

Umgang mit Taschenlampen und mobilem Licht bei Außenveranstaltungen (z.B. bei Jugend- und Zeltlagern) und nächtlichem Radfahren - Hinweise für Eltern und Veranstalter -

Viele Veranstaltungen sowie Jugend- und Zeltlager finden in der freien Natur statt, oft in unmittelbarer Nähe von Schutzgebieten. Dabei kommen Lautstärke und Kunstlicht zum Einsatz, was die natürliche und bezaubernde Abend- und Nachtatmosphäre mit ihrem sternreichen Himmel beeinträchtigen kann. Besonders in der Sommerzeit, die mit der Hauptflugzeit der Insekten sowie der Brut- und Setzzeit vieler Tiere zusammenfällt, ist es wichtig, Rücksicht auf die Natur zu nehmen. Wildtiere sind entweder dämmerungs- und nachtaktiv und ruhen tagsüber, oder sie sind tagaktiv und ruhen nachts wie wir Menschen. Daher ist Rücksicht und Achtsamkeit in Bezug auf Lautstärke und den Einsatz von Kunstlicht von großer Bedeutung und es ist wichtig, dies zu vermitteln.

Insbesondere Taschen- und Stirnlampen kommen zunehmend in den Abend- und Nachtstunden zum Einsatz – ihre Leuchtkraft hat durch LED-Technologie übermäßig stark zugenommen. Dabei reichen zur fußläufigen Orientierung bereits geringe natürliche Beleuchtungsstärken aus, wie sie der Halbmond bietet.

Der „Gang des Krebses“ – sicher Laufen in der Nacht

Am besten probiert man es selbst aus: sich ohne Kunstlicht fortzubewegen. Unsere Augen schalten nachts auf die hochempfindlichen Stäbchen um – wir können hervorragend Kontraste sehen und kommen sogar mit Sternenlicht zurecht. Helle Markierungen unterstützen die Sehfähigkeit zusätzlich. Der sog. „Gang des Krebses“ hilft ebenfalls: Dabei wird erst der nächste Fuß gesetzt, wenn der andere sicher steht.

Gesundheitliche Risiken und ökologische Störungen mobiler Leuchten

Trotz Warnhinweise werden diese Kunstlichtleuchten häufig unsachgemäß verwendet. Das führt zu erheblichen Beeinträchtigungen von Pflanzen, Tieren und Menschen – wenn Lebensräume wie Bäume nicht als solche wahrgenommen werden oder wenn Menschen angeleuchtet werden: Hohe Lichtintensitäten und grellweißes Licht mit hohem Blauanteil gefährden die photobiologische Augensicherheit. Zusätzlich beeinträchtigt Blendung die Sehfähigkeit erheblich. Falsch ausgerichtete Leuchten stören Naturräume und Lebensstätten – etwa wenn Tiere aufgeschreckt oder in ihren natürlichen Rhythmen gestört werden. Ein bewusster und maßvoller Einsatz von nächtlichem Kunstlicht ist daher unverzichtbar – auch unsere Entfremdung von der Natur und ihren Bedürfnissen zu überwinden.

Nicht zuletzt zählt nächtliches Kunstlicht im Freien zu den schädlichen Umwelteinwirkungen im Sinne des Immissionsschutzes und unterliegt Grenzwerten. Das Bundesnaturschutzgesetz verbietet zudem die Beeinträchtigung von Lebensstätten wildlebender Tiere und Pflanzen sowie die Schädigung besonders geschützter Arten, zu denen alle europäischen Vogelarten gehören.

Bitte informieren Sie Eltern und Teilnehmenden Ihrer Veranstaltung:

- dass Taschenlampen mit hohen Lichtstärken (12 Lumen Lichtstrom sind ausreichen) nicht in Kinderhände gehören
- dass Taschen- und Stirnlampen nur bei tatsächlichem Bedarf und
- so eingesetzt werden, dass das Licht nur nach unten auf den Boden gerichtet ist;
- dies gilt auch für Radscheinwerfer, die nach unten vorne eingestellt werden sollten;
- dass Grünstrukturen und Gewässer nicht angeleuchtet werden dürfen;
- dass der schädliche Blauanteil des Lichts reduziert werden kann, indem beispielsweise eine gelbe Serviette/Tuch mit einem Gummiband vor dem Lichtaustritt befestigt wird;
- Licht aus – Sterne an: Dunkelheit „üben“ kann eine wunderbare Erfahrung sein; die Augen passen sich hervorragend an – dann zeigt sich auch die Sternenpracht: [Die aktuelle Himmelsvorschau des Sternenpark Rhön](#) und ein Audio zum Sternenhimmel und Sternenpark ergänzen die Naturerfahrung: [Audio des Sternenpark Rhön - Nordhimmel](#)

So können die Teilnehmenden Ihrer Veranstaltung, insbesondere die Jugendlichen, auch auf das Problem der Lichtverschmutzung aufmerksam gemacht werden, einen sensiblen Umgang mit Kunstlicht bei Nacht und Rücksicht gegenüber der Natur erlernen und sogar die Schönheit der Nacht mit ihren Gestirnen erfahren.

Informationen zu den Auswirkungen von nächtlichem Kunstlichteinsatz im Freien: [Insekten-andere-Arten-und-Licht-Aktuelle-Zusammenfassung-2025-Forschung-Recht-Massnahmen-sz.pdf](#) und Informationen zur photobiologischen Gefährdung der Augensicherheit durch Blendung und hohen Blauanteilen: [photobiologische-augensicherheit-infos-zu-netzhauschadigungen-durch-kunstlicht-2.pdf](#)

Weitere Informationen: www.sternenpark-rhoen.de

Stand: Juni 2025, akt. 08_2026, Redaktion: S. Frank_V3