

# VIAMALA

# FOKUS

N°1 | Frühling 2022



## Frühlingserwachen im Avers

Die ersten Blumen, die ab Mitte März an sonnigen Felswänden beobachtet werden können, sind die «Turtschiblüami», wie die Avner den gegenblättrigen Steinbrech nennen.

## Zapporthütte

«Zwischen Höll und Paradies» – der Slogan macht neugierig. Er gehört zur Zapporthütte, einer der zwei Hütten der SAC-Sektion Rätia, welche in der Region des Viamala Fokus liegen.

## Naturpark Beverin

Rund um den Piz Beverin (2998 m ü. M.) erstreckt sich das Gebiet des Naturparks Beverin. Neun Parkgemeinden haben sich zusammengetan und streben eine nachhaltige, wirtschaftliche und soziale Entwicklung an.

Im Auftrag der Gemeinde Safiental führt der Naturpark Beverin die Geschäftsstelle von Safiental Tourismus im Mandat.



graubünden



## Region Viamala

Die Region Viamala bildet die politisch mittlere Ebene der 19 Gemeinden am Hinterrhein. Zu ihrem Aufgabenbereich gehören Berufsbeistandschaft, Zivilstandesamt, Betreibungs- und Konkursamt, Regionalnotariat, Richtplanung und die Regionalentwicklung.



## Viamala Tourismus

Viamala Tourismus ist als regionale Tourismusorganisation sowohl für die Gästeinformation als auch für den Marktauftritt und die Kommunikation für die Talschaften am Hinterrhein zuständig. Die Region ist im natur- und kulturnahen Tourismus positioniert.



VIAMALA

# FOKUS

Nº 1 | Frühling 2022

**Viamala Fokus erscheint vierteljährlich.  
Redaktionsschluss für die nächste Ausgabe: 26. April 2022**

Verteilung in alle adressierten Briefkästen in der Region Viamala und im Safiental. Erhältlich auch bei den Gästeinformationen oder direkt bei den Herausgebern.

Titelbild: Frühlingserwachen in voller Blüte!

### Herausgeber & Kontaktstellen für Leserfeedback

Naturpark Beverin  
Tel. +41 81 650 70 10  
info@naturpark-beverin.ch

Region Viamala  
Tel. +41 81 632 15 30  
info@regionviamala.ch

Viamala Tourismus  
Tel. +41 81 650 90 30  
info@viamala.ch

### Redaktion

Lilian Würth, Kommunikation Naturpark Beverin  
Jolanda Rechsteiner, Geschäftsführerin Safiental Tourismus  
Claudia Kleis, Regionalentwicklerin Region Viamala  
Lars Dünner, Chef Marketing Viamala Tourismus  
Stefanie Steinwender, Marketing & Grafik Viamala Tourismus

### Bildautoren und Bildautorinnen

Klaus Lunau  
Maria G. Knaus-Loi  
Cesandra Plangger  
Naturpark Beverin  
Bartolome Tscharner  
Jolanda Rechsteiner  
Thomas Häusermann  
ZHAW, Hansjürg Gredig  
Gesundheitsamt Graubünden  
Werner Stucki  
Kouglof  
swisstopo  
demateo.com  
Frank Brüderli  
Viamala Tourismus  
EBP  
Lorenz Kunfermann  
Skilifte Tschappina-Lüscher-Urmein AG

### Konzeption Layout

Hü7 Design AG, Thuis / hue7.ch

### Umsetzung

Viamala Tourismus

# Was die Alp im Innersten zusammenhält

Text — Klaus Lunau

Bergwiesen und -weiden oberhalb der Baumgrenze sind Paradiese aus Menschenhand. Unterschiede in Höhe, Mikroklima, Boden und Bewirtschaftung schaffen eine beeindruckende Biodiversität. Der Artenreichtum sorgt für die Stabilisierung des Ökosystems Bergwiese und Bergweiden. Blütenbestäubende Insekten sind dabei eine unverzichtbare Nahtstelle zwischen Pflanzen- und Tierwelt, um die zunehmend gefährdeten Paradiese zu schützen.

Die Alpen oberhalb der Baumgrenze im Naturpark Beverin werden von den Landwirt\*innen der umliegenden Dörfer zur Heugewinnung und zur Beweidung bewirtschaftet. Viele Wandernde kommen hier herauf, um den Piz Beverin zu besteigen oder die atemberaubende Landschaft zu genießen. Mich hat es seit 40 Jahren immer wieder auf die Maiensässe oberhalb Mathon verschlagen, zunächst mit Forschenden der Universität Freiburg, später mal allein, mal mit der Familie und oft mit Studierenden der Universität Düsseldorf. So bin ich über viele Jahrzehnte von Düsseldorf nach Mathon gefahren, um einen Blüten- und Insektenreichtum aufzuzeigen, der andernorts nicht mehr vorhanden ist. Im Rahmen meines Blütenbiologie-Kurses behandelten wir die Bestäubung der Blü-

tenpflanzen, also der Bewegung des Pollens innerhalb einer Blüte (Selbstbestäubung), zwischen Blüten derselben Pflanzenart (Nachbarbestäubung) oder zwischen Blüten verschiedener Pflanzenarten (Fremdbestäubung). Nur Fremdbestäubung sorgt durch bisexuelle Fortpflanzung auf Dauer für anpassungsfähige Nachkommen, die sich von ihren Eltern unterscheiden, sodass die geeignetsten natürlich ausgelesen werden können. Die kurze Vegetationsperiode, extremes Klima, Wetterkapriolen und die Unsicherheit bei der Pollenübertragung zwingen montane und alpine Blütenpflanzen zu angepassten Lösungen. Die meisten Blütenpflanzen setzen auf Insekten als Überträger des Pollens von Blüte zu Blüte. Nicht wenige Blüten machen Selbstbestäubung dann, wenn Bestäuber ausbleiben.





Klaus Lunau leitete als Professor für Zoologie das Institut für Sinnesökologie an der Heinrich-Heine-Universität Düsseldorf. Er führte Student\*innen über viele Jahre in das Berghaus Dros zum Blütenbiologie-Kurs.

Fremdbestäubung bleibt jedoch das Ziel. Die Bestäubung von Blüten durch Insekten ist eine entscheidende Schnittstelle zwischen Pflanzen und Tieren, die wesentlich zur Vielfalt der Pflanzen- und Tierwelt auf den Bergwiesen und -weiden beiträgt.

### **Bestäuberdiversität und Stabilität von Ökosystemen**

Die Stabilität von Ökosystemen wie den Bergwiesen und -weiden hängt massgeblich von der Anzahl der Interaktionen der beteiligten Arten ab. Viele Interaktionen tragen dazu bei, das Vorkommen der beteiligten Arten zu sichern und ihre Häufigkeit zu kontrollieren. Die Verfügbarkeit von Nahrungsquellen beeinflusst das Wachstum von Organismen, ihre Gesundheit, aber auch ihre Fortpflanzungsfähigkeit und Dichte. Je engmaschiger das Netz zwischenartlicher Interaktionen gewebt ist, desto stabiler ist es gegen äussere Einflüsse und Störungen. Der Artenreichtum trägt dazu bei, dass in trockenen Jahren andere Arten bestimmte Funktionen übernehmen können als in feuchten Jahren; das gilt auch für kalte und warme, schneereiche und schneearme Jahre. Die Bergwiesen am Piz Beverin können



Für uns Menschen ist die Blütenpracht auf Bergwiesen schon beträchtlich, für Insekten ist diese Vielfalt noch grösser, denn in der Regel können Insekten im Unterschied zu uns Menschen ultraviolette Licht sehen.

einen Blütenbiologen immer noch entzücken, obwohl über die Jahre Veränderungen auch hier unübersehbar sind. Durch Wegebau werden immer höher liegende





Gebiete mit Maschinen erreicht. Wird beim Heuen die Sense durch Mähmaschinen ersetzt, werden in kürzeren Zeiträumen grössere Flächen gemäht. Der Zustrom von Ausflüglern und Touristen in alpine Regionen ist ambivalent, denn einerseits erwarten die Touristen den Eindruck einer intakten und vielfältigen Natur, andererseits stören sie diese Natur, indem sie Wild vertreiben, Müll hinterlassen, Erosion auf Wanderwegen fördern und eine Infrastruktur mit Parkplätzen, Zufahrtswegen und Aussichtspunkten wünschen.

Weltweit sind die Hälfte aller Blütenpflanzen, also etwa 175 000 Arten, für die Samenbildung auf Tiere als Bestäuber angewiesen. Menschengemachtes Insektensterben und Klimaerhitzung bedrohen diese Zusammenhänge. Die Bedeutung einzelner Arten für das Ökosystem ist nur für wenige Arten gut abschätzbar. Die aktuellen Gefährdungen betreffen jedoch meist nicht einzelne Arten, sondern sogar grössere Gruppen wie Bienen und andere Insekten und Gilden wie Blütenbesucher oder nicht trockenresistente Pflanzen. Wenn statt einzelner Arten ganze Grup-

pen bedroht sind, ist die Gefährdung des Ökosystems ungleich grösser. Der Beitrag von unscheinbaren Insekten zum Erhalt des Ökosystems ist dabei sicher grösser als allgemein angenommen. Wenn Sie einmal vor Ort sind, schauen Sie sich an, wie viele Interaktionen jede Art eingeht. Und denken Sie daran, wie dadurch die Alp zusammengehalten wird.

## INFORMATIONEN

Besuch des Ausstellungswagens mia natira zu den Wiesen und Weiden der Muntogna da Schons in Mathon.  
[naturpark-beverin.ch/mianatira](http://naturpark-beverin.ch/mianatira)

Artenreiche Blumenwiesen auf einem Flower-Walk in Lohn, Avers oder Feldis erleben: [flowerwalks.ch](http://flowerwalks.ch)



Der umfassende Bericht von Klaus Lunau:  
[naturpark-beverin.ch/natur](http://naturpark-beverin.ch/natur)



## «Wir haben die Natur vergessen – sie uns aber nicht»

Text – Cesandra Plangger

Seit einigen Monaten findet man inmitten des Bündner Kurortes Andeer den Laden «stiveta d'earvas». Inhaberin Cesandra Plangger bietet neben selbst gefertigten Salben und Tees (ausschliesslich aus handverlesenen, regionalen Kräutern) auch ihre wohltuenden und heilsamen Massagen und energetischen Heilmethoden an.

Umgeben von hohen Bergen und grünen Wiesen, schmiegt sich der charman- te Bündner Ort Andeer in die Natur. Hier hat Cesandra Plangger im November 2021 ihren Laden mit Praxis «stiveta d'earvas» eröffnet. «Earvas» ist das rätoromanische Wort für «Kräuter», und diese stehen im Mittelpunkt des Schaffens von Cesandra. Als ausgebildete Phytotherapeutin weiss Cesandra, wie man Pflanzen und Kräuter zu Heilmitteln verarbeitet und diese helfend und fördernd einsetzt. Nur handgepflückte Kräuter aus den Schamser Bergen werden zur Herstellung ihrer hochwertigen Salben und Tees verwendet. Neben dem Studium der Phytotherapie besuchte sie Kurse zur Salben- und Tinkturenherstellung. Die Ausbildung für Fussreflexzonenmassage, Kopf- und Rückenmassagen hat sie ebenso erfolgreich abgeschlossen, wie die, der energetischen Therapie Reiki. Somit ist es selbstverständlich, dass das «stiveta» (das Kräuterstübchen) neben dem Verkauf der Wildkräuterprodukte auch Massage- und Phytopraxis ist. «Den Menschen zur Selbstheilung zu verhelfen, ist mein Antrieb, meine Passion», sagt Cesandra und

strahlt. «Ich wende hierfür unsere fast ver- gessenen Freunde und Helfer aus der Natur an: unsere Pflanzen und Kräuter.» Eigentlich hat die Flora fast alles im Angebot, was der Mensch zur Wiedererlangung seines Wohlbefindens braucht.

Doch leider ist das Wissen hierüber fast durchwegs verloren gegangen. «Ich möch- te diesen Zugang wieder ermöglichen und die Kraft der Pflanzen den Menschen näher- bringen.» Die Natur um Andeer biete eine einmalige Flora, die andernorts kaum mehr vorhanden ist. Deshalb kann sich die ge- bürtige Bündnerin keinen besseren Ort für ihr Schaffen vorstellen. «Egal ob es einem psychisch oder physisch an etwas fehlt, man muss nur die Haustüre öffnen, in die Natur gehen und schon findet man vieles, das einem hilft.» Aus dem reichhaltigen Sortiment von «Earvas» gibt es beispiels- weise: Harzsalbe (Wundheilung), Arnika- salbe (heilsam für Weichteile) oder die Salbe aus dem unscheinbaren Kraut Stief- mütterchen, welche die Haut erstrahlen lässt. Und passend für die heutige Zeit den Melissentee, der die Nerven beruhigt.

# In der Tgea Loringett in Wergenstein sind moderne Büroräume entstanden

Text – Reiner Schilling

Die Tgea Loringett in Wergenstein wurde in den vergangenen Monaten zu einem Bürogebäude umgewandelt. Damit ging die Renovation des Center da Capricorns in eine zweite Phase über, welche für alle Nutzer deutliche Verbesserungen verspricht.

Von aussen merkt man dem denkmalgeschützten Gebäude die Umnutzung nicht an. Allerdings wurden im Inneren aus den ehemaligen Gästezimmern moderne Büroräume für eine flexible Nutzung erstellt. Das im 16./17. Jahrhundert erbaute Haus wurde 1934 zum Ferienhaus des Schweizerischen Metall- und Uhrenarbeiterverbands (SMUV). Bereits 1935 folgte der eigentliche Bau des heutigen Center da Capricorns. Bei der Renovation des Center da Capricorns vor elf Jahren musste die Tgea Loringett aus Kostengründen ausgeklammert werden. Infolgedessen stand das zum Anbau degradierte Haus die letzten zwölf Jahre leer. Inzwischen konnte der Stiftungsrat der Fundaziun Capricorns die Finanzierung sicherstellen und auch diesen Teil des Center da Capricorns sanieren.

Ab April 2022 werden die Geschäftsstelle des Naturpark Beverin sowie die Mitarbeitenden der ZHAW-Aussenstelle (Zürcher Hochschule für Angewandte Wissenschaften) in die neuen Räumlichkeiten umziehen. Das Hotel Capricorns erhält damit Platz für eine Betriebsleiterwohnung und

einen neuen erweiterten Wellnessbereich. Weiter wird es einen sogenannten «Co-working Space» für Hotel-, Feriengäste und Geschäftsreisende geben, zudem mietet sich die Lia Rumantscha mit einem Arbeitsplatz ein. Dank flexiblen Arbeitszeiten, Teilzeitpensen und Aussenterminen benötigen nicht alle Arbeitnehmenden einen fixen Arbeitsplatz. So teilen sich in Zukunft die Mitarbeitenden die Räumlichkeiten in einer modernen und effizienten Art.

## STEFAN LORINGETT 1891 – 1970

Durànt si'antiera veta à el s'angascho par sia patria, pigl rumantsch a par la cultura. Ad el e'gl d'angraztgear ca la SMUV (oz Unia) à biagieu igl hotel a Vargistagn. Stefan Loringett e sto igl amprem secretari general da la Lia Rumantscha. Pigls seas mares par la cultura a pigl lungatg rumantsch e el vagnieu undro cugl dr. h. c. da l'Universitad da Turitg.



[naturpark-beverin.ch/loringett](http://naturpark-beverin.ch/loringett)



# Frühlingserwachen im Avers

Text — Maria Knaus-Loi

Wenn sich im Flachland der Frühling schon allmählich dem Ende zuneigt und der Sommer schon vor der Tür steht, beginnt in den Bergen, genauer gesagt hier im Avers, der Bergfrühling. Die ersten Frühlingsboten kann man bereits ab ca. Mitte März entdecken. Gegen Ende April, wenn die Fettwiesen auf den Südhängen schon in saftigem Grün erscheinen, haben die Frösche in den Teichen bereits Hochzeit gefeiert. Die Nordhänge schimmern noch immer im weissen Kleid, und die letzten begeisterten Skitourenfahrer geniessen die sulzigen Abfahrten im Frühlingsschnee. Der Bergfrühling, der von Mai bis etwa Mitte Juli dauert, wird des Öfteren von erneutem Wintereinbruch und Kälte heimgesucht.

Die ersten Blumen, die ab Mitte März an sonnigen Felswänden beobachtet werden können, sind die «Turtschblüami», wie die Avner den gegenblättrigen Steinbrech nennen. Sie werden dicht gefolgt von den «Sandblüami» (Hufblattich), die schon früh die Strassenränder zieren. Die «Bäraplampa» (Pelzanemonen), welche oft schon vor Ende März zu finden sind, blühen ab ca. Anfang April zu Hunderten auf schneefreien Hügeln der mageren Alpweiden. Zu finden sind sie zwischen den letzten dahinschmelzenden Langlaufloipenspuren im Bergalga-Tal oder oberhalb der Strasse zwischen Juppa und Juf.

In den ersten Apriltagen spriessen die ersten «Trüatreipfa» (Krokusse) und die «Suugblüami» (Lungenkraut) in ihren blauroten

Farbtönen. Die ersten zaghaften Versuche gegen Mitte April machen auch die Felsprimeln, die tiefblauen Violetta oder Violettli (Frühlingsenziane), das Fünffingerkraut mit seinen goldgelben, herzförmigen fünfblättrigen Blüten. In bewaldeten Gebieten wie «Macsur», oberhalb von Cröt, treten Anfang April die «Merzablüami» (Leberblümchen) in Weiss und Lila an die Oberfläche. Etwas später finden sich auch die «Meiariisli» (Maiglöcklein) beim «Oggsabüal», «Schwinabluama» (Löwenzahn) lassen auch nicht lange auf sich warten. Kurz vor der Blüte sind die Löwenzahnblätter, als Salat oder gekocht als Spinat, ein willkommener Genuss nach den langen Wintermonaten. Ebenso dienen die «Heimala» (Guter Heinrich) als schmackhafter Frühlingsspinat. Der tiefblaue «Fingerhuat» (Kochscher

Enzian), welcher besonders auch auf Magerwiesen in unzähligen Mengen zu sehen ist, die lilafarbenen Alpen-Soldaneln, «Ggliissi» (Hahnenfuss), «Schnürrali» (Alpenstiefmütterchen), «Schniiderblüami» (Alpenlichtnelke), «Schoofäugli» (Mehlprimel), «Schoofli» (Schlangenknocherich), «Popparolla» (Butterblume), «Hansablüami» (Gänseblümchen), Vergissmeinnicht, Teufelskralle, Storchschnabel, um nur einige zu nennen, verwandeln die grünen Matten von ca. Mitte Mai bis Ende Juni in ein buntes Blumenmeer. Auf mageren Weiden, meist an steilen Sonnenhängen, ist im Gegensatz zu den Fettwiesen eine ganz andere Flora zu bestaunen. Ab ca. Mitte Juni zieren die Pracht- oder Paradieslilien und die Schwefelanemonen zu Hunderten die steilen Hänge zwischen Cresta und Alp Platta. Türkenbund, welcher besonders im Madris oder oberhalb von Juf zu sehen ist, «Tulipoona» (Feuerlilie) auf «Magsúr», «Brendli» (Männertreu), Alpenrose, Schlüsselblume, Alpenakelei und viele weitere Alpenblumen erfreuen das Auge. Auf der Alp Platta erwachen die Alpengoldsterne zu Hunderten auf einer einzigen Fläche. Die Blüten trotzen der zwischenzeitlich gefallenen Neuschneelast und stemmen ihre «Köpfe» schon nach kurzer Zeit durch die Schneedecke.

Auch die Tierwelt erwacht nach dem langen Winter. Ab Mitte März verlassen die Kreuzottern ihr Winterquartier, um sich gegen Mitte April zu paaren. Die ersten Zugvögel ziehen gegen Ende März ins Tal. Die Felsenschwalben, Bachstelzen, Drosseln und Finken, «Winniwanni» (Turmfalken) und viele mehr bevölkern die Wälder, Brücken und sonstigen Nist- und Lebensräume. Die ersten «Murmata» (Murmeltiere) verlassen ihre Winterbehausung gegen Mitte April, um sich nach dem langen Winterschlaf nach Futter umzusehen. Ab ca. 20. April beginnt die Paarungszeit und die jungen «Murmatali» erscheinen ab Anfang Juli an der Oberfläche. Die Jungtiere der Gämsen kommen ab Anfang Mai zuerst zur Welt, gefolgt von

den Rehen, Hirschen und Steinböcken. Die übermütigen Jungtiere können an verschiedenen Orten beobachtet werden, wie sie im Gelände und in den Felsen herumspringen.



## WICHTIGE HINWEISE

Zwischen Mitte Mai und Ende Juni ist der Bergfrühling mit seiner Blumenpracht und den Wildtieren am besten zu beobachten.

### Kontakt:

Viamala Tourismus Avers  
Gästeinformation  
7447 Cresta (Avers)

Montag, Mittwoch, Freitag:  
8.30 bis 11.30 Uhr  
081 667 11 67 / [avers@viamala.ch](mailto:avers@viamala.ch)



[avers.ch](http://avers.ch)  
[viamala.ch](http://viamala.ch)  
[murmata.ch](http://murmata.ch)



# Trailrunning – das Spiel mit der Natur

Text — Thomas Häusermann

Trailrunning ist im Aufwind, immer mehr Sportler\*innen und Hobbyläufer\*innen entdecken das Abenteuer im nicht asphaltierten Gelände als neue Liebe. Stellt sich die Frage, ist es alter Wein in neuen Schläuchen oder was ist Trailrunning wirklich? Was macht diesen Sport so erfolgreich? War auch hier Corona ein Treiber, weil diese Sportart draussen und überall zu machen ist?

Trailrunning definiert sich äusserst einfach: «Trailrunning bezeichnet alle Arten von Laufen in einer natürlichen Umgebung mit minimalem Anteil an befestigtem Untergrund.» Präzisierend muss man dazu sagen, dass mit Laufen auch Gehen gemeint ist, denn das ist ein wesentlicher Faktor des Trailrunnings. Und damit unterscheidet sich Trailrunning grundsätzlich von allen Laufsportarten. Es ist nicht das Ziel, möglichst alles zu rennen. Die Bewegung im Gelände, die Rhythmuswechsel vorgegeben durch den Untergrund, die Steilheit oder auch die Länge eines Runs zeichnen seinen Charakter. Die Gegebenheit, dass nicht jeder Schritt gleich, der Lauf nicht monoton ist, hat dabei Vor- und Nachteile. Man findet dabei im Vergleich zum Strassenlauf nicht einen eigentlichen Rhythmus; beim Trail-

running sucht man den Flow. Man versucht, es fliessen zu lassen, dem Weg und den eigenen Fähigkeiten angepasst. Und diese Unregelmässigkeit, dieses ständige Ausbalancieren bringt weitere Vorteile: Der gesamte Körper wird trainiert. Läufer, die zum ersten Mal Trailrunning betreiben, haben nicht selten Muskelkater in der Schultergegend. Je unruhiger der Untergrund wird und je mehr in Sachen Fokus und Konzentration gefordert ist, umso mehr ergibt sich ein kurzweiliges Empfinden und es führt auch dazu, dass man sehr nahe bei sich selbst ist. Nicht meditativ, sondern in einer intensiven Auseinandersetzung mit dem Hier und Jetzt. Es ist das, was man mit Abschalten meint und damit ein äusserst guter Ausgleich zum Alltag.





Abendstimmung auf dem Piz Beverin

Schaut und hört man Trailrunnern zu, merkt man schnell, dass es «das» Trailrunning nicht gibt. Zu unterschiedlich sind die Vorlieben und zu unterschiedlich die Unterarten. Die einen lieben das sanfte Weglein entlang eines Baches oder Bergsees, die anderen den langen Anstieg bis zum Gipfel, weitere die technischen Downhills mit Sprüngen und Steinen und all dies aufgeteilt in entweder kurze Strecken oder lange Abenteuer. Alles ist Trailrunning. Alles ist gesund. Gesund ist das richtige Stichwort, um mit einem Mythos aufzuräumen: Laufen ist nicht ungesund, auch oder speziell für die Knie nicht. Vorbehalten, die Knie sind gesund, lässt sich im Gegenteil eine gesundheitsfördernde Wirkung nachweisen. Und selbstverständlich sollen das Laufen und die Kondition in vernünftigen Schritten aufgebaut werden. Dass Laufen die natürlichste Form der Bewegung ist, zeigt die Anatomie des Menschen, die dafür gemacht ist. Die Tatsache, dass der Mensch im Unterschied zu allen anderen Säugetieren schwitzen kann, beweist, dass wir alle im Kern Ausdauersportler\*innen oder präzise Trailrunner\*innen sind. Die Bewegungsform des langsamen Rennens, kombiniert mit Gehen auf unebenem Untergrund, darf durchaus als Grundbedürfnis interpretiert werden. Let's trail.



## THOMAS HÄUSERMANN

**Thomas Häusermann** ist Projektleiter bei graubünden Trailrun, Trailrunningguide sowie OK-Präsident der Erlebnisläufe Transruinaulta/Transviamala. Als Teilhaber der Zenit run GmbH, des Kompetenzzentrums für Trailrunning in Wengenstein, berät und coacht er Destinationen und Veranstalter in allen Bereichen des Trailrunnings.



zenit.run

## Hütten-Erlebnis zwischen Höll und Paradies

Text — Samirah Hohl

«Zwischen Höll und Paradies» – der Slogan macht neugierig. Er gehört zur Zapporthütte, einer der zwei Hütten der SAC-Sektion Rätia, welche in der Region des Viamala Fokus liegen.

Während der unbewarteten Zeit ist das Platzangebot in der Zapporthütte auf sechs Personen in der Küche beschränkt. Suchen mehr Personen Unterschlupf, braucht es viel Organisationstalent, da die Stube während der Zwischensaison nicht beheizt werden kann. Doch auch bei der Bewartung wird die Hütte im einfachen Stil gehalten. Eine steile Holzterrasse führt hoch zu einem der zwei Schlafräume, wo 20 Personen Platz finden, der zweite für 4 Personen liegt im Parterre hinter der Küche. Zum Waschen steht ein Brunnen vor der Hütte und in der Nähe hat es diverse Bäche und Wasserfälle. Das Leben ist hier noch ursprünglich, wie es sich für die älteste SAC-Hütte Graubündens gehört. Seit 1872 steht sie im Zapporttal am Ursprung des Hinterrheins.

Beim mehrgängigen Hütten-Znacht wird jedoch so mancher überrascht, wenn Hüttenwart Martin Trutmann auf 2276 m ü. M. zur Vorspeise Salat aus dem eigenen Hüt-

tentreibhaus garniert mit frischen Blüten, serviert! Dank der sonnigen Lage gedeihen hier nicht nur Salate, sondern auch Federkohl und Radieschen. Die weiteren Lebensmittel werden möglichst aus der Region bezogen. Martin kauft Gemüse beim Hofladen Realta in Cazis ein, besorgt Käse aus dem Rheinwald, Fleisch aus Splügen und weitere Lebensmittel oft beim Volg. Das Ganze muss gut geplant sein, da die Lebensmittel per Helikopter zur Zapporthütte geflogen werden. Der 3½-stündige Aufstieg (T3) von Hinterrhein lohnt sich auf jeden Fall. Der Weg schlängelt sich entlang des rauschenden Hinterrheins stetig leicht aufwärts. Unberührte Natur, im Sommer prächtige Blumenwiesen von Kartäusernelken über Männertreu bis Edelweiss, im Winter Eiszapfen – man fühlt sich wie in einer anderen Welt, fernab vom Alltagstrubel und vom Verkehr, der am Startpunkt der Wanderung durch den San-Bernardino-Tunnel rauscht.

Die Zapporthütte liegt am Rande mehrerer Gletscher und ist Ausgangspunkt für zahlreiche Hochtouren und Skitouren auf die umliegenden Gipfel. Übergänge zum Zervreilasee und zur Läntahütte (T4), zur Capanna Quarnei (T5) oder zu den Adulahütten (WS) bieten sich an, um ein mehrtägiges Hüttenerlebnis zu planen. Wer nicht zum Gipfelstürmen und Weitwandern, sondern wegen des einmaligen Ambientes in die Zapporthütte gekommen ist, kann im Sommer eine kleinere Wanderung zum Ursprung des Hinterrheins (T2), zum Hexenseeli (T5) oder zu den Gletschertoren des Paradiesgletschers (T4) machen. Die Flurnamen klingen märchenhaft, genauso wie die Orte Höll und Paradies, welche nicht nur zu Werbezwecken im Slogan landeten, sondern in der Umgebung der Zapporthütte tatsächlich als Flurnamen existieren. Zu ihrer Herkunft gibt es verschiedene Vermutungen:

Eine Legende erzählt von Häusern, einer Kirche, von Gärten voller Korn und Wein am Ort «Paradies». Doch es sei ein sündiges Völkchen gewesen. Das Eis vom Gletscher habe das Dorf begraben, das Wasser die Menschen in die «Höll» (Schlucht) getrieben. Nur die Glocke der Kirche läute noch heute in Hinterrhein...

Martin Trutmann vermutet, dass vor vielen Jahren die Walser von Süden über den Vogelbärg nach Zapport gekommen seien. Nachdem sie ewig lange über Gletscher und Geröll gewandert waren, erreichten sie beim Ort «Paradies» zum ersten Mal wieder eine grüne Fläche. Und doch konnten sie nicht bis nach Hinterrhein gelangen, denn die «Höll», eine unpassierbare Schlucht, versperrte den Weg talauswärts. So soll ein Dörfchen im Paradies entstanden sein, das jedoch während der kleinen Eiszeit vom Gletschereis zerstört worden sei ...

So oder so, der Ursprung des Hinterrheins und die wilde schöne Gegend machen

für Martin Trutmann die Zapporthütte zu einem ganz besonderen Ort. Nachdem er drei Sommer auf der Claridenhütte gearbeitet hatte, übernahm er die Zapporthütte. Nun begann am 12. Februar mit dem Start der Wintersaison 2022 bereits sein siebtes Jahr als Hüttenwart.



Martin Trutmann vor der Zapporthütte

## ZAPPORT HÜTTE (2 276 M Ü. M.)

**Hüttenwart:** Martin Trutmann, aus Mathon

**Bewartet:** März bis Mai / Juli bis Oktober

**Winterraum:** immer offen

**Hinweis Zustieg ab Hinterrhein:**

Sich am Vortag beim Panzerschiessplatz über den Schiessbetrieb und mögliche Begehungszeiten informieren (058 482 11 11). An den Wochenenden ist kein Schiessbetrieb.

**Kontakt:**

079 612 60 67, [info@zapporthuette.ch](mailto:info@zapporthuette.ch),  
Hüttentelefon 081 664 14 96



[zapporthuette.ch](http://zapporthuette.ch)





# Mitmischen, bitte!

Text — Franzisca Zehnder

«Gibt es in Ihren Gemeinden eine beauftragte Person, die sich um die Anliegen von Senior\*innen kümmert? Und wäre es wünschenswert, künftig eine solche zu haben?» fragt die Moderatorin, Franzisca Zehnder, Projektleiterin Gesundheitsförderung & Prävention im Alter, die Anwesenden.

Die Gemeinden Rheinwald und Sufers haben in Zusammenarbeit mit dem Gesundheitsamt Graubünden und Pro Senectute Graubünden einen Mitwirkungsprozess lanciert. Dieser verfolgt das Ziel «Stärkung der Autonomie, der Gesundheit und der Lebensqualität der älteren Menschen zur Erhöhung der Anzahl der gesunden Lebensjahre und zur Verzögerung der Heimeintritte» (Altersleitbild Graubünden, 2012). Solche Mitwirkungsprozesse beleben ausserdem das Dorf, stärken die lokale Zusammenarbeit und fördern die Kommunikation sowie das Verständnis und den Zusammenhalt untereinander.

## Erfolgreicher Start des Prozesses

Ende November 2021 trafen sich Vertreter\*innen der beiden Gemeindevorstände von

Rheinwald und Sufers sowie in der Altersarbeit Tätige zur Situations- und Bedarfsanalyse in Splügen. Das Resultat der Sitzung: Eine erste Auslegeordnung betreffend Stärken und Lücken in den beiden Gemeinden hinsichtlich Lebensqualität im Alter. Mit dem Mitwirkungsprozess sollen einerseits die persönliche Gesundheitskompetenz der einzelnen Menschen gestärkt und andererseits gesellschaftliche und sozialräumliche Rahmenbedingungen verbessert werden. Daher beleuchtet die Gruppe verschiedene Themenbereiche mit dem Fokus «Alter»:

### – Gemeinde als Lebensraum:

z.B. Stellenwert des Themas Alter, Anlaufstellen für Altersfragen, Wohnen im Alter, altersgerechte Mobilität und Infrastruktur

## Die fünf Phasen des Mitwirkungsprozesses



– **Beziehungsnetz und Gemeinschaft:** generationenübergreifende Projekte, soziale Kontakt- und Partizipationsmöglichkeiten, Freiwilligenarbeit

– **Persönliche Gesundheitskompetenz:** Anlaufstellen und Angebote zur Stärkung der Gesundheitskompetenz bezüglich Bewegung, Ernährung, psychischer Gesundheit und Lebensgestaltung

Die Gruppe diskutierte rege und stellte zum Beispiel fest, dass es wenig Begegnungsorte oder -räume für ältere Menschen gibt. Doch wie müssten sie aussehen, was sollte dort stattfinden und wo müssten sie idealerweise sein? Das will die Gruppe die Senior\*innen selber fragen. Und das wird auch der nächste Schritt sein, denn ein weiterer Erfolgsfaktor in der Gesundheitsförderung ist die Beteiligung von Betroffenen, die Partizipation. Daher werden Senior\*innen im neuen Jahr von den Gemeinden eingeladen, ihre eigene Lebenswelt mitzugestalten. Das heisst, mitmischen, eigene Anliegen und Ideen für die Gestaltung des eigenen Lebensraumes

austauschen, Zukunftsvisionen und Pläne schmieden und gemeinsam Massnahmen umsetzen. Die Zukunftswerkstatt wird im Frühling durchgeführt. Die Einladung an die Bevölkerung folgt.

## INFORMATIONEN

Die Broschüre «Mitmischen, bitte!» zeigt auf, wie Sie in Ihrer Gemeinde Mitwirkungsprozesse gezielt, einfach und strukturiert umsetzen und verankern können.

Kontakt  
Gesundheitsamt Graubünden,  
Gesundheitsförderung und Prävention,  
gf@san.gr.ch

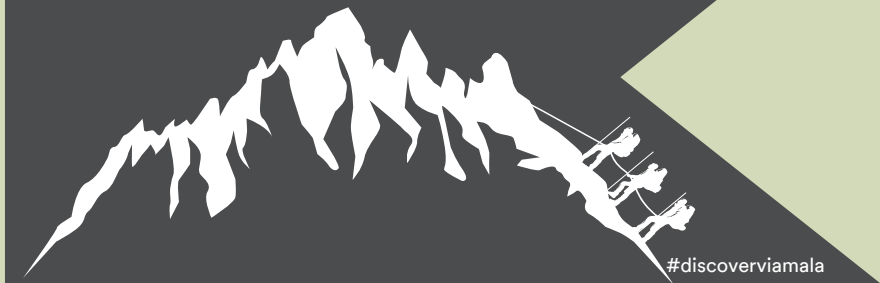
Franziska Zehnder, Projektleiterin Gesundheitsförderung & Prävention im Alter,  
Pro Senectute Graubünden / Gesundheitsamt Graubünden



[bischfit.ch/mitmischen-bitte](http://bischfit.ch/mitmischen-bitte)

## Stock Bock

Ganz bequem ausleihen, wandern und zurückbringen!



## Stecken-Sharing

An den Gästeinformationen von Viamala Tourismus steht ab diesem Jahr der Stock Bock mit Wanderstöcken für jede Wanderung zur Verfügung. Dabei handelt es sich um ein Stecken-Sharing. Das Ganze funktioniert ganz einfach. Alle, die einen Wanderstock brauchen, können ihn ganz einfach bei uns ausleihen. Wenn eure Wanderung fertig ist, könnt ihr den Wanderstock einfach wieder an zwei verschiedenen Stock Bock-Stationen zurückbringen.

[viamala.ch](http://viamala.ch)

## Befrager\*innen im Nebenerwerb

Für eine Studie zur Bedeutung des Tourismus im Kanton Graubünden suchen wir motivierte Befrager\*innen für kurze Interviews mit in- und ausländischen Touristen und Gästen. Die Befragungen finden in der Sommersaison 2022 und in der Wintersaison 2022/2023 statt. An einer Schulung werden Sie sorgfältig auf Ihre Aufgabe vorbereitet. Die meisten Einsätze finden an touristischen Hotspots und Events statt und dauern ca. 5 Stunden (inkl. Anreise).

[viamala.ch/jobs](http://viamala.ch/jobs)

**EBP**





## Weltmusikformation mit neuem CD-Projekt

Die Weltmusikformation KOUGLOF lebt und arbeitet im Domleschg. Seit 20 Jahren spielen sie an privaten und öffentlichen Anlässen und geben Konzerte in der ganzen Region Viamala. Aufgrund der langen unfreiwilligen Zeit ohne Auftritte, aber auch zum 20-Jahr-Jubiläum, hat sich die Band letzten Herbst ins Studio begeben und ihr drittes CD-Projekt realisiert. News und Details gibt es auf der Website.

[kouglof.ch](http://kouglof.ch)

## R(h)eintauchen ins Wasser – Jahresthema 2022 Naturpark Beverin

Der Vorder- und der Hinterrhein prägen die Landschaft des Naturpark Beverin. Wasser ist aber nicht nur in Flüssen, sondern in vielfältigen Formen präsent. Im Jahr 2022 tauchen wir ein und bieten verschiedene Exkursionen und Vorträge zum Thema Wasser an.

[naturpark-beverin.ch/jahresthema](http://naturpark-beverin.ch/jahresthema)





## KulinarikPASS Heinzenberg – Gaumenfreude mit Bergpanorama

Der KulinarikPASS verbindet Bewegung, Genuss und ein einzigartiges Bergpanorama. Nach einem erfolgreichen Start im Winter werden verschiedene Gastrobetriebe am Heinzenberg dieses Angebot auch im Sommer weiterführen. Für Einheimische und Gäste heisst es also wieder: Wanderschuhe anziehen, das Bergpanorama geniessen und in voller Flexibilität kulinarische Köstlichkeiten am Berg schlemmen.

[viamala.ch/kulinarikpass](http://viamala.ch/kulinarikpass)



## Alpkäse von der Alp Curtginatsch für die Bäckerei Merz

Seit Oktober gibt es in der Bäckerei Merz ein saisonales Sandwich mit Alpkäse vom Schamserberg. Die Stärkung unserer regionalen Produkte fördert die lokale Wirtschaft, und die nachhaltige Produktion trägt zum Erhalt unserer Kulturlandschaft bei.

[pre-beverin.ch](http://pre-beverin.ch)



## Alle Gemeinden sagen JA zum Naturpark Beverin

Alle neun Naturpark-Gemeinden vom Naturpark Beverin haben JA zum Parkvertrag für die nächsten zehn Jahre gesagt. Als nächster Schritt wird nun das Labelgesuch beim Bundesamt für Umwelt eingereicht, um hoffentlich im Sommer 2022 grünes Licht für die zweite zehnjährige Betriebsphase als «Regionaler Naturpark von nationaler Bedeutung» zu bekommen.

[naturpark-beverin.ch](http://naturpark-beverin.ch)

Andeer, Ferrera, Muntogna da Schons, Rheinwald, Rongellen, Safiental, Sufers, Tschappina und Zillis-Reischen sind die Trägergemeinden des Naturpark Beverin. Gemeinsam setzen sie sich zusammen mit der Bevölkerung für eine nachhaltige Regionalentwicklung ein.



## Dreitägiger Kunstevent am 20. – 22. Mai 2022

Die Kunstausstellung «Kostbar» in Almens mit Kunstwerken und Kunsthandwerk von über 30 Kunstschaffenden aus der Region Viamala wurde von Ende Februar auf den 20.–22. Mai 2022 verschoben.

[kostbar-almens.ch](http://kostbar-almens.ch)



REZEPT

# Thusner Hosenknöpfe

Text — Gyger Thusis

## REZEPT VON CONFISERIE, RESTAURANT, B&B GYGER

### Thusner Hosenknöpfe

---

- 2000 g** Zucker
- 550 g** Butter
- 250 g** Eier
- 500 g** Wasser
- 10 g** Rosenwasser
- 2500 g** Mehl

#### Zubereitung

Alle Zutaten kurz zusammenmischen, bis die Masse einen Teig ergibt. Danach den Teig auf 1 cm Dicke ausrollen und ausstechen. Mit der Hand werden die Teigstücke zu Kugeln geformt.

#### Backen

Die Kugeln auf ein vorgefettetes Blech oder auf Backpapier mit genügend Abstand legen. Ohne Unterhitze auf 180 °C backen, bis die Hosenknöpfe eine schöne helle Farbe bekommen.

Das Café Gyger in Thusis bietet saisonale und regionale Gerichte an und verwöhnt mit Köstlichkeiten aus hauseigener Konditorei, Bäckerei und Confiserie. Für jeden Geschmack lässt sich in der Konditorei etwas Feines finden. Das Restaurant lädt mit seinem Ambiente zum Verweilen ein, und die Leckereien lassen so manchen Gast zurückkehren.



[viamala.ch/rezepte](http://viamala.ch/rezepte)

# Johann Clopath «Richard Coray 1869 – 1946, Leben und Werk»

Text — Lorenz Kunfermann

Brücken und Graubünden: eine Liebesbeziehung, eine Notwendigkeit, eine Tugend, kurz: Graubünden ohne Brücken ist nicht denkbar. Grosse Brückenbauer haben berühmte Brücken gebaut, die weltweit beachtet werden.

Richard Coray gehört zu den ganz Grossen. Johann Clopath aus Trin legte vor Kurzem einen Prachtband von 501 Seiten über Leben und Werk von Richard Coray vor, mit Texten von Johann Clopath, Jürg Konzett und Andreas Kessler.

Richard Coray, geboren 1869 in Trin, studierte nach der Zimmermannslehre am Technikum in Winterthur. Mit 25 Jahren gründete er zusammen mit Hans Telli seine erste Firma. Als eine der ersten Arbeiten baute Coray eine Seilbahn bei Rongellen für den Holztransport. Sichtbar von dieser Seilbahn ist heute nichts mehr, im Buch ist sie zum Glück mit Fotos dokumentiert. Berühmt wurde Richard Coray aber nicht mit Seilbahnen, sondern mit Lehrgerüsten.

Das erste Lehrgerüst entstand für die Strassenbrücke im Versmertobel. Für Brücken über die Albula und den Rhein baute Coray viele Lehrgerüste, zum Beispiel für die Eisenbahnbrücke über den Hinterrhein von Thusis nach Sils i.D. Berühmt wurde seine Arbeit durch das Soliser Viadukt. Auf Fotos sind Männer zu sehen, die 80m über der Albula auf Gerüsten stehen, ohne Geländer. Weniger gefährlich war der Bau der Treppeanlage in der Viamala-Schlucht, in nur drei Monaten wurde die ganze Anlage in



mustergültiger Weise gebaut. Das Wiesner Viadukt ist ebenfalls eines der grossen Werke von Coray.

Viele Schwarz-Weiss-Fotos und Pläne illustrieren und dokumentieren das Buch. In der ganzen Schweiz und im Ausland hat Richard Coray seine Spuren hinterlassen. Vieles ist nicht mehr sichtbar, die Lehrgerüste verschwinden ja nach der Fertigstellung der Brücken. Die Fotos von der Hängebrücke von Thusis nach Sils i.D. sind farbig. Die Brücke steht heute noch, Richard Coray baute die Konstruktion 1917, die Holzteile wurden 2020 ersetzt. Johann Clopath ist ein Buch gelungen, das Geschichte, Technik, Menschlichkeit und Baukunst auf beste Art und Weise vereint.





# Reaktivierung Lüschersee

Text — Hanspeter Grass

Die Skilifte Tschappina-Lüschersee AG investieren in die Schneesicherheit und damit in die Zukunft. Die ersten Investitionen in die technische Beschneigung wurden im Jahr 1998 getätigt. Seither wurde die technische Beschneigung laufend ausgebaut und erweitert. Heute können die Hauptpisten an jedem Lift künstlich beschneit werden, was auch bei knappen Schneeverhältnissen einen frühen Saisonstart ermöglicht.

Die Entwicklung der letzten Jahre zeigt, dass das Zeitfenster für die technische Beschneigung kürzer wird und Schneesicherheit an Weihnachten zu einem kritischen Erfolgsfaktor wird. Um die Pisten innert kurzer Zeit einzuschneien, braucht es entsprechende Wasserreserven. Da ein konventioneller Speichersee in der geforderten

Grösse für ein kleines Skigebiet schwer zu finanzieren ist, haben die Skilifte Tschappina eine innovative Lösung gefunden, die auch für die touristische Sommernutzung grosses Potenzial bietet.

Mit der Reaktivierung des Lüschersees werden einerseits die notwendigen Was-





Betonarbeiten Grundablass und Betonzapfen für Stollenverschluss



Helitransport von Spritzbeton zur Baustelle

serreserven für die technische Beschneieung geschaffen. Das Hauptziel ist die nachhaltige Sicherung der Zukunft und damit die Wertschöpfung und die Arbeitsplätze in der Region. Andererseits wird dadurch ein natürlicher Bergsee mit einer Fläche von 3 Hektaren wiederbelebt, der eine landschaftliche Bereicherung darstellt und auch im Sommer die Attraktivität des Heinzenbergs nochmals steigert.

Nach einer aufwendigen Planungs- und Bewilligungsphase konnten im Herbst 2021 die Bauarbeiten auf der Seeseite abgeschlossen werden. Somit kann das Wasser aus der Schneeschmelze zurückgehalten werden und steht ab dem kommenden Jahr für die technische Beschneieung zur Verfügung. Im Frühling 2022 werden auf der Aussenseite des Stollens noch die notwendigen Installationen fertiggestellt. Die Bauarbeiten konnten mit minimalen Eingriffen in die Natur realisiert werden. Zudem wurden lokale Ersatzmassnahmen realisiert, um die Artenvielfalt mit einer schützenswerten Libellenpopulation zu erhalten.

Der Lüschersee wurde im Jahr 1910 durch einen künstlichen Stollen abgelassen, weil

zu diesem Zeitpunkt ein Zusammenhang zwischen dem Lüschersee und den Hangrutschungen am Heinzenberg vermutet wurde. Dieser Zusammenhang war schon zu diesem Zeitpunkt umstritten. Umfangreiche geologische und hydrologische Untersuchungen haben ergeben, dass der Lüschersee nur einen untergeordneten Einfluss auf die Hangrutschungen am Heinzenberg hat. Die Hangrutschungen werden während einer Testphase von 3 bis 5 Jahren engmaschig überwacht, um eine durch den Wiederaufstau verursachte Zunahme der Hangrutschungen auszuschliessen.

Die bewegte Geschichte des Heinzenbergs, welche bereits auf dem Themenweg «Glaspass – Ein Berg im Fluss» erlebbar ist, wird mit der Reaktivierung des Lüschersees um ein weiteres Kapitel ergänzt. Ein Besuch am Glaspass bzw. am Lüschersee ist in vielerlei Hinsicht lohnenswert. Die Gäste können in die Geschichte der Hangrutschungen eintauchen oder einfach die traumhafte Natur rund um den Lüschersee am Fuss des Piz Beverin geniessen.





# Ein Tag im Eis

Text — Lars Dünner

Ein Tag mit Steigeisen, Kletterhelm und Pickel am Eisfall – ein Erlebnis, für das sich die Destination Viamala bestens eignet. Das Avers und Rheinwald sind regelrechte Eldorados für Eiskletterer aus ganz Europa. Der bekannte Thron im Avers ist mit seinen rund 300 Metern Höhe weit über unsere Grenzen bekannt. Dieses Erlebnis wollte ich mir nicht entgehen lassen, wobei ich natürlich an einer kleineren Eiswand meine Fähigkeiten geübt habe.

Es ist Februar und zum guten Glück waren die letzten Tage im Avers etwas kälter, sodass es möglich ist, einen Eisfall hochzusteigen. Voller Ehrgeiz und etwas aufgeregter, da ich nicht genau weiss, was auf mich zukommt, mache ich mich morgens auf den Weg ins tief verschneite Avers. In Cresta angekommen, wartet bereits Wendelin von der Bergsportschule auf mich. Wir plaudern ein wenig, bevor wir uns mit sämtlichem Material zu Fuss auf den Weg in die Schlucht machen.

Die Sonne scheint uns ins Gesicht, bis wir nach der ersten Anstrengung durch den

tiefen Schnee am Flussbett des jungen Averser-Rheins ankommen. Für alle diejenigen, mich eingeschlossen, bei denen die letzte Erfahrung am Seil Jahre her ist oder die dies noch nie gemacht haben, gibt es nun eine detaillierte Einführung in Eisklettern, Sicherung, Knoten und Techniken im faszinierenden gefrorenen Wasser. Schon bald aber geht es ans Eingemachte, und wir versuchen unsere ersten Schritte am Fusse der rund 15 Meter hohen Eiswand.

Am Anfang noch sehr ungewohnt, findet man schnell Gefallen an der ganzen Sache und freut sich auf die Seillänge, welche



Wendelin in der Zwischenzeit gelegt hat. Dann geht es los – Pickelschlag um Pickelschlag und Schritt um Schritt geht es gesichert die Eiswand hoch. Eine Mischung aus Kraft und Technik ist notwendig, bis man sich zuoberst befindet und voller Stolz nach unten schauen kann. Den ganzen Tag verweilen wir dort, klettern abermals die Eiswand hoch, und ich erhalte immer wieder neue spannende Tipps und Tricks von Wendelin, welche er mit Freude erklärt und auch direkt am Eis vorzeigt.

Die Mittagspause am Fluss mit Verpflegung aus dem Rucksack, wobei die Anstrengung in den Armen bereits spürbar ist, ist natürlich nicht wegzudenken, denn man wird hungrig. Immer wieder setzt Wendelin neue Routen in der Wand, welche zu bewältigen sind. Bis man dann am Nachmittag irgendwann nicht mehr wirklich die Kraft besitzt, um alles Gewollte zu meistern.

Nach einem sehr interessanten und erlebnisreichen Tag packen wir alles zusammen und machen uns an den Aufstieg zu den Autos in Cresta. Nach einem gemütlichen Abschluss im Restaurant fahre ich mit einer grossartigen Erinnerung nach Hause, wo ich in dieser Nacht richtig gut schlafen werde.



## INFORMATIONEN

Von geführten Eiskletterrouten für Profis bis zu Schnupperkursen – die Bergführer der Bergsportschule Grischa bieten für alle Erfahrungsstufen ein Programm.

Kontakt  
Bergsportschule Grischa  
Am Bach 77  
7447 Am Bach (Avers)  
079 102 33 65  
[info@bergsportschulegrischa.ch](mailto:info@bergsportschulegrischa.ch)



[bergsportschulegrischa.ch](http://bergsportschulegrischa.ch)



# Faszination Rheinschlucht

Text — Christian Malär

Das Einsatzgebiet von Christian Malär, Gruppenleiter des Rangerdienstes Rheinschlucht/Ruinaulta, beheimatet eine grosse Artenvielfalt, darunter auch viele seltene Pflanzen und bedrohte Tierarten. Unterwegs in der Rheinschlucht, schwingt immer das Gefühl mit, in eine andere Welt einzutauchen.

Die Unterschiede der Standortansprüche könnten für Pflanzen und Tiere auf sehr kleinem Gebiet nicht grösser sein. Sind es den Rhein entlang wasserliebende, hohe Bäume, wachsen wenige Meter hangaufwärts nur noch magere kleinwüchsige Sträucher. Die Farben der Pflanzengesellschaften wechseln von einem saftigen Grün in einen mehrheitlich braungrünlichen Ton. Hohe Temperaturunterschiede, unterschiedliche Bodenverhältnisse und differenzierende Geländeformen auf kleinstem Raum schaffen Wuchs- und Lebensbedingungen für seltene Pflanzen und Tierarten, von welchen einige Spezialitäten der Rheinschlucht vorgestellt werden.

## Erika-Föhrenwald

Der Erika-Föhrenwald gehört wegen seiner speziellen Standortansprüche zu den selte-

nen und ökologisch wertvollsten Waldgesellschaften in der Schweiz. Die Namensgebung wird von der Föhre als Baumart und dem Erikakraut, welches am Boden wächst, hergeleitet. Diese Waldgesellschaft wächst auf extrem flachgründigen und trockenen Böden in südexponierten Lagen in der Schlucht. Im Erika-Föhrenwald sind Orchideen und sehr seltene Schmetterlinge anzutreffen.

## Bedrohte Vogelarten

Auch für die Vogelwelt ist die Ruinaulta ein Ort von grösster Bedeutung. Flussufer, Felsritzen und Höhlen, abgestorbene Bäume und besonnte Hänge bieten unzähligen Vogelarten Nistgelegenheiten.

Den grössten Aufwand zum Erhalt der Spezies betreiben die Ranger\*innen für die



Die bekannteste Orchidee, der Frauenschuh, fühlt sich in der Rheinschlucht heimisch

Flussuferläufer und Flussregenpfeifer. Von Anfang April bis Mitte Juli zäunen sie die Brutgebiete ab, damit niemand in diese Lebensräume eindringt. Vom bedrohten Flussuferläufer bestehen noch ca. 100 bis 120 Brutpaare. Der Vorderrhein und die Rhäzünser Auen am Hinterrhein gehören zu ihren Hauptbrutplätzen in der Schweiz.

Auch der Flussregenpfeifer gehört in die gleiche Gefährdungskategorie. In der Rheinschlucht kommt er aber nur vereinzelt vor. Das Spezielle an dieser Vogelart ist, dass sie kein Nest baut, sondern ihre Eier, welche farblich gut getarnt an die Umgebung angepasst sind, auf einer Kiesbank zwischen den Steinen legt.

Die Brut der beiden Vogelarten ist hauptsächlich durch Hochwasser gefährdet. Ein Hochwasser in der Brutzeit vernichtet den Jungwuchs einer ganzen Generation. Daher ist der Bruterfolg von unter 30 Prozent sehr gering. Beide Vogelarten sind Zugvögel und überwintern im südlichen Afrika.

### **Biber**

Der nachtaktive und scheue Biber ist noch nicht lange in der Rheinschlucht heimisch. Obwohl seine Spuren schon seit einigen Jahren anhand von gefällten Bäumen sichtbar waren, konnte der Rangerdienst erstmals im Jahre 2020 Jungtiere nachweisen.

### **Orchideen**

Die besonderen Wuchsverhältnisse und der karge, vom Sonnenlicht verwöhnte Boden sind auch für Orchideenarten von grosser Bedeutung. Von den ca. 70 wild wachsenden Orchideen in der Schweiz sind ca. 20 Arten in der Ruinaulta beheimatet. Sie heissen z.B. Helmknabenkraut, rotes Waldvögelein, Herz-Zweiblatt oder Nestwurz.

## VERHALTENSREGELN ZUM SCHUTZ DER RHEIN-SCHLUCHT/RUINAULTA

- Bitte verlassen Sie die ausgeschilderten Wanderwege nicht.
- Hunde sind an der Leine zu führen.
- Der Wanderweg entlang des Rheins ist keine Bikeroute.
- Anlandung mit Kanus und Booten ist nur an markierten Stellen erlaubt.
- Betretungsverbot der mit Tafeln markierten Kiesbänke vom 1. April bis 15. Juli.
- Bitte keine Blumen pflücken.
- Bitte benutzen Sie nur offizielle Feuerstellen und beachten Sie mögliche Feuerverbote.
- Bitte nehmen Sie Ihren Abfall wieder mit.
- Biwakieren ist nicht erlaubt. Campieren ist ausschliesslich auf offiziellen Campingplätzen erlaubt.



## FASZINATUR EXKURSIONEN

Das Safiental und insbesondere die Rheinschlucht sind Heimat für viele seltene und auch geschützte Tier- und Pflanzenarten. Im Frühling zeigt sich die Flora in all ihrer Pracht und mit Glück kann man auf den Kiesinseln die bedrohten Flussuferläufer beobachten. Unterwegs mit Fachpersonen, erfahren Sie viel Wissenswertes über ausgewählte Themen zu Flora und Fauna.



[faszinatur.ch](https://faszinatur.ch)



## LIFESTYLE-FESTIVAL

Das sportliche und kulturelle Programm wird mit einem vielseitigen kulinarischen Angebot ergänzt, das während des gesamten Lifestyle-festivals für Variationen und entspannende Genussmomente sorgt.

Festprogramm 8.4.2022 bis 10.4.2022



[viamala.ch/sportzundbeatz](https://viamala.ch/sportzundbeatz)

## FRÜHJAHRSSCHWINGFESTE CAZIS

Die lokalen Schwingclubs organisieren das Bündner Frühjahrs-schwingen in Verbindung mit dem Bündner Kantonalen Nachwuch-schwingfest. Für die Organisation des Anlasses ist der Schwingclub Heinzenberg verantwortlich. Als Austragungsort ist die Schulanlage Quadra in Cazis vorgesehen. An den Festen werden rund 320 Nachwuchskräfte und 70 Aktive erwartet.

Festprogramm Samstag und Sonntag 9.4.22 und 10.4.22



[schwingclub-heinzenberg.ch/schwingfeste2022](https://schwingclub-heinzenberg.ch/schwingfeste2022)



## ONLINE-VERANSTALTUNGSKALENDER

Sämtliche Anlässe, Kurse und Ausstellungen finden Sie jederzeit im Online-Veranstaltungskalender.

[viamala.ch/veranstaltungen](https://viamala.ch/veranstaltungen)  
[safiental.ch/veranstaltungen](https://safiental.ch/veranstaltungen)