


15. Ausgabe

NATIONALPARK MAGAZIN FÜR KINDER

Herbst
Winter
2023/24



 Nationalpark[®]
Hohe Tauern

- 
- 
- * ALLES ÜBER
DIE HASELMAUS
 - * DIE HASELNUSS
 - * REKORDVERDÄCHTIGE
TRICKS DER TIERE
IM WINTER



Inhalt

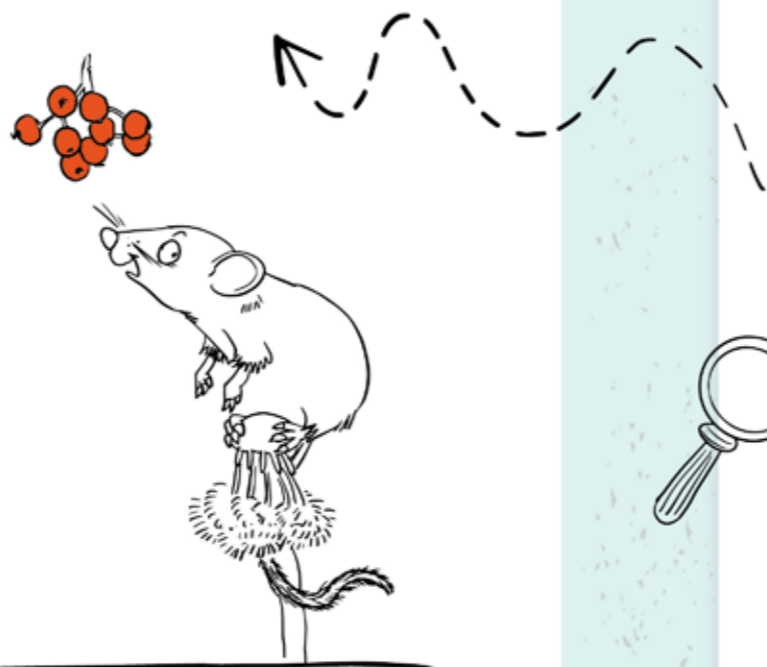
4 ALLES ÜBER DIE HASELMAUS

8 IM WINTER: ÜBERLEBENSTRICKS
AUS DER TIERWELT

12 GERI'S LUSTIGES BRAIN-GAME

14 DIE HASELNUSS

15 GERI'S FREIZEITTIPPS



MIT UNTERSTÜTZUNG VON:

Raiffeisen 

Die Bildungseinrichtungen und Bildungsangebote des Nationalparks Hohe Tauern Kärnten sind mit dem Österreichischen Umweltzeichen zertifiziert.

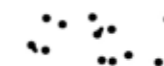


IMPRESSUM: Herausgeber & für den Inhalt verantwortlich **Nationalpark Hohe Tauern** | Nationalparkverwaltung Kärnten
Döllach 14 | 9843 Großkirchheim | +43 (0) 4825/6161 | nationalpark@ktn.gv.at | www.hohetauern.at | www.facebook.com/hohetauern
Projektleitung: Elfriede Oberdorfer-Wuggenig | Text: Iris Rauter, irisaunter@hotmail.com | Konzeption, Grafik & Illustration: Uschi Wimmer, www.g-i-d.at Druck:
Oberdruck Digital Medienproduktion GmbH, 9991 Dölsach | Fotografie: Seite 2 (Haus der Steinböcke) Hannes Pacheiner - NPHT-Archiv;
Titelseite und Seite 4 Angyalosi Beata, Seite 6 (Bild oben links) slowmotiongli und (Bild unten rechts) Angyalosi Beata, Seite 7 Bieszczady Wildlife, Seite 8 (Bild links)
Martin Pelanek, (Bild mitte) Trabantos und Seite 9 (Bild rechts) Kalina-11, Seite 10 (Bild links) COULANGES und (Bild rechts) Agami Photo Agency, Seite 14 Tikta Alik
- jeweils von Shutterstock; Seite 12 und Seite 13 Uschi Wimmer; Seite 15 (Haus der Steinböcke) Hannes Pacheiner, (Spuren im Schnee) Franz Hafner - NPHT-Archiv;
(Mallnitzer Bergadvent) Peter Maier - Nationalpark Region Hohe Tauern Kärnten; Seite 16 (Alpenhummel) Walter Wallner, Johann Neumayer und Gotthard Glätzle.

Im Sinne der flüssigen Lesbarkeit sind alle geschlechtsspezifischen Formulierungen als neutral zu verstehen. Frauen und Männer sind gleichermaßen gemeint.
Trotz gebotener Sorgfalt können Satz-, Strich- und Druckfehler nicht ausgeschlossen werden. Stand: September 2023

Vorwort

Liebe Kinder!



So schön – die kunterbunte Herbstzeit ist da!
Milde Herbsttemperaturen, bunte Blätterwelten und später ein
zauberhaftes Winterwunderland laden nun zum Spazieren ein.

Auf einem Spaziergang, der gleichermaßen eine Such-Mission war,
entdeckte ich ein niedliches, kleines Tier, das sich vom Herbst bis in
den Frühling hinein schlafen legt – die **Haselmaus**. Im Heft erzähle
ich alles über diese winzige Säugetierart. Auf Seite 14 berichte ich dir
etwas über eine der Leibspeisen der Haselmaus, die auch für uns
Menschen sehr gesund ist: Die Haselnuss. Natürlich gibt es noch
mehr in diesem Heft zu entdecken: Wer sich für **rekordverdächtige
Überlebenstricks** der Tiere im Winter interessiert, der findet
spannende Informationen in dieser Heftausgabe. Außerdem habe
ich für dich einige Tipps für Winter-Ausflüge. Wie wäre es mit einem
Besuch im **Haus der Steinböcke** oder beim **Mallnitzer Bergadvent**?
Oder vielleicht brauchst du eine Idee für eine **Winterwanderung**?
Bei regnerischem Herbstwetter und für Zuhause ist ein lustiges,
selbstgebasteltes **Brain-Game** perfekt – die Anleitung dazu
findest du auf der Seite 12.

Viel Spaß beim Lesen!



Dein Nationalpark
Reporter Geri



DIE HASELMAUS

Erfahre hier alles über eine kleine Maus, die gar keine Maus ist!

Der behaarte Schwanz ist das einfachste Unterscheidungsmerkmal von uns Haselmäusen und echten Mäusen - Mäuse haben höchstens einzelne Haare auf ihrem Schwanz.

GERI'S
News

Auch wenn der Name anderes vermuten lässt, gehören Haselmäuse zu den Bilchen (Nagetierart), so wie der Siebenschläfer. Es ist gar nicht einfach die kleine Haselmaus zu entdecken, denn sie lebt ganz heimlich in Gestrüpp und Gebüsch.

Haselmäuse sind hervorragende Kletterkünstler und wissen, wie man sich vor neugierigen Augen versteckt. Die beste Chance sie zu sehen gibt es im Herbst, wenn sich die kleinen Tiere ihren Winterspeck anfressen. Genau deshalb legte ich mich an einem angenehmen Herbsttag bei beginnender Dämmerung auf die Lauer und siehe da - ich hatte tatsächlich Glück!

So sieht die Haselmaus aus

Nach einer gefühlten Ewigkeit hörte ich ein Rascheln und bemerkte eine Bewegung in einem nahegelegenen Brombeerstrauch. Ein kleines Tier, das von Kopf bis Schwanzende nicht länger als ein Geodreieck ist, kletterte geschickt an zarten Ästen entlang. Ein sehr hübsches

Wesen mit goldbraunem Fell, das durch das letzte Sonnenlicht regelrecht einen hellen Schein um sich hatte. An der Kehle entdeckte ich eine weiße Stelle im Fell, der fast körperlange Schwanz war dicht behaart. Dunkle Knopfaugen, runde Ohren und viele feine Tastaare um die Schnauze - richtig niedrig sah diese Haselmaus aus. Um das scheue Tier nicht zu erschrecken, hielt ich mich ganz ruhig und beobachtete, wie es sich von Ast zu Ast hangelte. Ich hoffte, diesen heimlichen Waldbewohner noch eine Weile unbemerkt beobachten zu können.

Lebensweise der Haselmaus

Haselmäuse versuchen nicht aufzufallen um somit potentiellen Räubern aus dem Weg zu gehen. Daher leben sie versteckt und verhalten sich äußerst vorsichtig. Vom Menschen bleiben sie meist unbemerkt, wenn sie auf leisen Pfoten im Gebüsch unterwegs sind. Haselmäuse leben im Wald, vorzugsweise in Mischwäldern, manchmal auch in sehr artenreichen Hecken. Sie halten sich dort auf, wo die Bäume einen dichten Unterwuchs mit Sträuchern und

Sehr speziell

Pfoten zum Greifen

Haselmäuse können fest zupacken. Das klingt nicht wirklich besonders, doch neben dem Menschen, der über einen sehr beweglichen Daumen verfügt, können das gar nicht so viele Tiere. Haselmäuse besitzen zwar keinen Daumen, doch sie können - sowohl an den Vorder- wie auch an den Hinterpfoten - ihre „Finger“ so bewegen, dass sie sich gegenüberstehen. Das ermöglicht ihnen einen festen Griff und macht sie zu perfekten Kletterern - hierbei hilft ihnen aber auch der Schwanz als Stütze und zum Ausbalancieren.

Der Haselmausschwanz

Der Schwanz von Haselmäusen ist einerseits stark und eine gute Kletterhilfe für die kleinen Kerle, andererseits ist er sehr empfindlich. Er hat nämlich eine sogenannte Sollbruchstelle. Das ist eine perfekte Anpassung der Tiere, um nicht geschnappt zu werden. Pirscht sich ein Feind an und packt den kleinen Bilch am Schwanzende, bricht dieser einfach ab - die Haut reißt ebenfalls und die kleine Haselmaus kann fliehen. Dem verwirrten Räuber bleibt nur ein Stück vom Schwanz.



Büschen haben, damit sie sich gut verstecken können. Eine Vielfalt an **fruchtreichen Wildsträuchern** ist für den Lebensraum der Haselmaus wichtig. Da sie so begabte **Kletterkünstler** sind, sind sie kaum am Boden aufzufinden. Haselmäuse sind scheu und **dämmerungs- und nachtaktiv**. Den Tag verschlafen die kleinen Bilche in ihren selbstgebaute **Kugelnestern**, die sie in dichte Sträucher bauen. Diese Nester basteln sie sich gekonnt aus Gräsern und Laub zurecht. Bestimmt haben sie es richtig fein weich in ihren „Schlafkugeln“.

Was die Nahrung betrifft, richten sich die Haselmäuse ganz nach dem Tagesangebot – sie sind **Allesfresser**. Früchte, Beeren, Knospen, Kräuter, Samen, Nüsse, Insekten, Larven und sogar Vogeleier stehen auf dem Speiseplan. Es geht schlicht ums Überleben und da nimmt man, was man bekommt. Während **Brombeeren** Früchte tragen, lassen sie sich diese gerne schmecken. Im Herbst sind neben **Bucheckern** vor allem **Haselnüsse** ein willkommener Leckerbissen – daher kommt auch der Name der Haselmaus.

Die aktive Phase der Haselmause reicht **vom Frühling (März/April) bis zum Herbst (Oktober/November)**, danach halten sie Winterschlaf. Im Sommer ist die Zeit für den Nachwuchs. Die Mutter bringt 3 bis 5 kleine Haselmäuse zur Welt, die sie alleine aufzieht. Die neugeborenen Bilche sind blind, nackt und hilflos. Zum Glück kümmern sich die Haselmausmütter fürsorglich.

Es dauert ungefähr 40 Tage, bis die Jungen bereit sind, sich alleine auf den Weg zu machen um sich ein eigenes Plätzchen zu suchen. Im Herbst ist es von höchster Wichtigkeit, dass die Haselmäuse genug fressen, um sich einen schönen, dicken Winterspeck anzulegen. Sonst überstehen sie den Winter nicht.

Winterschlaf und Tagestorpor

So wie ihr Verwandter, der Siebenschläfer, halten auch Haselmäuse einen **Winterschlaf** und legen in der kalten Zeit im Jahr eine Pause ein. Das tun sie, weil sie im Winter einfach zu wenig Nahrung finden und es den Körper sehr viel Energie kostet alle Funktionen aufrecht zu erhalten und sich warm zu halten. **Fast ein halbes Jahr** verbringen die kleinen Bilche in einem tiefen Ruhezustand („**Torpor**“). Wenn es kalt wird, legt sich die Haselmaus eingekuschelt in ein Nest, das sich am Boden befindet. Sie rollt sich zu einer Kugel zusammen und senkt die Körpertemperatur **auf etwa 4 °C**. Der Stoffwechsel des Tieres wird auf ein Minimum reduziert. Das Herz der Haselmaus schlägt in dieser Zeit viel langsamer als gewöhnlich und die Atmung ist stark reduziert. Manchmal vergehen **zwischen zwei Atemzügen sogar 10 Minuten**. Kaum vorzustellen, doch es funktioniert! Allerdings nur, wenn sich die Haselmaus genug Fettreserven für diese anstrengende Zeit anfuttern konnte.

Interessanterweise können Haselmäuse auch in ihrer aktiven Zeit im Jahr **kurze Ruhephasen** einlegen. Das nennt sich dann „**Tagestorpor**“ und kommt zum Beispiel bei Kälteeinbrüchen vor.



Die Haselmäuse sind richtige Kletterexperten!



Für den Energiehaushalt halten wir tagsüber kurze Nickerchen!

Der Körper der Haselmaus macht eine Art **Kurz-Winterschlaf**. Um Energie zu sparen, senken die Tiere auch hier ihre Stoffwechselfunktionen. Allerdings eben nur für kurze Zeit.

Feinde, Gefahren und Schutz

Verschiedene Raubtiere zählen zu den Feinden der Haselmaus: Greifvögel, Füchse, verschiedene Marderarten und auch Hauskatzen. Vor ihnen müssen sie sich in Acht nehmen. Doch die weit größere Bedrohung ist der Schwund ihres Lebensraumes. Die Haselmaus braucht eine ganz bestimmte Umgebung. Durch intensive Bewirtschaftung, das Zubauen von Flächen sowie die Zerstückelung ihres Zuhauses, weil etwa dazwischen Felder oder Baugründe angelegt werden, sind ein Problem für diese Art. Aus diesem Grund ist die Haselmaus **europaweit besonders geschützt**. Sie darf nicht getötet und auch nicht gestört werden. Lebt nachweislich eine Haselmaus in einem bestimmten Gebiet, so darf dort nicht eingegriffen werden – selbst, wenn es sich nicht um ein Naturschutzgebiet handelt. Jedoch ist die Haselmaus bekanntlich schwer zu entdecken. **Für diese Tiere sind große Naturschutzgebiete wie der Nationalpark Hohe Tauern von besonderer Bedeutung – hier können sie ungestört ihr Haselmausleben leben.**

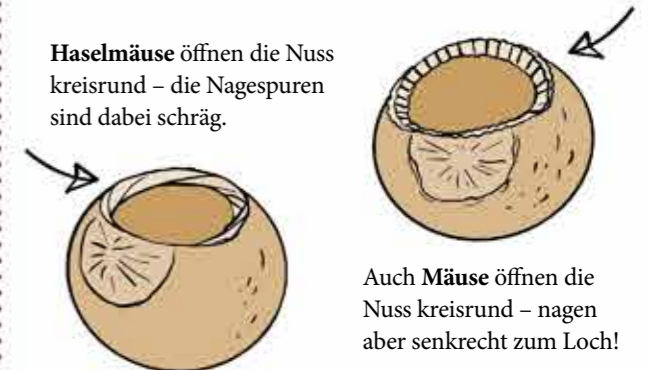
Irgendwann verschwand die kleine Haselmaus, die ich so intensiv beobachtet hatte, im Dickicht. In Gedanken wünschte ich ihr, dass sie gut durch den langen Winter kommen möge.

HASELMAUS WISSEN!

- Der wissenschaftliche Name der Haselmaus lautet *Muscardinus avellanarius*.
- Diese nachtaktive Nagetierart ist keine Maus, sondern gehört zu den sogenannten Bilchen.
- Haselmäuse ist eine kleine, goldbraune Nagetierart, deren Körperlänge meist um die sieben Zentimeter erreicht. Ihr Schwanz ist ungefähr gleich lang wie ihr Körper. Mit 15 bis 40 Gramm sind Haselmäuse richtige Leichtgewichte.
- Aufgrund der schwarzen Knopfaugen und der zarten, runden Ohren ähnelt ihr Gesicht zwar dem einer Maus, doch kann man die Tiere sehr gut am Schwanz unterscheiden: Mäuse besitzen einen glatten Schwanz, mit nur wenigen, einzelnen Haaren. Der Schwanz der Haselmäuse ist dicht behaart und manchmal sogar ein bisschen buschig.
- Sie ernähren sich von Samen, Beeren, Knospen, Nüssen, aber auch von Insekten und anderen Eiweißquellen die sie finden, wie etwa Schnecken oder auch Vogeleier.
- Mit ca. einem Jahr sind Haselmäuse bereit für die Fortpflanzung. Die Nachkommen entwickeln sich 25 Tage lang im Bauch der Mutter. Nach der Geburt kümmert sich nur das Weibchen um die kleinen Haselmäuse. Bereits nach ca. 40 Tagen ist der Nachwuchs selbstständig und kann sich auf die Suche nach einem eigenen Revier begeben.

Nagespuren der Haselmaus

Haselmäuse öffnen die Nuss kreisrund – die Nagespuren sind dabei schräg.



Auch **Mäuse** öffnen die Nuss kreisrund – nagen aber senkrecht zum Loch!



GERI'S
Spezial

Murmeltiere
schlafen fast
ein halbes
Jahr lang!



Fischotter haben
bis zu 50.000 Haare pro
Quadratcentimeter
– dieser dichte Pelz
schützt sie im Winter
perfekt vor Kälte!



Schneemäuse
trotzen dem Winter
selbst auf dem Gipfel
des Großglockners!



Im Winter: Rekordverdächtige

ÜBERLEBENSTRICKS AUS DER TIERWELT

In der Winterzeit sind die Wildtiere bei uns besonders gefordert – sie müssen sich gut an die Bedingungen anpassen, um zu überleben. Im Winter ist das Futter knapp und die Kälte kann gefährlich werden.

Viele Tierarten haben dafür verschiedene Lösungsstrategien entwickelt. Vom Winterschlaf über die Winterstarre oder Futterdepots sowie Tricks zum Kälteschutz – hier wurde die Natur kreativ. Von ein paar ganz besonders rekordverdächtigen Anpassungen aus dem Reich der Tiere möchte ich dir gerne erzählen.

Wer schafft es, auf den höchsten Gipfeln zu überleben?

Eine kleine Maus steigt weit hinauf und erklimmt sogar Gipfel. Die **Schneemaus** ist das am höchsten steigende Säugetier unserer Alpen. Sie wurde sogar **auf dem Gipfel des Großglockners** – dem höchsten Berg Österreichs – entdeckt und der liegt immerhin auf einer Höhe von 3.798 Metern. Was für ein Kletterprofil! Die meisten Schneemäuse leben auf einer Höhe von 2.000 bis 2.500 Metern.

In **spaltenreichen Böden** fühlen sie sich zuhause. Dort werden Bauten errichtet, Gänge gegraben und Nahrungsdepots für schlechte Zeiten angelegt. Schneemäuse halten sich auch sehr **oft in Felsspalten** auf. Dafür nutzen sie eine besondere Klettertechnik – das sogenannte „**Kaminklettern**“. Dazu stemmen sich die Mäuse gegen die Wände der Felsspalten – richtige kleine Akrobaten! Mit ihren kräftigen Hinterbeinen können sie auch sehr gut springen.

Eine weitere Fähigkeit dieser kleinen Säugetiere ist, dass sie ihr **eigenes Heu herstellen**, indem sie Gräser trocknen. Ein ziemlich cooler Trick. Möglicherweise brauchen sie das Heu für ihre Nester. Übrigens sind diese sportlichen kleinen Säuger **Vegetarier**: Sie fressen Kräuter, Gräser, Triebe von Kleinsträuchern, Samen, Moos und Flechten. Gar zu wählerisch können sie, besonders im Winter, nicht sein. Mit ihren **vielen Fähigkeiten** und **schlauem Verhaltensweisen** kann die Schneemaus dem Winter **selbst im Hochgebirge** trotzen.





Wer hält am längsten Winterschlaf?

Die **Murmeltiere** und **Siebenschläfer** teilen sich den Titel als „größte Langschläfer“. Beim Siebenschläfer ist dieses Verhalten sogar namensgebend – diese Nagetiere schlafen **ca. sieben Monate lang**, selten sind es sogar acht. **Murmeltiere** schlafen meist **ein halbes Jahr lang**. Auch **Igel** halten es für **gut sechs Monate** im Winterschlafmodus aus. Das ist alles schon sehr erstaunlich, denn diese lange und intensive Ruhephase, bei der alle Körperfunktionen auf ein Minimum reduziert werden, ist körperlich sehr anstrengend – logisch, denn es wird ja keine oder kaum Energie durch Nahrung zugeführt. Monatelanges „Schlafen“ ohne Essen – kaum vorzustellen. Deshalb müssen sich diese Langschläfer bereits im Herbst eine dicke Speckschicht anfuttern. So haben sie Reserven für diese lange, entbehrungsreiche Zeit.

Wer hat den dicksten Pelz?

Einen rekordmäßigen Fellwuchs hat der **Fischotter**. Auf einer Hautfläche, die ungefähr deinem Daumennagel in der Größe entspricht, wachsen **bis zu 50.000 Haare**. Mit so einem dicken Fell wird es den flotten Säugern bestimmt nicht zu kalt. Im Gegensatz zu Murmeltier und Co, bleibt der Fischotter

Siebenschläfer schlafen ca. sieben Monate lang!



im Winter munter und ist sogar **sehr aktiv**. Es wird Nahrung gesucht, gespielt und alles gemacht, was Fischotter so tun. Dabei ist so ein dicker Pelz sehr hilfreich, wenn es frostigkalt ist. Natürlich haben auch viele andere Tiere einen dicken „Wintermantel“ aus Fell, doch mit dem Fischotter können unsere anderen Wildtiere nicht mithalten.

Die stärkste Teamleistung!

Honigbienen gehören zu den sogenannten **staatsbildenden Insekten** und in solchen Staaten geht immer alles durch eine gut abgestimmte Zusammenarbeit. So verhält es sich auch im Winter. Die Honigbienen legen **im Winter eine rekordreife Teamleistung** hin. Sie überwintern gemeinsam im Bienenstock und halten sich durch „Kuscheln“ warm. Dabei rücken die Tiere eng zusammen – man spricht von einer sogenannten Wintertraube.

Doch das ist noch nicht alles: Mit **gezieltem Flügelschlagen** in der Gruppe schaffen sie es, **die Temperatur im Bienenstock zu erhöhen**. Dabei achtet das Bienenvolk besonders gut darauf, dass **der Königin nicht zu kalt** wird und sie keinen Schaden nimmt – die Königin hat hierbei ihren Platz in der Mitte aller Bienen.



Alpenschneehühner lassen sich einschneien – der Schnee schützt sie vor bitterer Kälte und vor Feinden!

Intelligenter Kälteschutz!

Manche Tiere könnten durchaus auch einen Preis für ihre **rekordverdächtige Klugheit**, mit der sie sich im Winter vor Kälte schützen, bekommen. Hier handelt es sich nicht um eine körperliche Anpassung an den Winter, sondern **diese Tiere haben bestimmte Verhaltensweisen erlernt**, um sich an die Wetterbedingungen anzupassen.

Dazu gehören zum Beispiel **die Alpenschneehühner**. Sie lassen sich ganz **absichtlich einschneien**, denn unter der dicken Schneedecke ist es wärmer als im Freien. Die **Schneeschicht** wirkt wie eine **Isolierung** und schützt somit vor der bitteren Kälte im winterlichen Hochgebirge. Außerdem sind sie unter dem Schnee auch sehr gut vor Feinden geschützt, denn diese müssen die Schneehühner dort erst einmal finden. Gelegentlich graben sich die Alpenschneehühner ihre „Iglus“ auch selbst. Ziemlich genial, wie ich finde.

Körpereigener Frostschutz – ein Spezialtrick mancher Tiere!

Hast du dich schon einmal gefragt: Was macht eigentlich die Stechmücke im Winter? Denn es fällt schon auf, dass man im



Winter seine Ruhe vor diesen kleinen Plagegeistern hat. Manche Stechmückenarten, wie etwa die **Gemeine Stechmücke**, verfallen im Winter **in eine Kältestarre**. Allerdings **nur die Weibchen**. Männchen erleben den Winter nicht – sie sterben im Herbst. Vor der Starre **scheidet** der Körper der Mücken **überschüssiges Wasser aus** und sie **schrumpfen** dadurch ein wenig. In die verbleibende Körperflüssigkeit wird **eine Art Frostschutz** in Form von **Zuckeralkohol** eingebaut. So entstehen keine Eiskristalle in den Körperflüssigkeiten, die Schaden anrichten oder das Tier töten würden. Sehr praktisch für die Stechmückendamen. Auch bei anderen Tieren wurden solche **Frostschutzmittel** entdeckt. Beispielsweise nutzen auch **Marienkäfer** und **Zitronenfalter** so einen biochemischen Gefrierschutz. Bei manchen Insektenarten gibt es nur eine **Überwinterung als Ei**, das bedeutet, dass die erwachsenen Tiere vor dem Winter sterben. Andere müssen sich ein frostfreies Quartier suchen. Da ist so ein eingebauter Frostschutzmechanismus schon sensationell – Tiere mit dieser Fähigkeit können im Frühling bald wieder durchstarten.

Unglaublich, was es für spannende Tricks gibt, um den Winter zu überstehen – oder?

Der Gletscherfloh

Bei diesem Namen kannst du dir sicher schon denken, wo dieses kleine Tier lebt: im Gletscher. Der **Gletscherfloh** gehört zu den Springschwänzen und ist höchstens einen halben Millimeter lang. Ein richtiger Winzling, doch hier trifft „klein, aber oho“ absolut zu. Er lebt in der Grenzschicht zwischen **Eis und Schneedecke** und ernährt sich vom sogenannten „Gletscherschlamm“. Dieser besteht aus angewehem Staub, Pollen und anderem Pflanzenmaterial. Mit seinem körpereigenen Frostschutzmittel aus Zucker und Alkohol schafft er es, langfristig bei Temperaturen von bis zu **-15 °C** zu überleben. Bestimmte Proteine (Eiweiße) sind in der Lage, Eiskristallkeime einzuschließen – so bilden sich keine schädlichen Eiskristalle in seinem Körper.



Achtung!

RespekTIERE deine Grenzen

Weil die Natur nicht nur zu unserer Erholung und Unterhaltung da ist, sondern vor allem der Lebensraum unserer heimischen Tiere und Pflanzen ist, ist es wichtig bei Outdooraktivitäten Rücksicht zu nehmen. Wer im Winter draußen unterwegs ist, sollte unbedingt die Ruhezonen beachten und nur markierte Wege und Routen nutzen. Meide Waldränder und schneefreie Flächen, damit die Tiere sich ungestört an ihren liebsten Plätzen aufhalten können.

Wichtig: Bitte nimm deinen Hund an die Leine. Alles, was die scheuen Wildtiere stresst oder erschreckt und zur Flucht führt, kostet die Tiere wertvolle Energie und kann zu Verletzungen, Erschöpfung und somit zum Tod führen.





GERI'S LUSTIGES BRAIN-GAME



1.



Du brauchst für das Spiel drei Eierkartons, Schere und Naturgegenstände - immer zwei Stück.

2.



Schneide aus den Eierkartons Hütchen aus!

3.



Mit diesen Hütchen kannst du die Gegenstände abdecken!



So klappt das Spiel:

Bereite nach Anleitung das Brain-Game vor und lege je zwei gleiche Gegenstände durcheinander vor dir auf. Präge sie dir gut ein, stelle die Hütchen darüber und öffne das Erste. Findest du das passende Gegenstück? Hast du dir gemerkt, wo es liegt? Gratuliere - dann darfst du das Hütchen behalten! Spielst du mit einem Freund, hat derjenige mit den meisten Hütchen gewonnen! Viel Spaß beim Nachdenken!

GERI'S
Tipp

Das Gedächtnis-
spiel ist
schnell gebastelt,
ist lustig und trainiert
auch noch das Gehirn!





DIE HASELNUSSE

Ein echtes „Superfood“!



GERI'S
News

Haselnüsse wachsen an der **Gemeinen Hasel** (*Corylus avellana*), einem Gehölz, das zu den Birkengewächsen gehört. Eine wunderschöne Pflanze mit großen, intensivgrünen Blättern. Meist wächst die Hasel als mehrstämmiger Strauch, der ganz schön hoch werden kann – bis zu sechs Meter. Auf diesem Strauch gibt es **männliche Blüten** (die „Kätzchen“) und **weibliche Blüten**. An den weiblichen entwickeln sich nach der Befruchtung die Früchte – also die Haselnüsse. Die Gemeine Hasel kommt bei uns in der Natur vor und wird auch gerne in Gärten gepflanzt, wegen der köstlichen Haselnüsse. Vielleicht gibt es bei dir in der Nähe auch einen Haselstrauch?

Die **Haselnuss ist der Samen des Haselstrauchs**. Bestimmt hast du bereits öfter Haselnüsse gegessen. Man kann sie im Ganzen essen, doch oft werden sie gehackt in Kuchen und Keksen verarbeitet oder als Nussmus in süßen Brotaufstrichen verwendet. Es gibt so viele Möglichkeiten, diese Köstlichkeit aus der Natur zu genießen. Haselnüsse sind aber nicht nur köstlich – sie haben noch viel mehr zu bieten: Der Öl-Gehalt von Haselnüssen ist hoch (ca. 60 %), das macht sie

zu einem kalorienreichen Nahrungsmittel. Das bedeutet, sie versorgen dich mit **viel Energie**. Außerdem enthält dieses Öl gesunde Fette (ungesättigte Fettsäuren). Diese Fette wirken sich **positiv auf Gefäße** und **Herz** aus. Haselnüsse enthalten Ballaststoffe, die der Verdauung gut tun. Auch **Vitamine** sind in den braunen, kugelförmigen Nüssen enthalten: Vitamin E, Vitamin B (B1 und B6) und auch etwas Vitamin C finden sich darin. Die B-Vitamine machen die Haselnuss zu einer richtig guten **Nervennahrung**. Noch viele weitere gesunde Stoffe, wie etwa Mineralstoffe machen die Haselnüsse zu einem Superfood.

Haselnüsse schmecken natürlich nicht nur uns Menschen. In der Natur sind sie ein wichtiges und beliebtes Nahrungsmittel **für verschiedene Tierarten**. Eichhörnchen, Mäuse, einige Vögel und Bilche, zu denen die Haselmaus gehört, freuen sich über dieses nahrhafte Futter. **Reif** für die Ernte sind die Nüsse **im Herbst**, hauptsächlich im September und Oktober. Gerade in dieser Zeit sind die Tiere froh über diese fettreiche Kost, die sie gut **als Vorbereitung** auf den harten Winter gebrauchen können – auch wenn es anstrengend ist, die Nüsse zu öffnen.

Haselnuss-aufstrich



HMMMM!!!

Zutaten für zwei kleine Gläser:
400 Gramm Haselnüsse
2 Prisen Salz
5 Esslöffel Kokosöl
2 Esslöffel Kakao oder mehr
1/2 Teelöffel Vanillemark
6 Esslöffel Honig

Erhitze deinen Backofen auf 170 °C – Ober- und Unterhitze. Lege auf ein Blech Backpapier und röste darauf die Nüsse ca. 8 bis 10 Minuten. Gegen Ende der Backzeit aufpassen, dass die Nüsse nicht schwarz werden! Mahle die gerösteten Nüsse in einem Küchenhacksler zu einer feinen Paste, gib die anderen Zutaten dazu und vermixe sie! Schon kannst du deinen Aufstrich in hübsche Gläser füllen, mit Deckeln gut verschließen und sie im Kühlschrank aufbewahren!



Cool!

HAUS DER STEINBÖCKE

Eintritt mit Kärnten Card oder Nationalpark Kärnten Card kostenlos!

In Heiligenblut erwartest dich ein ganz besonderes Erlebnis – erfahre alles über den berühmten Steinbock und vieles mehr!



FREIZEIT TIPPS!

Hier kannst du dir die Erlebnisausstellung „Der König und sein Thron“ anschauen und dabei auf eine Zeitreise gehen: Von der Entstehung des ersten Nationalparks bis zu den heimischen Nationalparks unserer heutigen Zeit. Auf den verschiedenen Ebenen der **interaktiven Ausstellung** erlebst du mit deiner Familie, Freunden oder deiner Schulklasse wie sich die **Tiere und Pflanzen** an das harte Leben im **Hochgebirge** angepasst haben – lerne dabei ihre Überlebensstrategien kennen! Falls du durch all das Schauen und Staunen Hunger bekommen hast, lohnt sich ein Besuch im **Steinbockcafé**. Dort erwartet dich auch ein toller Blick auf den mächtigen Großglockner.

Geöffnet: bis 29.10.23 und ab 22.12.23
Information: +43 (0) 4825/6161 oder nationalpark@ktn.gv.at
Mehr dazu: www.hausdersteinboecke.at



Toll für die ganze Familie!

SPUREN IM SCHNEE

Auf dem Weg mit Nationalpark Ranger:innen! Im Winter bietet der Nationalpark Hohe Tauern einen ganz besonderen Anblick in seinem weißen Schneekleid. Du kannst das Gebiet mit **ausgebildeten Ranger:innen** erkunden und dabei **wunderbare Momente** in der Natur erleben. Selbstverständlich wird auf die Natur und die Winterruhegebiete Rücksicht genommen.

Mehr dazu: www.hohetauern.at

MALLNITZER BERGADVENT



Besuche den Adventweg mit tollem Kinderprogramm! Lamawanderung, Wichtelwerkstatt, Rodeln, Familienführung und Weihnachtsatelier im Besucherzentrum Mallnitz und vieles mehr erwarten dich.

Wann: an den Adventwochenenden (01.12. bis 23.12.23) jeweils Fr., 14:00 bis 20:00 Uhr, Sa. & So., 12:00 bis 20:00 Uhr
Mehr dazu: www.mallnitzerbergadvent.at





Wir sehen uns!



Im nächsten Heft lernst du die hübsche Alpenhummel kennen!

ERHALTE KOSTENFREI DAS NATIONALPARK MAGAZIN FÜR KINDER

Das Magazin für Kinder steht kostenfrei zur Bestellung in ganz Österreich zur Verfügung. Möchtest du das Magazin 2 x jährlich per Post nach Hause zugestellt bekommen?

Dann schreib ein E-Mail an:
nationalpark@ktn.gv.at

