

Vorwort

Österreich ist ein Waldland4

Ein Waldbad für unsere Gesundheit4

Einleitung

Wir brauchen die Natur – die Natur braucht uns nicht5

Biodiversität im Wald

Biodiversität – Vielfalt des Lebens8

Fakten und Zahlen zum österreichischen Wald10

Lebensräume im Wald12

Strukturen im Wald am Beispiel Totholz14

Herausforderungen der Zukunft für die Biodiversität im Wald

Biodiversität und Klimawandel: Nachhaltige Bewirtschaftung und klimafitter Wald18

Biodiversität und Klimawandel: Ressourcen20

Biodiversität und Klimawandel: Die Bedeutung von genetischer Vielfalt im Wald22

Invasive Arten im Wald: Einwanderer mit hoher Verbreitung24

Invasive Arten mit direkter Auswirkung auf den Menschen26

Faktor Mensch: Ein Blick über den Waldrand.....28

Biodiversität im Wald tut gut!

Ökosystemleistungen des Waldes.....32

Gesundheitswirkung von Wald34

Vielfalt schafft Wohlbefinden36

Gesundheitswirkung von Wald auf Körper und Geist38

Anwendungskonzepte.....40

Anregungen für die eigene Arbeit im Wald

Biodiversität im Wald tut gut: Methodenpool.....44

Quellenangaben.....50