

## Aktionsideen für die Zeit der Coronakrise

Liebe NABU Mitglieder,

das Coronavirus hat unseren Alltag zur Zeit sehr stark verändert. Wir möchten Sie, ganz ohne direkten Kontakt, durch diese Zeit begleiten. Dazu bieten wir Ihnen an, Sie mit einem wöchentlichen Newsletter mit Aktions- und Informationstipps für Jung und Alt versorgen.

---

Unsere erste Idee ist wöchentlich per Mail ein Thema in den Mittelpunkt zu stellen. Beginnen möchten wir mit dem Thema Frühblüher. Dazu haben wir für Sie Spielideen für Kinder aller Altersklasse zusammengestellt. Für die Erwachsenen gibt es die Anleitung zum Anlegen einer Wildblumenwiese.

Wenn Sie weiterhin jede Woche einen kleinen Newsletter bekommen möchten, schicken Sie uns eine E-Mail. Wir werden Ihre Daten nach Ende der Corona bedingten Aktivitätsbeschränkungen natürlich unverzüglich löschen.

Des Weiteren werden wir auf unserer Homepage ständig neue Aktivitätstipps und Infos für Sie und Ihre Kinder bereitstellen.

<https://www.nabu-bezirk-ado.de/aktionsideen/>

Viele Grüße aus der NABU Bezirksgeschäftsstelle Allgäu-Donau – Oberschwaben,

Sabine Brandt und Sonia Müller



### Kontakt

**Bezirksgeschäftsstelle  
Allgäu-Donau-Oberschwaben**

**Sabine Brandt**  
Geschäftsstellenleiterin

Mobil +49 (0)176.47 63 60 52  
Sabine.Brandt@NABU-BW.de

## Hier kommen unsere ersten Aktionsideen

### Die Wiese im Frühling

#### Die ersten bunten Farbtupfer der Natur

Bei den Indianern heißt das Wort für Frühling "Jojo", was so viel wie Ehrfurcht und Staunen bedeutet. In unserem hektischen und konsumorientierten Leben kennen wir diese Worte fast gar nicht mehr. Nun haben wir vielleicht die Zeit diese Worte zu begreifen und mit Ehrfurcht und Staunen den Frühling zu entdecken.

Auf den Wiesen, im Garten, am Wegesrand grünt und blüht es überall. Die prallgefüllten Knospen, die schon so lange auf ihre Zeit gewartet haben, brechen in diesen warmen Frühlingstagen auf und es erscheinen farbige Blüten und erste Blättchen in zartem Grün. Das neue Leben beginnt!

### Tipp 1: Augen auf!

#### - Wer entdeckt diese Blumen?



Gänseblümchen, Löwenzahn, Ehrenpreis (Fotos: NABU)



Hufblattich, Scharbockskraut, Buschwindröschen (Fotos: NABU)

Macht euch auf die Suche nach den ersten Farbtupfern in diesem Frühjahr. Geht dazu in den Garten oder macht mit euren Eltern und Geschwistern einen Spaziergang. Wer eine Lupe hat, kann diese gerne mitnehmen, vielleicht hat sich ja das eine oder andere Krabbeltier in einer Blüte versteckt.

Es kann sein, dass ihr eine dieser Blumen bei eurer Suche nicht entdeckt, einfach deswegen, weil sie in eurer Umgebung nicht wächst. Vielleicht gibt es dafür andere Frühlingsblumen. Wer richtig gute Augen hat und genau hinsieht, entdeckt auch die ganz kleinen und unscheinbaren Blümchen.

## **Tipp 2: Wir gestalten eine Pflanzenfarbpalette**

Material: Tonpapier, Stift, Kleber, Schere



Aus Tonpapier schneidet ihr eine Farbpalette aus (ca.10 x 5cm).

Nun macht euch auf die Suche nach den Farben in der Natur. Nehmt z.B. von einer Blüte ein Blütenblatt und klebt es auf die Palette, dann sucht ein Blatt in zarten hellgrün, ein anderes in dunkelgrün, ..., so dass eure Farbpalette am Schluss voller verschiedener Farben der Natur ist.

## **Tipp 3: Pflanzenraten**

Ein Familienmitglied denkt an eine Pflanze, die in der Nähe wächst. Die anderen Familienmitglieder stellen Fragen, die nur mit ja oder nein beantwortet werden dürfen. Ist deine Pflanze gelb? Hat sie runde Blätter? .... Es wird solange gefragt bis einer die richtige Pflanze erraten hat.

## Tipp 4: Familientipp für Pflanzenkenner: Wir bereiten einen frischen Wiesensalat zu – Nur zusammen mit euren Erwachsenen!

Wildpflanzen haben oft eine erstaunliche Heilwirkung und stärken zudem unser Immunsystem.

Warum nicht mal einen leckeren Wildpflanzensalat zubereiten?

Das bringt viele Vorteile mit sich, man kommt raus in die Natur zum Pflanzen sammeln, man muss nicht zum Einkaufen und es ist zudem noch gesund.



**Bitte sammelt nur die Pflanzen, die ihr wirklich sicher erkennt!**

**Es gibt schließlich auch giftige Pflanzen.** Am besten ihr sammelt im Garten oder auf einer ungespritzten Wiese eine gute Idee ist auch, Wildkräuter auf dem Balkon wachsen zu lassen. Das freut nicht nur Bienen und Hummeln, man kann sie auch essen. **Wascht die Pflanzen gründlich unter heißem Wasser.**

Am besten ihr sammelt im Garten oder auf einer ungespritzten Wiese eine gute Idee ist auch, Wildkräuter auf dem Balkon wachsen zu lassen. Das freut nicht nur Bienen und Hummeln, man kann sie auch essen. **Wascht die Pflanzen gründlich unter heißem Wasser.**



Rezept für 4 Personen:

**Zutaten:** Marinade aus Zitronensaft oder Essig und 3 El Pflanzenöl, Salz/Pfeffer, drei Hand voll Kräuter (junge Blätter von Löwenzahn, Spitzwegerich, Brennnessel, Vogelmiere, Huflattich, Sauerampfer, etwas Gundermann)



Die Kräuter werden fein geschnitten und mit der Marinade vermengt.

Besonders lecker schmeckt das Ganze zu selbstgebackenen Semmeln und selbstgeschüttelter Butter.

Impressum: © 2020, NABU Bezirksgeschäftsstelle Allgäu-Donau-Oberschwaben, Haberhäuslestr. 14, 88400 Biberach an der Riß, [www.NABU-ADO.de](http://www.NABU-ADO.de). Text: Sabine Brandt und Sonia Müller, Fotos: NABU/Sonia Müller, 03/2020