

WALK & More

Unterwegs

Bergwandern

Was uns bewegt

Jugendwander-
wegeprojekt

Jugend & Politik

Interview mit unserem
Bundesministerium



Ausleihmaterialien der Deutschen Wanderjugend

Euch fehlen Materialien für Eure geplanten Aktionen?
Als Mitglied der DWJ könnt Ihr gegen eine Kautions
das passende Equipment bei uns leihen.

Kontakt: 0561/400 49 8-0 • info@wanderjugend.de.
www.wanderjugend.de Rubrik Junges Wandern



7 GPS-Geräte Garmin Geko201
10 GPS-Geräte Garmin eTrex10



Klettergurte,
Rundschlingen etc. für
niedrige Seilelemente



2 Hordentöpfe und
2 Hockerkocher



Outdoor-Kids-Erlebnissack
mit viel Spielmaterial



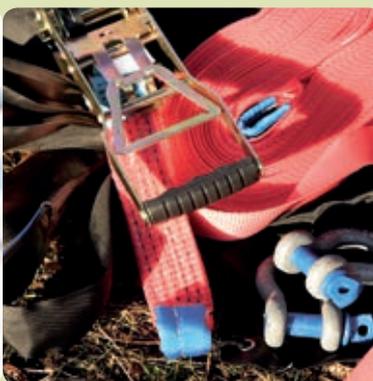
11 Paar Schneeschuhe



8 VauDe MarkII
Trekkingzelte



Audio-Video-Recorder



2 Slacklines á 7,7m



18 Kompass

Außerdem bei uns auszuleihen: 10 VauDe Biwaksäcke, Klettermaterial für 12 Personen,
12 Kinderklettergurte und Helme

Viele der Ausleihmaterialien wurden mit Unterstützung der Stiftung Wanderjugend angeschafft.
Anträge von DWJ-Mitgliedsgruppen an die Stiftung Wanderjugend können jeweils bis zum 31.10. für das Folgejahr
gestellt werden. Anträge bis 200,- Euro können jederzeit gestellt werden.

www.stiftung-wanderjugend.de



Vorwort

Liebe Leser_innen,

mal Hand auf's Herz: Wusstest Du, bevor Du in den WALK & more-Verteiler aufgenommen wurdest, dass Du Bestandteil der Deutschen Wanderjugend (DWJ) bist? Nein?

Von der DWJ selbst, ihren zahlreichen Ausbildungsangeboten

auf Bundes- bzw. Landesebene erfahren so manche Mitglieder leider nie etwas. Die über die Vereinsstrukturen versendeten Informationen „versanden“ vielfach und die meisten Mitgliedskontaktdaten stehen uns leider gar nicht zur Verfügung. Damit erreichen die Angebote nicht ihre Adressaten, Lehrgänge oder Freizeiten fallen mangels Teilnehmer somit aus! Wer nichts erfährt, macht nicht mit! So simpel kann es manchmal sein. Übrigens: Die verbandlichen Leistungen stehen Euch als Mitglied zu, denn sie werden durch Euch über die Mitgliedsbeitragsumlage an den Dachverband finanziert!

„Kontakte, Kontakte, Kontakte!“ lautete eine Aufgabe aus der letzten Bundesdelegiertenversammlung (BDV). Deshalb streben wir die datenschutzkonforme Weitergabe der Mitgliedskontaktdaten aus den 57 Wandervereinen an die Bundes- bzw. Landesebenen zur Informationsverbreitung an. Die meisten unserer zehntausenden Jugendmitglieder zu erreichen wird die Herkulesaufgabe für die kommenden Jahre sein – alternativlos! Viele gesteckte Ziele werden ansonsten lediglich weitere, arbeitsintensive Luftschlösser sein.

Es gibt eine Menge Wünsche aus den Vereinen, bei dem sich unser Bundesjugendbeirat (BJB) und auch die Bundesgeschäftsstelle sehnlichst weitere Unterstützung wünschen. Zwei von sieben Beiratspositionen sind schon jetzt vakant, berufliche Veränderungen im BJB werden vermutlich weitere Vakanzen zufolge haben.

Ein Dachverband mit unserer Struktur steht und fällt durch das Engagement seiner eigenen Mitglieder. Bundes- sowie Landesvorstände fallen ja nicht einfach vom Himmel, es sind entsendete Funktionsträger der 57 Vereine. Denn wir alle selbst sind Wanderjugend!

Ihr könnt mithelfen. Z.B. durch jugendgerechte Wanderroutenvorschläge, Texte für unsere Zeitschrift, Kontakte herstellen, Referententätigkeit u.v.m. Nur gemeinsam sind wir in der Lage, viele unserer Ziele zu verwirklichen!

Euer

Jörg Bertram | Bundesgeschäftsführer

Inhalt

4 Unterwegs

Faszination Bergwandern

6 Was uns bewegt

Der Deutsche Wandertag 2014 | Junges Gemüse / Alte Gemüsesorten | Projekt Jugendwanderwegenetz | Stiftung Wanderjugend | Heimat | Bundeslager 2015

13 Jugend & Politik

Interview mit dem Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend

15 Grundlagen

„Fair-Änderungs“-Kasten | Outdoor-Kids | FÖJ Lina stellt sich vor

18 Kreuz & quer

Schulwanderwettbewerb | Buchvorstellung | Entspannungen im Sitzalltag

19 Shop

Die Adressen der neuen Jugendleitungen

Es ist uns ein wichtiges Anliegen, dass alle, besonders die neuen Jugendleitungen und Amtsinhaber_innen, die WALK & more erhalten. Liebe Hauptjugendwarte_innen, Jugendleitungen, Geschäftsstellen, bitte sendet uns die Adressen und E-Mail-Adressen der „Neuen“ und alle Adressaktualisierungen. Vielen Dank.

Titelbild: Südtirol, Torsten Flader

Bilder oben: DWJ / Bundeswettbewerb Jugend Wandert 2013

Impressum

WALK & more erscheint vierteljährlich als Jugendzeitschrift der Deutschen Wanderjugend im Verband Deutscher Gebirgs- und Wandervereine e.V.,

Wilhelmshöher Allee 157, 34121 Kassel

Tel: 0561/400 49 8-0, Fax: 0561/400 49 8-7

E-Mail: info@wanderjugend.de

Internet: www.wanderjugend.de, www.jugend-wandert.de,

www.outdoor-kids.de

V.i.S.d.P.: Jörg Bertram

Redaktion & Layout: Torsten Flader

Mit Beiträgen und Bildern von: Jörg Bertram, Jörg Dietrich, Hannah Lieb, Luisa Faller, Torsten Flader, Astrid Lünse, Andrea Metz, Silvia Röhl, Lina Schmidt

Druck: Printec Offset GmbH, Kassel

Redaktionsschluss Winterausgabe: 15. November 2014

ISSN: 1437-4676

Für Jugendleitungen der DWJ ist die „WALK & more“ kostenfrei.

Namentlich gekennzeichnete Artikel geben nicht unbedingt die Meinung der Redaktion der Deutschen Wanderjugend Bund wieder.

Gedruckt auf 100 % Recyclingpapier.

Faszination Bergwandern

Mit „Abenteuer in Bewegung“, „Outdoor-Kids“ und „Ganz schön ausgekocht“ hat die Deutsche Wanderjugend drei Praxishandbücher konzipiert und veröffentlicht, die sich großer Beliebtheit, weit über die Jugendgruppenleitungen in der DWJ hinaus, erfreuen. Was bisher fehlte war ein Buch, das als Leitfaden für unser Kerngebiet - Wandern mit Jugendlichen - dient. Dieses Buch wird zur Zeit erstellt und erscheint zum 1. Advent 2014 und trägt den Titel „Junges Wandern“. Es besteht aus einem Grundlagenteil, einer Vorstellung verschiedener Wanderformen und Aktionen für zwischendurch. Um Euch einen kurzen Vorgeschmack auf das neue Praxishandbuch „Junges Wandern“ zu geben, stellen wir Euch hier das Kapitel Bergwandern vor:



Definition

Bergwandern bedeutet, dass Gipfel der Mittelgebirge oder auch alpine (oberhalb der Baumgrenze gelegene) Gipfel per Wanderung auf markierten Wegen erreicht werden können. An schmaleren Stellen ist Trittsicherheit notwendig, ansonsten können die Wege ohne Zusatzausrüstung erwandert werden. Hochalpines Gelände, welches mit Klettersteigen, Steinschlägen oder Gletscherspalten aufwartet, ist hier beim Begriff Bergwandern nicht gemeint und sollte auch nur mit Hilfe erfahrener Bergführungen bereist werden.

Motivation

Bergwandern ist eine recht anspruchsvolle Form der Wanderung, was aber gerade der Grund ist, warum sie bei Jugendlichen eine so große Faszination auslöst.

Denn das Besondere beim Erreichen einer Bergspitze ist, dass dies nicht jeder schafft und mit Anstrengung verbunden ist. Am Fuß des Berges steht man noch ganz unten, wo Häuser und Autos zu sehen sind, einem viele andere Menschen begegnen und gut ausgebaute Wege vorhanden sind. Je höher der Pfad einen führt, desto schmaler werden die Steige, umso weniger andere Menschen begegnen Dir und die Natur ändert sich auch zusehends. Begleitet wird dies von der körperlichen Anstrengung, die, ist der Gipfel einmal erreicht, sehr schnell vergessen scheint und einem Glücksgefühl weicht. Das erhebende Gefühl beim Blick vom Berg hinunter zu sehen und zu erfassen, welche Strecke man bergauf zurückgelegt hat und zu realisieren, an welchem exklusiven Ort man sich gerade befindet, ist der Lohn für die vorangegangenen Anstrengungen.

Vorbereitung

Die Erfahrung der Gipfelfaszination Jugendlichen zugänglich zu machen, ist eine sehr lohnenswerte Unternehmung, die allerdings sorgfältiger Vorbereitung bedarf.

Dazu gehört die Grundüberlegung, wie erfahren die Gruppe ist. Wer noch nie als Gruppe gewandert ist oder noch nie mehrere Tage mit Gepäck unterwegs war, sollte dies vorab erst in einfacherem Gelände ausprobieren. Damit die Bergtour nicht zu einer großen Enttäuschung wird oder sich mangels Kondition Gesundheitsrisiken ergeben, sollte sichergestellt sein, dass alle Teilnehmenden ausreichend fit für eine Bergwanderung sind.

Zeit- und Finanzbudget

Bei der Detailplanung legst Du als erstes fest, ob es sich um einen Tagesausflug handelt oder die Gruppe mehrere Tage unterwegs sein möchte. Und was steht an finanziellen Mitteln zur Verfügung? Wie weit darf die Anreise sein, damit die Gruppe es überhaupt schafft, an einem Tag auf den Berg und wieder runter zu gehen und wo übernachtete ich bei mehrtägigen Wanderungen?

Ziel

Wenn der grobe Rahmen abgesteckt ist, suchst Du Dir als nächstes ein Ziel. Sicher hast Du schon eine ungefähre Vorstellung in welche Region es gehen soll. Dann besorge Dir als nächstes einen Fotoband über die Zielregion in einer Bücherei oder besuche Fotoseiten im Internet. Beschreibungen helfen nur bedingt, aber auf Fotos kannst Du sehen, welches Ziel Dich wirklich reizt. Kennst Du



dann auch den konkreten Berg oder die Bergkette, kannst Du Dir nun Wanderführer und Wanderkarten (Bücherei, Buchhandel, Tourismuszentralen im Zielgebiet) besorgen. In den Mittelgebirgen ist Bergwandern ganzjährig möglich, das alpine Gelände eignet sich am besten im Spätsommer, wenn möglichst viel Altschnee abgetaut ist.

Wegstrecke

Allgemein gerechnet werden 4 km in der Stunde in der Horizontalbewegung, 300 m in der Stunde beim Aufstieg und 500 m in der Stunde beim Abstieg. Wenn Du jetzt genau wissen möchtest, wie lang die Gehzeit wirklich ist, errechnest Du die Horizontal- und Vertikalentfernung, halbierst den kleineren Wert von beiden und addierst ihn zum Größeren.

Beispiel: Vertikal auf: 600 m = 2 Std.; Horizontal: 10 km = 2,5 Std. Addition: 2 Std. x 1/2 = 1 Std. + 2,5 Std. = 3,5 Std. Diese Formel ist aber noch ohne Pausen. Beachten solltest Du auch, dass sich gern beim Abstieg verschätzt wird. Dadurch, dass die Beine Oberkörper und Gepäck beim Abstieg bremsen müssen, sind die Beine, und da speziell die Knie, besonderen Belastungen ausgesetzt. Es gibt viele Menschen, die sogar den Abstieg anstrengender, als den Aufstieg, empfinden.

Wetter und Gefahren

Zur Wegplanung ist wichtig zu wissen, wann ist Sonnenaufgang und Sonnenuntergang, um den maximal hellen Zeitraum zu planen. Gerade in den Bergen ist auch das Wetter eine große Gefahrenquelle, über die man sich tagesaktuell informieren sollte. Im Gebirge kann es in den Sommermonaten zu Kälteeinbrüchen, begleitet von Schneefall, kommen. Auch Wolken/Nebel



und Gewitter können, trotz klaren Himmels, in kurzer Zeit aufziehen. Die Gefahren durch diese Wetterphänomene sollten keinesfalls unterschätzt werden. Sieht man eine Wolkenfront aufziehen, ist darauf unverzüglich zu reagieren. Daher sucht plant man vorher Ausweichwege, auf denen man schnell wieder ins Tal absteigen kann und die Lage von Schutz- und Berghütten ist wichtig zu wissen, um ggf. dorthin ausweichen zu können. Gerät man doch in eine Nebelbank, kann man nur abwarten oder umdrehen; auf gut Glück weiterlaufen ist, bei aller Enttäuschung, die falsche Lösung.

Dünnere Luft in der Höhe wird ab 3.000 Metern relevant, kann also in den allermeisten Planungen ignoriert werden. Die Temperatur nimmt pro 1.000 Höhenmeter um 6,5 Grad ab.

Die UV-Strahlung wird mit zunehmender Höhe immer stärker und dies auch bei dichter Wolkendecke. So ist es möglich, den ganzen Tag keine Sonne zu sehen und trotzdem einen Sonnenbrand zu bekommen; zum Schutz davor empfiehlt sich lange Kleidung oder starke Sonnenschutzcreme, sowie eine Sonnenbrille.

Für Notsituationen sollten zum 1. Hilfe-Paket, Rettungsdecken und Signalgeber (Pfeife, Signalfackel) mitgeführt werden. Die Notrufnummer 112 ist europaweit gültig.

Ausrüstung:

Feste Wanderschuhe, die bis über die Knöchel gehen und harte Sohlen haben sind sehr wichtig, um auf Steinen und Geröll Halt zu finden. Eine Kopfbedeckung als Wind- und Sonnenschutz sollte nicht fehlen. Viele Menschen benutzen im Gebirge gern Wanderstöcke, die auch manchmal hinderlich sein können. Da das eine individuelle Frage ist, empfehlen sich Teleskopwanderstöcke, die je nach Bedarf benutzt oder am Rucksack befestigt werden. Dabei ist zu beachten, dass Wanderstöcke, im Gegensatz zu Nordic Walking Stöcken, aus gutem Grund gefedert sind.

Durch die erhöhte Anstrengung beim Bergwandern sind hierbei mehr Getränke notwendig, als bei anderen Wanderformen. Oft ist die Versorgung am Berg schwierig, daher in diesem Fall großzügig voraus planen.

Ausblick:

Gemeinsam als Gruppe einen Berg zu bezwingen, ist für Jugendliche ein Erlebnis, was den Zusammenhalt und die Naturbegeisterung nachdrücklich fördert. Auch der Erfolg, diese Leistung erbracht zu haben, ist für alle Teilnehmenden ein Motivationsschub, den man für andere Aktionen bewahren kann.

△ Text: Torsten Flader

Fotos: DWJ / Bundeswettbewerb Jugend Wandert 2013

Der Deutsche Wandertag 2014 in Bad Harzburg: Ein tolles Erlebnis

Lange angekündigt und häufig von gesprochen: Der 114. Deutsche Wandertag (DWT) in Bad Harzburg. Am 13. August ging dann auch endlich die Reise los. Der Harzklub hatte eingeladen, an den nördlichen Rand des Harzes zu kommen und dieser Einladung sind wir gern gefolgt.

Bald 130 Jahre gibt es den Harzklub und heute sind rund 1.600 Mitglieder in 40 Heimatgruppen organisiert. Wandern kann man im Harz fast überall, schließlich pflegt der Harzklub rund 10.000 Kilometer Wanderwege, ebenso zahlreiche Brücken, Stege, Ruheplätze und über 400 Schutzhütten, sowie einige Wanderheime. Nicht nur das Wandern und die Pflege der Wanderinfrastruktur stehen bei den zahlreichen Aktivitäten des Harzklubs auf dem Programm, auch Brauchtum und Volkskultur werden intensiv gepflegt. So erfuhren wir im Vorfeld von Trachtengruppen, Volksmusik, Volkstanz und Mundart, was in Gruppen des Deutschen Wanderverbandes und der Deutschen Wanderjugend durchaus bekannt ist. Stutzig machten uns eher das angekündigte Jodeln und das Peitschenknallen.

Gleich bei der offiziellen Eröffnung des Wandertages durften wir erfahren, was sich hinter Harzer Jodel- und Peitschenknallkunst verbirgt. Verbanden wir vorher Jodeln eher mit den Alpen und Peitschenknallen ließ an den Wilden Westen denken, haben uns doch die jodelnden Harzerinnen und die Peitschenknaller eines Besseren belehrt. Letztere zogen zwar die aufgestellte Blumendekoration ein wenig in Mitleidenschaft, aber das war bestimmt gewollt. Begrüßt wurden wir von Dr. Michael Ermrich, dem Hauptvorsitzenden des Harzklubs, dem Präsidenten des Deutschen Wanderverbandes (DWW) Dr. Hans-Ullrich Rauchfuß, und der Präsidentin des Landesverbands Thüringen im DWW, Christine Lieberknecht, die gleichzeitig Ministerpräsidentin des Landes Thüringen ist. Auch andere Offizielle waren erschienen und so konnte der Deutsche Wandertag beginnen.

Im Zentrum des Wandertagsgeländes befanden sich die Hauptbühne und die Tourismusbörse. Auf der Tourismusbörse hatte die DWJ einen Stand, der gut besucht war, wie z.B. durch das Maskottchen des DWT, Krodo (siehe Foto). Viele Freunde und Bekannte kamen, um sich mit uns auszutauschen, sich eine Wanderjugendtasche mit leckerem Kaffee abzuholen oder sich über das Bundeslager 2015 und unser Praxishandbuch zum Jungen Wandern zu erkundigen. Auch wir besuchten die anderen Stände und knüpften zahlreiche Kontakte. Besonders freute es uns, dass eine Gruppe der tschechischen Wanderjugend (ATOM) angereist war. Der Harzklub, allen voran Rainer Schulz (Foto unten ganz links), hatte im Vorfeld ein Jugendprogramm und günstige Quartiere für Jugendgruppen organisiert und sie kümmerten sich darum, dass die tschechischen Besucher gut untergebracht waren und ein abwechslungsreiches Programm erleben konnten. Wir berichteten Ihnen vom Bundeslager 2015 und gerne ließen sie sich von uns fürs nächste Jahr dazu einladen.



An nur sechs Tagen lässt sich der Harz nicht erwandern, aber wir bekamen doch einen Eindruck von der Vielfältigkeit der Natur. Im Oberharz gibt es den Nationalpark, viele Fichten und den wiederangesiedelten Luchs. Auch die von der UNESCO ausgezeichnete Oberharzer Wasserwirtschaft zeigt lebendige Natur- und Kulturgeschichte. Weiter östlich finden sich vor allem Laubwälder, das Bodetal mit seinem kristallklaren Bach und den hohen Steilfelsen, begeistert die Wanderer ebenso, wie das natürliche Selketal, wo den Wandernden auch Wildschafherden (Mufflons) begegnen. Durch den Harz ziehen sich auch einige Weitwanderwege, wie der Hexenstieg, der Försterstieg, der Baudensteig und der Kaiserweg, die alle ein Erlebnis sind. Der Wandertag heißt zwar Wandertag, ist aber nicht nur ein Treffen zum Wandern, sondern auch ein Treffen der





Wandernden. Und das bedeutete viele Zusammenkünfte mit Funktionsträgern und Wanderfreunden. Am Freitag trafen sich die Vereinsvorsitzenden; bei dieser Runde war auch unsere Verbandsjugendwartin Silvia dabei. Die Fachwarte aus den Bereichen Wandern, Wege, Kultur, Natur, Medien und Familie kamen auch zusammen, um wichtige Neuigkeiten auszutauschen und Strategien für zukünftige Projekte zu entwickeln. Nach den einzelnen Tagungen versammelten sich alle zur Mitgliederversammlung des DWJ.

Am Samstag nahmen unsere Bundesjugendbeiräte Luisa und Michael an der Verbandswanderung teil. Die führte auf den Brocken. Der Brocken war auf Grund seiner 1.141 Metern Höhe und der legendären Hexengeschichten schon immer berühmt, aber als Symbol deutsch-deutscher Teilung und Wiedervereinigung erlangte er neben der Zugspitze den Ruf als bekanntester Berg Deutschlands. Bis Ende April 1947, noch US-besetzt, wurde er als ein Ergebnis der Konferenz von Jalta an die Sowjets übergeben und war ab Sommer 1961 militärisches Sperrgebiet und Spionageposten. Seit einer Sternwanderung mit rund 6.000 Demonstranten am 3. Dezember 1989 ist er der Allgemeinheit wieder zugänglich. Der ehemalige Grenzverlauf wird heute als „Grünes Band“ bezeichnet und kann auf dem „Harzer Grenzweg“ erfahren werden.

Zurück auf dem Wandertagsgelände nach dem Brockenaufstieg, gab es ein Wiedersehen mit vielen bekannten DWJ-Mitgliedern, denn die Stiftung Wanderjugend hatte zum Ehemaligentreffen geladen.

Am Sonntag nahmen dann rund 13.000 Wanderinnen und Wanderer am großen Festumzug teil (Foto oben). Bei diesem Festumzug erhalten die teilnehmenden Gruppen einen Wandertagswimpel. Der Wimpel ist das wichtigste Wandertagsrelikt und wird am Wimpelstab befestigt und treulich verwahrt. Die Wimpelausgabe wird traditionell auch vom Bundesjugendbeirat der DWJ vorgenommen. Der wichtigste Wandertagswimpelstab, ist der der Wimpelwandergruppe. Diese Gruppe besteht aus Gastgebenden des vorangegangenen Wandertags, die sich von ihrem Ausrichtungsort zu Fuß auf dem Weg

zum darauffolgenden Wandertagsort machen. In diesem Jahr lief die Wimpelwandergruppe von Oberstdorf, wo der Deutsche Wandertag 2013 stattfand, rund 800 km nach Bad Harzburg, wo sie bei ihrer Ankunft begeistert empfangen wurden. Bei der Schlusskundgebung am Montag, vor der Weltkulturerbestätte

Goslarer Kaiserpfalz, übergab die Oberstdorfer Wimpelwandergruppe den Wimpelstab an den Bad Harzburger Bürgermeister (Foto unten, Bürgermeister mit Silvia, Michael und dem Wimpelstab). Dieser verwahrt, als Oberhaupt der aktuellen Wandertagsstadt nun den Wimpel, bis seine Wimpelwandergruppe zum Eggegebirge nach Paderborn aufbricht, wo der Deutsche Wandertag 2015 stattfinden wird.

Bereits jetzt könnt Ihr Euch den 17. bis 22. Juni 2015 freihalten. Unter den Motto „Wandern an Quellen“ erwarten uns dann die DWJ im Eggegebirgsverein und die DWJ im Landesverband Nordrhein-Westfalen.

Am Wandertagssamstag wird der DWT auch zentraler Punkt einer besonderen Aktion der DWJ sein. Am 20. Juni 2015 wird es einen bundesweiten Aktionstag unter dem Motto „Gemeinsam unterwegs“ geben. Ziel dieses Tages ist es, möglichst viele Gruppen an einem Tag zum gemeinsamen Wandern zu bewegen. Dabei besteht die Möglichkeit für alle, denen die Anreise nach Paderborn zu weit sein sollte, bei sich vor Ort aktiv zu sein. Auf einer großen Karte wird die DWJ in Paderborn allen Besuchern zeigen, wo anlässlich des Aktionstages und des Deutschen Wandertages die DWJ Gruppen unterwegs sind.

△ Text: Torsten Flader
Fotos: Jörg Bertram, Gerd Jahreis



„Junges Gemüse“

Im Supermarkt hat Gemüse heutzutage immer Saison. Darunter leidet nicht nur die Umwelt sondern auch das Aroma. Heimische Gemüsesorten geraten so schnell in Vergessenheit.

Alte Gemüsesorten sind robust, unempfindlich und deshalb optimal für den eigenen Anbau geeignet. Doch was sind eigentlich „alte“ Sorten? Dies sind „Nutzpflanzen, deren Zulassung erloschen ist oder formal nie bestanden hat“. Überwacht wird dies vom Bundessortenamt, das sich um die Zulassung und den

Sortenschutz von Pflanzen kümmert. Da die Zulassung teuer und aufwendig ist, bestimmen vor allem die großen Agrarkonzerne, welches Gemüse im Supermarkt zu finden ist. In der EU sind dadurch über 90 % der Kulturpflanzensorten ausgestorben. Alte Sorten sind widerstandsfähiger gegen Krankheiten, Klimawandel und Schädlinge und sind vitamin- und mineralstoffreicher, als das heute verwendete Hybridsaatgut der großen Agrarkonzerne. Durch die Widerstandsfähigkeit kommen sie ohne Kunstdünger und Pestizideinsatz aus.

Altes Gemüse - vergessene Genüsse

Viele der alten Sorten sind von den Sortenlisten verschwunden - wegen des zu geringen Ertrags, oder weil sie wegen ihrer Form industriell nicht verarbeitet werden können.

Jetzt bist du gefragt. Lasse alte Gemüsesorten nicht in Vergessenheit geraten. Halte auf dem Wochenmarkt

oder im Bioladen Ausschau oder baue sie doch gleich selber an. Das Saatgut ist im Internet bei diversen Anbietern erhältlich. Einige Sorten sind in der folgenden Tabelle aufgelistet, wobei es noch viel mehr vergessene Sorten gibt.

Bezeichnung	Aussehen	Eigenschaften	Wann erhältlich	Was damit kochen
Blauer Schwede		Diese auffällig blau-violette Kartoffel enthält viel Vitamin C und bioaktive Substanzen, die Radikale im Körper abfangen.	Ab August kann die Kartoffel geerntet werden.	Die vorwiegend festkochende Kartoffel eignet sich zum Backen, Kochen und Braten.
Steckrübe		Typisches Wintergemüse mit herb-süßem Aroma und hohem Vitamin C Gehalt.	Von September bis Februar.	Suppe, Püree, Gratin.
Pastinake		Wurzelgemüse, das Vitamin E und B reich ist, süß schmeckt und leicht bekömmlich ist.	Von Juli bis März.	Zubereitet werden sie wie Karotten. Sie können gekocht, gebraten, püriert oder roh geraspelt verwendet werden.
Tobinambur		Kalorienarme, ballaststoffreiche Alternative zur Kartoffel, die besonders gut für Zuckerkrankte geeignet und deshalb auch als „Diabetiker-Kartoffel“ bezeichnet wird.	Von November bis April.	Kann gekocht und roh verwendet werden, ähnlich wie Kartoffeln. Z.B. für Cremesuppen, Gemüseauflauf oder als Püree.

Bezeichnung	Aussehen	Eigenschaften	Wann erhältlich	Was damit kochen
Schwarz- wurzel		Das als „Spargel des armen Mannes“ bezeichnete Wurzelgemüse hat einen würzig-nussigen Geschmack und hohen Kaliumgehalt.	Von Oktober bis März.	Besser mit Schale kochen um klebrige Hände zu vermeiden, dann kann daraus Salat, Suppe, Auflauf oder anderes zubereitet werden.
Urmöhre (Purple Haze)		Die violette Möhre besticht durch ihre dunkle Farbe mit hellem Kern und den um 40 % höheren Betacarotingehalt als herkömmliche Möhren.	Ab August kann die Möhre geerntet werden.	Vor allem als Rohkost im Salat ist die Möhre ein toller Hingucker. Man muss sie nicht schälen sondern nur gründlich abbürsten.
Wurzelpeter- silie		Die magenstärkende Petersilien-Wurzel hat einen hohen Vitamin C Gehalt. Vom Aussehen ähnelt sie der Pastinake.	Januar bis Dezember.	Suppen und Eintöpfen gibt die Wurzel einen würzigen Geschmack.

Autorin Luisa hat viel Freude beim Anbau von eigenem Gemüse in ihrem Garten, wie auf dem Bild zu sehen ist.



Rezept: Pastinakenchips

Neugierig geworden? Dann überrasche Deine Gäste beim nächsten Filmabend doch mit einer ganz besonderen Knabberei.



Zutaten	Ablauf	Geräte & Utensilien
2 große Pastinaken	1. Den Backofen vorheizen auf 160 Grad Umluft oder 180 Grad Ober-Unterhitze. 2. Die Pastinaken abbürsten und mit einem sauberen Küchentuch abtrocknen, nicht schälen. Dann die Enden abschneiden.	Bürste
	3. Mit dem Hobel in feine Scheibchen hobeln. Wer keinen Hobel hat, nimmt das Messer.	Hobel / Messer
Etwas Rapsöl Salz Gewürze nach Wahl (Paprika, Pfeffer, Kreuzkümmel etc.)	4. Die Pastinaken in die Schüssel geben, Salz und Öl darüber verteilen. Nach Wahl Gewürze dazugeben, Deckel drauf und jetzt gut schütteln. Alles soll sich gut verteilen. Jetzt die Pastinaken auf ein oder mehrere Bleche auslegen. Sie dürfen nicht zu sehr übereinander liegen, sonst garen sie nicht gleichmäßig.	Schüssel mit Deckel, Backpapier
	5. Für ca. 30 Minuten im Backofen bei 160 Grad Umluft oder 180 Grad Ober-Unterhitze backen bis sie anbräunen, sich wellen und knusprig werden.	

Kaufen kann man alte Sorten online bei:
<http://shop.arche-noah.at/>
<http://vern.de/bestellung/saatgut-bestellung>
<http://www.lilatomate.de/bestellformular.html>
<http://www.dreschflegel-shop.de/>
<http://www.bingenheimersaatgut.de/>
<http://bio-saatgut.de/Vergessene-Gemuese:::50.html>
 Etc.

Δ Text: Luisa Faller
 Fotos: Luisa Faller, Michael Franke / pixelio.de, Sabine Heinz, W.R. Wagner / pixelio.de, Heike von Au

Jugendwanderwegeprojekt startet am 1. Dezember

Ab dem 1. Dezember startet unser Projekt zur Schaffung eines Jugendwanderwegenetzes. Für 25 Monate haben wir Bundesmittel zugesagt bekommen, um - unterstützt von einer 3/4 Personalstelle - mit Euch ein Jugendwanderwegenetz zu erschaffen. Dadurch möchten wir die Bindung von Jugendlichen zu ihrer Heimatgemeinde fördern und positive Verbundenheit schaffen. Langfristig sollen sich die Jugendwanderwege berühren und kreuzen, so dass ein Wanderwegenetz geschaffen wird. Alle Wege werden in einer Onlinedatenbank zur Nutzung und ständigen Erweiterung zugänglich sein. Detailinfos erfahrt Ihr in der Winterausgabe oder in der Bundesgeschäftsstelle.

Δ Text: Torsten Flader, Foto DWJ / Bundeswettbewerb



200 Euro für Euer Projekt

Die Stiftung Wanderjugend fördert seit über 10 Jahren Projekte der DWJ Gruppen. Seit 2010 gibt es ein vereinfachtes Antragsverfahren für Zuschüsse bis 200 Euro. Höhlenwandern, Geocaching, GPS und Ballonfahren oder Klettern; die Stiftung Wanderjugend fördert vor allem findige Ideen und Aktionen rund ums Jugendwandern, um das „unterwegs sein“.

So startete der Rhönklub Batten-Findlos im Mai zu einem Ballonflug der von den Kindern und Jugendlichen mittels GPS Geräten nachvollzogen werden sollte. Damit haben die Rhönklubler auch das Element Luft für das Jugendwandern erobert.

Natürlich werden auch Projekte und Aktivitäten rund um den Natur- und Umweltschutz und der musisch-kulturelle Freizeitgestaltung von der Stiftung Wanderjugend gefördert.

So landete Ende 2010 ein Antrag der DWJ im Spessartbund für eine Oper auf unserem Schreibtisch. Blond – entführt – gerettet; eine frech witzige Mozart-Adaption in Zupforchester-Bearbeitung! Wir wissen nicht genau wer auf diese Idee gekommen ist, aber gut ist sie allemal. Wir sind auf jeden Fall auf den Bericht gespannt.

Genauso gespannt sind wir auf Eure Projekte und Ideen.

Ihr müsst ja nicht so hoch hinaus wie der Rhönklub oder Euch an Mozart versuchen. Wie wär's den mit einer historischen Wanderung auf den Spuren der Germanen, oder die Aufnahme aller Pflanzen in einem Gebiet bei Euch? Anträge können von allen Jugendgruppen der DWJ gestellt werden. Anträge gibt's unter www.stiftung-wanderjugend.de

Demnächst startet hier eine Serie, in der wir bereits geförderte Projekte der Stiftung Wanderjugend vorstellen.

△ Text und Foto: Jörg Dietrich



Verbandsjugendwartin Silvia: Meine Definition von Heimat

Was genau steckt hinter dem Begriff „Heimat“? Ein kurzes Wort mit so viel Bedeutung...

Für mich bedeutet Heimat der Ort an dem ich geboren wurde, an dem ich meine Familie und Freunde habe, an dem ich wohne... So ist es in vielen Fällen, es gibt aber auch Sehnsüchte in die Heimat oder eine neuaufgebaute Heimat.

Die schrecklichsten Schattenseiten müssen wohl die Heimatvertriebenen erfahren. Schon früher gab es Menschen die urplötzlich aus ihrer Heimat gerissen wurden, doch solange Kriege herrschen, wird dieses Thema weiterhin leider aktuell bleiben.

Des weiteren bauen sich manche Menschen jedoch eine neue Heimat auf, wenn dies beruflich notwendig ist oder der/die Partner_in in einer anderen Stadt arbeitet oder lebt. Andere wiederum ziehen weg, wenn sie kein Gefallen mehr an der eigenen Heimat finden. Sei es weil schreckliches mit der vorgegebenen Heimat verbunden wird oder eine neue Wahlheimat ausgesucht wird, da es ihnen dort besser gefällt. Denjenigen

fällt es jedoch leichter, ein neues zu Hause zu finden. Außerdem damit verbunden ist die Heimatsprache, das Heimatgefühl, der Heimatverein, die Heimatverbundenheit, all das spielt eine Rolle in der Entscheidung, welches Deine Heimat ist.

Ein weiterer Begriff ist die Heimatpflege, sie wird auch in der Wanderjugend betrieben. Darunter versteht sich die Präsentation unserer Vereine in Kultur und Brauchtum. Durch Volkstanz, Klöppeln, Schattentheater, Schnitzen und vieles mehr bleibt der Brauch in unseren Vereinen am Leben. Dadurch haben wir wertvolles Gut, nämlich unseren ganz eigenen Schatz die Heimatpflege.

Fazit ist: Heimat definiert jeder für sich selbst. Fest steht aber: Mit dem Begriff Heimat verbinden wir also einen Ort, an dem wir uns wohlfühlen, an dem wir glücklich sind, an dem wir leben möchten. Ob es die gewählte Wunschheimat ist oder die vorgegebene Heimat in die wir hineingeboren werden.

Wir präsentieren das Bundeslagerlogo:



Anmeldebeginn zum Bundeslager

Die Anmeldung zum Bundeslager 2015 hat begonnen. In der Bundesgeschäftsstelle oder auf der Homepage www.wanderjugend.de findet ihr dazu das Informationsfaltblatt für Multiplikatoren.

Und wie funktioniert nun das Anmeldeverfahren?

Ihr schreibt das Bundeslager 2015 bei Euch vor Ort aus und sammelt die Anmeldungen. Wenn Ihr dazu Textbausteine, das Logo oder Fotos haben möchtet, dann meldet Euch, wir schicken Euch das Material zu. Wenn Ihr Euch entscheidet, das Bundeslager 2015 bei

Euch auszuschreiben, freuen wir uns über einen kurzen Hinweis, dass Ihr das tut und mit wie vielen Personen Ihr ca. nach Immenhausen kommen werdet. Das ist für Euch völlig unverbindlich, hilft uns aber trotzdem sehr bei der Vorplanung.

Sobald Ihr wißt, dass ihr definitiv dabei seid, meldet Euch bitte bei uns, dann schicken wir Euch die Anmeldelisten zu. Die Anmeldelisten möchten wir dann bis zum Anmeldeschluss am 1. Mai 2015 ausgefüllt zurückbekommen.

Regionalkoordinatorinnen und -koordinatoren gesucht

Das Bundeslager soll ein großes Fest und wichtiger Gemeinschaftsimpuls für die Deutsche Wanderjugend werden. Entscheidend ist, daß die Jugendlichen in den Ortsgruppen überhaupt vom Lager erfahren. Dazu suchen wir Regionalkoordinatoren, die Botschafter des Bundeslagers

sind und dafür sorgen, dass die vom Vorbereitungskreis bereitgestellten Informationen in die Gruppen gelangen. Bei Interesse bitte einfach eine E-Mail an camp@wanderjugend.de schicken. Vielen Dank.

△ Text: Torsten Flader



Interview mit dem Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend

Das Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend hat seine Dienstsitze in Berlin und Bonn. Wie viele Menschen arbeiten in diesem Ministerium und wie viele davon im Bereich Jugend?

Über 600 Frauen und Männer sind im Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend beschäftigt. Davon arbeiten ungefähr 60 Prozent in Berlin und 40 Prozent haben ihren Dienstsitz in Bonn. Rund 100 Beschäftigte arbeiten dabei für den Themenbereich Kinder- und Jugendpolitik und setzen sich tagtäglich für eine gute Jugendpolitik in Deutschland ein.

Im Ministeriumsnamen kommen keine Kinder vor, gibt es ein eigenes Kinderministerium oder fallen die unter Familie oder Jugend?

Die Bedürfnisse und die Wünsche von Kindern und ihren Familien sind ein wesentlicher Ansatzpunkt für unsere tägliche Arbeit. Denn wir möchten, dass Kinder und Jugendliche in Deutschland gut aufwachsen können und gleiche Chancen haben. Dazu nehmen wir die gesamte Zeitspanne von der Geburt bis zum Eintritt in das Erwachsenenalter in den Blick. Das Ministerium ist daher natürlich nicht nur ein Jugend-, sondern auch ein Kinderministerium. Es lohnt sich, unsere Seite kinderministerium.de anzusehen.

Wie kann man sich die Arbeit eines Ministeriums vorstellen, werden dort Gesetze erlassen oder wird etwas direkt für Kinder und Jugendliche getan?

Die Arbeit in der Kinder- und Jugendabteilung ist sehr vielfältig. Alle Kinder und Jugendlichen sollen gefördert und geschützt werden. Wir setzen uns daher z.B. für eine gute Kinderbetreuung und für den Schutz von Kindern und Jugendlichen vor Gewalt ein. Dazu bereiten wir die Gesetze vor und arbeiten eng mit den Bundesländern zusammen. Die Gesetze beschließt dann der Deutsche Bundestag. Das Ministerium fördert aber auch wichtige Verbände und Vereine wie die Deutsche Wanderjugend, durch die Kinder und Jugendliche ihre Talente entdecken und die Welt erobern können. Sie erleben in Gruppen Abenteuer und lernen gleichzeitig sich mit ihren Interessen, Bedürfnissen und Träumen auseinanderzusetzen. Ziel der Förderung ist es aber auch, die Vereine und Verbände in ihrer Vielfalt von Wertorientierungen, Inhalten und Arbeitsformen zu erhalten und zu unterstützen.

Können sich Kinder und Jugendliche mit ihren Fragen und Anliegen ans BMFSFJ wenden oder dürfen das nur Personen mit besonderer Berechtigung?

Selbstverständlich können sich auch Kinder und Jugendliche mit ihren Fragen und Anliegen an uns wenden oder der Ministerin einen Brief schreiben. Denn das Ministerium muss natürlich wissen, was den Kindern und Jugendlichen wichtig ist und was sie in Zukunft brauchen werden. Dazu sucht Bundesministerin Manuela Schwesig oft das direkte Gespräch mit den Jugendlichen. So hat sie z.B. im Mai 2014 verschiedene Jugendverbände zu einem Gespräch nach Berlin eingeladen.

Bei der DWJ gibt es das Präventionskonzept FAIR.STARK.MITEINANDER., können Sie beobachten, dass solche Programme in Jugendorganisationen zu einer Verbesserung des Kinderschutzes beitragen?

Kinder und Jugendliche haben ein Recht auf ein gewaltfreies Aufwachsen. Wir setzen uns vor allem für die Bekämpfung sexueller Gewalt gegen Kinder ein. Das Bundeskinderschutzgesetz war ein wichtiger Schritt für die Verbesserung des Kinderschutzes in Deutschland. Es bringt Prävention und Intervention im Kinderschutz voran und stärkt alle Akteure, die sich für das Wohlergehen von Kindern engagieren – angefangen bei den Eltern, über den Kinderarzt oder die Hebamme bis hin zum Jugendamt oder Familiengericht. Dies betrifft auch Jugendorganisationen. Aus zahlreichen Gesprächen mit vielen Jugendverbänden, wie auch der DWJ, wissen wir, dass das Thema intensiv diskutiert und bearbeitet wird. Dieses Engagement spricht für die qualitative Arbeit in den Jugendverbänden. Das Präventionskonzept der DWJ ist daher eins von vielen guten Beispielen. Ein wichtiger Bestandteil in der Arbeit der Jugendverbände ist und muss es daher bleiben, dass sie Kinder und Jugendliche in ihrer Persönlichkeit stärken und unterstützen, eigene Grenzen zu erkennen und selbstbewusst zu artikulieren.

Die Bundesregierung möchte auf die Entwicklung und Veränderung der Bevölkerung eingehen, sie nennt dies „Demografiestrategie“, das BMFSFJ gründet dazu in diesem Herbst die Arbeitsgruppe „Jugend gestaltet Zukunft“. Dabei sollen die Interessen und Belange junger Menschen in die Demografiestrategie einfließen. Wie werden Jugendliche an diesem Prozess beteiligt und können sich die Mitglieder der DWJ auch daran beteiligen?



Mit der AG „Jugend gestaltet Zukunft“ erhält die Jugend eine Stimme im Rahmen der Demografiestrategie der Bundesregierung. Der inhaltliche Schwerpunkt, der zuerst auf der Tagesordnung steht, lautet „Jugend in ländlichen Regionen“. Es wird einen Mix geben aus zentralen Veranstaltungen in Landkreisen und besonderen Themen-Hearings, online und offline. Jugendliche selber werden den Prozess aktiv begleiten und mitgestalten: Der Deutsche Bundesjugendring (DBJR) richtet die Partizipationsplattform „Ich mache >Politik | Demografie“ ein. Dort kann sich Jede und Jeder beteiligen. Die erwachsenen Experten der AG werden gemeinsam mit den Jugendlichen zusammenarbeiten, es soll ein gemeinsamer Arbeitsprozess stattfinden.

Bei der DWJ kommen viele Jugendliche aus dem ländlichen Raum. Viele zieht es nach der Schule in größere Städte. Was kann Ihr Programm „JUGEND STÄRKEN im QUARTIER“ dazu beitragen, dass jugendliche Schulabsolventen bessere Berufsperspektiven im ländlichen Raum bekommen?

Das Modellprogramm „JUGEND STÄRKEN im QUARTIER“ ist ein gemeinsames Programm des Bundesfamilien- und des Bundesbauministeriums. Es soll Anfang 2015 in vielen Kommunen deutschlandweit – sowohl im städtischen als auch im ländlichen Raum – starten. Mit Hilfe der zur Verfügung gestellten Mittel aus dem Europäischen Sozialfond (ESF) verbessern die Städte und Landkreise in „sozialen Brennpunkten“ ihre Angebote für junge Menschen am Übergang Schule-Beruf. Junge Menschen, die besondere Unterstützung benötigen, weil sie zum Beispiel schwierige familiäre oder soziale Hintergründe oder persönliche Probleme haben, sollen vom Programm profitieren. Sozialpädagoginnen und -pädagogen beraten und begleiten die jungen Menschen individuell. Sie helfen ihnen, ihre Probleme so weit in den Griff zu bekommen, dass sie sich wieder auf die Schule oder die Ausbildungsplatzsuche konzentrieren können. Unternehmen sollen vor Ort für eine Zusammenarbeit gewonnen werden, damit die

Jugendlichen möglichst unkompliziert praktische Einblicke in die Arbeitswelt erhalten und sich orientieren können. Um nur ein Beispiel zu nennen: Jugendliche bauen gemeinsam mit Bewohnern ihres Stadtteils einen Spielplatz und bekommen dabei mehr Selbstvertrauen und erlernen bestimmte berufsrelevante Fähigkeiten.

Ein Problem im ländlichen Raum ist die Mobilität. Was tun Sie dafür, eine bessere Mobilität für Kinder und Jugendliche zu erreichen?

Wir setzen uns dafür ein, attraktive Lebensbedingungen für Jugendliche in ländlichen Räumen zu sichern. Wir haben zahlreiche interessante Projektvorschläge aus unserem Innovationsfonds, deren Umsetzung startet. Aber auch insgesamt ist die Entwicklung ländlicher Räume ein Schwerpunkt der Bundesregierung. So verfolgt z.B. die Digitale Agenda der Bundesregierung das Ziel, bis 2018 eine flächendeckende Breitbandinfrastruktur zu schaffen. Davon profitieren auch die Kinder und Jugendlichen in ländlichen Räumen.

In der DWJ gibt es neben Wandern andere traditionelle Beschäftigungen, wie Gesang, Tanz, Handwerk oder Handarbeit. Was tun sie dafür um diese Freizeitaktivitäten Kindern und Jugendlichen bekannt, interessant und zugänglich zu machen?

Wir informieren z.B. auf unserer Webseite über Veranstaltungen und über eine breite Anzahl an Maßnahmen, die vom Ministerium gefördert werden. Auch in Publikationen und anderen Berichten wird auf die Vielfalt der Jugendverbandsarbeit hingewiesen. Aus unserer Sicht ist die große Bandbreite, Qualität und Intensität freiwillig geleisteter Kinder- und Jugendarbeit in Deutschland in Europa einmalig. Darauf können wir stolz sein.

Nächstes Jahr veranstaltet die DWJ ein großes Zeltlager, bundesweit und mit internationalen Gästen, kommen Sie dort vorbei oder wie informieren Sie sich, was Kinder und Jugendliche in den Verbänden so tun und welche Wünsche und Anliegen sie haben?

Wir wünschen der DWJ ein erfolgreiches, fröhliches und spannendes Zeltlager – und natürlich gutes Wetter. Wir freuen uns immer, wenn wir über die Arbeit in den Verbänden informiert werden. Neben regelmäßigen Gesprächen mit den Verbänden, nehmen wir auch gerne an Veranstaltungen teil, um mit den Jugendlichen und Kindern vor Ort ins Gespräch zu kommen. Diese Gespräche sind für unsere Arbeit sehr wichtig.

Das Interview führte Torsten Flader

Neu im Heft: Der „Fair-Änderungs“-Kasten



Ab jetzt findest Du in jeder WALK & More diesen Kasten. Fair-Änderung ist vor allem ein großer Fortschritt. Wenn sie Nachhaltigkeit bedeutet, was wiederum bedeutet, nur so viel zu verbrauchen, wie der Natur ohne Schaden entnommen werden kann. Du hast die Macht als Konsument, durch Deine Nachfrage sendest Du Signale an Wirtschaft und Politik, wodurch diese das Angebot anpassen.

Nach diesem Motto...

....zeige ich Dir kleine Schritte um unsere Landschaft noch lange wunder-wander-bar zu erhalten.

Liebe Grüße, Luisa

Fair-reist: Jeder will die ganze Welt sehen - und das soll möglichst schnell gehen.

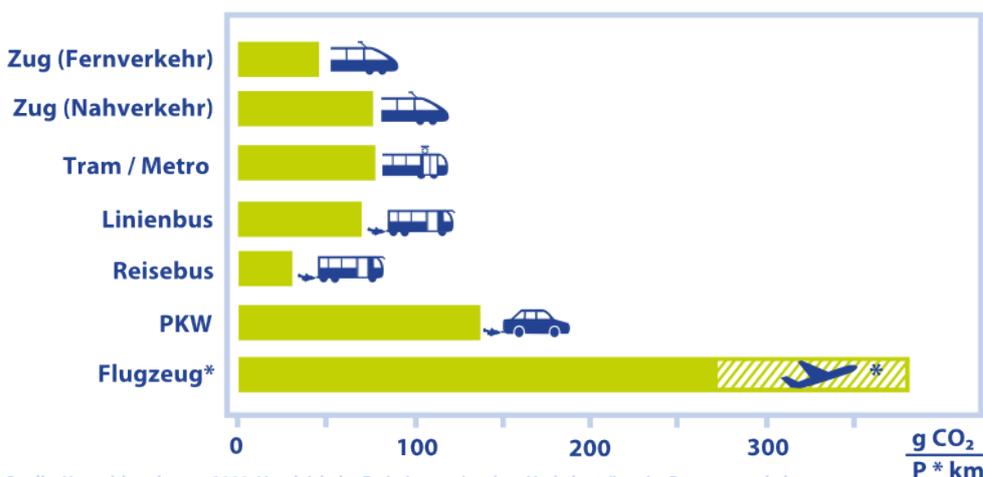
Übers Wochenende nach Paris, im Sommer auf Kreuzfahrt in die Karibik oder Urlaub in der Türkei – Reisen ist für uns heute nicht mehr wegzudenken. Doch was das für Folgen hat, darüber denken wir kaum nach. Rund ein Fünftel der in Deutschland ausgestoßenen CO₂-Emissionen entstehen durch Mobilität. Flugzeuge sind durch ihren Kraftstoffverbrauch und die Treibhausgasemissionen echte Klimakiller, so auch Kreuzfahrtschiffe. Folgen des Verkehrs sind der Sommersmog, die hohe Feinstaubbelastung, der Treibhauseffekt und saurer Regen, der zu Waldsterben und sinkenden Ernteerträgen, sowie Zerstörung von Lebensräumen für Tiere führt.

Pro Kilometer werden pro Person mit dem Flugzeug 333g; PKW 143g; der Bahn 59g; und dem Fahrrad 0 Gramm CO₂ verbraucht, wie in der Abbildung zu sehen ist. Hast Du schon Deinen Sommerurlaub mit dem Flugzeug hinter Dich gebracht, dann schnell CO₂ kompensieren

unter www.atmosphair.de. Eine Autofahrt ist weniger umweltschädlich bei voller Besetzung, die Du leicht per Mitfahrgelegenheit organisieren kannst, noch umweltfreundlicher ist der Reisebus, den es heute ja fast in jeder Stadt gibt.

Nachhaltiges Reisen berücksichtigt die Auswirkungen auf Klima, Umwelt, Tiere und Menschen. Nachhaltig reisen wir, wenn wir Bahnfahren, Fahrradreisen, Wandertouren oder die Unterkunft in Biohotels nutzen. Bevor Du also gleich das Haus verlässt, halte kurz inne und überlege dir welches Verkehrsmittel du nutzt. Bevor Du ins Auto steigst, prüfe die Möglichkeit einer Bahnfahrt und statt ins Ausland zu fliegen nutze doch das Buch „Junges Wandern“ und erkunde die schönsten Flecken Deutschlands.

△ Text und Fotos: Luisa Faller



Quelle: Umweltbundesamt 2008: Vergleich der Emissionen einzelner Verkehrsträger im Personenverkehr

Erfolgreiche Outdoor-Kids-Freizeit mit tollem Programm

Die Deutsche Wanderjugend Landesverband Hessen veranstaltete zusammen mit dem Vogelsberger Höhen-Club eine Umweltbildungsmaßnahme für Kinder von 8-12 Jahren. Das Motto lautete: „Outdoor-Kids-Freizeit“ und fand vom 23. – 27. April 2014 im Vater-Bender-Heim auf dem Hoherodskopf statt.

19 Kinder im Alter von 8 bis 12 Jahren beschäftigten sich fünf Tage lang intensiv mit und in der Natur.

Mit viel Enthusiasmus stürmte man über den Platz und war auch schon auf den wackligen Seilbrücken, die von Baum zu Baum führten. Nach dem Mittagessen gab es eine erste Einweisung in Kartenkunde. Anschaulich wurde den Zuhörern der Umgang mit Kompass und Karte erklärt. Wie finde ich heraus, wo Norden ist? Wie kann ich das auf die Karte übertragen? Welche Anhaltspunkte finde ich in der Natur, um mich zu orientieren? Gibt es noch andere Möglichkeiten, um mich zu orientieren? Die-

se und noch einige andere Fragen wurden ausgiebig beleuchtet und geklärt. Dann bekam jede Gruppe mit Teamer einen Schatz ausgehändigt und wurde vor die Aufgabe gestellt, diesen Schatz zu verstecken und eine Schatzkarte zu malen. Hurtig verstreuten sich die Teams und machten sich ans Werk. Danach traf man sich wieder und tauschte die Schatzkarten aus. Jetzt hieß es für jede Gruppe, den Schatz der anderen zu finden. Anschließend lernte die Gruppe, wie man sicher Feuer macht und bald flackerte ein kleines Lagerfeuer vor sich hin.

Am Freitag ging es auf eine Wandertour. Unterwegs galt es, fotografierte



Mittwoch, am Anreisetag, stand neben dem ausgiebigen Kennenlernen, das Erkunden des Vereinsgeländes auf dem Plan. Danach wurden vier Gruppen gebildet und es ging daran, vier Baumhütten zu bauen. Das dies viel Spaß machte, konnte man den emsig bauenden Kindern anmerken. Schnell verging der erste Tag und nach dem gemeinsamen Abendessen, spülen und Bett-Fertig-Machen gab es noch ein leises Highlight. Vor dem Zubettgehen wurde eine Gutenachtgeschichte vorgelesen, welche die Anwesenden an diesem und an den folgenden Abenden in ihren Bann zog.

Der Donnerstag war der Orientierung auf und über der Erde gewidmet. Der Baumkronenpfad stand nach dem Frühstück auf dem Plan.

Bäume am Wegesrand zu entdecken. Dies wurde mit Bravour gemeistert. Durch das Kriepelsloch ging es zur Lauterbacher Hütte und einer ersten kleinen Rast. Weiter auf dem Geopfad Richtung Taufstein und Bismarckturm. Hier, am Bonifatiusborn, gab es die erste größere Rast und eine Geschichte über den „alten Kaß“. Danach ging es über den Parkplatz Heide am Geiselstein vorbei. Ein weiteres Baumrätsel wurde gelöst und an der Goldwiese der Landgrafenborn begutachtet. An der Niddaquelle fand sich die Gruppe zu einer zweiten Rast zusammen. Über weichen Waldboden ging es weiter zu den Forellenteichen und einer zweiten, gruseligen Geschichte. Mit Richtung Taufsteinhütte ging es durch den Wald. Direkt hier gibt es ein großes Feld mit Bäumen und Steinen, auf denen man balancieren und seine Geschicklichkeit



testen kann. Allerdings galt die größte Aufmerksamkeit einigen Trickradfahrern, die dort auf zwei Rädern ihre Balancefähigkeit übten. Nach einer dritten Pause ging es auf dem Sinnespfad weiter. Hören und Sehen gab es noch am Wegesrand, dann kam man in den warmen Nadelwald. Hier zogen alle die Schuhe aus und tobten barfuß auf dem weichen Nadelboden. Im unteren Bereich des Waldes ging es zum „Seh-schließer“. Hier durften alle die Augen schließen und an einem gespannten Seil durch den Wald gehen. Ein Erlebnis der ganz besonderen Art. Mit den nackten Füßen, den warmen und manchmal kalten Boden fühlen, Gerüche und Wind wahrnehmen und die Geräusche des Waldes hören. Das alles geht mit einem Sinn weniger erheblich intensiver. An dem kleinen Teich unterhalb der Jugendherberge kühlte man die Füße und dann ging es auf direktem Weg zurück zum Vater-Bender-Heim. 12 km in 8 Stunden. Ein ereignisreicher Tag ging nach Abendessen und Gute-Nacht-Geschichte zu Ende.

Am Samstag stand die Sommerrodelbahn auf dem Plan. Schnell wie der Wind oder gemächlich und genussvoll.

Jeder gestaltete sich seine Fahrt auf der Bahn, wie es ihm gefiel. Der Nachmittag war der Pflanzenkunde gewidmet. Jede Gruppe sollte sich mit einem Baum beschäftigen und dieses Wissen vertiefen. Wie man einen Baum bestimmt und wie er sich im Laufe des Jahres verändert, wurde erklärt. Auch die verschiedenen Ebenen des Waldes wurden den Kindern anschaulich näher gebracht. Das Schnitzen stand ebenfalls auf dem Plan. Immerhin mussten die Stöcke für den Abend angefertigt werden. Hier konnten einige zeigen, dass sie richtige kleine Künstler sind. So mancher Stock wurde mit Muster und Namenszügen verziert. Am frühen Abend entzündete die Gruppe wieder ein Lagerfeuer. Heute sollte es zum Abendessen Stockbrot und Feuerwürstchen geben, die man mit den selbst geschnitzten Stöcken fröhlich über dem Feuer brutzelte. Selbst ein leicht einsetzender Regen tat der Stimmung keinen Abbruch und die Speisen schmeckten auch mit ein paar Wassertröpfchen genau so gut.

Die Hausräumung stand am Sonntag an. Nach vier Tagen Natur, spielen, toben, lernen und entdecken, sollte am Nachmittag im Kreise der Eltern die feierliche Urkunden- und Abzeichenverleihung stattfinden. Wie viel die Kinder erlebt hatten und welchen Spaß es gemacht hatte, konnte man in der Reflektionsrunde sehen. Enthusiastisch berichteten sie von allen Erlebnissen und nahmen stolz ihre Urkunden in Empfang. Informationen zum Outdoor-Kids Programm: www.outdoor-kids.de

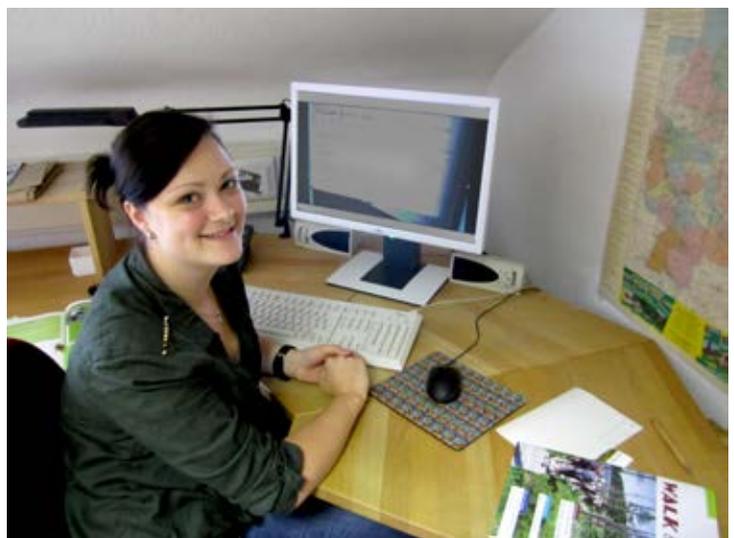


△ Text und Fotos: Astrid Lünse

Lina macht ihr Freiwilliges Ökologisches Jahr (FÖJ) bei der DWJ

Hallo liebe Mitglieder,
ich möchte mich gerne bei Euch vorstellen.
Ich heiße Lina, bin 18 Jahre alt und die neue FÖJ-Mitarbeiterin bei der Deutschen Wanderjugend.
Seit dem 1. September bin ich hier in Kassel und werde mich ein Jahr lang mit Aufgaben dieses Verbandes beschäftigen.
Vorher war ich auf der Berufsschule in Witzenhausen und habe dort mein Fach-Abi mit Schwerpunkt Gestaltung absolviert.
Da ich an grafischen Arbeiten sehr interessiert bin und später eine Ausbildung als Mediengestalterin machen möchte, hat mich diese FÖJ-Stelle sehr angesprochen.
Das vor mir liegende Jahr will ich nutzen, um neue Bekanntschaften zu machen, ein wenig mehr zu sehen als mein Heimatdorf, aber auch, um mich beruflich weiter zu orientieren und Erfahrungen zu sammeln.
Ich bin gespannt, was dieses Jahr alles an Erfahrungen,

Erlebnissen, Erfolgen und Spaß mit sich bringt.
Viele liebe Grüße,
Lina Schmidt



www.wanderjugend.de (Shop)

Praxishandbücher, Material für draußen und unterwegs, Praktisches und kleine Geschenke einfach online bestellen.



Ganz schön ausgekocht Gesundes Essen für Gruppen, Freizeiten und Touren

Gewitzte Ideen und praktische Tipps zu allem, was zum Essen mit Gruppen auf Freizeiten und Touren dazugehört. Über 130 leckere Rezepte lassen den Speiseplan nicht langweilig werden. Mit einem Rezept von Tim Mälzer.

Für DWJ- und DWV-Mitglieder: **5,00 Euro**.
Für Nichtmitglieder **12,50 Euro**.

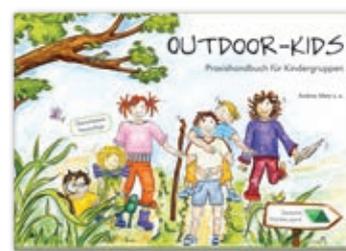


Geocaching Schatzsuche mit GPS

In dieser Broschüre werden alle Geocachinggrundlagen anschaulich vorgestellt. Wie funktioniert ein GPS-Gerät? Welche Caches gibt es? Was wird für die Suche benötigt?

Darüber hinaus gibt sie Tipps, wie die satellitengestützte Schatzsuche naturverträglich und mit Kindern und Jugendlichen gestaltet werden kann.

Format DIN A5, 32 Seiten,
Schutzgebühr von **2,00 Euro**.



„Outdoor-Kids“ Praxishandbuch für Kindergruppen

Die überarbeitete Neuauflage des Outdoor-Kids Praxishandbuches bietet neben Bewährtem viele neue Aktivitäten zum Naturerleben. Über 60 Wanderungen, Spiele, Basteltipps zum Naturentdecken, -erleben und -schützen.

204 Seiten, DIN A5 Taschenbuch.

Vorteilspreis für Mitglieder 3,50 Euro.
Regulärer Preis 7,90 Euro.

Fair.Stark.Miteinander.

- Das Lied auf CD

Nun heißt es abrocken, entspannen oder einfach genießen. Die CD enthält das Lied in 5 Versionen: eine Studioversion, einen Pop-Remix, einen „Lagerfeuer-Mix“ nur mit Gitarrenbegleitung, eine Karaoke-Version und - für die Tanzbegeisterten - einen „Dance Mix“.

Preis: **2,50 Euro**.



Wanderland

Du bestimmst, wo´s langgeht.

Das ideenreiche Aktions-Spiel für Klein und Groß. Das Spiel ist geeignet ab 10 Jahren und für Gruppen ab 6 Personen. Wanderland kostet für DWJ- und DWV-Mitglieder **10,00 Euro**. Für Nichtmitglieder **15,00 Euro**.



Fair.Stark.Miteinander.

Für Multiplikatoren/-innen

Ausführliche Darstellung unserer Leitlinien für Freizeiten und Veranstaltungen. Vorstellung vieler Methoden, Übungen und Beispiele für die Ausbildung von Teamer/-innen etc. und für die präventive Arbeit mit Kindern und Jugendlichen.

DIN A5, 48 Seiten, farbig.

Für Jugendleiter/-innen/Einzelmitglieder bis zu 5 Stück kostenfrei.

Für Nichtmitglieder 2,00 Euro Schutzgebühr, zzgl. Porto.

Spiellesammlung im HosenTaschenFormat

Insgesamt 42 Spiele aus den Kategorien „Natur aktiv“, „Rennspiel“, „bewegtes Spiel“, „Kennenlernen“ und „Konzentration“ enthält das HoTaFo. Dank des Quizfächerformats kann man die genietete 28 Blatt-Sammlung bequem in die Hosentasche oder den Rucksack stecken und hat so immer das passende Spiel zur Hand.

5,00 Euro. Für DWJ- und DWV-Mitglieder: **3,00 Euro**.



Wanderjugend-Becher

Lust auf Kaffee, Tee oder Kakao?

Schmeckt noch besser in dem form-schönen, abgerundeten Henkelbecher mit dem Aufdruck der Wanderjugend-Silhouetten.

Höhe des Bechers
10 cm, Ø ca. 7,8
cm. Volumen
0,25 l.

Für 2,80 Euro



Bestellmöglichkeiten:

Telefon: 0561/400 49 8-0,
info@wanderjugend.de oder
www.wanderjugend.de (Shop)

Versandbedingungen

Wir liefern i.d.R. auf Rechnung, zzgl. anfallender Portokosten. Die bestellten Artikel bleiben bis zur vollständigen Bezahlung unser Eigentum. 14 Tage Rückgaberecht gemäß Fernabsatzgesetz.

Weitere Angebote findest Du in unserem Online-Shop.

Die WALK & more wird gefördert vom:



Bundesministerium
für Familie, Senioren, Frauen
und Jugend

OutdoorHandbücher aus dem
Conrad Stein  Verlag



Mehr Infos unter:
www.conrad-stein-verlag.de
Conrad Stein Verlag GmbH | Kiefernstr. 6 | 59514 Welver | Tel.: 023 84/96 39 12

Die nächste **WALK & more** erscheint im Dezember 2014

Unterwegs



Winterwanderung in deutschen Mittelgebirgen

Projektstart: Jugendwanderwegenetz



Was uns bewegt

Jugend & Politik



Interview mit Bundesumweltminister a.D. Jürgen Trittin