Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 51 (1994)
Heft: 9: Phytotherapie : die Medizin von Mutter Natur

Artikel: Im Wald gibt's nicht nur Bäume!
Autor: [s.n.]
DOI: https://doi.org/10.5169/seals-558263

Nutzungsbedingungen
Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use
The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 02.07.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

Im Wald gibt's nicht nur Bäume!

Manche sehen den Wald vor lauter Bäumen nicht. Für andere ist er nichts weiter als Ort des üblichen langweiligen Sonntagsspaziergangs. Wieder anderen ist er dunkle Schattenwelt, die sie das Fürchten lehrt. Aber für die meisten Kinder ist er der aufregendste Abenteuerspielplatz der Welt. Wie man ihn mit Kinderaugen wiederentdecken kann oder wie ein Tag im Wald mit Kindern zum Erlebnis wird, lesen Sie hier!

Fast alle Kinder freuen sich an Tieren und Pflanzen. Das Interesse für die Natur scheint ihnen angeboren zu sein. Doch viele Kinder, insbesondere diejenigen, die in Großstädten aufwachsen, haben selten Gelegenheit, mit der Natur in Kontakt zu treten. Das ist bedenklich, denn das Verständnis für die Natur ist eine der wichtigsten Voraussetzungen für den schonungsvollen Umgang mit unserer Umwelt. Woran man Freude hat, dazu trägt man auch Sorge!

Es ist deshalb äußerst wertvoll, sich mit den Kindern möglichst oft in der Natur aufzuhalten. Nicht nur im Garten oder auf dem Quartierspielplatz, sondern auch in der vom Menschen weniger beeinflußten Natur. Als idealer Ort bietet sich der Wald an. Hier kann man noch einen Hauch von «Urnatur» spüren. Und im Wald gibt es unendlich viele Dinge zu entdecken, nicht nur mit den Augen, sondern ebenso mit den Händen, den Ohren, der Nase und der Zunge. Weshalb also nicht wieder einmal in den Wald gehen, um dort ein Picknick zu genießen? Die Kinder werden von sich aus manch interessante Entdeckung machen und sich bestens zu beschäftigen wissen.

Eine Waldpartie macht hungrig. Das Picknick ist in freier Wildbahn viel aufregender als im Restaurant – besonders wenn die Natur noch ein paar feine Beeren beisteuert.

Begegnung mit einem Baum

Frau M. nimmt ein Halstuch hervor, das sie von zu Hause mitgebracht hat, und verbindet damit Silvias Augen. Sie führt Silvia sorgfältig ein Stück weit durch den Wald. Nach einigen Minuten sagt Frau M.: «Nun begegnen wir einem Baum. Silvia, streck Deine Arme aus und mach noch zwei Schritte. Dann wirst du den Stamm mit deinen Händen anfassen können.» Sobald Silvia den Baum spürt, läßt Frau M. ihre Tochter los. Silvia versucht, mit ihren Händen den Baum näher kennenzulernen. Denn später soll sie mit ihren Augen denselben Baum wiedererkennen. Wie dick ist der Stamm? Kann ich ihn mit meinen Armen umfassen? Fühlt sich die Borke glatt oder rauh an? Silvia tastet sich um den Stamm herum. Wächst irgendwo ein Seitenast heraus? Oder finde ich sonst eine Besonderheit, die ich mir einprägen kann? «Jetzt weiß ich, wie der Baum aus-

sieht», sagt Silvia. Frau M. führt ihre Tochter wieder zum Ausgangspunkt zurück. Um die Sache etwas schwieriger zu machen, wählt sie diesmal einen anderen Weg. Frau M. nimmt Silvia die Augenbinde ab. Die Suche kann losgehen.

In der Zwischenzeit haben die anderen miteinander dasselbe Spiel gemacht. Auch für die Eltern ist es ein eindrückliches Erlebnis, sich von ihren Kindern durch den Wald führen zu lassen und zu erfahren, daß kein Baumstamm genau dem andern gleicht.

Schon Bekanntschaft mit einem Grasfrosch geschlossen?

Auf der «Jagd» nach Kleintieren

«Hat es denn hier keine Tiere?» fragt Thomas. Herr M. erklärt den Kindern, daß die größeren Tiere des Waldes, wie die Rehe oder Füchse, etwas scheu sind und daß man sich ganz ruhig verhalten muß, um solche beobachten zu können. Aber es gibt viele kleine Tiere im Wald, die man leicht sehen kann, wenn man nur seine Augen gut aufmacht. Herr M. schickt die Kinder auf die Pirsch: «Zwischen Moospolstern, unter alten Rindenstücken und an Baumstämmen werdet ihr bestimmt etwas finden. Habt ihr ein Tierchen entdeckt, dann versucht, es genau zu beobachten. Merkt euch, wie viele Beinchen und welche Farbe es hat und ob es Fühler hat!» Nicht lange dauert es, bis sie fündig geworden sind. Diesmal weiß auch Herr M. nicht, wie das Geschöpf heißt. «Laßt uns doch einen Namen erfinden», schlägt er deshalb vor. «Orangebrauner Gruselwurm», meint Silvia, und alle sind damit einverstanden.

Im Reich der Phantasie

Der Wald regt die Phantasie an. Nichts Leichteres, als sich vorzustellen, daß in der kleinen Höhle am Fuß einer alten Eiche Zwerge wohnen. Oder ein guter Geist, der aufpaßt, daß den Tieren kein Unheil geschieht. Deshalb erzählt Frau M. die Geschichte eines Zwerges, der beim letzten Sturm sein Häuschen verloren hat. Am Ende der Geschichte fragt Frau M.: «Wer von euch hilft, dem Zwerg ein neues Häuschen zu bauen?» Helle Begeisterung bei den Kindern. Sogleich machen sie sich daran, im Wald nach Baumaterial zu suchen. Am Fuß einer alten Buche finden sie ein geeignetes Plätzchen für das Zwergenhaus. Aus Zweigen, die sie am Boden gefunden haben, werden Wände erstellt. Das Dach bereitet etwas Mühe; damit es nicht ins Haus hineinregnen kann, bedecken die Kinder es mit einigen Farnwedeln. «Ich mache noch einen Tisch, an dem der Zwerg essen kann», ruft Thomas und kommt wenig später mit einem Stück Rinde herbei. «Und ich will dem Zwerg ein Bettchen machen», sagt Silvia und macht sich auf die Suche nach einem weichen Moospolster. Die Ideen gehen den Kindern nicht aus. Am nächsten Sonntag wollen sie für ihren Zwerg noch einen Garten anlegen.

Bestimmt werden sich die Zwerge über dieses phantasievolle Häuschen freuen. Lustig ist es auch, sich selbst in Waldfeen oder -geister zu verwandeln. Material dazu gibt es im Wald genug.