



## Der Natur-Sitzplatz

Du möchtest dich in der Natur zu Hause fühlen? Verstehen, was die Vögel um dich herum sagen? Wissen, welche Pflanze du essen oder als Medizin verwenden kannst? Spurenlesen wie die Indianer...

Heute werde ich dir verraten, wie die Natur dir all das beibringen wird.

**S**uche dir einen Platz draußen in der Natur. Dein Platz sollte abseits vom hektischen Leben sein. Er sollte in wenigen Minuten von deinem Zuhause zu erreichen sein. Suche dir an diesem Platz einen Punkt an dem du bequem sitzen kannst. Deine Sicht sollte möglichst frei sein. Ein bisschen Deckung verhindert, dass man dich gleich sieht. Vermeide unsichere Orte – vertraue deinem Bauchgefühl! Meide die Nähe von Stromleitungen oder Überflutungsgebiete. Auch „Party Plätze“ sind keine guten Orte! Du erkennst sie an Bierdosen und anderem Müll, der dort rumliegt.

Wenn du noch unter 18 Jahre alt bist, solltest du deinen Eltern verraten, wo dein Sitzplatz liegt!



### Was du an deinem Sitzplatz tust

Lerne deinen Sitzplatz zu allen Tages- und Jahreszeiten kennen. Gehe dort immer alleine hin! Gehe jedesmal einen neuen Weg zu deinem Sitzplatz. Sitze so lange wie möglich still da, stelle Fragen, warte auf Antworten und beobachte, was um dich herum passiert. Schärfere deine Sinne. Entspanne dich beim Sitzen. Sieh! Höre! Rieche! Taste! Schmecke! Lerne Bäume, Pflanzen, Tiere, Vögel, Insekten, Säugetiere

Hallo und herzlich willkommen auf der Naturseite von MainKind.

und all die anderen Bewohner an deinem Platz kennen. Träume. Und am Ende verlasse still deinen Platz.

Gehe mindestens zweimal die Woche zu deinem Sitzplatz – besser noch jeden Tag.



### Was du Zuhause tust

Zeichne eine einfache Karte von deinem Sitzplatz. Wenn du die Himmelsrichtungen kennst, zeichne auch die ein. Führe ein Wochenjournal. Schreibe jede Woche auf, was du an deinem Sitzplatz erlebt hast und was sich in der Natur verändert hat. Zeichne jede Woche eine Karte und markiere auf ihr deine Beobachtungen.

### Deine Aufgabe

Gehe zweimal in der Woche raus an deinen Sitzplatz. Tue das 8 Wochen hintereinander. Schreibe jede Woche ein Journal mit Karte. Schicke mir dann 4 Journale und 4 Karten bis Ende Mai 2012 an:

Redaktion MainKind

„Wurzeltrapp“ – Sitzplatz

Kaiserstraße 13

60311 Frankfurt

Bitte nicht deine Adresse vergessen!

### Deine Belohnung

Nur für die „Sitzplatz-Leute“ werde ich im Herbst eine exklusive Veranstaltung anbieten! Also, mach mit!

Du wirst deine Sinne schärfen und Dinge wahrnehmen, die du bisher für unmöglich gehalten hast. Du wirst über Vogelsprache, Fährtenlesen, essbare Pflanzen und Medizinpflanzen lernen. Die Veranstaltung ist kostenlos und findet am Wochenende statt. Wer

noch keine 18 Winter gesehen hat, bringe Eltern oder Großeltern mit.

### Beobachtungstipps

#### SAATMOND

Im März „stehen“ über den Feldern Vögel in der Luft. Dabei kannst du sie singen hören. Lass dir das nicht entgehen!

Finde deinen Sitzplatz und besuche ihn regelmäßig.

Die Amsel ist dein bester Lehrer für Vogelsprache. Merkst du, wann sie sich wohl fühlt und singt und wann sie Alarmrufe von sich gibt? Kannst du am Alarm erkennen, ob ein Boden- oder Luftfeind naht?



#### HASENMOND

Achte im April auf die Frühlingsboten an deinem Sitzplatz! Wann blühen die Apfelbäume, wann hörst du den ersten Kuckuck? Wenn du noch keinen Sitzplatz hast, dann such dir schnell einen!

Welche Pflanzen färben die Wiesen mit ihren Blüten gelb? Wann kommen die Schwalben zurück – kannst du sie unterscheiden? Setz dich still an einen Feldrand und beobachte das Schauspiel der Hasenhochzeit. Jetzt ist die beste Zeit für Wildsalat. Ernte junge Blätter von Brennnessel, Löwenzahn und Wegerich.

### Veranstaltungen - Kurse

Es gibt jede Menge Natur Erlebnis Kurse mit dem Wurzeltrapp. Da ist bestimmt auch was für dich dabei! Infos findest du auf der Facebook Seite vom Wurzeltrapp :: [www.wurzeltrapp.de](http://www.wurzeltrapp.de)