



## Zuhause ist was los Ferienabenteurer mit Roxy und Gani

# Draußen-leben-Tag



Es ist ein wunderschöner Morgen an einem wunderschönen Ferientag. Gani und Roxy frühstücken miteinander. Gani stellt fest: „Heute ist ein wirklich wunderschöner Tag.“



Roxy: „Ich finde: Ferien – das heißt doch, draußen sein, oder?“

Gani: „Am liebsten einen ganzen Tag lang!“

Roxy Ist weit gereist und weiß: „In anderen Ländern beginnt der neue Tag, wenn am Vortag die Sonne untergegangen ist!“

Gani: „Super, dann beginnen wir doch heute Abend!“

Roxy: „Au ja. Das wird klasse. Das wird unser **Draußen-leben-Tag.**“

### Im Vorfeld

Die beiden haben viele, viele Ideen für drinnen und draußen. Sucht euch EINE der Aktionen aus, die euch Spaß macht und die bei euch auch funktioniert, z.B. mit Wasser nur draußen spielen, Feuer nur, wenn es sicher möglich ist, Malen am Tisch, ... Sprecht das vorher am besten mit euren Eltern ab und holt euch ihr OK.

## Wichtiger Hinweis:

Manche Ideen gehen heute nur zusammen mit einem Erwachsenen!



Und ein paar Aktionen sind für draußen gedacht!



## Roxys und Ganis Tag- und Nachtideen:

**Wichtig: Alle Ideen sind Vorschläge. Sucht euch das heraus, was für euch passt.**

### Ohne Zelt draußen übernachten



Wenn sich eine warme trockene Nacht ankündigt ist, ist es toll, direkt unter dem Sternenhimmel zu übernachten. Vielleicht habt Ihr einen Garten und könnt dort ohne Zelt eine Nachtlager aufschlagen. Eine Übernachtung auf dem Balkon ist auch klasse. Vielleicht habt Ihr oder Freunde von euch ja auch einen Schrebergarten o.ä.

**MATERIAL:**  
Isomatte, Gartenliege oder Feldbett  
Schlafsack



### **Wichtig: Diese Aktion mit Euren Eltern absprechen!**

Vielleicht schließt sich ja ein Erwachsener an und übernachtet auch draußen. Verabredet, wie Ihr nachts ins Haus kommen könnt, wenn es nötig werden sollte. Eine warme isolierende Unterlage darf nicht fehlen!



**Wichtig:** Kochen über dem offenen Feuer ist ein besonderes Erlebnis. Bitte seid entsprechend vorsichtig und/oder macht diese Aktionen nur in Gegenwart von Erwachsenen.

Töpfe, Pfannen und Backbleche werden beim Kochen über den offenen Feuer rußig und schwarz. Die Topf-/Pfannengriffe sollten aus Metall sein, Kunststoff schmilzt, Holz brennt. Edelstahl- oder Emailletöpfe kann man nach der Aktion mit einem Stahlschwämmchen wieder säubern. Das braucht aber etwas Mühe und Geduld. Vielleicht gibt es im Keller noch einen alten ausrangierten Topf? Oder Campinggeschirr?

### Lagerfeuerfrühstück

#### Kräutertee



Bereits morgens draußen essen ist klasse. In einer Feuerstelle oder im Grill Feuer machen. Wasser kochen für Tee. Frische Pfefferminze, Zitronenverbene, Zitronenmelisse dazu geben.

#### Ei im Brot



Eine Scheibe Mischbrot (muss rundherum eine Kruste haben) aushöhlen, also das Innere rausessen, so dass die Kruste mit etwas Brot dran übrig bleibt.

Ein altes Backblech/Pfanne auf das Feuer oder die Glut setzten, etwas einölen. Den „Brot-Ring“ darauf legen und im Inneren ein Spiegelei braten. Durch die Rinde verläuft das Ei nicht auf dem Blech

Pro Person:  
1 Scheibe Mischbrot  
1 Ei  
etwas Öl  
Backblech oder Pfanne



### Indianerbrot – Bannocks- backen

Aus den Zutaten einen Teig kneten. Er sollte nicht mehr an den Fingern kleben, runde Taler formen und in der Pfanne, auf dem Backblech kleine Fladen backen.

Wenn Ihr unterwegs seid, und z.B auf einer Feuerstelle an einem Grillplatz Eurer Essen zubereitet, kann man die trockenen Zutaten in einem Plastikbeutel mitnehmen, das Wasser zu den Zutaten in den Beutel geben und alles im Beutel verkneten.

Zutaten:  
230 g Mehl  
½ Teel. Backpulver  
120 ml. Wasser  
Etwas Öl

### Kräuterquark

Schmeckt lecker zu den Bannocks.

Quark mit etwas Milch glatt rühren, klein geschnittene Kräuter und etwas Salz dazu. Kennt Ihr essbare Blüten, Gänseblümchen, Schnittlauch, Kapuzinerkresse? Die über den Quark streuen, das sieht schön aus.

**Nehmt nur Kräuter und Blüten, die essbar sind und die Ihr sicher kennt.**

Zutaten:  
250g Quark  
50-100ml Milch  
Salz und Kräuter  
oder  
Zucker/Honig, Beeren

### Süßer Quark mit Beeren

Habt Ihr noch Johannisbeeren, Erdbeeren oder Stachelbeeren im Garten?

Quark mit etwas Milch glattrühren, süße Beeren dazu...



### Hauptmahlzeit

#### Gemüsesuppe auf dem offenen Feuer gekocht

Gemüse schälen und in Stücke schneiden, in etwas Fett andünsten, mit Wasser aufgießen bis alles bedeckt ist, Gemüsebrühe-Pulver dazugeben, aufkochen lassen, ca. 15 min kochen, wenn alles gar ist, Kräuter drüber streuen.

Zutaten pro Person  
200-250g Gemüse (Kartoffel, Möhre, Sellerie, Kohlrabi,, Blumenkohl etc.)  
250 ml Wasser  
Gemüsebrühe  
10g Fett  
Kräuter



### Stockbrot am Lagerfeuer

Bereitet einen Hefeteig/ Brotteig vor und lasst ihn mindestens eine halbe Stunde aufgehen.

Ein Rezept wäre zum Beispiel:

1 kg Mehl mit 1 Würfel Hefe, 1 TL Salz, 5 EL Öl und knapp ½ l lauwarmem Wasser verkneten und gut aufgehen lassen.

MATERIAL:  
Zutaten für einen salzigen Hefeteig  
Holz fürs Lagerfeuer  
Holzstücke, circa 1 Meter lang und mindestens 1 cm dick  
Schnitzmesser

Sucht in der Zwischenzeit einen Ort, wo ihr ein Feuer

machen könnt: an einer offiziellen Grillstelle oder in einem Grill oder einer Feuerschale.

Bitte nur mit Erwachsenen zusammen machen! Und nur an einer Stelle, wo das Feuer immer unter Kontrolle ist. Es darf nichts Brennbares in der Nähe sein und wenn ihr fertig seid, dann macht das Feuer auch sorgfältig wieder aus.

Sucht mehrere lange Holzstöcke – super sind Haselnuss-Stöcke! – und schnitzt vorne die Spitze ein bisschen an. Wenn Erwachsene dabei sind, dann können auch die Kinder schnitzen: immer von sich weg und den Stock drehen, so dass ein etwa 20 cm langes, von Rinde freies und nach vorn spitzes Stück entsteht.

Nehmt eine Handvoll Teig, zieht ihn in die Länge und umwickelt das vordere Ende des Stocks. Gut festdrücken, damit der Teig nicht einfach wieder runterrutscht.

Und dann mit viel Geduld von allen Seiten über dem Feuer rösten. Ein guter Abstand zum Feuer sind etwa 80 cm. Das Stockbrot sollte von allen Seiten eine feste Kruste kriegen, möglichst wenig schwarze Stellen (was immer nur teilweise klappt) und im Idealfall auch innen gar sein (schmeckt aber auch ein bisschen roh!).

### Wildkräuter Bowle

Verschiedene Kräuter (Minze, Majoran, Gundermann, Giersch, Schafgabe, Thymian, evtl. Rose, Rotklee) zusammenbinden und für mind. zwei Stunden in Apfelsaft legen. Anschließend den Strauß ausdrücken und den Saft mit Mineralwasser auffüllen.

### Mit Pflanzenfarben malen

Alle Pflanzen haben Farbstoffe, deshalb leuchten Blumen bunt und Blätter sind grün. Dies Farben kann man direkt zum Malen nutzen. Blätter, Blumen, Beeren etwas zusammendrücken und direkt mit dem Pflanzensaft auf ein festes Papier malen. Festes Papier ist wichtig, denn manchmal muss man reiben, bis der Saft austritt und einfaches Papier hat dann schnell ein Loch. Wenn Sauerstoff/Luft an den Pflanzensaft kommt, verändern sich die Farben. Geranienrot wird zu violett, Kräutergrün zu braun. Das muss man ausprobieren. Wenn Ihr Kräuter nehmt, duftet euer Bild.

### Spielerische Kunst in der Natur „Blätterschlange“

Ganz einfach könnt Ihr eine Schlange aus Blätter legen. Hier liegt eine auf dem Holzbrett und sonnt sich.



Sie kann sich aber auch im Gras verstecken. Oder im Herbst bunt gefärbt sein.



Im Sommer macht es Spaß, die Schläge schwimmen zu lassen. Dafür müssen die Blätter mit kleinen dünnen Ästen, wie mit Stecknadeln, zusammen gesteckt werden. Dann kann sie in einer Wanne schwimmen oder mit Euch im Planschbecken baden.



Vielleicht führt Euch im Sommer auch ein Spaziergang an einen Bach, dann könnt Ihr die Schlangen auch richtig schwimmen lassen. Wenn Ihr mit der Familie oder Freunden unterwegs seid, könnt Ihr auch ein Wettschwimmen veranstalten.

### Zwergenhäuser bauen

Vielleicht habt Ihr eine Stelle im Garten, wo Ihr denkt, das könnte der Eingang zum Zwergenreich sein, oder Ihr seht eine Wurzel im Wald, bei der Ihr sicher seid, hier schlüpfen Zwerge ein und aus. Gestaltet die Gegend um den Eingang schön, eine kleines Gärtchen aus Blumen und einem Zaun aus Zweigen, ein Gartenhäuschen, ein kleiner „Erlebnispark“ aus Eicheln oder Bucheckern....

### Blüten und Insekten bauen

Bastelt aus Pflanzenteilchen kleinen Tiere oder Pflanzen. Die könnt Ihr im Wald zurücklassen, vielleicht haucht der Wald Ihnen über Nacht Leben ein?

### Waldkunstwerk

Legt aus Blüten oder Blättern ein Mandala.

Bastelt ein Mobile aus schönen Dingen, die Ihr findet. (Verwendet dazu Schnur, die verrottet, z.B. Baumwolle oder Jute)

*Roxy: „Wow. Was für ein Abenteuer!“*

*Gani: „Ja, einfach genial.“*

*Roxy: „Ich hätte mir nie gedacht, dass man draußen kochen kann. Und dann noch so leckere Sachen.“*

*Gani: „Ja, und der Sternenhimmel heute Nacht war der Wahnsinn. Wenn man mal Zeit hat hinzuschauen, dann sieht man erstmal die vielen Sterne.“*

*Roxy: „Aber jetzt bin ich richtig müde. Viel geschlafen haben wir ja nicht.“*

*Gani: „Nein, wirklich nicht. Es war halt so ungewohnt und spannend.“*

*Roxy: „Heute kann ich wieder ganz viel in mein Abenteuerbuch schreiben.“*

*Gani: „Ja, und es gibt auch so viel für das ich einfach dankbar bin, dass ich das mal erleben durfte.“*

*Roxy: „Und dann lass uns ins Bett gehen.“*

*Gani: „Genau – gäh – und vorher beten wir noch.“*

*Guter Gott, wir danken Dir für diesen Tag.*

*Wir haben gelacht, haben gespielt und haben uns wohl gefühlt.*

*Wir haben wenig oder viel geschafft. Gemeinsam spürten wir die Kraft.*

*Gott sei Dank! Amen.*



Beate Gröne, Naturpädagogin

