

Einen Moment innehalten und lauschen

Die vereinzelt letzten kalten Tage weichen dem Frühling, der sich nun langsam aber sicher durchsetzt. Der Wald und seine Bewohner erleben einen Wandel. Gerade jetzt ist es ganz besonders schön, bei einem Spaziergang kurz innezuhalten und zu lauschen - zwei, drei Minuten vielleicht. Daher lade ich Sie ein:

„Hören Sie doch mal, was die Vögel des Waldes sich so fröhlich erzählen!“

Ein Zwitschern hier, ein Piepen dort.... Lassen Sie es einen Moment auf sich wirken.

Wenn Sie mögen, versuchen Sie dann doch einmal, verschiedene Vogellaute zu erkennen. Dabei ist es nicht wichtig, ob Sie unsere gefiederten Freunde alle bei ihrem Namen kennen oder gar korrekt zuordnen können. Darauf kommt es bei dieser Art der Übung jetzt nicht an.

Möchten Sie noch einen Schritt weiter gehen oder sich mit Ihren Kindern messen? Dann konzentrieren Sie sich gerne etwas mehr und zählen in einer vorgegebenen Zeitspanne (z. B. 1 Minute) die verschiedenen Laute, die Sie haben hören können. Im Anschluss tauschen Sie sich zusammen aus und seien Sie gespannt, wer von Ihnen welche Vogellaute gehört hat.

Effekte:

- * Sie halten beim Spaziergehen einen Moment inne.
- * Sie sensibilisieren und trainieren Ihren Hörsinn.
- * Sie konzentrieren sich ggf. einen weiteren Moment nur auf eine Sache.

Ich wünsche Ihnen & Ihren Lieben viel Freude mit dieser Übung!

In diesem Sinne: Bis bald im Wald, Alexandra Göpde

im März 2020

Hinweise:

Die vorgestellte Übung ist in dieser Form so von mir auf Grund meines Wissens unter Beachtung mir wichtiger Aspekte kreiert und ist daher urheberrechtlich geschützt. Dies gilt gleichermaßen für die schriftliche wie die bestehende inhaltsgleiche elektronisch vorliegende Fassung. Alle Rechte, insbesondere der Vervielfältigung, Veröffentlichung, Verarbeitung, Übersetzung sowie unter anderem auch der Einspeicherung, Verarbeitung und Verbreitung in elektronischen Systemen, bleiben vorbehalten, gleich welcher Art und Weise. Dies gilt auch für Auszüge hieraus. Falls Sie Inhalte dieser Übung in irgendeiner Art und Weise verwenden möchten, benötigen Sie mein ausdrückliches schriftliches Einverständnis. Bitte kontaktieren Sie mich hierzu. Für etwaige Verstöße weise ich auf die entsprechenden gesetzlichen Bestimmungen und der daraus resultierenden Konsequenzen hin.

Nachfolgende und abschließend aufgeführte Nutzungsrechte räume ich ein:

1. Der Projektleitung „Naturerlebnis Oben an der Volme“ wird eine elektronische Fassung in Form einer PDF-Datei übersandt. Die Übung dient als Anregung für ein Naturerlebnis, welche auf der Homepage www.naturerlebnis-volme.de einsehbar ist. Weitere Erlaubnisse gehen hiermit nicht einher.
2. Interessierte Personen dürfen die Übung ausschließlich für den privaten Gebrauch unter Beachtung der o. a. Hinweise zu den aufgeführten Rechten einsehen und nutzen. Beachten Sie hierbei bitte auch die entsprechenden Hinweise im Impressum auf der Homepage www.naturerlebnis-volme.de . Weitere Erlaubnisse gehen hiermit nicht einher.
3. Weitere Erlaubnisse behalte ich mir vor.

Natürlich orientiert die Übung sich u. a. jedoch auch an ähnlichen und bereits beschriebenen Übungen, die in der entsprechenden (Fach-) Literatur zu finden sind. Da es unzählige Veröffentlichungen jeglicher Art hierzu gibt, würde die Nennung einzelner Quellenangaben ein nur unvollständiges Bild abgeben. Sofern dieser Übungsablauf jedoch genauso wie von mir beschrieben bereits schriftlich nachweislich verfasst sein sollte, bitte ich um einen Hinweis, um nachträglich eine entsprechende Kenntlichmachung veranlassen zu können.

Alle Angaben ohne Gewähr. Die Übung wurde von mir sorgfältig erwogen und getestet. Für eventuelle Nachteile oder Schäden, die aus den vorliegenden Informationen resultieren, kann keine Haftung übernommen werden. Befragen Sie im Zweifelsfall bitte eine fachkundige Person. Eine Haftung für jegliche Schäden, wie z. B. Personen-, Sach- oder Vermögensschäden, ist ebenfalls ausgeschlossen.

Weitere Informationen, u. a. zu Terminen, finden Sie hier:

- * Volkshochschulen Lüdenscheid, Volmetal & Lennetal
- * Wald- und Umweltpädagogisches Zentrum Meinerzhagen-Heed
- * social media - facebook: forestlax

Herscheid im März 2020

Alexandra Gödde · forestlax@online.de