

## Auf den Spuren des Bibers

**PRO NATURA** • Der Biber, ein Baumeister in der Natur. Auf interessante Weise erschafft der Biber vielfältige Lebensräume. Von seinen Spuren profitieren zahlreiche Arten – denn wo der Biber lebt, da lebt der Fluss.

Vor 50 Jahren, als Pro Natura Thun gegründet wurde, gestaltete sich die Fährtsuche nach Bibern um einiges schwieriger als heute. Die Bejagung und der Lebensraumverlust führten in der Schweiz und in weiten Teilen Europas zum Verschwinden der Biber. Biber waren vor allem auf dem Pelzmarkt, auf dem Teller oder in der Medizin anzutreffen. Mitte des 20. Jahrhunderts wurden Biber aus unterschiedlicher Herkunft wieder angesiedelt und unter Schutz gestellt. Der Erfolg wirkt bis heute. So leben wieder über 3500 Tiere in der Schweiz (Stand Ende 2019, Quelle: cscf; Monitoring läuft).

**Rinde – eine hart verdiente Nahrung**  
Die Spuren des Bibers geben auch Aufschluss über seinen Speiseplan. Der Biber ernährt sich ausschliesslich von Pflanzen und im Winter frisst er vor allem Baumrinden. Zuoberst auf seiner Auswahlliste stehen Weiden, die aus weichem Holz bestehen. Sogar vor grossen Bäumen hat der nachtaktive Forstspezialist keine Scheu und bringt diese zu Fall.

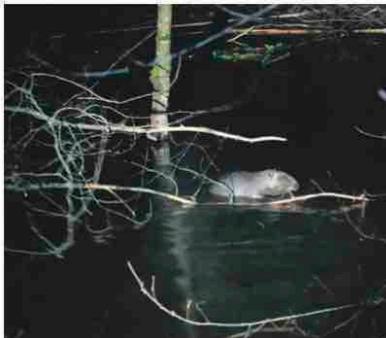
Der Biber geht beim Fällen von Bäumen sehr behutsam vor. Er knabbert während mehrerer Nachtschichten an den Bäumen, bis nur noch ein Stück des Kernholzes wie eine Sanduhr stehen bleibt. Die stets parallele Musterung der angeknabberten Bäume verrät, dass der Biber je zwei Schneidezähne besitzt – wie es für ein Nagetier typisch ist. Eine äusserliche Kraft wie zum Beispiel ein Windstoss bringt den Baum schliesslich zu Fall. So findet der Biber beim am Boden liegenden Baum einen gedeckten Tisch vor. Mit einem Duftsekret markiert der Baumeister sein Gebiet und hinterlässt damit auch unscheinbare Spuren in der Natur.

**Biberbau oder Biberburg?**  
Der Biber errichtet mit einem ausgeklügelten System einen Damm, damit das Wasser zurückgestaut wird. Der so entstandene Bibersteich schützt seine Wohnung vor Feinden. Denn der Eingang zur Biberburg oder dem Biberbau befindet sich unter Wasser. Eine Biberburg be-



Der Biber gestaltet durch seine Aktivität vielfältige Lebensräume – wie hier einen Bibersteich.

V. Eichenberger



Biberfährten findet man heute besser als vor 50 Jahren.

D. Schmocker



Spuren des Hungers: angeknabberte Weiden.

V. Eichenberger

steht aus Ästen, die systematisch von den Bibern aufgeschichtet werden und schliesslich einen Asthaufen bilden. Ist das Ufer respektive der Wasserstand genügend hoch, baut der Nager seinen Rückzugsort gerne direkt in die Erde. So eine Höhle wird als Bau bezeichnet. Im Revier eines Biberpaares sind oft mehrere solcher Bauten, Burgen und Dämme zu finden.

### Das Leben im Bibersteich

Durch das Stauen der Gewässer verändert der Biber auch das Landschaftsbild. Ein Mosaik an unterschiedlichen Lebensräumen entsteht, welches für viele weitere Lebewesen sehr wertvoll ist. Im Bibersteich sterben vorhandene Bäume oft ab. Im daraus entstandenen Totholz findet der seltene Grauspecht seine Nahrung. Einzelne Baumarten wie die Schwarzerle ertragen den nassen Untergrund und profitieren durch den Wasserstau von fehlender Konkurrenz.

Nicht selten bieten Bibersteiche im Frühjahr geeignete Laichplätze für Amphibien. Diese wiederum locken andere Tiere wie den Graureiher an. Der Biber erschafft als Baumeister ein Paradies für viele einzigartige und oftmals seltene Tiere und Pflanzen.

ms/pd

### Exkursion

Auf den Spuren des Bibers, Samstag, 26. November

Leitung: Verena Eichenberger  
Treffpunkt: Thun, Bushaltestelle Allmendingen Wendeplatz (STI Linie 3)  
Dauer: von 9.00 bis 12.00 Uhr  
Ausrüstung: Getränke und Zwischenverpflegung nach Bedarf mitnehmen, gute Schuhe, der Witterung angepasste Kleidung  
Anmeldung: Erforderlich bis 23. November an verena.90@hotmail.com oder Telefon 079 288 32 35

Für Familien, Anzahl Teilnehmende beschränkt.

ms/pd

## «Zukunft? Sicher!»

**PSYCHISCHE GESUNDHEIT** • Eine neu lancierte, gemeinsame Kampagne von psy.ch und Tel 143 ermutigt junge Menschen in Krisen, sich Hilfe zu holen. Zusätzlich will die Kampagne weiter dazu beitragen, psychische Erkrankungen zu enttabuisieren.

Pandemie, Energiemangel, Inflation, Krieg, Klimakrise: Das sind Schlagworte, die überall zu lesen sind und welche die vorgestellte Zukunft unsicher erscheinen lassen können. Besonders bei jungen Menschen kann das (Zukunfts-) Ängste auslösen. Gemäss Schweizer Jugendbarometer 2022 sehen nur knapp die Hälfte der interviewten jungen Erwachsenen im Alter zwischen 16 und 25 Jahren ihrer eigenen Zukunft (eher) zuversichtlich entgegen. Gleichzeitig nennen die Befragten besonders häufig die Altersvorsorge, Umweltschutzthemen und Energiekosten und -sicherheit als ihre grössten Sorgen. Konfrontiert mit diesen Themen und den daraus resultierenden Unsicherheiten, steht die junge Generation vor grossen Herausforderungen, auch auf psychischer Ebene.

**Um Hilfe bitten ist keine Schande**  
Hier setzt die Kampagne «Zukunft? Sicher!» an. Diese beschäftigt sich mit dem emotionalen Wohlbefinden in unsicher scheinenden Zeiten. Besonders damit, wie wir die psychische Gesundheit stärken können und so trotz möglicherweise sorgenvollem Blick auf die



Ungewisse Zukunft: Die Herausforderungen unserer Zeit können existenzielle Ängste in jungen Erwachsenen auslösen.

Unsplash

Die Kampagne zeigt auf, inwieweit Zukunftsängste bis zu einem gewissen Grad sinnvoll und funktional sein können. Es wird vermittelt, wie es gelingen kann, trotz realer Bedrohungsszenarien mit den davon ausgelösten belastenden Emotionen besser umzugehen. Junge Menschen, welche das Kampagnenteam im Berner Generationenhaus getroffen

Gleichzeitig möchte die Kampagne für ernst zu nehmende Warnsignale bei sich selbst und im Umfeld sensibilisieren. Die Warnsignale können darauf hinweisen, dass ängstliche und hoffnungslose Gedanken, Gefühle und Verhaltensweisen ein gesundes Ausmass möglicherweise übersteigen. Die Kampagne soll aufzeigen, dass man

sprach über die Telefon- und Onlineberatungen der Dargebotenen Hand – 143 bieten. Auf psy.ch sind weitere Unterstützungsangebote im Kanton Bern verfügbar.

Ab Dienstag, 1. November, bis Ende Dezember will das Kampagnenteam über verschiedene Online- und Social-Media-Kanäle junge Erwachsene ermutigen, dass es sich lohnt, auf sich zu hören, Gefühle ernst zu nehmen sowie rechtzeitig Hilfe zu suchen und sich dafür nicht schämen zu müssen.

Die Kampagne deckt den ganzen Kanton Bern ab.

### Es kann jeden treffen

Die Kampagnenleiter haben es sich zusätzlich zum Ziel gemacht, das Thema psychische Gesundheit zu enttabuisieren. Psychische Krisen und Krankheiten sind weit verbreitet und können jeden treffen. Sie sind heute jedoch gut behandelbar und können auch überwunden werden. Einerseits entstehen psychische Beschwerden oft schleichend und werden lange nicht erkannt, andererseits halten sich Vorurteile gegenüber Menschen mit psychischen Beein-

verlangert. Aufgrund der Überlastung der Kinder- und Jugendpsychiatrien im Kanton Bern ist es umso wichtiger, Massnahmen zur Förderung der psychischen Gesundheit schon vor der Manifestierung einer psychischen Erkrankung zu ergreifen.

ms/pd

Die Sensibilisierungskampagne von psy.ch und Tel 143 richtet sich an junge Menschen im Alter von 18 bis 25 Jahren im Kanton Bern und ermutigt sie, bei Krisen im Alltag achtsam zu sein, unklare und negative Gefühle ernst zu nehmen und zu handeln.

Website: www.hol-dir-hilfe.ch  
Instagram: holdirhilfe  
Facebook: Hol dir Hilfe

