

**Projekttitel:**

**1. Forest Therapy Trail & Sit Spot Österreichs in der Kräuterlei am Wörthersee**

Förderwerber: Mag. Anita Arneitz, Kräuterlei am Wörthersee  
 Gesellschaftsform: Land- und Forstwirtschaft  
 Laufzeit: 04.12.2025 bis 31.12.2027  
 Gesamtkosten (netto): € 101.122,40 netto  
 angestrebte Förderung: 70 % (€ 70.785,68 netto )

**Ausgangslage**

Stress, Burnout und psychische Belastungen nehmen in der Gesellschaft stark zu. Gleichzeitig zeigen wissenschaftliche Studien, dass bewusster Aufenthalt in der Natur nachweislich die Gesundheit fördert, Stress reduziert und das Immunsystem stärkt. In Österreich fehlen bisher strukturierte Angebote, die diese gesundheitsfördernde Wirkung des Waldes systematisch zugänglich machen. Die Kräuterlei im Schieflinger Wald verfügt über ein geeignetes Waldgrundstück, das bereits von Besucher:innen genutzt wird, aber noch nicht gezielt für gesundheitsorientiertes Naturerleben gestaltet ist.

Zudem besteht Bedarf in der Region an innovativen, naturbasierten Auszeit- und Tourismusangeboten, die Gesundheitsförderung, Umweltbildung und Wald-Biodiversitätsschutz verbinden. Deshalb soll hier, unweit des Ortszentrums leicht mit öffentlichen Verkehrsmitteln und vom Radweg aus erreichbar, ein österreichweites Pilotprojekt umgesetzt werden, das in dieser Form einzigartig ist.

Es wird ein Weg durch den Wald gestaltet, der gezielt zur Entspannung und Gesundheitsförderung dient. Das Konzept stammt von der internationalen Organisation (ANFT), die solche „Waldtherapie-Pfade“ weltweit nach einheitlichen Qualitätsstandards entwickelt und über ein starkes internationales Netzwerk verfügt. Konkret entsteht u.a.:

- **ein Waldweg mit speziell gestalteten Stationen.** Hier können Besucher:innen mit allen Sinnen den Wald erleben, entweder selbstständig mit Audio-Erklärungen per Smartphone oder mit einem ausgebildeten Guide.
- **ein „Sit Spot“ auf einer Moorwiese:** Das ist ein ruhiger Platz mitten in der Natur, wo man einfach sitzen, beobachten und zur Ruhe kommen kann. Hier erleben Besucher:innen die Jahreszeiten im Moor, entdecken Pflanzen und Tiere und tanken neue Energie, ganz ohne Zeitdruck. Öffentlich zugänglich.
- **Wald-Biodiversität kombiniert mit Gesundheitsprävention:** An beiden Orten gibt es Informationen darüber, wie der Wald unsere Gesundheit stärkt und welche Tier- und Pflanzenarten hier leben. Das wird online und offline vor Ort vermittelt. Mit innovativen Bildungskonzepten.

**Mit Unterstützung von Bund, Land und Europäischer Union**

Dieser Waldtherapie-Pfad ist der **erste seiner Art in Österreich** und soll als Vorbild für ähnliche Projekte im ganzen Land dienen. In den ersten zwei Jahren wird nicht nur die Infrastruktur aufgebaut, sondern das Projekt auch wissenschaftlich begleitet: Gemeinsam mit Hochschulen, Biologen und Psychotherapeuten wird erforscht, wie sich der Aufenthalt auf diesem Pfad auf die Gesundheit auswirkt. Außerdem werden alle Pflanzen dokumentiert. Ein Kunst-im-Wald-Projekt mit Erlebnisangeboten ergänzt das Angebot. Diese Elemente bilden ein komplett neues, einzigartiges naturbasiertes Angebot zur Gesundheitsförderung, Umweltbildung und sanften touristischen Nutzung.

Kurz: Der 1. Forest Therapy Trail ist ein Ort, wo Naturerlebnis, Gesundheit, Wissen und sanfter Tourismus in einer einzigartigen neuen Form zusammenkommen.

### Projektziele

- Schaffung des **1. zertifizierten Forest Therapy Trails in Österreich** nach internationalen ANFT-Standards und ein österreichweites Pilotprojektes, von dem über dem Projektzeitraum hinaus Bevölkerung und Touristen profitieren sollen. Daten und Ergebnisse dienen als Basis für eine weitere nachhaltige langjährige Nutzung
- **Förderung von Gesundheit, Wohlbefinden und mentaler Regeneration** durch strukturiertes, achtsames Naturerleben für Einheimische und Besucher:innen
- Sensibilisierung für **Wald-Biodiversität durch Wissensvermittlung** (offline und online) und direktes Naturerleben
- **Wissenschaftliche Begleitforschung** zur Dokumentation der gesundheitsfördernden Wirkungen in Kooperation mit Hochschulen, Psychotherapeut:innen und Naturschutz
- Etablierung als **Leuchtturmprojekt**, das als Inspirationsquelle für ähnliche Initiativen in der Region und österreichweit dient inklusive fortlaufer Nutzung für **Aus- und Weiterbildung**
- Stärkung des **sanften, naturbasierten ganzjährigen Tourismus** und Schaffung eines **innovativen regionalen Angebots**

### Aktivitäten

#### Infrastruktur & Gestaltung:

- Errichtung eines Waldtherapiepfads mit speziell gestalteten Erlebnisstationen
- Einrichtung eines frei zugänglichen Sit Spots auf der Mooswiese/Moorfläche inkl. Renaturierungsmaßnahmen
- Installation von Audio-Guide-Elementen in mehreren Sprachen

Mit Unterstützung von Bund, Land und Europäischer Union

### **Wissensvermittlung & Bildung:**

- Entwicklung kostenfreier Informationsangebote zu Waldgesundheit und Biodiversität online und offline
- Katalogisierung der Pflanzen als Basis für Umweltbildung
- Geführte Erlebnisse und Weiterbildungsangebote

### **Wissenschaft & Innovation:**

- Wissenschaftliche Begleitforschung in Kooperation mit Hochschulen und Psychotherapeut:innen zur Evaluierung und Sicherung der Qualität
- Entwicklung neuer Wissensvermittlungsformate
- Durchführung eines Outdoor-Kunstprojekts inkl. Mitmach-Workshops

### **Vernetzung & Multiplikation:**

- Dokumentation und Aufbereitung als Grundlage für Folgeprojekte
- Etablierung als Inspirationsdrehscheibe für ähnliche regionale Initiativen

### **Beiträge zur LES-Umsetzung**

#### Aktionsfeld 1: Steigerung der Wertschöpfung

- Schaffung eines innovativen, ganzjährig nutzbaren Tourismusangebots mit Alleinstellungsmerkmal und Anbindung an ein internationales Netzwerk
- Stärkung des sanften Gesundheitstourismus und Positionierung der Region als Destination für naturbasierte Erholung
- Potenzial für neue Beschäftigungsmöglichkeiten und nachhaltige Nutzung über die Pilotphase hinaus u.a. durch neue naturnahe gesundheitsfördernde touristische Angebote
- Erhöhung der Aufenthaltsdauer und Attraktivität für Tagesgäste und Urlauber:innen
- Einbindung regionaler Betriebe und Dienstleister:innen

#### Aktionsfeld 2: Natur und Kultur

- Aktive Förderung des Wald-Biodiversitätsbewusstseins durch Wissensvermittlung und unmittelbares Naturerleben
- Katalogisierung und Dokumentation der lokalen Flora als Beitrag zur Erhaltung biologischer Vielfalt
- Sensibilisierung für Naturzyklen und ökologische Zusammenhänge im Wald und Moor
- Integration eines Outdoor-Kunstprojekts als kulturelle Bereicherung
- Förderung achtsamen Umgangs mit Natur und Umwelt

**Mit Unterstützung von Bund, Land und Europäischer Union**

#### Aktionsfeld 3: Stärkung der für das Gemeinwohl wichtigen Strukturen und Funktionen:

- Niederschwelliger Zugang zu gesundheitsfördernden Naturerlebnissen für alle Bevölkerungsgruppen
- Beitrag zur öffentlichen Gesundheitsförderung und Prävention psychischer Belastungen
- Stärkung des sozialen Zusammenhalts durch gemeinsame Naturerlebnisse
- Kooperation mit wissenschaftlichen Einrichtungen zur Qualitätssicherung
- Schaffung einer regional verankerten Bildungs- und Erholungsinfrastruktur in Form von Erlebnis- sowie Aus- und Weiterbildungsangebote für Bevölkerung, Gäste und Stakeholder

#### Aktionsfeld 4: Klimaschutz und Anpassung an den Klimawandel

- Förderung der Wertschätzung für Wald und Moor (inkl. Renaturierung) als wichtige CO<sub>2</sub>-Speicher und Klimaregulatoren
- Sensibilisierung für die Bedeutung intakter Ökosysteme im Klimawandel
- Sanfte, naturschonende touristische Nutzung ohne zusätzliche Flächenversiegelung
- Bewusstseinsbildung für nachhaltige Lebensweisen durch Naturverbindung
- Beitrag zur Resilienz der Region durch Stärkung gesunder, klimaangepasster Lebensräume

Mit Unterstützung von Bund, Land und Europäischer Union