



Presseinformation

Vom Amt auf die Alm

Warum ein ehemaliger Bürgermeister auf 1.100 Metern seine persönliche Formel für gesundes Älterwerden gefunden hat

× × × × ×

Piding, 08.07.2026: 18 Jahre Bürgermeister, mehr als 60 Wochenstunden, Sitzungen, Termine und Verantwortung. Heute beginnt der Tag für Sepp Loferer mit Sonnenaufgang, Kontrollgängen über steile Almhänge und dem Blick nach seinen 40 Jungrindern. Der Schlechinger Landwirt hat sein Rathaus gegen die Wuhrsteinalm getauscht – und ist überzeugt: Die Alm ist seine ganz persönliche Reha. Im Interview erzählt er, warum Bewegung, Natur und Entschleunigung für ihn der Schlüssel zu einem gesunden Älterwerden sind.

Interview mit Sepp Loferer

Das Bürgermeisteramt haben Sie ja im Frühjahr abgegeben und haben sich nach 18 Jahren nicht mehr zur Wahl aufstellen lassen. Was waren die Beweggründe dafür?

Auf die Dauer und insbesondere mit gestiegenem Alter ist der Arbeitsalltag mit 60 Stunden und mehr ungesund und führt über kurz oder lang zur Überbelastung. Dem wollte ich zuvorkommen und hab das verbunden mit einem schon seit Jugendtagen gehegten Wunsch: einen Sommer als Senner auf der eigenen Alm.

Im Grunde hatten Sie ja zwei Jobs: Landwirt und Bürgermeister. Wie geht das jetzt, wenn Sie auf der Alm sind?

Ich war über 30 Jahre in der Kommunalpolitik, im Gemeinderat und 18 Jahre Bürgermeister hier in Schleching. Meine politischen Ämter hab' ich im Frühjahr komplett abgegeben und bin bei der Kommunalwahl nicht mehr als Bürgermeister angetreten. Aber die Landwirtschaft gibt's natürlich schon seit Generationen in unserer Familie. Unser Hof lebt von der Milchwirtschaft, denn nur so können die eigenen Wiesen und die Alm landwirtschaftlich genutzt werden. Vor ungefähr 25 Jahren haben wir auf Naturland umgestellt. Seither sind wir Mitglied in der Genossenschaft und liefern unsere Milch an die Molkerei Berchtesgadener Land. Während ich auf der Alm bin



Bergbauern- und Bio-Milchspezialitäten

Milchwerke Berchtesgadener Land Chiemgau eG
Hockerfeld 5-8
83451 Piding
Deutschland

Tel.: +49 8651 7004-1150
E-Mail: info@molkerei-bgl.de
www.molkerei-bgl.de



Presseinformation

bewirtschaftet mein ältester Sohn Josef den Hof. Und meine Schwiegertochter, meine Frau und inzwischen auch ein Melkroboter für unsere Kühe helfen mit.

Wie hat ihr Sohn die Entscheidung aufgenommen?

Mein Sohn hat sich schon gefreut, dass ich das Bürgermeister-Amt abgebe und dann mehr Zeit für die Landwirtschaft habe. Allerdings hat er sich das ein bisschen anders vorgestellt. Zum bestehenden Laufstall bauen wir aktuell Außenliegeboxen und einen Auslauf für die Kühe – und da war ich eigentlich fest zum Helfen eingeplant. Aber er hat meine Entscheidung akzeptiert. Nicht zuletzt auch, weil es in der Vergangenheit gar nicht so leicht war immer gutes Sennpersonal für die ganze Almzeit zu bekommen. Die Alm ist uns sehr wichtig, weil eine gute Almzeit der Jungtiere die beste Basis für gute, gesunde Kühe ist.

Geht das überhaupt: eine Umstellung von einem 60 h Tag auf Almidylle?

Man stellt sich so eine Umstellung aus einem von morgens bis abends durchgetakteten Leben im Vorhinein schwierig vor. Aber es scheint fast so, als ob die Alm ihren Rhythmus an die Bewohner weitergibt – da ist man ganz schnell drin – und ... man kann sich gar nicht mehr vorstellen, dass es vorher so hektisch und anders war.

Der Rhythmus hier auf der Alm ist ein ganz ein anderer und im Grunde ganz einfach – Aufstehen, wenn's hell wird – und ins Bett gehen, wenn's finster wird. Das Handy nehm' ich nur bei den Kontrollgängen auf dem weitläufigen Almgelände mit - zur Sicherheit, auch meiner Frau zuliebe. Aber es ist auf lautlos gestellt und aktiv draufschaun, das tu' ich meistens nur noch ein- leicht zweimal am Tag.

Gibt's schon ein erstes Resümee nach 6 Wochen Almzeit?

Überrascht haben mich die extremen Temperaturschwankungen: erst extreme Schafskälte und dann im Juni die Hitzerekorde in diesem Jahr. Das ist auch für uns hier im Chiemgau eine neue Situation. Und dann holte sich bei der Kälte eines der Kälber eine Lungenentzündung. Da halfen leider Globuli und Naturheilmittel wie Kamillentee alleine nicht mehr. Da musste der Tierarzt kommen. Aber gemeinsam haben wir das wieder hingekriegt: Das Kalb ist wieder wohlauf, aber eben noch etwas schwächer und kleiner als die anderen gleichaltrigen Tiere.



Bergbauern- und Bio-Milchspezialitäten

Milchwerke Berchtesgadener Land Chiemgau eG
Hockerfeld 5-8
83451 Piding
Deutschland

Tel.: +49 8651 7004-1150
E-Mail: info@molkerei-bgl.de
www.molkerei-bgl.de



Presseinformation

Was hat sich durch die Almzeit bei Ihnen verändert?

Andere machen eine Reha, ich glaube die Almzeit ist meine Art der Reha. Sie tut mir wirklich gut. Ich bin mir sicher: Würde ich meine Blutwerte im März mit denen am Ende der Almzeit im Herbst vergleichen, dann sollten meine Fitnesswerte gestiegen sein. Im politischen Alltag als Bürgermeister sitzt man meistens – im Büro, bei Sitzungen, im Auto. Jetzt laufe ich fast täglich zig Höhenmeter beim Zäunen, Zäune kontrollieren, Schwenden und beim Tiere zählen – denn die stehen fast täglich immer zur Mittagszeit an einer der höchst gelegenen Wasserstellen auf rund 1.500 Meter. Der Anstieg von der Hütte – sie liegt auf 1.100 Meter ü. NN – bis zur Wasserstelle ist wirklich ganz schön steil und deshalb auch schweißtreibend, aber nach den ersten 6 Wochen merke ich schon: Ich werde fitter. Und fit älter werden ist eines meiner wichtigen Lebensziele. Nicht zuletzt, damit ich noch viel gemeinsam mit meinen Enkeln unternehmen kann.

Was haben Sie gegen Bürostuhl, Auto und vielen Sitzungen im Rathaus eingetauscht, wie schaut ihr neuer Arbeitsalltag als Senner aus?

An oberste Stelle stehen da immer die Tiere: täglich muss geprüft werden, ob alle Tiere da sind, ob sie wohlbehalten und gesund sind. Dazu geh ich meistens zur obersten Wasserstelle, weil sie sich da immer alle zur Mittagszeit aufhalten. Wenn da alle 40 sind, dann fällt das Suchen einzelner Tiere weg. Dabei reinige ich dann gleich noch die Wassertröge und prüfe den Wasserzufluss. Wasser ist wie beim Menschen auch bei den Kühen das wichtigste Lebensmittel. Das Almgelände ist mit Zäunen begrenzt – nicht zuletzt zum Schutz der Tiere und um Abstürze zu verhindern. Die müssen natürlich laufend überprüft werden. Der Großteil sind dauerhafte Stacheldraht-Einzäunungen. Aber es sind auch rund 2-3 km Elektrozaun, der regelmäßig kontrolliert werden muss. Dank einer App bekommen wir Almerer heute gleich mit, wenn der Strom unterbrochen ist. Da ist dann das Handy wieder wichtig. Dann heißt es die Ursache finden und natürlich beheben. Zum Kontrollgang nehm ich mir immer gleich eine kleine Motorsäge und Werkzeug auf der Kraxe mit. Dann kann ich den Fehler gleich vor Ort reparieren.

Und abschließend: Was genießen Sie am meisten hier auf der Alm?

Das Schöne hier auf der Alm: Es bleibt trotz der Arbeit immer noch genug Zeit, sich mit den Almkollegen und Sennerinnen auf einen Ratsch zu treffen.



Bergbauern- und Bio-Milchspezialitäten

Milchwerke Berchtesgadener Land Chiemgau eG
Hockerfeld 5-8
83451 Piding
Deutschland

Tel.: +49 8651 7004-1150
E-Mail: info@molkerei-bgl.de
www.molkerei-bgl.de



Presseinformation

Und ich hab' Zeit für meine 4 Enkel Johannes (5 J.), Michi (6J.), Max (7 J.) und Julia (11 J.). Die Zeit, die ich mit ihnen hier verbringe, die hatte ich leider für meine eigenen Söhne kaum. Max und Johannes besuch(t)en den Waldkindergarten in Schleching und dementsprechend sind beide mit der Natur besonders vertraut. Sie erkennen viele Bäume schon an den Sämlingen, können Tierspuren lesen und wissen von vielen Kräutern die heilende Wirkung. Alle vier lieben es zum Opa auf die Alm zu kommen und freuen sich schon auf die Sommerferien, wenn sie als Ferienkinder auf der Alm übernachten dürfen.

Und dann sind da auch die Wanderer. Früher hat man sich oftmals geärgert, wenn sie sich nicht richtig verhalten haben, aber die Zeit, ihnen zu erklären warum und wieso, die hatte ich nie, denn daheim wartete ja immer schon wieder Arbeit. Heute nehm' ich mir die Zeit und ratsche mit den Wanderern, die die Tour zur Alm, auf den Gipfel zum Geigelstein oder auch Richtung Priener Hütte unterwegs sind. Da kann man ganz nebenbei viel Aufklärung betreiben, warum z.B. die Hunde im Almgebiet angeleint werden sollen.

TIPP: Die Wandertour zum Geigelstein, die direkt an der Wuhrsteinalm vorbeiführt, ist eine der Touren im Wanderprojekt „Da Kuah auf da Spur“ von der Molkerei Berchtesgadener Land. Neben der Tourenbeschreibung gibt's viele Infos rund um Milch, Kühe, Land- und Almwirtschaft.

108 Zeilen, 7.869 Zeichen inkl. Leerzeichen



Redaktion:

Barbara Steiner-Hainz

Tel.: +49 8651 7004-1150

Fax: +49 8651 7004-1199

E-Mail: barbara.steiner-hainz@molkerei-bgl.de



Bergbauern- und Bio-Milchspezialitäten

Milchwerke Berchtesgadener Land Chiemgau eG
Hockerfeld 5-8
83451 Piding
Deutschland

Tel.: +49 8651 7004-1150
E-Mail: info@molkerei-bgl.de
www.molkerei-bgl.de

Presseinformation



Bildunterschriften:

Seine neue Lieblingsbeschäftigung: Sich Zeit nehmen, Frühstücken , Kühe und Insekten beobachten und den Pflanzen beim Wachsen zuschauen.



Bildunterschrift:

Sepp steckt sich eine Almrose an den Hut – für Ihn sind es die kleinen Freuden im Alltag, die die Zeit hier auf der Alm so besonders werden lassen.

Bergbauern- und Bio-Milchspezialitäten

Milchwerke Berchtesgadener Land Chiemgau eG
Hockerfeld 5-8
83451 Piding
Deutschland

Tel.: +49 8651 7004-1150
E-Mail: info@molkerei-bgl.de
www.molkerei-bgl.de



Presseinformation



Bildunterschrift:

Eine der täglichen, bei der extremen Hitze im Sommer, schweißtreibenden Arbeiten: Zur höchsten Wassertränke auf 1.500 Meter Höhe aufsteigen, die Tränkebecken säubern und die Tiere zählen. Da kommt es schon vor, dass er die Tiere 4 mal zählen muss, bis er ganz sicher ist, dass alle da sind.



Bildunterschrift:

Wenn's Wetter passt, dann fährt der Sepp mit seinem Motorrad auf die Alm. Und wenn sie ihn doch mal daheim am Hof nicht entbehren können, dann fährt er mit dem Motorrad halt wieder runter.

Fotoquelle: Molkerei Berchtesgadener Land



Bergbauern- und Bio-Milchspezialitäten

Milchwerke Berchtesgadener Land Chiemgau eG
Hockerfeld 5-8
83451 Piding
Deutschland

Tel.: +49 8651 7004-1150
E-Mail: info@molkerei-bgl.de
www.molkerei-bgl.de