

Tolle Herbst-Tipps für die ganze Familie

Der Herbst verzaubert uns jetzt mit seinem bunten Laub, herbstlich duftender Luft und letzten sonnendurchfluteten Tagen. Auch wenn es nach und nach draußen kühler und regnerischer wird, so kann man den Herbst interessant und aktiv gestalten. Mit der richtigen Kleidung macht das selbst in der feuchteren und kühleren Jahreszeit Spaß. Zudem beugt die Bewegung an der frischen Luft Herbst- und Winterdepressionen vor und stärkt zudem die Abwehrkräfte. Überall trifft man jetzt auf Familien mit Kindern, die gemeinsam die letzten warmen Sonnenstrahlen für Spaziergänge nutzen. Zusammen durch Laubhaufen wühlen, über Baumstämme klettern oder Pfützen-Hüpfen: Spielen und Toben im Herbstwald machen richtig Spaß. Diese Jahreszeit verführt zu vielfältigen Unternehmungen: Wanderungen oder Radtouren durch farbenprächtige Wälder, Drachen auf abgeernteten Feldern steigen lassen oder mit der Familie Pilze, Blätter und Kastanien sammeln. Und hinterher zum Aufwärmen einen heißen Tee oder ein schönes Wannenbad genießen. Langeweile im Herbst gibt es nicht. Also runter vom Sofa und raus in die Natur: Wir stellen die besten Herbst-Aktivitäten vor!



Herbstfeste zelebrieren

Zum Herbst gehören viele schöne Feste und Bräuche: Erntedankfeste, Kartoffelfeuer oder das inzwischen auch bei uns recht beliebte Halloween. Man kann diese Jahreszeit mit der Familie wunderbar gestalten. Das Erntedankfest wird meistens am ersten Oktobersonntag begangen. Es wurde bereits in vorchristlicher Zeit gefeiert, als die Menschen den Göttern beim Abschluss des Einbringens der Ernte ihren Dank darbrachten. Seit dieser Zeit dekoriert man die Kirchen mit Getreide, Früchten, Gemüse und Produkten aller Art, die anschließend an Bedürftige und an wohltätige Einrichtungen verteilt werden. Halloween wird am Abend vor Allerheiligen, also am 31. Oktober gefeiert und ist inzwischen ein vor allem für Kinder veranstaltetes Fest zum Gruseln. Das Wort Halloween wird vom englischen Begriff "All Hallows Eve" (Abend vor Allerheiligen) abgeleitet. Zu den bekanntesten Halloweenbräuchen gehört zum Beispiel das Abwehren von bösen Wesen durch einen ausgehöhlten Kürbis, in den eine unheimliche Fratze geschnitzt und eine brennende Kerze hineingestellt wird.

Stockbrote am Herbstfeuer



In den Herbstfeuern wird der organische Abfall aus der herbstlichen Feld- und Gartenarbeit verbrannt. Diese Feuer wurden früher auch Kartoffelfeuer genannt, da man die restlichen Kartoffeln aus den Beeten zum Garen in die Glut legte. Lecker und ein toller Spaß für Kinder sind auch selbstgemachte Stockbrote. Dieses Brot kann man auch über offener Flamme beim Grillen oder am Kaminfeuer backen. Ein einfaches Rezept: 400 Gramm Mehl, 1/2 Teelöffel Salz, 2 Teelöffel Backpulver, 50 Gramm Margarine und 1/8 Liter Milch zu einem geschmeidigen Teig kneten. Diesen Grundteig kann man auch mit weiteren Zutaten wie Kräutern oder Schinkenwürfeln verfeinern. Einen Stock entrinden, etwas Teig zu einer Schlange rollen und um den Stock wickeln. Das Brot am Stock über das Feuer halten und etwa 5 bis 10 Minuten knusprig backen.

Schatzsuche im Herbstwald

Die herbstliche Natur ist eine Fundgrube für vielerlei Schätze: Buntes Laub, Kastanien, Eicheln, Bucheckern, Tannenzapfen, Steine, Pilze, Früchte und Beeren. Auf geht's zur lustigen Wald-Olympiade: Wer findet die größte Kastanie? Wer wird Sieger im Eichel-Weitwurf? Wer entdeckt als erstes einen Pilz? Und zu Hause geht es kreativ weiter: Gesammeltes Laub kann man in Büchern pressen und trocknen, und später die Umrisse der Blätter auf buntes Tonpapier übertragen und ausschneiden. Oder man steckt aus Blättern, Federn und anderen Fundstücken auf Styropor einen herbstlichen Kranz für das Fenster. Aus getrockneten Früchten und Samen lassen sich auch tolle Herbstbilder und Mosaiken für die Wand auf Pappe kleben. Aus Kastanien, Zapfen, Maiskolben oder Zierkürbissen sowie Filz, Stoff- und Wollresten sowie Draht und Heißkleber können witzige Phantasie-Figuren und Tiere entstehen. Aus den natürlichen Fundstücken können Kinder und Erwachsene tolle Dinge gestalten - und beim Basteln wird die Langeweile eines trüben Herbsttages ganz leicht vertrieben.

Abenteuer Labyrinth

Von Anfang Juli bis in den Oktober hinein locken bundesweit faszinierende Mais-, Korn- oder Sonnenblumen-Labyrinth. Diese Irrgärten entstehen durch Wege, die in heranwachsende Felder gemäht werden. Bei diesem Freizeitspaß sucht man sich seinen Weg durch das verschlungene Irrwegesystem, wobei Ausdauer und Orientierungssinn auf die Probe gestellt werden. Bei vielen Labyrinth gibt es auch Zusatzprogramme für die ganze Familie: Landwirtschaftliche Lehrpfade, Quizaufgaben oder Halloween-Specials am Abend. Labyrinth in der Umgebung können unter <http://www.maiswahn.de> oder <http://www.agrar.de/labyrinth> gefunden werden.

Herbstzeit ist DrachENZEIT

Die Saison der bunten Flugdrachen hat endlich wieder begonnen. Wenn der Wind kräftig bläst, macht es richtig Spaß, seinen selbstgebauten oder gekauften Drachen auf einem freien Feld oder am Strand in den Himmel steigen zu lassen. Es gibt viele verschiedene Formen, Farben und Größen an Drachen. Ein "Einleiner", also ein Drache mit nur einer Schnur, ist ein leicht zu fliegender Drachen, weil er nicht lenkbar ist, und gut geeignet für Kinder. Dann gibt es die "Zweileiner", wobei man den Drachen an zwei Griffen in der Luft lenkt - hier gibt es vom Einsteigerdrachen bis zum Profidrachen eine große Auswahl. Gute Drachen bestehen aus hochwertigen Materialien, bestehen aus einem speziellen Drachen-Nylonstoff und haben robuste Karbonstäbe. Wer selber einen ganz einfachen Drachen bauen möchte: Drachen-Basteltipps für Kinder



finden sich unter <http://www.kidsweb.de/basteln/drachen.htm> oder <http://www.oebv4kids.at/herbst/drachen.html>. Weitere Informationen, Termine und ein Kleinanzeigenmarkt zum Thema Drachenfliegen gibt es unter <http://www.drachen.de>. Informatives zum Thema Drachen sind im <http://www.drachenarchiv.de> und unter www.lenkdrachen-kinderdrachen.de zu finden. Viele Basteltipps und günstige Bausätze erhält man auf <http://www.drachenfloeh.de>. Fertige Lenkdrachen, Designer-Drachen und andere Flug- und Wurfgeräte bekommt man bei <http://www.flying-colors.de> oder <http://www.kunstdrachen.com>.

Highlight Drachenfestival

Drachenfeste und Flugdrachen-Festivals sind im Herbst ein toller Ausflugstipp für die ganze Familie. Das Zusammentreffen hunderter bunter und ungewöhnlicher Flugdrachen und die Vorführung verschiedener Flugfiguren ist ein unglaublicher Anblick. Drachenmärkte, Meisterschaften, Nachtflugshows und viele andere Highlights erwarten die Besucher der verschiedenen Drachenfestivals in ganz Deutschland. Eine Auswahl an Drachenfesten im Oktober 2009:

"Drachenfest Lünen" am 03./04.10. in 44532 Lünen (<http://www.drachenfest-luenen.de>)

"Drachenfest im Fläming" am 10./11.10. in 14806 Locktow (<http://www.flaeming-drachen.de/drachenfest.html>)

"Herbstdrachenfest" 02. bis 04.10. in 23570 Travemünde (<http://www.travemuende.de>).

Viele weitere Termine und Orte unter <http://mobil.skycolours.de/termine-deutschland.html>.

Wolf, Hirsch & Co.: Besuch im Wildpark

Der Herbst ist die schönste Jahreszeit für einen Besuch in einem Wildpark oder einem Wildgehege. Röhrende Hirsche in der Brunft sind ein beeindruckendes Naturschauspiel. Außerdem kann man ganz aus der Nähe Füchse und Wölfe beobachten, die Fütterung von Rehen und Elchen erleben oder Wildschweinen und Dachsen beim Wühlen zuschauen. Flugvorführungen mit Tag- und Nachtgreifvögeln, ein Streichelzoo oder Hilfe bei den Fütterungen: In Wildgehegen gibt es viele tolle Herbst-Specials und schöne Naturerlebnisse der besonderen Art. Herbst-Tipp: Vorher möglichst viele Eicheln und Kastanien sammeln gehen! Viele Wildparks nehmen nämlich gerne Futterspenden an. Die gesammelten Herbstfrüchte werden dann zur Fütterung der Tiere verwendet. Wildparks und Tiergehege in ganz Deutschland findet man unter <http://www.wildparks-online.de> oder <http://www.zoo-infos.de>.

Extra: Buch-Tipps

Freizeitführer "Kind in ... - 1.000 Tipps für drinnen und draußen"

(Ausgaben für verschiedene Städte und Regionen in Deutschland erhältlich)

Companions Verlag, Broschiert 10,50 Euro

Interaktiver Freizeitführer zum Mitmachen im Internet: <http://www.kind-in.de>.

Freizeitführer "Mit Kindern unterwegs in ..."





(Ausgaben für verschiedene Städte und Regionen in Deutschland erhältlich)
Fleischhauer & Spohn Verlag, Broschiert 12,80 Euro

"Mach was im Herbst: 222 Experimente, Spiele und Bastelideen"
Moses-Verlag 2009, ISBN 978-3897774889, Gebunden 9,90 Euro

Binder/Riha "Wenn die Blätter tanzen: Von Erntedank bis zum Laternenfest"
Patmos 2007, ISBN 978-3794191499, Gebunden 16,00 Euro

Cordula Janusch "Mit Kindern den Herbst erleben: Ideen für Familie, Kindergarten und Grundschule"
Lahn 2008, ISBN 978-3784034171, Broschiert 6,90 Euro



Mehr Artikel und Rezepte findest Du jeden
Monat unter www.optiwell.de/magazin
© 2011 FrieslandCampina Germany GmbH

