



Ertaste die Welt mit all deinen Sinnen

:: HALLO

auf der „NATURSEITE“ von Mainkind! Ich lade dich ein, deine Sinne zu üben und tolle Beobachtungen in der Natur zu machen. Es ist angenehm warm draußen! Also raus mit dir, die Welt ertasten und erfühlen. Wache Sinne und viel wertvolle Zeit in der Natur wünscht... **Der Wurzeltrapp**

Die Meisten halten ihre Finger für den Tastsinn! Klar, die Finger sind wichtig – aber tasten und fühlen ist noch mehr! Denk an den warmen Sand im Sommer, der unter deinen Füßen knirscht. Oder den Sommerregen der über deine Haut fließt, der kalte Wind der dir am Abend Gänsehaut macht, der Stich eine Mücke, die Sonne auf deinen Haaren ...



Was fühlt dein Körper?

Mach jetzt mal deine Augen zu und erforsche verschiedene Körperteile. Was fühlst du jetzt gerade an deinen Füßen, Beinen, Rumpf, Armen und Kopf. Wie fühlt sich die Luft auf deiner Haut an? Warm, kalt, feucht, trocken? Spürst du einen Luftzug? Wenn du einatmest, wie fühlt sich die Luft in deiner Nase an? Ist der Platz, an dem du sitzt, hart oder weich? Wie fühlt sich der Boden unter deinen Füßen an? Wie fühlen sich deine Klamotten am Körper an? Diese Übung kannst du überall und jederzeit machen – also auf geht's, erforsche was dein Körper fühlt.

Augen an den Füßen...

Geh mit deiner Familie oder deinen Freunden raus in die Natur. Sucht euch eine abwechslungsreiche Strecke mit

vielen verschiedenen Böden wie etwa Moos, Wiese, Laub, Sand, Kiesel, Straße, Erde und Pfützen.

Verbindet einem von euch die Augen. Zieht dem „Blinden“ Schuhe und Socken aus und krempelt ihm die Hose hoch. Der „Blinde“ hat die Aufgabe, sich gut zu merken, welche Böden in welcher Folge er unter seinen Füßen gefühlt hat.



Auf geht's, führt ihn vorsichtig über die verschiedenen Böden und dann zum Ausgangspunkt zurück. Jetzt nehmt ihm die Augenbinde ab und lasst ihn den Weg wieder finden! Wenn er fertig ist, bekommt der Nächste die Augen verbunden und wird einen etwas anderen Weg über die unterschiedlichen Böden geführt. Auch er muss dann später mit offenen Augen seinen gegangenen Weg wieder finden. Habt viel Spaß beim Ertasten der Welt.

Und nun RAUS IN DIE NATUR...

Beobachtungstipps



:: HOLZMOND

Im September kannst du Kastanien sammeln. Nun bereitet sich die Natur langsam auf den Winter vor. Viele Tiere fangen jetzt an, sich Winterspeck anzufressen oder Vorräte anzulegen.

Achte darauf, wann die Rauchschwalben Richtung Afrika ziehen. Wie kannst du Rauch- und Mehlschwalbe unterscheiden? Achte auf ihren Schwanz und die Nester. Auch die Kraniche verlassen uns jetzt. Du erkennst sie an ihren Rufen und der typischen V-Formation. Wann sind sie bei dir am Himmel zu sehen? Welche Hecken tragen in deiner Gegend jetzt Früchte? Überlege dir, welche Tiere von den Beeren und Nüssen leben könnten.

:: BLUTMOND

Auf den Wiesen blühen im Oktober immer noch einige Pflanzen, welche findest du bei dir? Finde die Herbstzeitlose auf Wiesen und den Grünen Knollenblätterpilz im Wald. Aber Finger weg, beide sind sehr giftig! Schau sie dir gut an, damit du sie nie ver-



wechselst! Einige Zugvögel sind noch unterwegs, welche kannst du am Himmel sehen? Hörst du noch den Zilpzal singen? Die Balz bei den Stockenten ist im Gang, schau dir das an. Die Bäume verlieren ihre Blätter. Welcher Baum wirft bei dir zu erst ab? Werfen alle Bäume ihre Blätter ab?

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