

Ausgabe 3 April 2023



WILDNISTOURER

Bushcraft, Survival & Lifestyle Journal

Durchlauferhitzer



COWBOYS
ON THE TRAIL
Old West „Survival“

MOUNTAIN MAN
CAPOTE



Selbstversorgung: Gewächshaus



**Warum Survivaltrainings
für jeden sinnvoll sein
können**



Herzlich Willkommen zur April Ausgabe!

In einer solchen Kutsche durch die weiten Prärien Amerikas zu fahren war bestimmt auch schon Überlebenstraining. Viel konnte unterwegs schiefgehen, Räder konnten brechen, Pferde versagen oder die Kutsche wurde überfallen. Dann saßen die Reisenden fest, hatten so gut wie keine Ausrüstung und mussten ausharren. Was wir heute etwas romantisch betrachten, war damals ein hartes und entbehrungsreiches Leben.

Impressum:

**Wildnistourer
Thorsten Kunkel
Erikaweg 5a
29683 Oerbke**

Tel.: 0171-2715133

E-Mail: wildnistourer@wildnistourer.de

WEB: wildnistourer@jimdofree.com

Hinweise:

Der Newsletter ist kostenlos

Alle Outdooraktivitäten können Gefahren bergen, die jeder für sich selbst einschätzen muss. Beachtet immer die regionalen-, Bundes-, und Landesgesetze

Gründe, die für ein Survivaltraining sprechen

In einer Welt, die immer unberechenbarer wird, kann es uns zu jeder Zeit treffen, plötzlich befinden wir uns in einer gefährlichen Notlage. Völlig unvorbereitet, völlig unerwartet geht es um unser Überleben.

Innerhalb weniger Sekunden müssen wir Entscheidungen treffen, die darüber entscheiden, ob wir die Notlage heil und gesund überstehen.

Es bleibt kaum Zeit für lange Überlegungen, keine Zeit, um einen Plan zu schmieden. Wir müssen uns entscheiden! Jetzt! Sofort!

Das Adrenalin schießt durch unseren Körper, Angst, vielleicht kommt sogar Panik auf, aber trotzdem müssen wir handeln, schnell aber effektiv. Und genau das ist die große Herausforderung an uns.

Eine plötzlich auftretende Notlage, egal ob in der Wildnis, Zuhause, am Arbeitsplatz oder in urbanem Umfeld, egal zu welcher Urzeit und bei welchem Wetter, es kann uns immer und überall treffen.

Viele Menschen glauben nicht an ihre verborgenen Fähigkeiten, doch besonders in Notlagen, machen sich unsere Instinkte wieder bemerkbar. Survival bedeutet auch ein großes Maß an Improvisationstalent. Ihr werdet schnell merken, was für tolle Talente bei euch freigesetzt werden. Ihr werdet feststellen, dass es nicht unbedingt auf eine reichhaltige Ausrüstung ankommt, es reichen ein paar essentielle Dinge, die euch das Überleben möglich machen.

Ihr dürft euch von der Situation nicht negativ beeinflussen lassen, glaubt an euch und eure Fähigkeiten. Ihr renoviert euer Haus / Wohnung, schraubt an euren Fahrzeugen, ihr steht am Grill und macht im Garten vielleicht auch mal ein Lagerfeuer. Ihr könnt tausend Dinge im Haushalt reparieren, also, wo ist das Problem, irgendwo und irgendwie zu überleben? Euch fehlen ein paar Tricks, Tipps und der richtige Weg zu mentaler Stärke, um die Angst und die Zweifel zu überwinden. Ihr seid in der Lage viel mehr Leid, Schmerz, Angst und Demütigung auszuhalten, als ihr glaubt.

Überleben fängt im Kopf an, darum beschäftigen wir uns auch hier sehr stark mit dem Mindset, aber ein herkömmliches Mindset reicht vielleicht nicht ganz aus, deshalb nehmen wir die militärische Variante, das Combat Mindset. Es geht um euer Leben und auch um das Leben eurer Familie.

Eine Gefahren-, oder Notlagesituation ist immer eine besondere Herausforderung für Menschen, die beruflich nicht damit vertraut sind. Polizisten, Sicherheitsmitarbeiter und Soldaten haben auf Grund ihrer Ausbildung oft Vorteile.

Menschen, die nicht mit Gefahrensituationen vertraut sind geraten schnell in Panik und treffen Entscheidungen „aus dem Bauch“ heraus, meist ohne sich wirklich über mögliche Folgen im Klaren zu sein.

Auf der anderen Seite sind die Menschen, die in eine Angststarre verfallen und damit mehr oder weniger handlungsunfähig sind. Handlungsunfähigkeit stellt die größte Gefahr für eine Person dar, weil die tatsächliche Wahrnehmung des Geschehens stark beeinträchtigt ist.

Notfälle, Ausnahmezustände sind niemals gleich, manche ähneln sich, folgen dann aber doch einer eigenen Dynamik. Eine Straßenkontrolle in Deutschland unterscheidet sich deutlich zu einer Straßenkontrolle in Afrika oder in einem Krisengebiet.

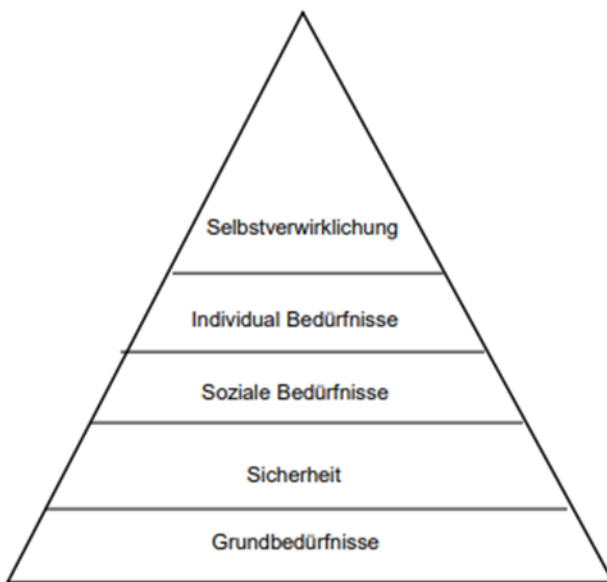
Welche Katastrophen / Krisen können uns betreffen?

- Lang andauernder Blackout
- Mehrtägige, eskalierende Demos mit Straßenschlachten
- Plünderer
- Überflutungen
- Andere Naturkatastrophen

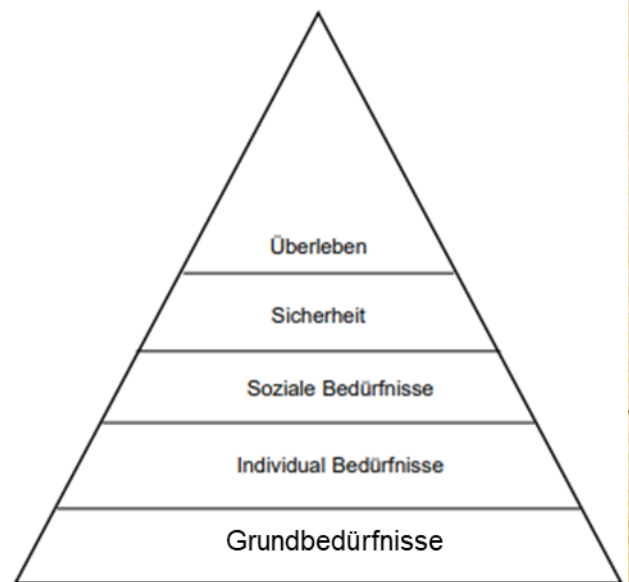
Ein Blackout, der über mehrere Tage oder sogar Wochen anhält, wird uns sehr schnell an die Grenzen bringen. Ohne Strom geht fast NICHTS mehr. Die gesamte Infrastruktur bricht mehr oder weniger zusammen. Da in der heutigen Zeit das meiste digitalisiert ist, wird es schwer sein, Zugriff zu vielen alltäglichen Dingen zu bekommen.

Eine intelligente Vorsorge ist daher ratsam, um diese Zeit zu überstehen.

Maslowsche Pyramide



Überlebens Pyramide



Ein professionelles Survivaltraining gibt den Teilnehmern die Sicherheit, auch in schwierigen Lagen einen kühlen Kopf zu bewahren. Die größte Gefahr besteht in einem selbst, denn viele Menschen neigen in Notsituationen zu übereilten Handlungen, Alle Aktionen, die überstürzt gemacht werden, können die Gefahrenlage schnell erhöhen.



COWBOYS ON THE TRAIL

Die amerikanischen Cowboys gehören zu den bekanntesten Symbolen der amerikanischen Geschichte. Sie haben im Wilden Westen eine wichtige Rolle bei der Aufzucht und dem Transport von Rindern gespielt. Der Viehtrieb war ein wichtiger Teil ihres harten Lebens, das von Entbehrungen und Herausforderungen geprägt war.

Der Viehtrieb war ein jährliches Ereignis, bei dem große Herden von Rindern von den Weiden im Süden nach Norden getrieben wurden, wo sie verkauft werden konnten.



Die Route führte oft über Hunderte von Meilen, durch unwegsames Gelände und schwierige Wetterbedingungen. Der Viehtrieb konnte mehrere Monate dauern und erforderte harte körperliche Arbeit, Ausdauer und Geschicklichkeit.

Die Cowboys hatten eine Vielzahl von Aufgaben, die sie während des Viehtriebs erledigen mussten. Sie mussten die Rinderherden zusammenhalten, die Tiere füttern und pflegen, Krankheiten und Verletzungen behandeln, die Ausrüstung reparieren und die Lager aufstellen. Sie mussten auch dafür sorgen, dass die Rinder nicht gestohlen wurden oder ausbüxten. Das Leben der Cowboys beim Viehtrieb war hart und gefährlich. Sie waren oft wochenlang unterwegs, ohne Zugang zu frischem Wasser oder Nahrung. Die Arbeit war körperlich anstrengend und konnte bei schlechtem Wetter noch schwieriger werden. Die Cowboys mussten auch gegen gefährliche Tiere wie Schlangen, Wölfe und Bären kämpfen. Die Cowboys waren auch oft der Hitze und Kälte ausgesetzt, was zu gesundheitlichen Problemen führen konnte. Die langen Stunden im Sattel konnten zu Rückenproblemen und Krämpfen führen, und die Staubwolken, die durch die Herde verursacht wurden, konnten zu Augen- und Atemproblemen führen. Viele Cowboys starben auch bei Unfällen, wie zum Beispiel wenn sie von Pferden stürzten oder von Rindern getreten wurden.

Trotz all dieser Herausforderungen waren die Cowboys stolz auf ihre Arbeit und ihre Freiheit. Sie genossen es, draußen in der Natur zu sein und ihre Fähigkeiten als Reiter und Viehzüchter zu demonstrieren. Sie waren auch dafür bekannt, eine enge Gemeinschaft zu bilden und Freundschaften fürs Leben zu schließen.

Heute gibt es immer noch Cowboys, die ihre Herden durch das Land treiben, aber die meisten arbeiten in modernen Ranches und nutzen fortschrittlichere Methoden. Das harte Leben der Cowboys beim Viehtrieb ist jedoch ein wichtiger Teil der amerikanischen Geschichte und Kultur und wird immer als Symbol für Freiheit und Abenteuer gelten.

Das Wichtigste auf den Viehtrieben war der Chuckwagon

Der Chuck Wagon, auch Küchenwagen genannt, war ein wichtiger Teil des amerikanischen Viehtriebs im Wilden Westen. Er begleitete die Cowboys auf ihren Reisen durch das Land und war für die Zubereitung von Mahlzeiten und die Bereitstellung von Vorräten verantwortlich. Der Chuck Wagon war unentbehrlich für das Überleben der Cowboys auf dem Trail.

Der Chuck Wagon war in der Regel eine umgebaute, Kutsche, die mit Kochutensilien, Lebensmitteln, Wasser und Erster Hilfe Ausrüstung und anderen Vorräten ausgestattet war. Die Feuerstelle wurde im Freien errichtet.

Die Verantwortung für den Chuck Wagon lag bei einem erfahrenen Koch oder einem Kochgesellen, der dafür sorgte, dass die Cowboys immer gut versorgt waren. Er war für die Zubereitung von drei Mahlzeiten pro Tag verantwortlich und musste sicherstellen, dass genügend Vorräte vorhanden waren, um den Bedarf der Cowboys zu decken.

Zu den Grundnahrungsmitteln gehörten Bohnen, Speck, Kaffee, Mehl und Zucker, die oft in großen Mengen gelagert wurden.



Der Chuck Wagon war auch dafür verantwortlich, das Essen zu den Cowboys zu bringen, die oft in Gruppen arbeiteten und über das weite Gelände verstreut waren. Der Koch bereitete das Essen in der Feuerstelle zu und platzierte es in Schüsseln und Töpfen, die auf dem Wagen aufbewahrt wurden. Dann rief er die Cowboys zum Essen und sie versammelten sich um den Wagen, um ihre Mahlzeit zu genießen.

Obwohl der Chuck Wagon ein unverzichtbarer Teil des Viehtriebs war, war das Leben der Köche oft ebenso hart wie das der Cowboys. Sie mussten ständig unter Zeitdruck arbeiten, um die Mahlzeiten rechtzeitig zu servieren, und sie waren oft der Hitze, Kälte und anderen Wetterbedingungen ausgesetzt. Sie mussten auch in engen und beengten Verhältnissen arbeiten und sich um das Wohl der Cowboys kümmern, die oft hungrig und erschöpft waren. Heute wird der Chuck Wagon oft als Teil der Cowboy-Kultur geehrt und ist ein Symbol für die harte Arbeit und Entbehrung, die notwendig waren, um das Land zu erschließen und die Rinderherden zu transportieren. Die Tradition des Chuck Wagons lebt auch weiterhin in verschiedenen Veranstaltungen und Wettbewerben, bei denen Köche ihre Fähigkeiten unter Beweis stellen und das Erbe der Cowboys feiern.

Eine der wichtigsten Fähigkeiten der Cowboys war das Reiten. Sie konnten stundenlang auf ihren Pferden reiten und sich in schwierigem Gelände fortbewegen. Die Pferde waren nicht nur ein Transportmittel, sondern auch ein wichtiger Partner für die Cowboys. Sie wurden sorgfältig ausgewählt und trainiert, um in jeder Situation zu reagieren.

Die Cowboys waren auch sehr geschickt im Umgang mit dem Lasso. Mit dieser Technik konnten sie Rinder einfangen und für den Transport markieren. Das Lasso wurde auch oft als Waffe gegen wilde Tiere eingesetzt. Eine weitere Fähigkeit der Cowboys war das Campen in der Wildnis. Sie wussten, wie man Feuer macht, Wasser findet und eine einfache Unterkunft baut. Die Cowboys konnten sich auf das Nötigste beschränken und wussten, wie man Lebensmittel für lange Zeit konserviert. Fleisch wurde oft durch Räuchern haltbar gemacht, und Bohnen und anderes Gemüse wurden in Dosen oder Gläsern aufbewahrt.

MOUNTAIN MAN CAPOTE



Handgefertigte Wickelmäntel, so genannte Capotes, haben in Nordamerika eine lange Geschichte, die bis ins 17. Jahrhundert zurückreicht. Sie sind wohl die frühesten Varianten des HBC Point Blanket Coat. Capotes waren kulturell hybride Kleidungsstücke, die das Ergebnis europäischer Textilien waren, die mit Hilfe indigener Techniken und für indigene Kleidungsformen hergestellt wurden. In der Pelzhandelsgesellschaft gab es viele verschiedene Arten von Deckenmänteln sowie eine Vielzahl von Verzierungen. Neben ihrem leicht anpassbaren Design und ihrer Funktion waren Capotes auch deshalb so beliebt, weil sie sich durch ihren Wickelstil leicht bewegen und jagen ließen. Während die meisten Menschen Capotes aus Decken selbst herstellten, verkaufte die HBC auch vorgefertigte Capotes als Handelsware. In den späten 1700er Jahren ermöglichte es die wachsende Bekleidungsindustrie in Großbritannien dem Unternehmen, fertige Kleidungsstücke zu importieren und in allen größeren Niederlassungen einen Schneider vor Ort zu beschäftigen.

1929 brachte HBC ein komplettes Sortiment an Deckenoberbekleidung für Männer, Frauen und Kinder auf den Markt. Der Stoff wurde in England gewebt und als Meterware nach Kanada geliefert. Eine Reihe von Herstellern in Winnipeg stellte bis zum Jahr 2000 Deckenmäntel her. Mitte der 1970er Jahre erreichte die breite Produktpalette ihren Höhepunkt. Sie umfasste Mäntel aus leichter Duffel-Wolle sowie zweiteilige Mäntel mit einem Innenfutter aus Wolle und einer abnehmbaren, wetterfesten Außenschicht. Es überwogen ein- und zweireihige Modelle in unterschiedlichen Längen, die durch Parkas und Bomberjacken ergänzt werden. Trotz einer Vielzahl von Farben blieb der traditionelle Mehrstreifenmantel der beliebteste und wurde allgemein als "Hudson's Bay"-Mantel identifiziert. Auch heute noch sind diese Capotes sehr beliebt und haben ihren Weg auch schon nach Deutschland gefunden.



Der „Durchlauferhitzer“ für ein Camp

Ein Blechkanister, in diesem Fall ein 5L Olivenölkanister, dient uns als ein Wassererhitzer für ein Camp. Solange der Kanister am Feuer oder an der Glut steht, haben wir durchgehend heißes Wasser.

In die Oberseite schneiden wir ein Loch, in welches wir kaltes Wasser nachfüllen. Der Kanister wird bis zum Ausguss gefüllt und erhitzt. Der Plastikverschluss sollte immer entfernt werden und nur bei Bedarf eingesetzt werden.

Hat jemand Wasser entnommen, füllt er den Kanister wieder bis zum Ausguss nach, somit sind immer ca. 4 Liter Wasser vorbereitet.



Zur Vorbereitung wird der leere Kanister im Feuer „ausgebrannt“. Ölreste verdampfen, im Anschluss wird der Kanister noch einmal kräftig durchgespült, dann kann er befüllt und erhitzt werden. Das erste erhitzte Wasser wird weggeschüttet. Jetzt ist der Kanister betriebsbereit.

Kleidung

Seht ihr euch plötzlich mit einer Notfallsituation konfrontiert, spielt Zeit eine große Rolle. Ihr dürft keine Zeit verlieren, ihr müsst schnell handeln. Falls ihr euer zuhause verlassen müsst, nehmt nur die aller wichtigsten Dinge mit.

Das gilt natürlich auch für euere Kleidung.

Nehmt Garderobe, die robust ist (Jeans, unifarbene Cargohosen), gedeckte Farben blau,, grau, braun, grün oder schwarz. Auf tarnfarbene Garderobe solltet ihr verzichten, da sie bei bestimmten Personen zu falschen Assoziationen führen könnte. Eure Jacken / Westen sollten verschließbare Innentaschen haben, wenn nicht, sichert sie mit einer einfachen Sicherheitsnadel. Verstaute keine wichtigen Papiere in den Außentaschen von Jacken oder Westen.

Je nach Jahreszeit, nehmt ihr dem Wetter angepasste Kleidung mit.

Regenschutz und Kälteschutz sollte dabei an erster Stelle stehen, denn ihr wisst nicht, wann und wo ihr eine Unterkunft bekommen werdet.

Ihr findet später auch noch eine Ausrüstungsliste, an der ihr euch orientieren könnt.

Achtet auch auf euer Schuhwerk, am besten geeignet sind Trekkingstiefel, sie bieten Halt, sind eine Zeitlang wasserdicht und ihr könnt lange in ihnen laufen.

Eine Kopfbedeckung, die schützt gegen Sonne und Regen und bietet auch eine minimale Tarnung. Die Garderobe sollte euch zum „Grey Man“ machen, unauffällig, fast unsichtbar in Menschenmengen oder in Straßenzügen, je weniger Notiz man von euch nimmt, umso sicherer seid ihr.

Die wichtigste Wechselgarderobe besteht aus Unterwäsche und Socken, da dies Kleidungsstücke sehr wichtig für die Hygiene sind. Die Oberbekleidung muss nicht so regelmäßig gewechselt und gereinigt werden.

- 1 Hose
- 1 Pullover
- 2 T Shirt
- 1 Jacke (Wind und Wasserabweisend)
- 1 Weste mit vielen Taschen innen und Außen
- 1 Kopfbedeckung
- 1 Schal, dunkle Farbe
- 2 -3 Unterwäsche
- 2 - 3 Socken



2 Innentaschen mit Reißverschluss

Waffen, egal ob Schusswaffen oder Messer, tragt diese Waffen verdeckt, wir wollen jede Provokation vermeiden und auch den Ordnungskräften nicht auffallen.

Eine der besten und unauffälligsten Waffen ist ein schnöder Spazierstock, noch ein wenig humpeln, ein Bein nachziehen und jeder glaubt an eine leichte Behinderung. Der Spazierstock kann aber auch als sehr schlagkräftige Waffe eingesetzt werden. Wer daran Interesse hat, sollte sich über die Sportart „Canne de Combat“ informieren.

Um den Spazierstock effektiv einsetzen zu können, solltet ihr den Umgang trainieren. Auf alle Fälle wirkt ein Spazierstock auf andere weniger bedrohlich als ein Baseballschläger oder ein Bokken. Ein **Bokken** ist ein hölzernes Samuraischwert und wird teilweise zum Schwertkampftraining genutzt.

Kurz Info

Die **Eiche** ist ein imposanter, laubabwerfender Baum, der in der Regel eine Höhe von 20 bis 40 Metern erreicht und bis zu 1.000 Jahre alt werden kann. Die Krone ist weit ausladend und breit und kann einen Durchmesser von bis zu 40 Metern erreichen. Die Rinde ist grau bis braun und in der Regel tief gefurcht.

Die Blätter der Eiche sind ledrig, dunkelgrün und oval bis elliptisch geformt, mit gezackten Rändern und einer Länge von 5 bis 20 Zentimetern. Im Herbst färben sie sich in der Regel gelblich-braun bis rötlich-braun.

Die Eiche trägt männliche und weibliche Blüten auf getrennten Zweigen. Die männlichen Blüten sind unauffällig und hängen in langen, gelben Kätzchen. Die weiblichen Blüten hingegen sind kleine, unscheinbare grüne Blütenstände, die im Frühjahr erscheinen.

Die Früchte der Eiche sind Eicheln, die von einer tassenförmigen Hülle, der Eichelhülle, umgeben sind. Die Eicheln reifen im Herbst und dienen als Nahrungsquelle für viele Tierarten.

Die Eiche ist eine wichtige Baumart in vielen Kulturen und wird oft als Symbol für Stärke, Ausdauer und Langlebigkeit betrachtet. Aufgrund ihres robusten Holzes wird sie auch häufig für Möbel, Parkett, Schiffs- und Brückenbau sowie für die Herstellung von Fässern und Weinpressen verwendet.

Welche Früchte trägt die Eiche

Die Früchte der Eiche sind Eicheln, die von einer tassenförmigen Hülle, der Eichelhülle, umgeben sind. Die Eichelhülle besteht aus vielen kleinen Schuppen und bleibt oft an der Eichel haften, wenn sie vom Baum fällt. Die Eicheln sind oval bis rundlich geformt und können zwischen 1 und 6 Zentimeter lang sein. Sie reifen im Herbst und dienen als Nahrungsquelle für viele Tierarten wie Eichhörnchen, Wildschweine, Vögel und Nagetiere. Einige Tierarten wie Eichhörnchen vergraben auch Eicheln als Vorrat für den Winter. Eicheln sind auch für den Menschen essbar, aber aufgrund ihres hohen Gehalts an Tanninen, die bitter schmecken und die Aufnahme von Nährstoffen im Körper beeinträchtigen können, müssen sie in der Regel zuerst verarbeitet werden, bevor sie gegessen werden können.

Was kann ich aus Eicheln machen

Eicheln können auf verschiedene Arten verarbeitet werden, um sie genießbar zu machen. Hier sind einige Beispiele:

1.Eichel-Mehl: Eicheln können getrocknet, geröstet und dann gemahlen werden, um ein nussiges Mehl herzustellen, das als glutenfreies und ballaststoffreiches Mehl in der Küche verwendet werden kann.

2.Eichel-Kaffee: Geröstete und gemahlene Eicheln können als Kaffee-Ersatz verwendet werden. Der Geschmack ist ähnlich wie bei Kaffee, aber mit einer leicht süßlichen Note.

3.Eichel-Brot: Eichel-Mehl kann auch als Zutat für Brot und Gebäck verwendet werden.

4.Eichel-Suppe: Eicheln können gekocht und püriert werden, um eine cremige Suppe zu machen. Sie können auch als Zutat in anderen Suppen und Eintöpfen verwendet werden.

Es ist jedoch wichtig zu beachten, dass Eicheln aufgrund ihres hohen Tanningehalts vor dem Verzehr gewässert oder gekocht werden müssen, um die Bitterkeit zu reduzieren und sie verdaulicher zu machen. Es wird empfohlen, sich von einem erfahrenen Koch oder Experten beraten zu lassen, bevor man sich mit der Verarbeitung von Eicheln beschäftigt.

Baumpilze sind Pilze, die auf oder in Bäumen wachsen und sich von totem Holz oder abgestorbenen Pflanzenteilen ernähren. Sie gehören zur Gruppe der Saprophyten, die organische Substanz abbauen und recyceln.

Baumpilze können eine Vielzahl von Formen und Farben haben. Einige sind flach und scheibenförmig, während andere wie eine Kappe oder ein Hut aussehen. Einige sind auch röhrenförmig oder haben Stacheln. Die Farben reichen von weiß und grau bis hin zu braun, rot oder sogar leuchtend gelb oder orange.

Baumpilze spielen eine wichtige Rolle im Ökosystem, da sie dazu beitragen, abgestorbene Bäume und Pflanzenteile zu zersetzen und so Nährstoffe freizusetzen, die von anderen Pflanzen genutzt werden können. Sie sind auch eine wichtige Nahrungsquelle für viele Tiere wie Vögel, Nagetiere und Insekten



Einige Baumpilze haben auch medizinische Eigenschaften und werden in der traditionellen chinesischen Medizin sowie in anderen medizinischen Systemen verwendet. Allerdings ist es wichtig zu beachten, dass nicht alle Baumpilze essbar sind und einige sogar giftig sein können. Es ist daher wichtig, sich vor dem Verzehr oder der Verwendung von Baumpilzen gründlich zu informieren und im Zweifelsfall einen Experten zu konsultieren.

Baumpilze sind auch als **Zunderschwamm** bekannt.

Der Zunderschwamm, auch bekannt als Feuerschwamm, ist ein Baumpilz, der in der Regel auf abgestorbenen oder geschwächten Bäumen wächst. Er ist weltweit verbreitet und wächst vor allem in gemäßigten Regionen.

Der Zunderschwamm hat eine kohlenstoffhaltige, faserige Struktur und kann zur Herstellung von Zunder verwendet werden. Er wurde in der Vergangenheit oft als wichtiger Bestandteil von Feuerstein und Stahl verwendet, um Feuer zu entzünden, da er sehr leicht entflammbar ist. Der Zunderschwamm kann auch dazu verwendet werden, um ein Feuer zu unterhalten, da er langsam brennt und eine hohe Hitze erzeugt.

Neben seiner Verwendung als Zunder hat der Zunderschwamm auch medizinische Eigenschaften. Er enthält Polysaccharide, die das Immunsystem stärken können, sowie Betulinsäure, die entzündungshemmende und antioxidative Eigenschaften hat. Der Zunderschwamm wird in der traditionellen chinesischen Medizin sowie in anderen medizinischen Systemen zur Behandlung von Infektionen, Entzündungen und Krebs eingesetzt. Allerdings ist es wichtig zu beachten, dass der Zunderschwamm auch Nebenwirkungen haben kann und dass die Verwendung von Zunderschwamm-basierten Arzneimitteln nur unter Anleitung eines erfahrenen Arztes erfolgen sollte.

Selbstversorgung mit Gewächshaus

Selbstversorgung mit Gemüse ist ein zunehmend beliebter Trend, insbesondere für Menschen, die sich für gesunde Ernährung und nachhaltige Lebensweise interessieren. Ein Gewächshaus kann dabei eine wertvolle Ressource sein, um Gemüse das ganze Jahr über anzubauen und somit einen kontinuierlichen Zugang zu frischen, gesunden Lebensmitteln zu gewährleisten. Ein Gewächshaus bietet dabei nicht nur den Vorteil, dass es das Wachstum von Pflanzen fördert und vor Witterungseinflüssen schützt, sondern auch die Möglichkeit, die Umweltbedingungen für das Pflanzenwachstum optimal zu gestalten. In diesem Text werden wir uns genauer mit dem Thema Selbstversorgung und Gewächshaus beschäftigen und Ihnen zeigen, wie Sie mit Hilfe eines Gewächshauses erfolgreich Gemüse anbauen können, um sich selbst zu versorgen.

Hier sind einige der wichtigsten Vor- und Nachteile von Gewächshäusern:

Vorteile:

1. Schutz vor Witterungseinflüssen: Ein Gewächshaus schützt Pflanzen vor extremen Witterungsbedingungen wie Frost, Wind, Regen und starkem Sonnenlicht.
2. Verlängerung der Anbausaison: Durch den Schutz vor Witterungseinflüssen kann die Anbausaison verlängert werden und Pflanzen können auch außerhalb der normalen Saison angebaut werden.
3. Kontrolle der Umweltbedingungen: Ein Gewächshaus ermöglicht es, die Umweltbedingungen wie Luftfeuchtigkeit, Temperatur und Luftzirkulation zu kontrollieren, um optimale Wachstumsbedingungen für Pflanzen zu schaffen.
4. Schutz vor Schädlingen und Krankheiten: Ein Gewächshaus kann Pflanzen vor Schädlingen und Krankheiten schützen, die sonst im Freiland auftreten können.
5. Erhöhung der Erträge: Durch die Verlängerung der Anbausaison und die Kontrolle der Umweltbedingungen können höhere Erträge erzielt werden als im Freiland.

Nachteile:

1. Hohe Kosten: Ein Gewächshaus kann sehr teuer sein, insbesondere wenn es professionell gebaut wird oder wenn es mit teurer Technologie ausgestattet ist.
2. Begrenzter Platz: Ein Gewächshaus bietet begrenzten Platz, was bedeutet, dass nur begrenzte Mengen an Pflanzen angebaut werden können.
3. Regelmäßige Wartung erforderlich: Ein Gewächshaus erfordert regelmäßige Wartung wie die Reinigung von Fenstern und Böden sowie die Überwachung der Umweltbedingungen.
4. Abhängigkeit von Technologie: Wenn ein Gewächshaus mit Technologie wie Belüftungssystemen und Bewässerungssystemen ausgestattet ist, kann eine Störung der Technologie den Anbau von Pflanzen beeinträchtigen.
5. Risiko von Überhitzung: Wenn ein Gewächshaus nicht gut belüftet ist, kann es im Sommer zu Überhitzung kommen, was das Wachstum der Pflanzen beeinträchtigt.

Trotz dieser Nachteile sind Gewächshäuser eine wertvolle Ressource für den Anbau von Pflanzen und können dazu beitragen, eine kontinuierliche Versorgung mit frischen, gesunden Lebensmitteln zu gewährleisten.



Foto: Pixabay

Welche Art von Gewächshaus brauche ich zur Versorgung von vier Personen?

Die Größe des Gewächshauses, das Sie benötigen, hängt von der Art des Gemüses ab, das Sie anbauen möchten, sowie von der Menge, die Sie benötigen, um vier Personen zu versorgen. Ein Gewächshaus kann in verschiedenen Größen erhältlich sein, und es ist wichtig, eine Größe zu wählen, die ausreichend Platz für das Wachstum Ihrer Gemüsepflanzen bietet.

Als grobe Richtlinie benötigt man für die Versorgung von vier Personen mit Gemüse im Jahr eine Anbaufläche von etwa 50 bis 100 Quadratmetern. Diese Fläche kann je nach Bedarf und den spezifischen Bedingungen vor Ort angepasst werden.

Es gibt Gewächshäuser in verschiedenen Größen und Ausführungen, von kleinen Gewächshäusern für den Heimgarten bis hin zu großen Gewächshäusern für den kommerziellen Anbau. Bei der Auswahl eines Gewächshauses sollten Sie auch die Standortbedingungen und das Klima in Ihrer Region berücksichtigen. Ein Gewächshaus mit einer guten Belüftung und einer stabilen Konstruktion ist für den Gemüseanbau von Vorteil. Es empfiehlt sich auch, ein Gewächshaus mit einem automatischen Belüftungssystem und einer Bewässerungsanlage auszustatten, um den Betrieb zu erleichtern und den Ertrag zu optimieren. Außerdem sollten Sie überlegen, ob Sie das Gewächshaus beheizen müssen, um auch in kühleren Jahreszeiten Gemüse anbauen zu können.

Insgesamt hängt die Größe und Art des Gewächshauses, das Sie benötigen, von Ihren spezifischen Bedürfnissen und Anforderungen ab

Gemüse

Der Gemüseanbau im Gewächshaus ermöglicht eine kontrollierte Umgebung, in der Gemüse unter optimalen Bedingungen wachsen kann. Hier sind einige wichtige Schritte, die beim Anbau von Gemüse im Gewächshaus zu berücksichtigen sind:

1. **Vorbereitung des Bodens:** Der Boden im Gewächshaus sollte vorbereitet werden, bevor die Samen gepflanzt werden. Es sollte ein gut durchlässiger Boden mit ausreichend organischen Stoffen sein, um die Nährstoffe zu speichern, die das Gemüse benötigt.
2. **Kontrolle der Umgebung:** Im Gewächshaus sollte die Temperatur, Luftfeuchtigkeit, Belüftung und Beleuchtung kontrolliert werden, um ein optimales Wachstum zu ermöglichen. Der Einsatz von Heizungen, Lüftungsanlagen, Luftbefeuchtern und Beleuchtungssystemen kann erforderlich sein, um die Umgebung zu optimieren.
3. **Pflanzenauswahl:** Die Auswahl der Gemüsesorten ist entscheidend, da nicht alle Gemüsesorten im Gewächshaus wachsen können. Wählen Sie Gemüsesorten, die für den Anbau im Gewächshaus geeignet sind, wie Tomaten, Gurken, Paprika, Auberginen, Salat, Kräuter und viele andere.
4. **Bewässerung:** Die Bewässerung ist ein wichtiger Faktor beim Anbau von Gemüse im Gewächshaus. Es ist wichtig, den Boden feucht zu halten, aber nicht zu nass, um ein optimales Wachstum zu ermöglichen. Die Bewässerung kann automatisch oder manuell erfolgen.

5. Schädlingsbekämpfung: Im Gewächshaus können Schädlinge ein Problem darstellen. Es ist wichtig, eine Schädlingsbekämpfungsstrategie zu haben, um Schädlinge zu vermeiden oder zu bekämpfen. Hierbei können Nützlinge, wie Marienkäfer oder Schlupfwespen, oder auch chemische Mittel eingesetzt werden.

6. Ernte: Wenn das Gemüse reif ist, kann es geerntet werden. Es ist wichtig, das Gemüse regelmäßig zu ernten, um das Wachstum der Pflanzen zu fördern.

Durch diese Schritte und eine sorgfältige Pflege können im Gewächshaus Gemüse in einer kontrollierten Umgebung angebaut werden, um optimale Wachstumsbedingungen zu schaffen und eine ertragreiche Ernte zu erzielen.

Salat

Salatpflanzen sind eine ausgezeichnete Wahl für den Anbau im Gewächshaus, da sie schnell wachsen und einen hohen Ertrag an gesunden Blättern produzieren können. Hier sind einige Salatpflanzen, die sich besonders gut für den Anbau im Gewächshaus eignen:

1. Kopfsalat: Kopfsalat ist eine der bekanntesten Salatsorten und eignet sich hervorragend für den Anbau im Gewächshaus. Er benötigt wenig Platz und wächst schnell.

2. Römersalat: Römersalat hat feste, knusprige Blätter und eignet sich gut für den Anbau im Gewächshaus. Er verträgt auch höhere Temperaturen und kann daher auch im Sommer angebaut werden.

3. Feldsalat: Feldsalat ist eine schnell wachsende Pflanze, die auch bei niedrigeren Temperaturen wächst und daher auch im Winter im Gewächshaus angebaut werden kann.

4. Spinat: Spinat benötigt viel Wasser und gedeiht gut im Gewächshaus. Es kann auch in Behältern angebaut werden, was ideal für kleine Gewächshäuser ist.

5. Endiviensalat: Endiviensalat hat einen leicht bitteren Geschmack und eignet sich gut für den Anbau im Gewächshaus. Er ist auch widerstandsfähig gegenüber Krankheiten und Schädlingen.

6. Friseesalat: Friseesalat hat lockere, krause Blätter und wächst schnell. Er benötigt viel Wasser und eignet sich gut für den Anbau im Gewächshaus.

Es gibt noch viele weitere Salatpflanzen, die im Gewächshaus angebaut werden können, aber diese Liste gibt Ihnen einen guten Ausgangspunkt, um Ihre Auswahl zu treffen. Es ist auch wichtig, den Salat regelmäßig zu ernten, um das Wachstum der Pflanzen zu fördern und sicherzustellen, dass Sie stets frischen Salat haben.

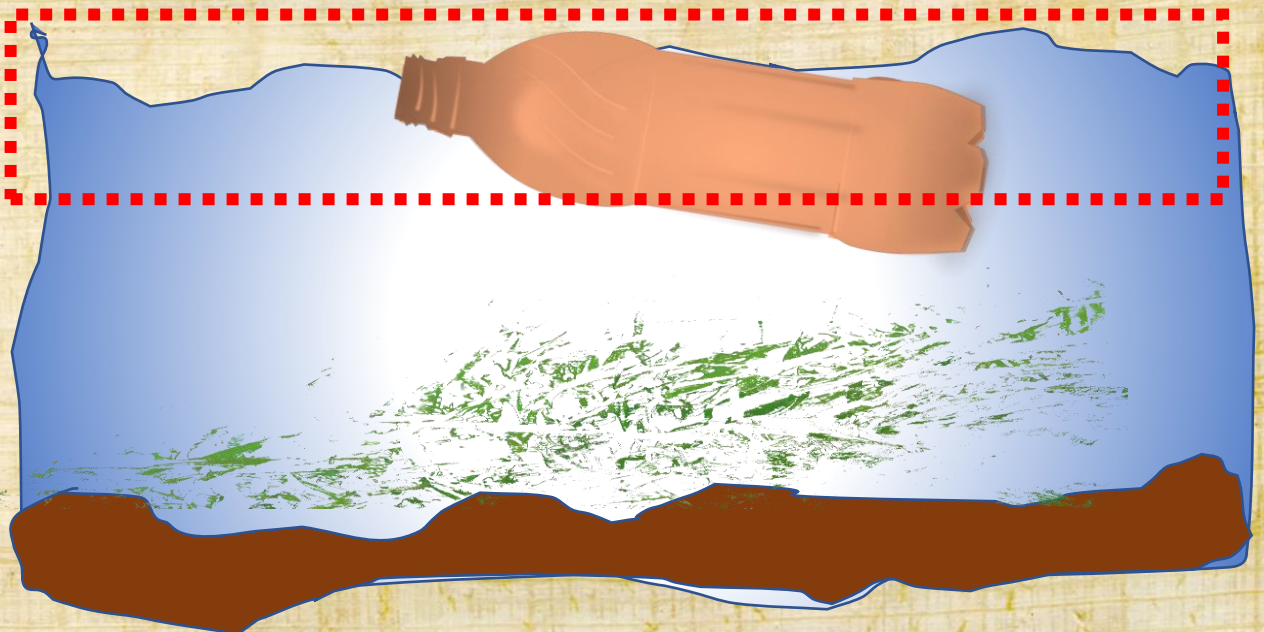
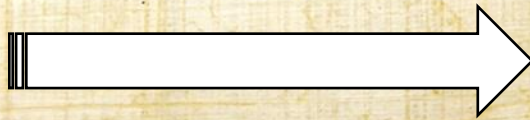


Foto: Pixabay

Wasser aus fließenden Gewässern entnehmen

Wenn wir Wasser entnehmen achten wir darauf, dass es sich um fließendes Wasser handelt, je schneller es fließt, desto besser ist es für uns. Wir müssen allerdings auch hierbei darauf achten, ob das Wasser einigermaßen klar ist. Je klarer das Wasser, umso sauberer ist es. Im Normalfall entnehmen wir das Wasser mit einer Feldflasche, einer normalen Flasche oder einem Becher. Um wirklich das sauberste Wasser in unser Gefäß zu bekommen, brauchen wir das Oberflächenwasser, denn je tiefer wir die Flasche eintauchen, umso größer ist die Gefahr, abgesenkte Schmutzpartikel mit aufzunehmen, dies gilt es zu vermeiden. Haben wir unsere Flasche gefüllt, können wir das Wasser zur Sicherheit abkochen. Entnehmen wir das Wasser einem Gebirgsbach in größerer Höhe ist das Abkochen nicht zwingend notwendig.

Fließrichtung



Short Info

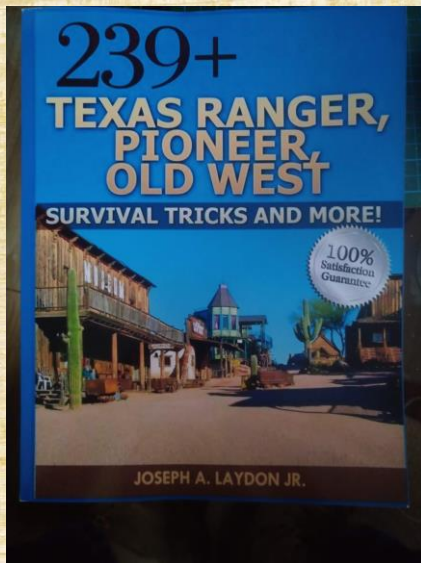
Um Tee aus Tannennadeln zuzubereiten, können Sie wie folgt vorgehen:

1. Sammeln Sie frische Nadeln von einer Fichte, Kiefer oder Tanne. Es ist wichtig, darauf zu achten, dass die Nadeln sauber und frei von Schmutz und Insekten sind.
2. Spülen Sie die Nadeln gründlich mit Wasser ab, um Schmutz und Insekten zu entfernen.
3. Trocknen Sie die Nadeln an der Luft oder in einem Ofen bei niedriger Temperatur, bis sie vollständig trocken sind.
4. Zerkleinern Sie die Nadeln mit einem Mörser oder einer Küchenmaschine zu einem feinen Pulver.
5. Geben Sie das Tannennadel-Pulver in eine Teekanne oder einen Teefilter und fügen Sie heißes Wasser hinzu.
6. Lassen Sie den Tee 10-15 Minuten lang ziehen, um die Aromen und Wirkstoffe aus den Tannennadeln zu extrahieren.
7. Gießen Sie den Tee durch ein Sieb, um die Nadelreste zu entfernen.
8. Nach Geschmack können Sie Honig, Zitronensaft oder andere Gewürze hinzufügen.

Es ist wichtig zu beachten, dass Tannennadeln ein harziges Aroma haben und ein starkes Aroma haben können. Wenn Sie den Tee zum ersten Mal zubereiten, sollten Sie daher mit einer kleinen Menge beginnen und die Menge allmählich erhöhen, bis Sie den gewünschten Geschmack erreichen. Es wird auch empfohlen, nicht mehr als eine Tasse Tannennadel-Tee pro Tag zu trinken.

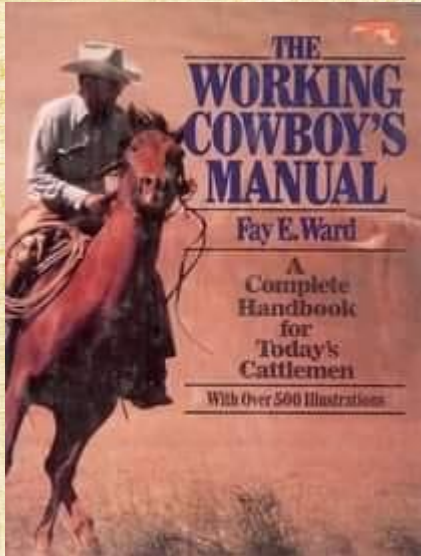
Bitte niemals Nadeln der Eibe nutzen. Die Eibe ist fast vollständig giftig und schon 5 bis 10 Nadeln sollen stark giftig sein.

Buchvorstellung



"239+ Texas Ranger, Pioniere, Old West,... Survival Tricks And More" gibt Ihnen reale Überlebensstipps, die von den knallharten bis sehr hartnäckigen Leuten in den 1800er Jahren angewandt wurden, die einfach nicht nein sagen wollten und nie ans Aufgeben dachten, wenn es um die unversöhnlichen Herausforderungen des neuen Landes der Vereinigten Staaten ging. Von Pionieren über Cowboys und Kavalleriesoldaten bis hin zu den knallharten Texas Rangers - du wirst ihre einzigartigen Überlebensstrategien, Techniken und Tricks kennenlernen, um den Zorn von Mutter Natur, angreifenden Indianern, bösartigen Tieren, Hunger, Krankheiten usw. zu überwinden. Und dort sind Siege und Verluste Ihre Allround-Überlebensmunition, damit Sie jederzeit und überall bereit sind.

Amazon ab 15,62 €



Ein umfangreiches Handbuch über das Leben und die Arbeit von Cowboys. Detaillierte Beschreibung von der Ausrüstung für Reiter und Pferd. Techniken im Umgang mit Rindern und vielen anderen Fähigkeitsbeschreibungen.

Zu beziehen über verschiedene Antiquariate.