



# VATER & KIND WILDNISKURS BERLIN

**KURSVORBEREITUNG**



## **VERFLEGUNG, UNTERKUNFT, EQUIPMENT & ANFAHRT**

Vielen Dank, dass du einen Kurs bei uns gebucht hast. Wir sind stolz auf unser Programm und freuen uns darauf, Zeit in der Natur mit dir zu teilen. Folgende Informationen sollen dich auf die Zeit bei uns bestmöglich vorbereiten. Viele Fragen zur Verpflegung, Unterkunft, Ausrüstung und Anfahrt werden wir dir hoffentlich ausreichend beantworten können. Auf unserer Webseite gibt es die Rubrik **FAQ**, hier findest du weitere häufig gestellte Fragen. Sollten dann noch Fragen offen bleiben, kannst du uns jederzeit per E-Mail oder telefonisch erreichen. Die aktuellen Kontaktdaten findest du auf unserer Webseite unter **Kontakt**. Grundsätzlich freuen wir uns, wenn während der gesamten Kurszeit die Mobilfunkgeräte und andere elektronische Geräte aus bleiben. Lass dich gerne auf dieses „Experiment“ ein, es wird dir viel zurückgegeben.

### **FÜR WEN IST DER VATER & KIND WILDNISKURS**

Wenn du und dein Kind kontaktfreudig, offen und naturliebend seid und Wind und Wetter euch nichts anhaben kann, dann ist unser Camp der richtige Ort für euch. Wir werden zusammen spielen, lernen, wandern, reden und eine guten Zeit in einem der schönsten Wälder um Berlin haben. Wir freuen uns auf eine Zeit der Veränderung mit dir und deinen Kindern!

Wir bieten ebenfalls ein Wildnis-Familiencamp an, bei dem wir mit der Didaktik der Wildnispädagogik eure Sinne für die Natur schärfen wollen. Schaut gerne für weitere Informationen auf unserer Webseite vorbei.



### **VERPFLEGUNG**

Wir stellen während des Kurses alle Lebensmittel zur Verfügung, wobei wir ausschließlich Lebensmittel aus ökologischem Anbau verwenden. Unser Fleisch kommt von den Jägern aus der Region. Wenn du Fleisch essen willst, sage uns diesbezüglich vorab Bescheid, so dass



wir die passende Menge in unserem Lager haben. Wenn das Wetter es zulässt, werden wir über unserer Feuerstelle kochen. Bei hoher Waldbrandstufe ist unsere Feldküche ein einfacher Aufbau mit einem großen Tisch und einer Kochausrüstung, die durch eine große Baumwollplane zwischen den Bäumen geschützt wird. In der Nähe der Feuerstelle steht dir jederzeit eine Obstschale zur Verfügung.

Zum Frühstück gibt es eine Auswahl an Müslis und gutem Brot, das sich hervorragend über dem Feuer rösten lässt. Je nach Witterung besteht das Mittagessen entweder aus einem Buffet mit einer Auswahl an kalten Speisen oder einer warmen Alternative. Das Abendessen wird eine schmackhafte, nahrhafte und warme Mahlzeit sein. Wenn du besondere Ernährungswünsche hast oder Veganer bist, setze dich bitte mit uns vorher in Verbindung, so dass wir auf deine Wünsche eingehen können.

Einige Mahlzeiten werden von dir und den anderen Kursteilnehmern zubereitet, so dass du die Möglichkeit hast, das Kochen über dem Feuer zu lernen. In diesen Fällen stellen wir eine Küchenbox bereit, mit Schneidbrettern, Messern und anderen nützlichen Gegenständen zum Kochen. Für den Einsatz bei offenem Feuer wird ein Satz Edeltahltpfe bereitgestellt.

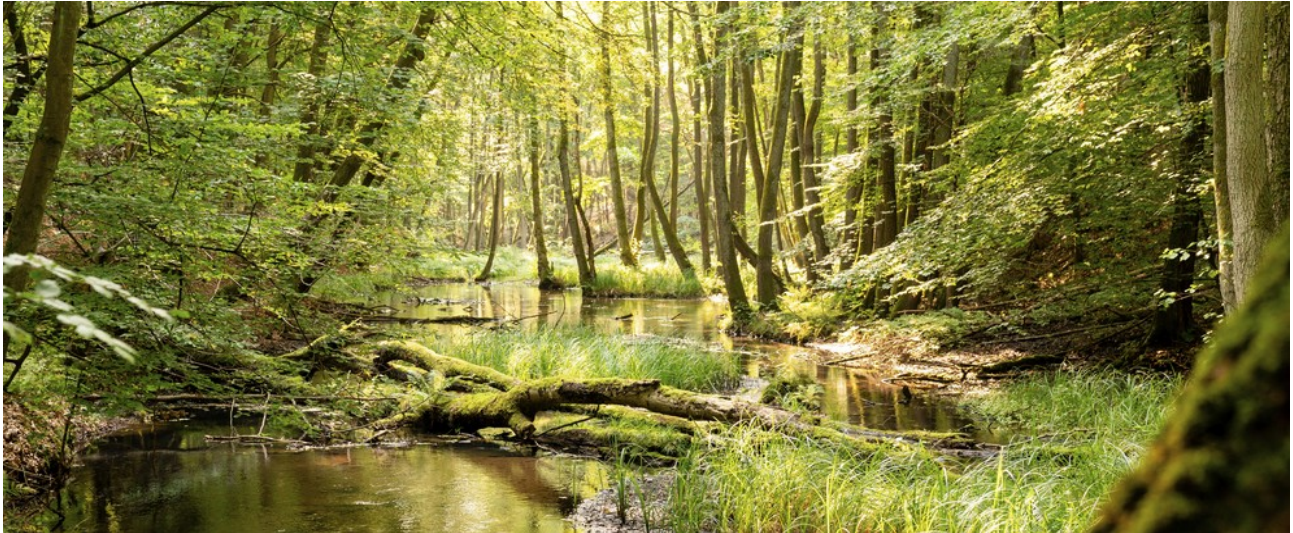
Frisches Trink- und Waschwasser steht in unserem Camp immer zur Verfügung. Wir haben mehrere Kanister in der Nähe des Lagers bereitgestellt. Für den Hunger und Durst zwischendurch gibt es Tee, Kaffee, Milch, Zucker, Kekse und Obst. Gemeinschaftliche Waschsüsseln werden zusammen mit Schwämmen und Spülmittel, Seife und Bürste bereitgestellt.



## **DER KURSORT**

Wir sind stolz auf unseren wunderschönen Kursort in Eberswalde bei Berlin. Unser Lagerplatz liegt von Laubwald umgeben. Unweit verläuft der Wildfluss „Schwärze“, an dem wir uns erfrischen und waschen können. Unser Wasser holen wir direkt aus der kristallklaren Herta-Quelle. Hierfür haben wir Kanister, die wir vorher aufgefüllt haben und die immer bereitstehen. Auf unserem Platz haben wir eine große Feuerstelle als zentralen

Punkt, an dem wir zusammenkommen, kochen oder uns aufwärmen können. Eine Komposttoilette steht, mit Seifen und frischem Wasser zum Waschen der Hände, direkt auf unserem Kursgelände. Sollte das Wetter einmal nicht mitspielen, haben wir unser großes Tipi, in dem wir für euch ein wärmendes Lagerfeuer entfachen können. Bitte bringe zum Übernachten ein Zelt, eine Hängematte oder dein Tarp für dich und deine Kinder mit. Alle weiteren Infos zur benötigten Ausrüstung findest du weiter unten in unserer Checkliste.



## **AUSRÜSTUNG**

Die folgende Ausrüstung wird von uns, für die Dauer des Kurses, zur Verfügung gestellt:

**Kinder Schnitzmesser** Jedes Kind erhält ein Opinel Kindermesser. Wir zeigen dir in diesem Kurs die sichere Handhabung. Bitte entscheide jedoch selber, ob dein Kind schon bereit für die Verwendung eines Schnitzmessers ist.

**Feuerstahl** Für jede Familie haben wir ein Set von verschiedenen Feuerstählen, um das entfachen eines Feuers auf unterschiedliche Arten üben zu können. Diese Ausrüstung ist am Ende des Kurses wieder abzugeben.

**Kochausrüstung** In diesem Kurs werden wir, wenn möglich, am Feuer kochen. Hierfür stellen wir die Ausrüstung zur Verfügung, die wir für die Zubereitung der Mahlzeiten benötigen. Dazu gehören Kochtöpfe, Rührschüsseln, Utensilien, Messer, und Schneidbretter.

Wir haben selbstverständlich auch sehr gut sortierte Erste-Hilfe-Sets, Feuerlöscher und Löschdecken für deine Sicherheit auf unserem Kursgelände.

Wenn du während des Kurses ein Mobiltelefon verwenden möchtest, berücksichtige bitte die anderen Mitglieder der Gruppe und schalte es in den stummen Modus.





## **CHECKLISTE FÜR KLEIDUNG UND AUSRÜSTUNG**

Diese Bekleidungs- und Ausrüstungsliste soll dir und deinen Kindern helfen, zu entscheiden, welche Gegenstände ihr für diesen Kurs mitbringen müsst. Wichtig ist bei Regen genügend Wechselklamotten für die Kinder dabei zu haben. Orientiere dich bitte an der Wettervorhersage und packe zum Wetter passende Kleidung ein. Im Hochsommer, sind natürlich einige unten aufgelistete Kleidungsstücke nicht nötig.

Alle grün markierten Punkte sind für diesen Kurs unerlässlich. Alle anderen Ausrüstungsgegenstände sind Empfehlungen. Gerade am Anfang muss du nicht alles neu kaufen. Du kannst dir natürlich auch viele Gegenstände von deinen Freunden, Nachbarn und anderen Familien ausleihen. Zu einigen Ausrüstungsgegenständen, geben wir dir einen Empfehlung. Dieses Equipment und diese Marken sind bei uns seit Jahren in Verwendung und haben sich bewährt.

Bitte beachte, das wir auf unserem Kursgelände keine Möglichkeit haben elektronische Geräte aufzuladen.

### **GRUNDSCHICHT**

Was du direkt auf der Haut trägst, hängt natürlich vom jeweiligen Wetter ab. Im Hochsommer kann es ausreichen, ein T-Shirt zu tragen, aber wenn du im Frühjahr oder Herbst an einem Kurs teilnimmst, ist es ratsam, beispielsweise eine Thermoschicht aus Wolle dabei zu haben. Auf diese Weise bist du gut vorbereitet, wenn es kälter wird.

**Empfehlung:** Oberteil: Zip Turtleneck 200, Hose: Brynje Wool Thermo Hose Lang mit Verstärkung am Knie

### **MITTELSCHICHT**

Diese sollte robust, warm und bequem sein. Ein Pullover wird hier ausreichen.

### **ÄUSSERE SCHICHT**

Diese Schicht muss wasserdicht und winddicht sein. Gedeckte, natürliche Farben erhöhen die Chancen, die Tierwelt besser beobachten zu können.

## HOSE

Leichte, schnell trocknende Hosen aus einem Baumwoll-Synthetik-Gemisch sind am besten. Jeans sind nicht geeignet, da sie kalt werden und langsam trocknen.

**Empfehlung:** Fjällräven Vidda Pro G1000

## SCHUHWERK

Schuhe sollten stabil sein, dem Knöchel Halt geben und eine griffige Sohle besitzen. Es ist sehr nützlich, ein leichtes Paar Stiefel oder Turnschuhe für trockene Wetterbedingungen sowie wasserdichte Stiefel bei schlechtem Wetter mitzubringen. Bei nassen Bedingungen kannst du auch wasserdichte/ atmungsaktive Socken in trockenen Wanderschuhen tragen.

## KOPFSCHUTZ

Bitte bringe gerade für die Kinder einen passenden Sonnenhut im Sommer mit.

## WOLLMÜTZE

Die Temperatur kann zu jeder Jahreszeit plötzlich fallen, und in Verbindung mit Feuchtigkeit kann es ziemlich kühl werden. Eine Wollmütze kann zu deinem Schlafkomfort beitragen, wenn du draußen unter dem Tarp schläfst oder dich wärmen, wenn du am Tag länger stehst.

## SCHLAFSACK

Bitte bringe einen zur Außentemperatur passenden Schlafsack mit. Wenn du einen kaufst, entscheide dich für einen, der für einen Wärmebereich über deiner erwarteten Temperatur ausgelegt ist. Du kannst ihn immer noch öffnen oder als Bettdecke verwenden, wenn er zu warm ist.

**Empfehlung:** Bundeswehr gebraucht: Sommerschlafsack Tropen und Winterschlafsack Defence 4

## LEICHTES ZELT ODER EINE ÄHNLICHE UNTERKUNFT

Du solltest ein Zelt mitbringen, in dem du mit deiner Familie die Nacht deiner Ankunft verbringen kannst. An den anderen Abenden habt ihr die Möglichkeit, unter der von uns bereitgestellten Plane zu schlafen.

## ISOLIERENDE SCHLAFMATTE

Du kannst den wärmsten Schlafsack haben, aber ohne eine isolierende Matte unter dir spürst du, wie deine Körperwärme vom kälteren Boden abgeleitet wird.

**Empfehlung:** Isomatte der holländische Armee aus Polyethylen Schaum

## TAGESRUCKSACK

Für unsere Touren im Wald brauchst du einen komfortablen Rucksack, der idealerweise einen gepolsterten Beckengurt hat. Dieser sollte in etwa ein Fassungsvermögen von 40 Litern besitzen. Hier kannst du dann Essen, Wasser, Jacke, Kopflampe und andere Gegenstände transportieren, die du und deine Familie bei einer Tour in unseren Wald benötigen wirst.

**Empfehlung:** Karrimor SF Sabre 45

## BECHER & ESSGESCHIRR

Bitte bringe geeignete Utensilien zum Essen und einen Becher mit. Eine gute Kombination ist die Nato- oder US-Feldflasche mit Becher und Hülle. Dies ist völlig ausreichend und hält

die Dinge einfach, aber du kannst natürlich dein eigenes System mitbringen.

## **UHR**

Wir werden euch zu bestimmten Zeiten bitten, für Vorträge oder Mahlzeiten pünktlich an einem bestimmten Ort zu sein und wir können nicht auf jemanden warten, der nicht pünktlich ist.

**WASSERFLASCHE** (1 Liter) x 2

## **KLEINES ERSTE-HILFE-KIT UND PERSÖNLICHE MEDIZIN**

Unser Personal hat jederzeit schnellen Zugriff auf eine gute Erste-Hilfe-Ausrüstung. Du musst jedoch ein kleines Erste-Hilfe-Set mit Pflastern und persönlichen Medikamenten wie Kopfschmerztabletten, Lesebrillen / Kontaktlinsen, Inhalatoren usw. mitbringen.

## **WASCHSATZ & TUCH**

Wir bieten Handwaschbecken, einschließlich Schüsseln, Nagelbürsten und Seifen an. Wir haben auch eine abgeschirmte Lagerdusche; wir finden es nützlich, Flip-Flops oder ähnliches dabei zu haben, um schmutzige Füße zu vermeiden.

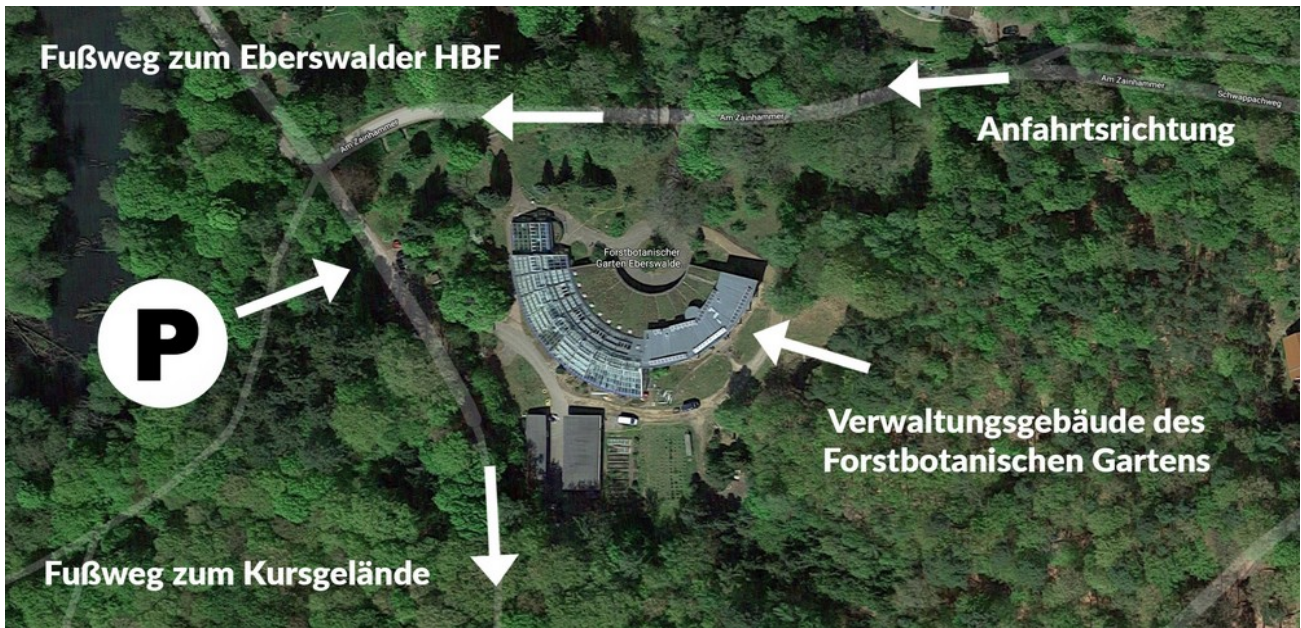
## **GUTER INSEKTENSCHUTZ**

Euch werden Zecken und Mücken begegnen, und ein gutes Schutzmittel ist die erste und beste Verteidigungsmöglichkeit.

## **KOPFLAMPE MIT FRISCHEN BATTERIEN & ERSATZBATTERIEN**

Dies ist ein sehr wichtiger, aber oft vergessener Ausrüstungsgegenstand. Unter dem Blätterdach der Bäume kann es überraschend dunkel sein. Daher kann es nicht nur unbequem sein, sich ohne Licht zu bewegen, sondern auch gefährlich. Eine Stirnlampe ist notwendig, damit deine Hände für andere Aufgaben frei sind.





## ANFAHRT

Unser Kursgelände liegt im Süden der Stadt Eberswalde, 2 km vom Hauptbahnhof entfernt. Eberswalde liegt etwa eine Autostunde nördlich von Berlin. Wenn du mit Öffentlichen Verkehrsmitteln kommst, fährst von Berlin Hauptbahnhof der RE3 jede Stunde in 45 Minuten zum Eberswalder Hauptbahnhof.

Von dort aus sind es mit dem Taxi nur noch 5 Minuten zu uns. Wenn du vom HBF zu Fuß zu uns willst, benötigst du etwa 20 Minuten.

Für die Anreise mit dem Auto ist der Parkplatz in der Nähe unseres Kursgeländes, hinter dem Verwaltungsgebäude des Forstbotanischer Gartens. Die exakte Adresse für Euer Navi lautet: **Am Zainhammer 5, 16225 Eberswalde**

Bitte parkt dort an dem auf der Karte markierten Punkt. Vom Parkplatz aus folgt ihr danach bitte zu Fuß den Markierungen bis zu unserem Kursplatz. Ihr könnt uns jederzeit anrufen, dann holen wir euch gerne am Parkplatz ab oder helfen euch beim Tragen. Wir freuen uns auf Euch!