

SOMMER, SONNE, ABENTEUER!

Wer mit Kindern die Sommerfreuden draussen geniessen will, bekommt hier einige wissenswerte Fakten, Tipps für Schutzmassnahmen, kreative Inputs – auch für nächtliche Abenteuer und noch viel mehr. Sommer ahoi! ■ Andrea Kippe

WANN BEGINNT DER SOMMER?

Die Frage nach dem Sommeranfang ist gar nicht so eindeutig zu beantworten. Für die Meteorolog/innen, die sich am Wetter orientieren, fängt der Sommer am 1. Juni an und dauert genau drei Monate, also bis Ende August. Für die Astronom/innen, die den Lauf der Planeten und Sterne beobachten, beginnt er zur Sommersonnenwende am 21. Juni mit dem längsten Tag und endet am 21. September, wenn Tag und Nacht gleich lang sind. Aus phänologischer Sicht wiederum ist es jedes Jahr anders, denn massgebend ist das, was in der Natur passiert.

In Mitteleuropa gibt es drei phänologische Sommerphasen:

- **Frühsommer:** Es blühen verschiedene Gräser, der Wiesenfuchsschwanz, der schwarze Holunder und der Weissdorn.
- **Hochsommer:** Die Sommerlinde und die Wegwarte blühen, in den Gärten reifen die Johannisbeeren.
- **Spätsommer:** Jetzt reifen zahlreiche Früchte und Obstsorten.

TYPISCH SOMMER!

- **Die Zeit bestimmt den Vogel:** Die Vogeluhr gibt an, welcher Vogel wann vor Sonnenaufgang mit seinem Gesang beginnt: <https://www.nabu.de/tiere-und-pflanzen/voegel/vogelkunde/voegel-bestimmen/20663.html>
- **Nach der Sommersonnenwende am 21. Juni** werden die Vögel im Wald allmählich ruhiger.
- **Eine hübsche Blütenpflanze am Wegesrand:** die Wegwarte mit ihren grossen blauen Blüten, die nachmittags geschlossen sind.
- **In der Abenddämmerung kann man zuschauen,** wie sich die Nachtkerzenblüten öffnen und von den Nachtfaltern bestäubt werden. Nachtkerzen verblühen meistens bis zum nächsten Mittag.
- **Im Juni ist der Pollenflug am stärksten.**

UNTER DEM STERNENHIMMEL

Am Lagerfeuer eine Geschichte hören, Rehe, Jungfüchse oder Fledermäuse beobachten, dem Käuzchen lauschen, gemeinsam in die Sterne gucken – warum nicht im Sommer einmal einen Abend oder sogar die ganze Nacht (mit Eltern, Schlafsack und Kuscheltier) am Waldplatz verbringen?

Es erfordert eine gute Vorbereitung, ist aber ein grossartiges Erlebnis, vor allem für ältere Spielgruppenkinder, die den Platz bei Tag schon kennen. **Hier einige Sommernachtstipps:**

- **Vorab einen Beobachtungsort** am Waldrand oder einen kleinen Nachtspaziergang aussuchen.
- **Sich bei Tageslicht treffen** und gemeinsam in die Dunkelheit «hineinleben»: Feuer und Snack vorbereiten, Kerzen/Laternen aufstellen ...
- **Gemeinsam das Einnachten erleben** und Tiere beobachten, hören, wie es immer leiser wird (Vögel) und neue Geräusche auftauchen.
- **Fackeln selbst herstellen** und dann eine Fackelwanderung machen.
- **Ohne Taschenlampe gehen**, damit sich die Augen an die Dunkelheit gewöhnen können. Evtl. rotes Licht verwenden, denn dabei wird die Dunkelsicht viel weniger beeinträchtigt.
- **Gemeinsam den Sternenhimmel beobachten**
- **Sicherheit und Geborgenheit geben:** etwas Weiches, Flauschiges in der Jackentasche (Fellstück, Filztier ...), eine lange Leine, an der sich alle festhalten dürfen, ein «Leuchtwürmchen» (kleines Knicklicht), ein schönes Feuer, ein warmer Stein in der Hosentasche ...
- **Speziell bei Übernachtung:** Eltern hinzuziehen. Die ganze Nacht ein Feuer unterhalten, die Erwachsenen wechseln sich beim Feuerhüten ab. So wissen die Kinder, wo sie immer jemanden finden und sich aufwärmen können.

BÜCHERTIPPS

- **Eule, Fuchs und Fledermaus**
Tiere in der Nacht, Thomas Müller, Gerstenberg
- **Der Wald bei Tag und Nacht**, Susan und Peter Barret, Natur im Panorama
- **Tiere bei Nacht entdecken**, Bärbel Oftring
- **Licht an! Tiere der Nacht**, Sauerländer

«BLÄTTERBATIK» MIT SONNENKRAFT

Der Sunprint ist eine wunderbare Möglichkeit, mit den Kindern zusammen in einen gemeinsamen Forschungs- und Kreativprozess einzutauchen. Dazu wird weisser oder naturfarbener Baumwollstoff sehr gut angefeuchtet, auf einer Plastikfolie ausgebreitet und grossflächig bunt mit Acryl- oder Stoffmalfarbe bemalt (ohne Sujets). Die Farbe darf recht flüssig sein. Nun nach Herzenslust verschiedene gesammelte Pflanzenblätter auf dem Stoff verteilen und gut andrücken. Eventuell mit Steinchen beschweren. Je flacher die Blätter auf dem Stoff liegen, desto klarer sind hinterher die Konturen. Das Werk wird nun für einige Stunden an die pralle Sonne gelegt. Die freien Stellen trocknen schneller, sodass die Farbe unter den abgedeckten Stellen wegwandert hin zu den getrockneten Stellen. Übrig bleiben die hellen «Schatten» der Pflanzenteile.

Zum Experimentieren:

- **Was ausser Blättern** lässt sich sonst noch als Motiv verwenden? Federn, Nüsse, Steine, Stöckchen, Schnüre ...?
- **Farbe mit selbstgemachten Naturpinseln** auf den Stoff auftragen. Es braucht dazu: Gummibänder und fingerdicke, etwa 20 cm lange Ästchen als Stiel. Mit einem Gummiband jeweils Grasbüschel, Moosstücke, Flechten, verschiedene Blätter usw. als «Pinselkopf» an einem Stiel befestigen, in die Farbe tunken und loslegen! Was eignet sich noch zum Malen?

VORSICHT HEISS!

Wenn die Sonne vom wolkenlosen Himmel scheint, ist es wichtig, sich klug zu schützen. Der beste Sonnenschutz ist der Schatten. In der Waldspielgruppe ist dieser naturgemäss gegeben, und unter dem dichten Blätterdach des Sommerwaldes ist es meistens angenehm kühl. Doch ausserhalb, auf Wiese oder Feldweg, kann es auch mal zu warm werden.

Zusätzlich zu den üblichen Schutzmassnahmen wie Kopfbedeckung, langärmlige Kleidung und Sonnencreme ist es besonders wichtig, genügend zu trinken. Erinnern Sie die Kinder regelmässig daran, und nehmen Sie genügend Flüssigkeitsreserven mit. Falls kein Brunnen in der Nähe ist, kann ein für die Kinder jederzeit zugänglicher Wasserkanister mit Hahn gute Dienste leisten. **Ein Merkblatt der Krebsliga finden Sie unter: shop.krebsliga.ch/files/kls/webshop/PDFs/deutsch/sonnenschutz-fuer-mein-kind-011331131121.pdf**

ERSTE HILFE BEI «SOMMERBLESSUREN»

- **Gegen Mücken- und andere Insektenstiche** hilft der Spitzwegerich: Blatt mit den Fingern zerknüllen, bis der Saft austritt, auf den Stich reiben. Geht auch bei harmlosen Schürfwunden.
- **Zeckenstich:** Zecke sofort entfernen, am besten mit einer Pinzette (viele der im Handel erhältlichen Zeckenkarten oder -zangen sind unbrauchbar und erfassen nur grössere Exemplare). Nach Entfernung die Stichstelle gründlich desinfizieren und mit einem Kugelschreiber markieren, damit die Stelle noch eine Zeitlang beobachtet werden kann. Falls sich ein grösserer roter Fleck entwickelt oder das Kind grippeartige Symptome zeigt, sollten die Eltern mit dem Kind zum Arzt. **Mehr Zeckeninfos: www.zeckenstich.ch**
- **Pflanzenvergiftung:** Eine Vergiftung durch Pflanzen kommt zum Glück in der Schweiz bei Kindern sehr selten vor und wenn sind sie meist nicht schwer. Viele giftige Pflanzen, Pflanzenteile und Früchte sind so scharf oder bitter, dass Kleinkinder sie schnell wieder ausspucken. Lassen Sie das Kind einen Becher Wasser oder Tee trinken. Vergiftungserscheinungen beschränken sich meist auf Übelkeit oder leichtes Erbrechen. Fragen Sie das Kind, was es in den Mund gesteckt hat oder lassen Sie sich die Pflanze zeigen. Falls Sie mit dem Kind zum Arzt müssen, nehmen Sie die Pflanze mit oder fotografieren Sie sie. Lernen Sie die giftigen Pflanzen in Ihrer Region und um den Waldspielgruppenplatz kennen. Wirklich gefährlich giftig sind wenige. Dazu gehören: Eisenhut, Engelstrompete, Herbstzeitlose, Seidelbast, Gefleckter Schierling, Wasserschierling, Stechapfel, Tollkirsche. **Notfallnummer (24 h) Tox Info Suisse: 145. Es gibt auch eine App.**
- **Zu viel Sonne:** Kinder schwitzen weniger, brauchen aber relativ mehr Wasser als ein erwachsener Mensch. Hat ein Kind zu viel Sonne abbekommen (Sonnenstich, Sonnenbrand, Hitzschlag), gehört es sofort an den Schatten. Zu trinken geben und kühle Umschläge mit weichen, feuchten Tüchern. Gute detaillierte Infos zu den unterschiedlichen Symptomen und Massnahmen haben wir hier gefunden:

www.kindergesundheit-info.de/themen/risiken-vorbeugen/sonnenschutz/risiko-sonne/