



Die Bludnzer Naturfreunde auf dem Hohen Frassen.

NATURFREUNDE BLUDENZ



Auf der Suche nach gesunden Kräutern.

SELBSTHILFE VORARLBERG

## Sonnwendfeuer auf dem Hohen Frassen

**NATURFREUNDE BLUDENZ** 30 optimistische Wanderer zogen trotz unsicherer Wetteraussichten auf den Bludnzer Hausberg.

Schon im Vorfeld war ein beachtlicher Funken mit tatkräftiger Unterstützung der Kinder des AV Bludenz aufgerichtet worden. Die drohende Regen- und Gewitterfront in den Schweizer Bergen und dem Brandnertal erzwangen das Entzünden vorzuverlegen. Beeindruckend schnell schlugen die Flammen hoch in den Abendhimmel, beißender Rauch und knackende Latschenäste erfreuten und erstaunten jung und alt. Nach und nach gesellten sich die Bergfeuer der umliegenden Gipfel dazu – Romantik pur.

Während die Glut noch im Abendwind aufloderte, wurde im fahlen Licht der Stimlampen zur Hütte abgestiegen. Einkehr und Geselligkeit. Dann ging es

zurück nach Bludenz. Dank gilt dem Hüttenwirt **Stefan** und seinem Team für die ausgezeichnete Bewirtung und Unterstützung. Dank auch an alle Helfer und Helferinnen. Anmerkung: Keinem Bergsteiger wird es je einfallen, anstelle eines Sonnwendfeuers eine elektrische Lampe am Hohen Frassen anzuknippen. Vorher müsste hinterfragt werden, wie sinnvoll diverse Motorrad- und Autofahrten sind bzw. ob Kurzurlaube mit dem Billigflieger ein aktiver Beitrag zum Klimaschutz sein können.

Programm/Info: **Günter Grieser**, 05574 45781. Mehr Bilder auf [www.bludenz.naturfreunde.at](http://www.bludenz.naturfreunde.at).

## Sonnwendfeuer mit Hüttenübernachtung

**ALPENVEREIN BLUDENZ - JUGEND** Am Samstag, den 22 Juni trafen sich 22 Kinder und 7 Begleitpersonen der Kletterjugend des AV Bludenz bei der Talstation vom Muttersberg.



Sonnwendfeuer am Hohen Frassen, mit Übernachtung in der Hütte. AV JUGEND BLUDENZ

Trotz schlechter Wettervorhersage entschlossen wir uns für die Fahrt auf den Muttersberg und den anschließenden Fußmarsch zur Frassenhütte.

Beim Aufstieg drehte das Wetter und wir wurden mit strahlendem Sonnenschein belohnt. Nach dem Bezug des Matratzenlagers ging es weiter zum Frassenkreuz, wo wir ein Lagerfeuer machten und den Hunger mit Gegrilltem stillten. Als der kurzzeitig aufgekommene Nebel sich lichtete, entzündeten wir das Sonnwendfeuer und freuten uns über den wunderbaren Ausblick.

Zurück bei der Hütte waren Spiele angesagt bis alle wirklich müde waren. Am nächsten Morgen traten wir nach einem ordentlichen Frühstück den Fußmarsch zurück in Richtung Tal an.

## Kräuterwanderung Diabetesgruppe

**SELBSTHILFE DIEABETESGRUPPE BLUDENZ** Bei der zweistündigen Wanderung durch die Auen wurde den TeilnehmerInnen die Bedeutung und Heilkraft der Kräuter von der ausgebildeten Expertin **Christa Tschugmell** nähergebracht. In so mancher als „Unkraut“ bezeichneten Pflanze steckt mehr Heilkraft dahinter, als vermutet.

Im Anschluss wurden die gesammelten Kräuter für ein leckes Mittagessen zubereitet. Spezielle Zutaten wie Schnittlauch und Kopfsalat wurden aus dem Garten von Christa Tschugmell beigemischt und im schattigen Garten genussvoll verzehrt. Die SH Diabetesgruppe Blu-

denz verabschiedete sich mit dieser Veranstaltung in die Sommerpause und trifft sich am 18. September zum gemeinsamen Stammtisch wieder. **Willi Mungenast** bedankte sich bei der Kräutereexpertin Christa Tschugmell und wünschte allen TeilnehmerInnen eine schöne und gesunde Sommerpause.

## Us dr Gondl mit Manuel Gunz

**MUTTERSBERG SEILBAHN** In der 127. TV-Sendung „us dr Gondl“ ist Manuel Gunz zu Gast bei Andreas Seeburger.

„Us dr Gondl“ #127 präsentiert einen möglichen Lebensretter. Der 22-jährige **Manuel Gunz** aus Bildstein hat sich vor 4 Jahren einer Stammzellenspende beim Verein „Geben für Leben“ unterzogen.

4 Jahre später kam ein Anruf, dass seine Spende zu einem Menschen passt, dem damit höchst wahrscheinlich sein Leben gerettet werden kann. Wie es dazu kam und wie es Manuel dabei ergangen ist, erzählt er während einer Gondlfahrt auf den Muttersberg bei Bludenz/Nüziders.



Manuel Gunz ist einer der möglichen Lebensretter. HELMUT BARBISCH