

Überlebenstraining

- Wie geht das ?

Was gehört zum Überleben? Was braucht man und wie bekommt man es?

1. Nicht in Panik geraten!

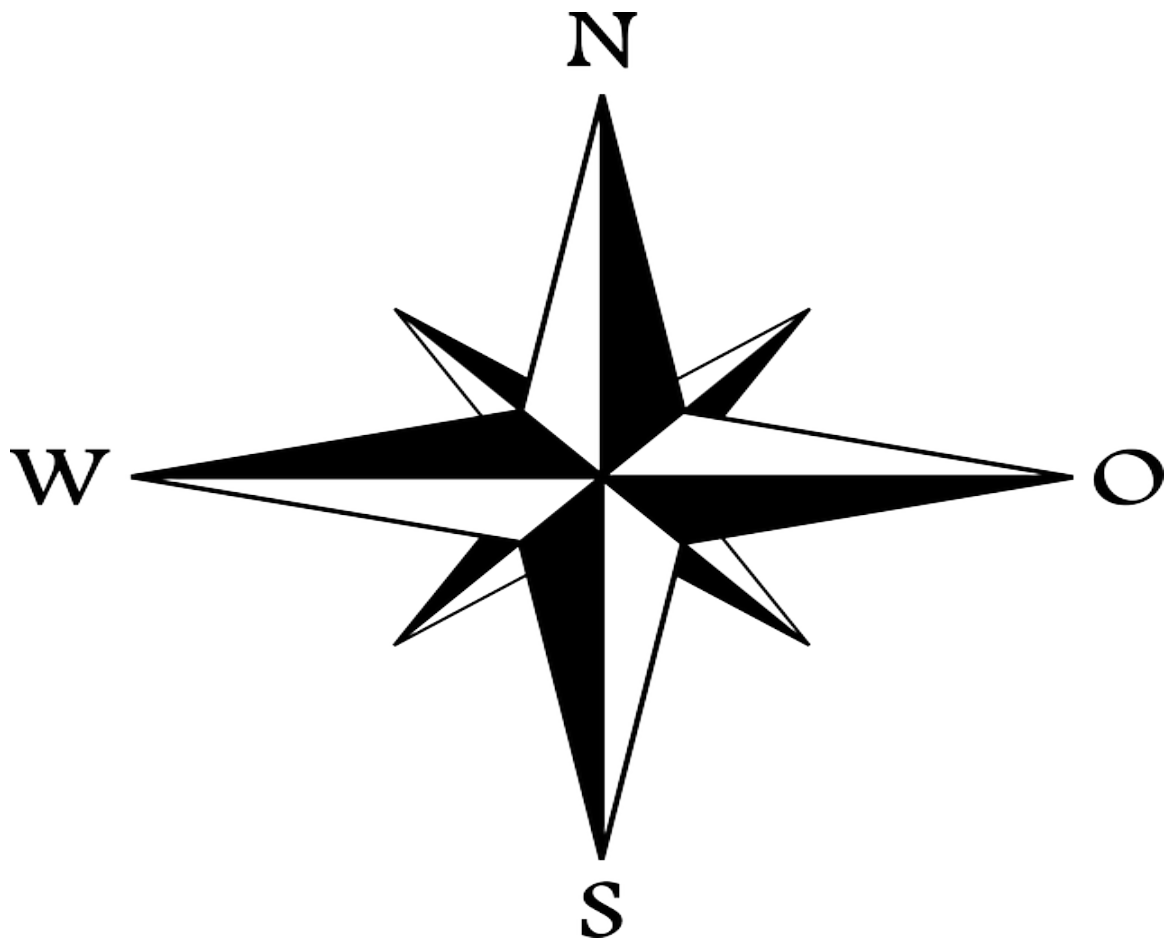
Um dich zu beruhigen und dich optimal auf die Situation einzustellen, solltest du folgende Dinge tun:

- Denk nach.
- Beobachte deine Umgebung.
- Bereite dich darauf vor, Materialien für dein Überleben zu sammeln.
- Orientiere dich.

2. Orientierung

Der Ort, an dem du dich gerade befindest, wird dein "Nullpunkt." Markiere ihn mit einem Stück Papier oder einem Kleidungsstück, einem Steinhaufen, oder jedem anderem Gegenstand, der auch aus der Ferne leicht sichtbar ist.

Möglichkeit 1: Lerne die grundlegenden Himmelsrichtungen



„Im Osten geht die Sonne auf, im Süden nimmt sie ihren Lauf, im Westen wird sie untergehen, im Norden wird sie nie gesehen.“

Achte also darauf, wo die Sonne aufgeht. Dort ist ungefähr der Osten. Markiere dir den Osten mit einem Stock im Boden.

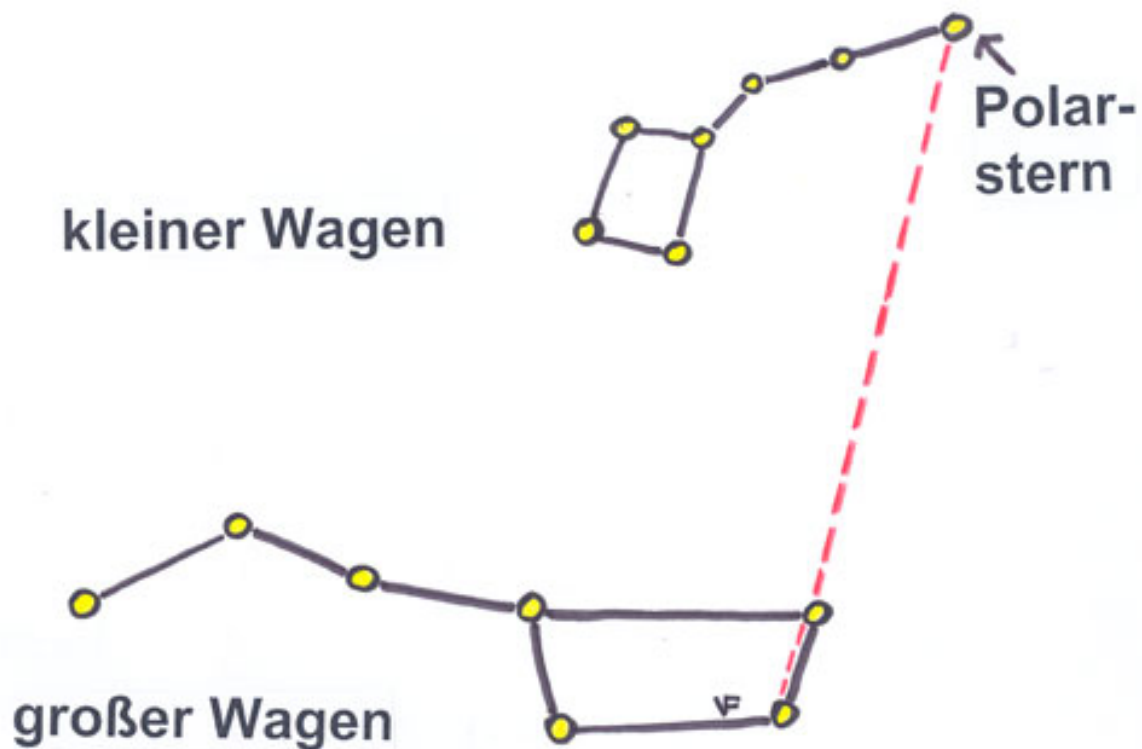
Gegen Mittag, wenn die Sonne im Zenit, also genau über dir an ihrem höchsten Punkt steht, ist sie im Süden. Markiere dir den Süden mit einem Stock.

Nun könnte man schon ganz leicht Westen und Norden bestimmen, aber warte zur Sicherheit den Sonnenuntergang ab. Dort wo die Sonne untergeht, ist der Westen.

Um den Norden zu bestimmen, stecke einen 4. und letzten Stock so in die Erde, dass er, mit den 3 anderen Stöcken, ein Viereck ergibt.

Möglichkeit 2: Nutze den Polarstern

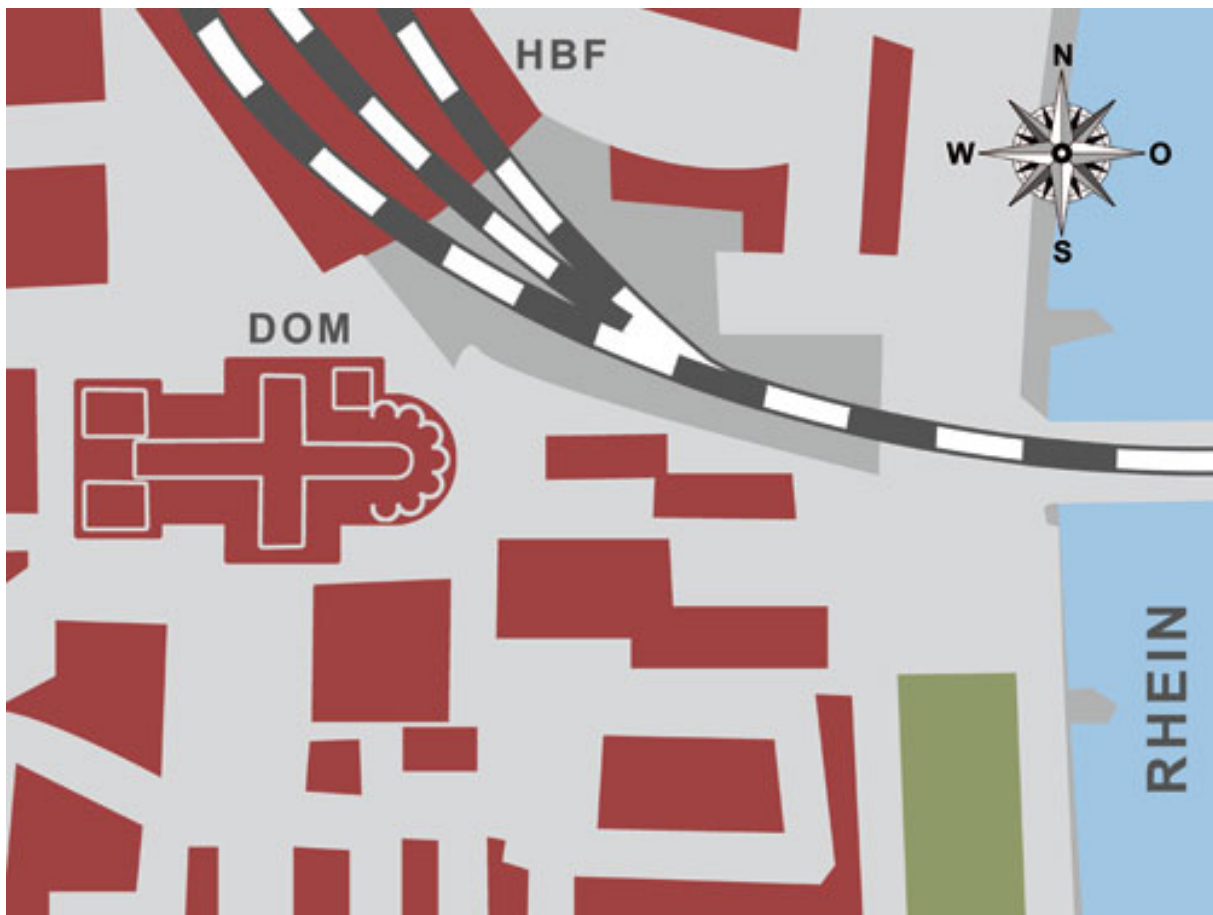
Kennst du den Polarstern? Nein? Der Sternenhimmel ist sehr groß und schnell hat man sich im Wirrwarr aller Sterne verloren. Aber der Nachthimmel hat viele Orientierungshilfen zu bieten. Anhand von Sternbildern kann man Himmelsrichtungen ziemlich genau bestimmen: Da ist zum Beispiel das Sternbild **großer Bär** oder auch **großer Wagen** genannt, wobei das streng genommen nur ein Teil des großen Bären ist. Den großen Wagen kann man das ganze Jahr über am Sternenhimmel sehen - natürlich nur, wenn es nicht bewölkt ist. Der große Wagen sieht aus, wie ein viereckiger Kasten mit Griff. Wenn man die beiden Sterne, die die Rückseite des Kastens bilden, durch eine gedachte Linie verbindet und diese Linie fünf Mal in die gleiche Richtung nach oben verlängert endet man an einem Stern, der sehr hell leuchtet. Das ist der **Polarstern**, und der zeigt einem ziemlich genau an, wo Norden ist. Außerdem ist er der äußerste Stern des Sternbildes **kleiner Wagen** oder **kleiner Bär**.



Möglichkeit 3: Kirchen oder Satellitenschüsseln

Wenn ihr euch an einem bewölkten Tag orientieren müsst, an dem es weder Sonne noch Sterne gibt, sucht eine richtig alte Kirche, wie den **Kölner Dom** zum Beispiel. Sein Grundstein wurde vor fast 800 Jahren gelegt: nämlich im Jahr 1248. Diese und die meisten anderen sehr alten Kirchen haben nämlich eins gemeinsam: Der Altar steht in Richtung Osten. Das heißt der Kirchturm steht im Westen. Gibt es keine alte Kirche in

eurer Nähe, sucht nach **Satellitenschüsseln**. Die meisten Parabolantennen in Deutschland zeigen nach Süden, wenn man es ganz genau nimmt nach Süd-Süd-Ost.



Möglichkeit 4: Moos an Bäumen und Steinen

Der Moosbewuchs von Bäumen oder Dächern kann einen groben Hinweis geben, da er in Hauptwetterrichtung am stärksten ist. Hauptwetterrichtung in Mitteleuropa ist West bis Nordwest.

Möglichkeit 5: Kompass selber gebaut

Man nimmt ein Gefäß und füllt es mit Wasser. Nun nimmt man einen Nagel, eine Nadel oder ein anderes langes, dünnes Eisenteil und einen Magneten. Nun stellen wir mit dem Magneten und der Nähnadel eine Kompassnadel (=Magnetnadel) her. Dazu streicht man mit dem Magneten gleichmäßig vom einen Ende der Nadel zum anderen. Man muss jedoch darauf achten, dass man den Magneten nicht hin- und her bewegt, sondern ihm am Ende der Nadel abhebt und den Vorgang am Anfang wieder beginnt.

Zum Schluss nimmt man noch ein Stück Styropor oder Verpackungsmaterial, einen Korken oder ein dünnes Stück Holz und steckt die Nadel durch dieses. Nun legt man das Ganze in das mit Wasser gefüllte Gefäß. Die Nadel richtet sich nun aus. Sie zeigt mit dem einen Ende nach Norden und mit dem anderen nach Süden. Jetzt nimmt man sich

„Möglichkeit 1“ und guckt grob, wo Norden und Süden ist um zu bestimmen, welches Nadelende in welche Richtung zeigt. Achtung! Der Magnet, den man zum Magnetisieren der Nadel verwendet hat, muss nun weit genug abgelegt werden, damit er den Kompass nicht in die falsche Richtung lenkt!

Erklärung:

Die Erde ist selbst ein großer Magnet. In der Nähe des geografischen Nordpols (am Globus also "oben") befindet sich magnetisch betrachtet ein Südpol (auf der Südhalbkugel der Erde genau umgekehrt!). Weil verschiedene Magnetpole sich gegenseitig anziehen (ein Magnet-Nordpol zieht einen Magnet-Südpol an und umgekehrt), kann man mit einem kleinen, beweglichen Magneten feststellen, wo der magnetische Nordpol bzw. Südpol ist.

Möglichkeit 6: Der Sonnenkompass

Man nimmt sich morgens einen Stock und steckt ihn an einer offenen, flachen Stelle in den Boden. Nun guckt man, wo der Schatten des Stabes endet. Dort steckt man einen kleinen Stab in den Boden. Nun verbindet man die beiden Stäbe mit einer Schnur und zieht den kleinen Stab einmal um den großen Stab. Nun wartet man, bis der Schatten des großen Stabes im Verlaufe des Tages kürzer und wieder länger wird und schließlich die Kreislinie, die wir gezogen haben, an einer anderen Stelle wieder berührt. Dort stecken wir einen zweiten kleinen Ast in den Boden. Nun verbinden wir die beiden kleinen Äste. Der erste kleine Ast zeigt nun den Westen an, der zweite kleine Ast den Osten. Nun können wir sehr einfach Süden und Norden ergänzen.

3. Uhrzeit

Um die Uhrzeit heraus zu finden bauen wir uns den Klassiker: eine Sonnenuhr. Dazu können wir unseren Sonnenkompass verwenden: Im Laufe des Tages wandert dort der Schatten immer weiter. Zu jeder vollen Stunde stecken wir einen Stock in den Boden, genau da, wo sich der Schatten des Stocks gerade befindet. Am Ende des Tages haben wir viele Stöcke. Und beim nächsten Mal, wenn die Sonne auf Eure Sonnenuhr scheint, können wir daran ablesen, wie viele Stunden vergangen sind. Die Erde braucht einen Tag - also 24 Stunden - um sich einmal um die eigene Achse zu drehen. Dadurch entsteht der Eindruck, als würde die Sonne im Laufe des Tages am Himmel von Osten nach Westen wandern. (Eigentlich steht die Sonne immer am selben Platz. Was sich bewegt ist die Erde. Das ist aber für diesen Versuch nicht wichtig.) Da das Licht aus unserer Sicht also wandert, wandert natürlich auch der Schatten, der entsteht, wenn Licht auf einen Gegenstand (in diesem Fall der Stock) fällt. Der Schatten wandert also mit der Zeit immer weiter. Und diesen Umstand kann man sich prima zunutze machen, indem man anhand der Markierungen abliest, wo der Schatten gerade ist und mit welcher Uhrzeit das einhergeht.

4. Wasser

Sobald wir uns orientiert haben, brauchen wir Wasser, Trinkwasser.

In einer Notlage kann man bis zu drei Tage ohne Wasser überleben, aber am Ende des zweiten Tags bist du nicht mehr in sehr guter Verfassung. Du solltest also am besten vorher Wasser finden. Die beste Trinkwasserquelle ist eine natürliche Quelle in der Natur, wobei die Wahrscheinlichkeit, solch eine in der Wildnis zu finden, äußerst gering ist. Rationiere dein vorhandenes Wasser, aber sei dabei nicht so streng, dass du direkt durstig bist. Dehydration, also ohne genug Wasser im Körper zu sein, ist eine der größten Gefahren. Dadurch können wir Kopfweg, Übelkeit, Kreislaufprobleme, Bewusstlosigkeit oder sogar den Tod davontragen.

Wie wir an Wasser kommen, hängt davon ab wo wir uns befinden. Befinden wir uns im Wald, am Meer, in der Wüste oder in den Bergen bzw. im Schnee und Eis? Und noch wichtiger ist: Wie bekommen wir das Wasser sauber? Du kannst Wasser in den Ärmeln einer wasserdichten Jacke sammeln, indem du ein Ende davon zuknotest. Gehe niemals verschwenderisch mit Wasser um.

3.1: Wasser finden

Möglichkeit 1: Im Wald

Im Wald besteht eine sehr große Wahrscheinlichkeit, dass irgendwo ein kleiner Fluss, ein Bach, eine tiefe Pfütze oder sogar eine Quelle oder ein Teich zu finden ist. Danach müssen wir uns auf die Suche machen. Dazu hilft es oft, bergab, den tiefsten Punkt zu suchen. Denn dort wird sich auch das Wasser ansammeln. Sollte es dort nur leicht feucht sein, graben wir einfach ein Loch, 1 bis 2 Meter tief und warten ca. 2 Stunden. Nun sollte Wasser in dem Loch stehen.

Halte außerdem Ausschau nach Vögeln in deiner Umgebung, denn diese halten sich gerne in Bereichen mit frischem Wasser auf.

Sei dir bewusst darüber, dass das Trinken von Wasser aus Bächen zu Krankheiten führen kann.

Falls sich Tauwasser auf den Pflanzen befindet und du wirklich verzweifelt bist, kannst du diese in deiner Kleidung sammeln und dann die Feuchtigkeit aus dem Stoff saugen.

Möglichkeit 2: Am Meer

Befinden wir uns am Meer, dürfen wir kein Salzwasser trinken. Salzwasser entzieht unserem Körper nur noch mehr Wasser, was wir dann ausscheiden. Was wir brauchen ist Trinkwasser. Dazu gibt es einen einfachen Trick: Wir gehen zum Strand, 10 bis 20 Meter vom Wasser entfernt und graben ein tiefes Loch. Dieses graben wir so tief, wie der Meeresspiegel ist. Nun warten wir ca. 2 Stunden. Nun sollte sich langsam Wasser in dem Loch ansammeln. Dieses ist sehr sauber.

Möglichkeit 3: In der Wüste

Sind wir in der Wüste und weit und breit ist kein Wasser zu finden, gibt es auch hier eine ganz einfache Möglichkeit: Wir graben wieder ein Loch. Hier wird sich aber mit der Zeit kein Wasser einfach in dem Loch ansammeln. Hier müssen wir uns die Starken Temperaturunterschiede zwischen Tag und Nacht und die Tatsache, dass sich in der Luft Wasser befindet, zunutze machen.

In unser Loch stellen wir eine kleine Schüssel, eine Tasse, oder ein Glas und legen auf das Loch eine Plastik Folie. Diese befestigen wir mit 4 Steinen rundherum. Nun legen wir einen etwas leichteren Stein in die Mitte der Folie und warten die Nacht und den nächsten Morgen ab. Durch den starken Temperaturabfall kondensiert nachts die sich in der Luft befindende Feuchtigkeit an der Folie, fließt zum tiefsten Punkt und tropft in das Gefäß.

Möglichkeit 4: In den Bergen/ Im Schnee und Eis

In den Bergen können wir wegen dem steinigen Boden nur sehr schlecht ein Loch graben. Außerdem ist der Grundwasserspiegel nicht hoch genug.

In den Bergen gibt es jedoch oft Quellen. Möglicherweise kannst du auch Wasser in Felsspalten finden.

Gibt es Schnee oder Eis, so kannst du dieses in einem Topf oder anderem Gefäß über dem Feuer schmelzen.

Achtung: Wenn du dich im Winter in der Wildnis verirrst, iss niemals einfach Schnee, sondern schmelze und erwärme ihn zuerst! Wenn du Schnee isst, sinkt deine Körpertemperatur und du kannst dich unterkühlen und daran sterben. Wenn du Schnee unterwegs schmelzen willst, fülle ihn einfach in deine Wasserflasche und steck sie zwischen deine Jacke und deine Kleidung.

3.2: Wasser reinigen

Möglichkeit 1: Abkochen

Reinige dein Wasser. Die einfachste Methode zur Wasseraufbereitung besteht darin, das Wasser in einem Topf zu erhitzen. Um damit alle Bakterien effektiv abzutöten, muss das Wasser mindestens drei Minuten stark kochen.

Möglichkeit 2: Sonne

Du kannst auch (klares) Wasser in eine Plastikflasche füllen und diese für sechs Stunden in die Sonne stellen, um die meisten Organismen abzutöten.

Möglichkeit 3: Filter

Wasserfilter



Wir können uns auch zum Reinigen des Wassers einen Filter selber bauen. Dazu brauchen wir einen Eimer, einen alten Kanister, eine alte Schüssel oder eine Plastiktüte. Darin schichten wir dann Stoff, feinen Kies, gewaschene Holzkohle (einfach Holzkohle aber auch Asche), wieder feinen Stoff, Sand, feinen Kies, groben Kies und nochmal Stoff. Unten machen wir dann ein Loch rein und kippen oben das gefundene Wasser hinein. Das Wasser fließt nun nach unten und wird dabei gefiltert.

5. Nahrung

Wir wissen wo wir sind, wie viel Uhr es ist und haben genug Wasser. Nun ist es an der Zeit, uns genug Nahrung zu besorgen Sei dir bewusst, dass die meisten gesunden Erwachsenen bis zu drei Wochen ohne Nahrung überleben können, außer es ist besonders kalt.[3] Es ist besser, hungrig und gesund zu sein, als sich eine Krankheit einzufangen. Bevor du irgendetwas zu dir nimmst, musst du dir sicher sein, dass die Nahrung auch essbar ist. Falls deine Überlebensfähigkeiten durch irgendetwas verringert werden, wird die Lage schnell aussichtslos. Dann wird Verhungern keine große Rolle mehr spielen

Insekten:

Schrecke nicht davor zurück, Insekten und andere Krabbeltiere zu essen. Obwohl es ekelhaft erscheinen mag, ein paar Heuschrecken zu essen, so sind sie doch sehr nahrhaft. Koche die Insekten vorher, denn sie könnten Parasiten enthalten, die tödlich für dich sein können. Iss keine Raupen, bunte Insekten oder jegliche Insekten, die beißen oder stechen können. Entferne vor dem Essen Beine, Kopf und Flügel der Insekten.

Fische:

Wenn du dich in der Nähe von Wasser aufhältst, sind Fische eine gute Nahrungsquelle. Kleine Fische können komplett gegessen werden.

Wenn du fischen möchtest, kannst du mit einem ca. 2 Meter langem und 1-3 cm dickem Stock eine Angelrute basteln (trage deine eigenen Angelhaken bei dir). Schäle die Rinde vom Stock und schneide etwa 2-3 cm von der Oberkante eine Kerbe ein. Binde daran eine Schnur fest und befestige am anderen Ende der Schnur einen Haken. Du kannst auch Köder am Haken befestigen, wie z.B. ein kleines Stück Fleisch, ein Insekt, oder ähnliches.

keine Beeren und Pilze:

Vermeide es, irgendwelche gefundenen Pilze oder Beeren zu essen. Es ist besser, hungrig zu sein, als irgendetwas Giftiges zu essen. Viele Beeren im Wald, besonders weiße Beeren, sind giftig.

Schlangen:

Falls du Schlangen begegnest, lass sie in Ruhe. Schlangen beißen, weil sie hungrig sind oder weil sie sich bedroht fühlen. Wir sind für die allermeisten Schlangen zu groß, um als Beute angesehen zu werden, sie betrachten Menschen nicht als Nahrung. Bleib stehen und die Schlange wird dir aus dem Weg gehen. Wenn du sie angreiffst, wird sie sich garantiert verteidigen. Falls sich eine in deinen Sachen verkriecht, vertreibe sie vorsichtig mit einem langen Stock. Sollte sie sich auf dich zubewegen, verhalte dich ruhig. Sie weiß nicht, dass sie Unruhe bei ihr auslöst, und wird dich wahrscheinlich nicht einmal bemerken. Falls du eine Schlange aus irgendeinem Grund tötest, kannst du sie essen. Da du wahrscheinlich nicht weißt, ob es sich um eine Giftschlange handelt, solltest du den Kopf entfernen und noch einmal etwa die gleiche Länge vom Rücken abschneiden, um die evtl. vorhandenen Giftdrüsen zu entfernen.

Nüsse:

Suche nach Nüssen unter Bäumen. Walnüsse und Bucheckern können mit einem Stein geöffnet und das essbare Fruchtfleisch gegessen werden. Frische Nüsse sind feucht und sättigend, und leicht verdaulich, mit viel Geschmack. Unter Eichen gibt es viele Eicheln – wenn die Eiche rund gezahnte Blätter hat, brauchen ihre Eicheln wenig bis keine Verarbeitung

Obst:

Obst von bekannten Obstbäumen kann auch gegessen werden

Essbare Wildpflanzen:

Wilde essbare Pflanzen gibt es überall, wohin man schaut. Denke daran, dass wenn du in einer feuchten Gegend lebst, die meisten wilden Nahrungspflanzen in der Sonne wachsen – ob auf einer Lichtung oder am „Waldrand“. In einer trockenen Gegend befindet sich die meiste wilde Nahrung in der Nähe von Wasser.

Es gibt viele essbare Kräuter, wie Löwenzahn, Vogelmiere, Wegerich, wilder Lauch, Veilchen, Sauerklee, Taubnessel, Klee, Goldnessel und Gänsedistel – alle davon sind essbar.

Gras: Alles Gras ist essbar. Alles unter 15cm ist leicht zu kauen und zu verdauen. Der Geschmack reicht von intensiv süß bis zu mild und bitter- jeder, der Weizen gras probiert hat weiß, wie süß Gras sein kann. Gras über 15cm kann man entweder kauen oder den Saft herausaugen.

Löwenzahn: Die jungen, sich öffnenden Blätter in der Mitte sind eine tolle Rohkost. Die ganze Pflanze kann gedämpft werden. Die Blüte ist der beste Teil. Pflücke sie vom Stiel



und zwicke mit den Fingern die grüne Unterseite ab, so dass kein weißer Saft austritt (der Saft ist sehr bitter). Du hast nun ein süßes, fleischiges, sättigendes wildes Nahrungsmittel, das du in unglaublicher Menge finden kannst.

Vogelmiere: Die ganze Pflanze kann roh gegessen werden. Sie hat einen süßen, grasartigen Geschmack. Wenn du die Stiele vermeiden willst und vor allem neue Triebe essen willst, pflücke die Spitzen und iss diese.



Sauerklee: Die ganze Pflanze ist eine ausgezeichnete Rohkost – sie hat einen angenehm säuerlichen, erfrischenden Geschmack. Die Blüten des überall wachsenden Krauts sind gelb, es gibt jedoch auch wilde Varianten mit rosa Blüten. Dies ist eine extrem häufige Pflanze nicht nur auf Rasenflächen und bebauten Bereichen, sondern auch in der Wildnis. Sie sollte jedoch nicht in großen Mengen konsumiert werden, da sie eine relativ



große Menge der giftigen Oxalsäure enthält.

Taubnessel die komplett roh essbar ist. Sie ist ein „Lamium“, eine sehr milde Minze
Pflücke die Spitzen und vermeide die Stiele.



6. Unterschlupf mit Einrichtung

Du kannst mehrere Wochen ohne Nahrung überleben, aber nur wenige Tage ohne Wasser. Bei schlechter Witterung vielleicht sogar nur einige Stunden ohne einen Unterschlupf. Setze deine Prioritäten richtig. Finde oder baue einen Notunterschlupf. Ohne einen angemessenen Unterschlupf bist du den Elementen schutzlos ausgeliefert und zusätzlich in Abhängigkeit vom Wetter dem Risiko der Unterkühlung oder eines Hitzschlags ausgesetzt. Ein guter Unterschlupf ist umso wichtiger, wenn du keine angemessene Kleidung trägst.

Suche einen umgestürzten oder schief stehenden Baum. Daraus kannst du einen Unterschlupf bauen, indem du Zweige an beiden Seiten des umgestürzten Baums aufstapelst und dann Gebüsch, Zweige, Blätter oder andere Pflanzen darüber legst. Verwende Büsche oder grüne Zweige (Äste) von Bäumen, um Wasser abzuweisen, Wind und Schnee abzuhalten oder Schatten zu spenden. Verschließe deinen Unterschlupf auf möglichst vielen Seiten.

Eine Höhle kann einen großartigen Unterschlupf bieten, aber vergewissere dich vorher, dass sie nicht bereits von Bären, Großkatzen, Schlangen oder anderen unfreundlichen tierischen Bewohnern belegt ist. Denn auch sie wissen, dass Höhlen viel Sicherheit bieten und sind wahrscheinlich schon länger auf der Suche nach einem guten Unterschlupf.

Falls Schnee liegt, kannst du einen Iglu bauen. Schnee ist ein hervorragendes Isoliermaterial und hält dich schön warm.

Achte nur darauf, dass dein Unterschlupf nicht so versteckt ist, dass du die ganze Zeit darin verbringst und dich niemand finden kann. Wende nicht zu viel Energie auf, um den perfekten Unterschlupf zu bauen, weil du dich ansonsten verausgabst.

Schlafe niemals auf dem Boden, denn sonst ist die Gefahr sehr groß, von giftigen Tieren überrascht zu werden, deshalb schlafe mindestens 10 cm über dem Boden. Bau dir ein "Bett" aus mehreren Schichten Zweigen, Blättern, Ästen und was auch immer sich sonst in deiner Umgebung befindet.

In der Nacht besteht ein größeres Erfrierungsrisiko. Bleib trocken. Mumme dich dick ein. Leg dich hin. Decke dich auch mit den gleichen Sachen zu. Um in der Nacht warm zu bleiben, kannst du dich zwischen das Feuer und ein großes reflektierendes Objekt, wie z.B. einen Baumstamm, einen Felsen oder deine Rettungsdecke legen. Vermeide es um jeden Preis, deine Kleidung zu zerschneiden. Es mag zwar zeitweilig wie eine gute Idee erscheinen, einen abgerissenen Ärmel zur Herstellung eines provisorischen Werkzeugs zu verwenden, aber sobald die Nacht hereinbricht, wirst du diese Entscheidung bereuen.

Indem du einen Müllbeutel in den anderen steckst und die Zwischenräume mit Blätter, Gras oder Kiefernadeln füllst, kannst du dir im Notfall einen provisorischen Schlafsack basteln.

7. Feuer/Wärme

Baue eine Feuerstelle. Errichte ein relativ großes Feuer, das viele Stunden brennt, und vergewissere dich, dass du viel zusätzliches trockenes Holz hast. Zünde das Feuer bereits an, bevor du es wirklich benötigst, auch wenn das Wetter warm ist. Es ist viel einfacher, in einer stressfreien Situation ein Feuer zu machen, als in Panik zu verfallen, sobald die Sonne untergeht. Außerdem wirst du dich durch ein Feuer ein wenig sicherer und entspannter fühlen, während du dich orientierst.

Eine gute Faustregel ist, ausreichend Holz zu sammeln, dass es deiner Ansicht nach für die gesamte Nacht reichen sollte und dann zusätzlich noch dreimal so viel Holz zu sammeln. Dann hast du möglicherweise wirklich genügend Holz für eine Nacht.

Normalerweise ist es kein Problem, im Gestrüpp des Walds ausreichend trockenes Holz zu finden. Du kannst auch Rinde und trockenen Viehmist verwenden. Sobald das Feuer einmal heiß genug ist, kannst du auch Frischholz, Gebüsch oder Äste verbrennen, um ein Signalf Feuer mit starker Rauchentwicklung zu machen. Am besten für ein Lagerfeuer geeignet ist Totholz, das du von abgestorbenen Bäumen abbrechen kannst. Unabhängig davon, in welcher Art Wald oder Wildnis du dich befindest, es ist so gut wie immer trockenes Holz verfügbar.

Denke daran, dass ein kleineres Feuer leichter aufrechtzuerhalten ist als ein großes Feuer, denn es benötigt weniger Brennmaterial. Wenn du einmal genügend Glut hast, solltest du das Feuer relativ klein und übersichtlich halten, damit du nicht zu viel Zeit mit dem Sammeln von neuem Holz verbringen musst.

Behalte dein Feuer unter Kontrolle und errichte auf keinen Fall ein Feuer in einer möglicherweise gefährlichen Gegend! Vergewissere dich, dass sich keine brennbaren Materialien in der Nähe des Feuers befinden und umrande es vollständig mit Steinen oder Sand. Lösche dein Feuer mit reichlich Wasser, damit auch garantiert keine winzigen Funken verbleiben. Du solltest die gelöschte Glut mit der bloßen Hand anfassen können. Es ist eine Sache, sich in der Wildnis zu verirren, aber eine ganz andere, sich verirrt zu haben **und** von einem Waldbrand eingeschlossen zu sein, der durch die eigene Nachlässigkeit verursacht wurde.

Falls du Steine erhitzen willst, vergewissere dich vorher, dass sie nicht nass sind (oder von einer Wasserquelle stammen). Ansonsten können sie beim Erwärmen im Feuer explodieren, da das Wasser in den Spalten verdunstet und dadurch hohen Druck erzeugt.

Aber wie entfacht man ein Feuer ohne Feuerzeug?

1. Vorbereitung:

Mache aus irgendeiner trockenen Pflanze, die leicht Feuer fängt, ein Zundernest. Du kannst trockenes Gras, Blätter, kleine Holzstückchen oder Rinde verwenden. Das Zundernest wird dazu benötigt, um aus Glut ein Feuer zu machen.



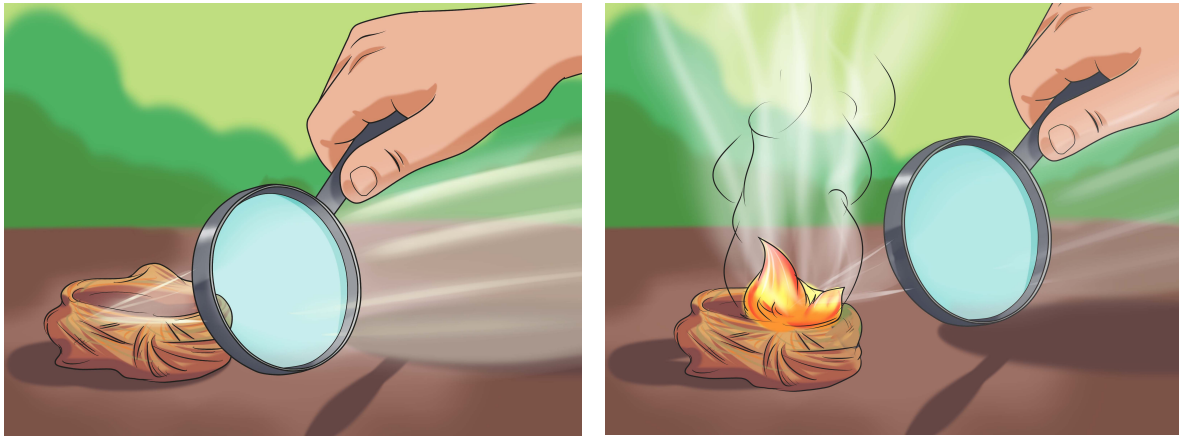
2. Möglichkeit 1: Feuerstein

Nimm einen Feuerstein (ein Stein mit dem man Funken erzeugen kann) und halte ihn zwischen deinen Daumen und dem Zeigefinger. Der Feuerstein sollte einige Zentimeter über deinen Griff herausragen. Suche dir einen trockenen Baumpilz. Nimm die Rückseite eines Messers (je nachdem was du zur Verfügung hast) und schramme den Stahl mit Geschwindigkeit gegen den Feuerstein. Mache das solange bis sich Funken bilden. Bringen den glühenden Baumpilz mit deinem Zunder in Verbindung und blase leicht darauf, um eine Flamme zu erzeugen. Gib immer größer werdende Holzstücke darauf, um ein schönes Feuer zu bilden.



3. Möglichkeit 2: Lupe

Schaue ob genug Sonnenlicht vorhanden ist, um diese Methode anzuwenden. Die Sonneneinstrahlung darf nicht durch Wolken unterbrochen werden. Fall du keine Lupe zur Hand hast, kannst du auch die Linsen von Brillen oder Ferngläsern verwenden. Wenn du Wasser zu der Linse hinzugibst, wird ein noch intensiverer Lichtstrahl erzeugt. Neige die Linse in Richtung der Sonne und die Linse erzeugt einen kleinen fokussierten Lichtstrahl auf dem Zunder. Wahrscheinlich musst du austesten, bei welchem Winkel der stärkste Lichtstrahl erzeugt wird. Behalte diese Position bei bis der Zunder zu rauchen und anschließend zu brennen beginnt. Blase leicht auf den Zunder, um die Entflammung zu unterstützen.



8. Vermeide Verletzungen

Vergiss nicht, dass selbst die kleinste Schnittverletzung behandelt werden sollte, damit sie nicht zu einer Infektion, Krankheit oder sogar dem Tode führt. Du kannst Moos als Verbandsmaterial verwenden. Es hilft dir dabei, kein Blut zu verlieren und lässt sich leicht aufspüren. Du findest es meistens in der Nähe von Flüssen.

9. Evtl. Rettung

Du kannst Feuer zum Senden deines Notsignals verwenden. Im Allgemeinen solltest du dazu drei Feuer in einer geraden Linie oder in Form eines Dreiecks errichten. Mache auch anders auf deine Position aufmerksam. Mache so viel Lärm wie möglich durch Pfeifen, Schreien, Singen oder Zusammenschlagen von Steinen. Markiere deine Lage wenn möglich so, dass sie von der Luft aus sichtbar ist. Falls du dich in einem Tal in den Bergen befindest, lege ein Dreieck aus drei Stapeln dunklen Blättern oder Zweigen. Falls du dich in einem sandigen Gebiet aufhältst, zeichne ein Dreieck in den Sand. Ein Dreieck aus beliebigen Materialien ist in der Wildnis ein Signal dafür, dass es ein Problem gibt.