

5% für Lichtung 01 66 99 10 216 und Ihre Unterschrift. **Danke**

Lichtung - Verein zur Förderung der psychischen Gesundheit
Dante Str. 4 • I-39031 Bruneck (BZ) • Steuernummer 01669910216

Ein Gedicht für den Sommer... von Mathilde Elzenbaumer

*Wieder auf Wegen
Die führen nach vorn
Brunnen mit Wasser
Äcker und Korn
Blumen am Wegrand
Blätter in den Bäumen
Von lauen Winden
Sanft gewiegt
An solchen Stunden
Die Farbe des Lebens
Mit uns zieht*

PROGRAMMVORSCHAU

September 2022

- **Auener Alm im Sarntal**
Samstag, 3. September 2022
- **Ausflug nach Bozen**
Samstag, 17. September 2022
- **Jogurtweg in Sterzing**
Samstag, 24. September 2022

Für Überweisungen (Beiträge, Spenden usw.) an Lichtung
Raiffeisenkasse Bruneck
IT 92 F 08035 58242 000 300 013 595

LICHTUNG

VEREIN ZUR FÖRDERUNG DER PSYCHISCHEN GESUNDHEIT
ASSOCIAZIONE A SOSTEGNO DELLA SALUTE MENTALE



MITGLIEDER-INFO

FREIZEIT-PROGRAMM

August 2022



Wir erinnern daran, dass bei unseren Ausflügen in den Autos
noch **IMMER** eine FFP2 Maske getragen werden muss.

Entspannung am Kalterer See

Samstag, 6. August 2022

Auf die Stumpalm in Gsies

Samstag, 13. August 2022

Ausflug auf Castelfeder

Samstag, 27. August 2022

349 00 89 588 am Tag der Veranstaltung

info@lichtung-girasole.com
Verein LICHTUNG Büro 0474 530266

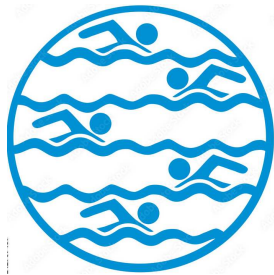
Entspannung am Kalterer See

Samstag, 6. August 2022

Sommer, Sonne, Sonnenschein... wir genießen die hochsommerliche Zeit am schönen Kalterer See beim Baden, Eis essen, am Strand liegen...



Bevor wir uns im Wasser abkühlen, machen wir im Biotop an der Südseite des Sees einen Spaziergang, um den Tag ruhig, inmitten der stillen Natur, bei Vogelzwitschern, Insektensummen und plätschernden Wassergeräuschen zu beginnen.



Sobald die Temperaturen ansteigen, fahren wir zum Seeparkplatz und gehen ins Lido-Seebad, dem Freibad mit Seezugang, Bar und Restaurant.

Eine Gelegenheit zum Mittagessen gibt es direkt im Restaurant am See oder wer dazu keine Lust hat, nimmt sich von daheim ein Picknick mit.

Start: Bruneck Kapuzinerplatz 7.45 Uhr
Brixen Zugbahnhof 8.30 Uhr
Treffpunkt in Kaltern 9.15 Uhr

Anmeldung: im Büro 0474 530 266
bis Montag, 1. August 2022

Kostenbeitrag: 14,00 € mit Eintritt
Selbstfahrer 8,00 € mit Eintritt
Essen zahlen alle selber – oder wer lieber mag,
Picknick mitbringen

Mitzubringen: Sitzunterlage, Badeutensilien, Sonnenschutz
Picknick, wer nicht im Restaurant am See essen mag

Ende: Rückfahrt gegen 16.30 Uhr

Ausflug auf Castelfeder

Samstag, 27. August 2022

Im Mai hat uns das Wetter einen Strich durch die Rechnung gemacht und wir konnten den Ausflug nicht durchführen. Nun ein zweiter Versuch 😊

Oberhalb von Auer, auf einem Hügel befinden sich Reste der Burganlage Castelfeder. Normalerweise ist man in Südtirol eher Wälder, Obstwiesen, Weinberge oder saftige Wiesen, auf denen sich Kühe tummeln, gewohnt. Nicht so auf Castelfeder: vom üppigen Wald keine Spur, vereinzelt stehende, urige Eichen malen das landschaftliche Bild Castelfeders. Weiters kennzeichnen Seen und eine mediterrane Macchia (für den Mittelmeerraum charakteristisches, immergrünes, niedriges Gehölz) das Gebiet, das seit 1977 als Biotop geschützt ist. Der karge Boden bietet nur den Ziegen ausreichend Nahrung.

Nichtsdestotrotz ist das ein Ort von einmaliger Naturschönheit.

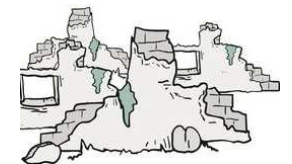


Der höchste Punkt des Hügel (405 m), mit den Ruinen aus verschiedenen Epochen, ist leicht zu erreichen. Vom

Parkplatz in Auer ausgehend, brauchen wir dafür ungefähr 1 Stunde.

Auf der Hügelkuppe befinden sich mehrere Infotafeln, die aufklären wie es hier vor 2000 Jahren ausgesehen haben mag.

Hier machen wir unsere Mittagspause und picknicken mit Blick auf das Südtiroler Unterland und die Salurner Klause.



Start: Bruneck Kapuzinerplatz 8.40 Uhr
Brixen Zugbahnhof 9.30 Uhr
Auer, Parkplatz Erholungszone Schwarzenbach 10.50 Uhr

Anmeldung: im Büro 0474 530 266
bis Montag, 22. August 2022

Kostenbeitrag: 15,00 €
Selbstfahrer 7,00 €

Mitzubringen: Mittags-Picknick, Sitzunterlage, wetterangepasste
Kleidung, Wanderschuhe, Wanderstöcke,

Ende: Rückfahrt gegen 15.30 Uhr

Auf die Stumpfalm in Gsies

Samstag, 13. August 2022

Wenig überlaufene Wanderwege, in der Stille des Gsiesertals, laden uns heute zum ausgedehnten Wandern ein.

Wir fahren nach Sankt Magdalena und marschieren nach den Wegweisern taleinwärts, bis auf die Stumpfalm.



Die Wanderung ist für alle, die einen ungefähr 2 -stündigen, größtenteils steilen Weg nicht scheuen.

Wir gehen von 1460 auf 1968 Meter (gut 500 m Höhenunterschied), teilweise auf einem Forstweg und auf Wiesenwegen und schönen Hängen, mit tollen Ausblicken auf die Gsieser Berge.

Oben wartet auf uns eine idyllische Alm mit uriger Hütte. Dort rasten wir, essen zu Mittag und kehren anschließend über denselben Weg ins Tal zurück.

Start: Bruneck Kapuzinerplatz 8.40 Uhr
Welsberg Abzweigung Gsies 9.05 Uhr
St. Magdalena Parkplatz am Talschluss 9.30 Uhr

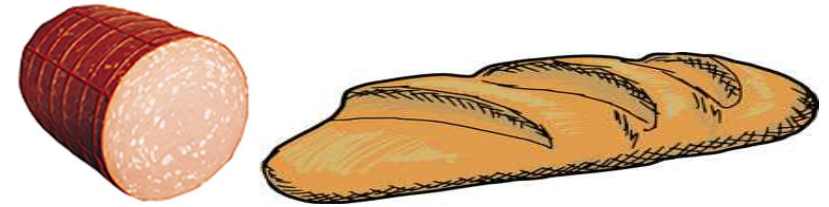
Anmeldung: im Büro 0474 530 266
bis Montag, 8. August 2022

Kostenbeitrag: 10,00 €
Selbstfahrer 5,00 €
Essen zahlen alle selber

Mitzubringen: Rutschfeste Wanderschuhe, Wanderstöcke
wetterangepasste Kleidung

Ende: Rückfahrt gegen 16.00 Uhr

MORTADELLA – AKTION



Eine Riesen-Mortadella & Riesenbrote

Freitag, 12. und Samstag, 13. August 2022

ab 9.00 Uhr bis ca. 13.30 Uhr

bzw. so lange Mortadella und Brot reichen...

Bruneck, am Graben vor der Volksbank

Wir wünschen Guten Appetit

und bitten um eine freiwillige Spende.

DANKE

Der Erlös geht an die Lichtung
Verein zur Förderung der
psychischen Gesundheit



*Im August ist das Büro nur
vormittags bis 12.00 Uhr geöffnet.*

*Wegen Ferien geschlossen bleibt
das Büro von Sonntag, 7. August
bis Sonntag, 21. August 2022*