieben Monate alten Lämmer schmeckt dank der frischen Gras- und Kräuterdiät unverwechselbar aromatisch-mild. Dazu schmecken Juradistl-Bio-Knödel und -Knödelinos des Neumarkter Kartoffelprodukt Herstellers. Die Süße und den fruchtigen Geschmack der sortenreichen Juradistl-Streuobstwiesen holt man sich außerhalb der Saison als Apfelschorle in Glasflaschen nach Hause.

Mit dem Rad die Schönheit des Oberpfälzer Jura nachhaltig erleben

Die 150 Kilometer lange Juradistl-Tour führt durch das Juradistl-Gebiet zwischen Amberg-Sulzbach, Neumarkt i.d.OPf., Regensburg und Schwandorf. Die Rundtour entlang von Naab und Vils, Lauterach, Schwarzer Laber und Forellenbach verläuft auf geteerten oder gut geschotterten Wegen. Acht Erlebnisstationen direkt am Weg bieten Informationen und Abwechslung. Eine kostenlose Karte mit Etappenvorschlägen steht als PDF-Download zur Verfügung. Weitere Informationen zu Juradistl-Produkten und Juradistl-Erlebnissen, Rezepte und Anbieter unter www.juradistl.de.



Bio-Hotel Pausnhof_St.Oswald(c)Pausnhof

Chic und echt bio – Vier Bio-Hotels laden zu einem nachhaltigen, komfortablen und gesunden Urlaub ein

Regensburg (tvo). Mit ursprünglichen Landschaften und bodenständigen Menschen, geliebter Tradition und altem Handwerk ist Ostbayern das ideale Ziel für Urlauber, die sich dem Alltagstrubel entziehen und eine nachhaltige Auszeit verbringen möchten. Einen genussvollen Rahmen bietet beispielsweise das exklusive Vier-Sterne-Hotel Pausnhof in St. Oswald. Ein lukullisches Paradies, ein kulinarisches Sinnesreich

erwartet die Gäste des ersten Bio-Hotels Deutschlands. Die Speisekarte des idyllisch am Nationalpark Bayerischer Wald gelegenen Bio-Hotels bestimmt die Natur. Die Speisekammer der Hotelküche ist das große Areal rund um den 600 Jahre alten Hof: Das Gemüse kommt direkt vom Feld, die Kräuter aus hauseigenem Garten. Rind, Schwein, Lamm und Geflügel stammen aus der eigenen Landwirtschaft. Der hohe Qualitätsanspruch findet sich auch in der Einrichtung wieder: Das Hotel ist mit mundgeblasenem Glas aus den Hütten des Bayerischen Waldes, handgewebtem Bauernleinen und Möbeln aus der Traditionstischlerei Hafner ausgestattet. Massage- und Kosmetikanwendungen runden das Hotelangebot ab. Eine Übernachtung im Doppelzimmer im Haupthaus inklusive Bio-Frühstück, Vier-Gänge-Slow Food-Genießermenü am Abend und Extras kostet 180 Euro pro Person. www.pausnhof.de.

Detox auf dem Bio-Landgut Tiefleiten

Seit mehr als 20 Jahren kümmert sich Familie Kohlmünzer mit Herzlichkeit, viel fachlicher Expertise und den besten Zutaten, welche die Natur zu bieten hat, um das Wohl und die Gesundheit ihrer Gäste. Als Bio-Landgut und Bio-Gesundheitshof ausgezeichnet, hat sich Tiefleiten dem Fasten verschrieben und bietet vom Heilfasten bis zur Darm-Detox-Kur ganzheitlichen, von Fastenleiter und Ernährungsberater, Heilpraktiker und Gesundheitscoach begleiteten Fastenurlaub an. www.tiefleiten.de

Thermalwellness im Bio-Thermalhotel Falkenhof

Das mit vier Sternen ausgezeichnete Bio-Thermalhotel Falkenhof mit eigener Panoramatherme empfängt mit einem ganzheitlichen Naturkonzept: Gebäude und Innenausstattung sind nach baubiologischen Auflagen gestaltet, in der Küche kommen ausschließlich Bioprodukte zum Einsatz, im Wellness-Bereich setzt man auf Salz statt Chlor und auf Naturkosmetik statt Chemie. Die Bio-Vitalküche zaubert aus regionalen Biozutaten gesunde Gerichte, die schmecken. www.hotel-falkenhof.de

Luxus und Bio im „7 Sentidos Biohotel“ in Bischofsmais

Mit farbigen „Casitas“ - kleinen Häuschen, vegetarisch-veganer Weltenküche, einem 15.000 Quadratmeter großem Garten und lebendiger Entspannung ohne Tamtam begrüßt das „7 Sentidos Biohotel“ in Bischofsmais seine Gäste. 7 Sentidos, das bedeutet auf Spanisch sieben Sinne – mindestens fünf hat der Mensch, die restlichen kitzelt das Biohotel mit seinem ungewöhnlichen Konzept, der ungezwungenen Atmosphäre und befreiender Natur wach. Sieben bunt, lässig und teilweise mit eigenem Saunafass ausgestattete Ferienhäuschen sind auf dem großzügigen Naturareal verteilt. Dazwischen locken sonnige und schattige Rückzugsorte zum Lesen, Nachdenken und Sterne gucken. www.7sentidos.de



Entspannen im Ruhebereich (c) Landrefugium Obermüller e.K.

Alpakas, Bienen und Wellness – Grüne Auszeit auf höchstem Niveau im Vier-Sterne-Balancehotel Obermüller

Untergriesbach (tvo). Das Vier-Sterne-Balancehotel Obermüller in malerischer Lage auf den Kammzügen des bayerisch-österreichischen Donautals ist die ideale Adresse für eine Grüne Auszeit mit Wellness und Kulinarik. Ein perfektes Refugium für jede Jahreszeit, das Beste der Saison weiß man dabei auch in der Küche zu schätzen. Gesund und kreativ sind die Speisen, die stets mit frischen Zutaten, Liebe und Wertschätzung zubereitet werden. In modernem Wellnessbereich lädt

ein Panorama-Indoor-Pool dazu ein, in Ruhe einige Bahnen zu schwimmen. Vier Saunen und eine Sole-Infrarotkabine bieten gesunde Wärme und stärken das Immunsystem. Im Sommer lockt ein großer Außenpool mit Wellnessgarten. All das können Gäste mit gutem Gewissen genießen, denn das Balancehotel Obermüller ist mit dem Bayerischen Umweltsiegel und zusätzlich mit dem GreenSign – dem Siegel für nachhaltige Hotelführung - zertifiziert. Von der Energieversorgung über Lebensmitteleinkauf und Housekeeping bis hin zur Bädertechnik, in nahezu allen Bereichen setzt man auf Nachhaltigkeit und ressourcenschonende Maßnahmen. Selbst bei der „Gartenarbeit“ und Honigproduktion kommen Naturhelfer zum Einsatz: Während flauschige Alpakas dafür sorgen, dass die Hotelweide gepflegt wird, bestäuben fünf Bienenvölker hoteleigene Blumenwiesen und produzieren frischen Honig fürs Frühstücksbüfett. Eine Übernachtung mit Frühstück kostet ab 93 Euro pro Person. www.balancehotel-obermueller.de

Landgasthof Meier Hilzhofen
Gemüsefeld(c)Landgasthof Meier

Ein grüner Stern – Bio-Gemüse, Regionales gepaart mit Tradition und Moderne im Landgasthof Meier Hilzhofen

Hilzhofen (tvo). Im Landgasthof Meier in Hilzhofen kocht der Küchenchef Michael Meier auf hohem Niveau und mit Fokus auf Nachhaltigkeit, wofür er mit dem Grünen Stern im Guide Michelin ausgezeichnet wurde. „In meiner Küche sind mir nicht nur Traditionen wichtig, sondern das natürliche Bewusstsein, dass man mit Bio-Gemüse, frischen Kräutern aus dem eigenen Garten, Rindfleisch aus artgerechter Haltung oder erstklassigen Bio-Kartoffeln vom Bio-Bauern in der Nähe einfach geschmackvoll kochen kann“, so Meier. Auf dem eigenen Gemüse-, Salat- und Kräuterfeld bauen die Meiers ausschließlich Demeterpflanzgut an. Bei Fleisch setzt der Küchenchef auf Juradistl-Lamm und Juradistl-Rind aus der Region. Die herrliche Lage im Grünen mit Blick auf weite Juralandschaften erlaubt Schlemmen und Genuss inmitten der Natur. Historische Mauern und stilvolle Stuben schaffen ein rustikal-elegantes Ambiente. Was in der Küche gilt, spiegelt sich auch in der Architektur wider: Altes bewahren, weiterentwickeln, kreativ interpretieren. Die Anfänge des Landgasthofs Meier gehen auf das Jahr 1880 zurück, als in dem bis heute genutzten Gebäude eine Bierwirtschaft eröffnet wurde. Seit den 1920er Jahren befindet sich der Gasthof in den Händen der Familie Meier, der letzte Generationenwechsel fand in den 1990er Jahren statt und mit ihm auch die Orientierung hin zu einer zeitgemäßen, regional verwurzelten Kochkultur. Einen Blick in die aktuelle Speisekarte kann man werfen unter www.landgasthof-meier.de.

SDG 13 – MASSNAHMEN ZUM KLIMASCHUTZ



Umweltfreundlich reisen (c) TVO, Thomas Kujat

Umweltfreundlich ohne Auto und doch mobil im Urlaub – Nachhaltig reisen nach und in Ostbayern

Regensburg (tvo). Ostbayerns Urlaubsregionen bieten viele Möglichkeiten, entspannt und nachhaltig anzureisen. Schnelle, preisgünstige und umweltfreundliche Mobilität eröffnen die Verbindungen im Bahnland Bayern. So können beispielsweise mit dem Bayern-Ticket bis zu fünf Personen einen Tag lang quer durch Ostbayern reisen. Die Infrastruktur im Bayerischen Wald ist durch eine Anbindung mit der Waldbahn, der Ilztalbahn und der Oberpfalzbahn an das Regional- und Fernstreckennetz auf eine umweltfreundliche Anreise ausgerichtet. Innerhalb des Nationalparks können sich die Gäste nachhaltig und eng getaktet im Igelbussystem bewegen. Die Waldbahn mit ihrem Knotenpunkt in Zwiesel verbindet Plattling mit Bayerisch Eisenstein, Grafenau und Bodenmais. An Wochenenden und Feiertagen in der Sommersaison ermöglicht die Ilztalbahn eine schnelle Anreise aus Passau. Zahlreiche Gemeinden bieten das Gästeservice Umwetticket (GUTi), eine Gästekarte und Fahrschein in einem. Mit ihr können die Gäste die Umweltregion des Bayerischen Waldes mit Bussen und Bahnen kostenlos erkunden und genießen. Das GUTi wurde 2016 mit dem Fahrtziel Natur Award für nachhaltige Tourismusgebiete, die auf nachhaltige Mobilität setzen, ausgezeichnet. Alternativ steht Urlaubern mit dem Bayerwald-Ticket eine ganztägig gültige Fahrkarte im Geltungsbereich zur Verfügung. www.partner.ostbayern-tourismus.de



Umweltfreundlich zum Goldsteig (c) TVO, Thomas Kujat

Stressfrei zur Wandertour – An- und abreisen mit der Bahn, sechs Wandertouren rund um den Goldsteig

Regensburg (tvo). Nachhaltig auf Schritt und Tritt. Wandern ist nicht nur eine der schönsten, sondern auch eine der schonendsten Möglichkeiten, die Natur zu entdecken. Wenn man dann noch einfach mit der Bahn zum Startpunkt anreisen oder nach Hause fahren kann, ist das grüne Wandervergnügen perfekt. Der kostenlose Flyer „Wandern & Bahn“ stellt sechs Wandertouren rund um den Qualitätsweg Goldsteig vor, die mit dem Zug zu erreichen sind. Die zwei bis dreitägigen Wanderungen sind so gewählt, dass immer eine Hin- und Rückreise mit der Bahn möglich ist. Ebenso enthalten sind Vorschläge für mögliche Zugverbindungen. So führt eine mittelschwere dreitägige Wandertour durch den Naturpark Oberpfälzer Wald. Sie beginnt in Pfreimd und führt auf dem ersten Abschnitt durch das malerische Pfreimdtal. Anschließend geht es nach Trausnitz mit gut erhaltener Burg im Ort, die zu festen Terminen besichtigt werden kann. Das Ziel dieser Tour ist das mittelalterliche Nabburg. Anspruchsvoll ist die 30 Kilometer lange Runde durch den Nationalpark Bayerischer Wald ab Bayerisch Eisenstein über den Großen Falkenstein. Fabelhafte Ausblicke auf das Grüne Dach Europas, echter Urwald und Baumriesen, Ruckowitzschachten und das Nationalparkzentrum mit „Haus zur Wildnis“ sind die Highlights dieser zweitägigen Tour. Der Flyer „Wandern & Bahn“ ist kostenlos erhältlich über www.goldsteig-wandern.de.

SDG 15 – LEBEN AN LAND



Blick auf Taennesberg (c) TVO, Michael Körner

Exkursionen, Rotvieh, Streuobst, Rebhuhn-Zoigl und mehr – Erste deutsche Biodiversitätsgemeinde Tannesberg

Tannesberg (tvo). Inmitten des Naturparks Nördlicher Oberpfälzer Wald gelegen, bietet der staatlich anerkannte Erholungsort Tannesberg seinen Gästen einzigartige Ausblicke auf sanfte Hügellandschaften und ausgedehnte Wälder. Als erste Biodiversitätsgemeinde Deutschlands und ein UN-Dekadeprojekt Biologische Vielfalt ist Tannesberg auch kulinarisch ein lohnendes Ziel: So wird hier unter anderem die vom Aussterben

bedrohte Rinderrasse "Rotes Höhenvieh" in extensiver, ganzjähriger Weidehaltung gezüchtet. Alte Getreidesorten wie Emmer und Dinkel liefern Mehl für knusprige Brote, Semmeln und Brezen aus der Backstube von Hubert Spickenreither. Blaue Vitelotte, Rote Emmalie und Bamberger Hörnchen heißen die bunten Kartoffelsorten, die auf den Feldern kostbaren Lebensraum für Rebhühner bieten und nebenbei hervorragend schmecken. Der Rebhuhn-Zoigl, eine aus Dinkel, Emmer und Einkorn im Kommunbrauhaus Eslarn nach uralter Tradition gebraute Bierspezialität, löscht den Durst. Leckerer Apfelsaft als alkoholfreie Alternative kommt von den Tannesberger Streuobstwiesen. Exkursionen, Führungen und vielfältige Veranstaltungen rund ums Jahr bieten Einblicke in das beeindruckende Naturschutzprojekt. Weitere Informationen zur Kulinarik in Tannesberg findet man im Internet unter www.taennesberg.de.



EWILPA_Waldeck_Wandern_Schlossberg_(c) Steinwald Allianz

Informativ wandern inmitten von Wildkräutern und -pflanzen im Essbaren Wildpflanzenpark Ewilpa Waldeck

Waldeck (tvo). Gesund, garantiert frisch, dabei immer regional und saisonal: Essbare Wildpflanzen sind ein echtes Superfood. Sie enthalten fünf bis zehnmal mehr Vitalstoffe als kultivierte Gemüsesorten, können erntefrisch und ohne lange Transportwege genossen werden. Von der geschmacklichen Vielfalt essbarer Wildpflanzen kann sich jeder selbst im Kemnather Land überzeugen. Dort führt eine fünf Kilometer lange Wanderung durch den Essbaren Wildpflanzenpark, kurz EWILPA, wo

Kräuter, Wildobst und Wildgemüse, Rosen, Nussbäume und Ebereschen auf fruchtbarem vulkanischem Boden gedeihen. Zum alten Bestand an Streuobstwiesen, Holunderbäumen sowie Waldflächen wurden zusätzlich 900 Wildsträucher sowie 100 Bäume mit essbaren und ebenso wilden Früchten gepflanzt. Eine Vielfalt, die begeistert und zum Experimentieren einlädt: Besucher des Wildpflanzenparks dürfen nach Herzenslust sammeln pflücken und probieren. Von den insgesamt 13 Teilflächen des Essbaren Wildpflanzenparks befinden sich sieben Flächen auf dem Schlossberg mit der Burgruine Waldeck. Sie zählt zu den ältesten Burgen der Oberpfalz und bietet einen herrlichen Rundblick über die Basaltkegel und Wälder des Naturparks Steinwald. Auch für Vogelkundler ist die Wanderung auf den Schlossberg ein Genuss. Weitere Informationen zum Weg und der einzigartigen Kulturlandschaft rund um Waldeck gibt es unter www.markt-waldeck.de und www.ewilpa.net.



Ökologisch aus Stroh und Holz gebaut – Klimaschutzpreis für Gäste- und Tagungshaus im Kloster Plankstetten

Berching (tvo). „Leben aus dem Ursprung“ ist das Motto des Klosters Plankstetten in Berching. Der ökologische Leitspruch der Abtei findet in allen Lebens- und Wirkungsbereichen konsequente Anwendung, so auch beim Bau des Gästehauses St. Wunibald. Das Holz-Stroh-Haus wurde nun mit dem Bayerischen Klimaschutzpreis ausgezeichnet. Deckenbalken aus dem Kloster-Forst, eigenes Bio-Stroh zur Dämmung und Lehm als Innenputz berücksichtigen nebst

dem ökologischen auch den wirtschaftlichen Nutzen: Die Wertschöpfung bleibt zum größten Teil bei den ausführenden regionalen Firmen. Tagungsgästen und Erholungssuchenden stehen im Gästehaus St. Wunibald 30 Zimmer in drei Kategorien zur Verfügung. Der klösterliche Charme schlichter Einrichtung schafft eine wohltuende Atmosphäre der Ruhe, dank der verwendeten Bio-Baustoffe herrscht in den Zimmern zudem ein außergewöhnliches Raumklima. Und auch in der Klosterküche ist man dem Nachhaltigkeitsgedanken treu: Seit 1994 gehört ein Bioland zertifizierter Bauernhof zum Autarkiekonzept des Klosters ebenso wie die Bio-Klosterbäckerei mit sehr gefragten Broten, Semmeln und Feinbackwaren. Im natürlichen Jahreslauf bringt die Klostergärtnerei saisonales Obst und Gemüse zur Eigenversorgung hervor. Ein weiterer Baustein der klösterlichen Versorgung sind dazugekaufte Produkte regionaler Bio-Bauern. Die Bioqualität gilt ebenso für alle im Haus angebotenen Getränke. www.kloster-plankstetten.de



Birnen für den Most_Landkreis Passau (c) TVO

Aus Äpfeln und Birnen gemacht, genussvoll und traditionell – Rottaler Most aus Niederbayern

Regensburg (tvo). Bis ins 20. Jahrhundert war Niederbayern ein Mostland. Auf jedem Bauernhof, der einen Obstgarten hatte, wurde aus Äpfeln und Birnen Most hergestellt. Pur oder verdünnt wurde das alkoholhaltige Getränk nach Feierabend getrunken, auch um nach schwerer körperlicher Arbeit die Muskeln zu stärken. Auf Festen durfte der Most als Hauptgetränk zu vielen Speisen ebenfalls nicht fehlen. Doch allmählich verschwand das Getränk von den Tafeln und Speisekarten. Ganz in Vergessenheit geriet es

jedoch nie. Die Hausbrennerei Zum Voglbauer am Inn-Radweg beispielsweise hat einen eigenen Mostgarten. Unter Kastanienbäumen mit Blick auf die Streuobstwiesen kann von April bis Oktober der selbst hergestellte Most verkostet werden. An der Most-Tankstelle der Mosterei Wolfgang Harbeck kann sich jeder nach Lust und Laune sein eigenes Gläschen zapfen. Auf den Märkten in und um Ortenburg stoßen Mostliebhaber ebenfalls immer wieder auf die Getränke von Wolfgang Harbeck. Ein kulinarischer Höhepunkt im Spätsommer sind die Rottaler Mostwochen. Zahlreiche Gastronomen lassen während dieser Zeit ihrer kulinarischen Kreativität freien Lauf und interpretieren den klassischen Most ganz neu. Auf köstliche Art und Weise verbinden sie den Genuss regionaler Produkte mit Wertschätzung gegenüber heimischer Natur. www.bayerisches-thermenland.de

Touristische Informationen: www.ostbayern-tourismus.de

Presseinformationen finden Sie im PartnerNet des Tourismusverbandes Ostbayern e.V. unter www.partner.ostbayern-tourismus.de

Kostenlose Text- und Fotoreportagen aus Ostbayern: www.obx-news.de

Ich bin gerne persönlich für Sie da:

Ulrike Eberl-Walter (Tel. 0941 58539-12, eberl-walter@ostbayern-tourismus.de)

Die 17 UN-Nachhaltigkeitsziele (**SDGs – Sustainable Development Goals**) wurden am 25. September 2015 von der UNO-Generalversammlung verabschiedet. Sie sind Teil der UN-Resolution 70/1, der Entwicklungsagenda 2030 mit dem Titel „Unsere Welt umgestalten: die Agenda für nachhaltige Entwicklung 2030“. Diese sind Basis der Deutschen Nachhaltigkeitsstrategie und stellen auch für den Tourismusverband Ostbayern die Leitlinien seines Handelns dar.



Bio-Himbeeren (c) TVO, Thomas Kujat



Glückliche Hühner auf dem Bio-Hof Häng (c) TVO, Thomas Kujat