



Rüdiger Nehberg wurde am 4.5.1935 in Bielefeld geboren. Berühmt wurde er u. a. 1987 mit einer Atlantiküberquerung per Tretboot. Seit Anfang der 1980er Jahre setzt er sich für die Yanomami- und Waiapi-Indianer in Südamerika ein. Heute gilt sein Hauptengagement der von ihm gegründeten Menschenrechtsorganisation TARGET, in der er erfolgreich gegen weibliche Genitalverstümmelung kämpft.

Das macht vieles oft nur unnötig teuer. Entscheidet euch für die Sachen, die ihr für zweckmäßig haltet. Zur Not tut es ein einfacher Sack, den man sich mit einem Seil über den Rücken hängt.

### Die Toilette

Wer sich nur auf der Durchreise befindet, braucht keine Toilette. Der verrichtet seine Notdurft hinter irgendwelchen Büschen fernab vom Lager. Wenn kein Toilettenpapier vorhanden ist, reinigt man sich mit Gras, glatten Stei-

nen oder Blättern. Und man wäscht sich am Bach. Wenn ihr jedoch länger an einem Ort verweilt, braucht ihr eine Toilette. Sonst liegt nachher hinter jedem Busch irgendein unappetitlicher Haufen. Sie ist schnell gemacht, denn es genügt eine kleine Grube. So breit und tief wie das Metall eines Spatens, etwa 50 Zentimeter lang und nicht zu nah am Lager. Denn wer will schon, dass das Lager nach Toilette riecht? Die ausgehobene Erde lasst griffbereit liegen. Davon streut ihr abschließend immer etwas über eure Notdurft, damit die Fliegen sich nicht daraufsetzen können. Denn garantiert kommen viele dieser Fliegen auch in euer Lager, und sie lieben es, sich auf eure Lebensmittel zu setzen.

### Die Isomatte

Wer für die Nachtruhe keine Isomatte dabei hat, muss sich einen Ersatz bauen. Das ist einfach, kostet nichts und ist genauso wirksam. Mit einem Spaten gräbt man dazu eine flache Grube. So tief und groß wie eine Matratze. Die Grube wird dick mit Laub oder Gras gefüllt. Zieht Handschuhe an beim

Grasabreißen! Sonst verletzt ihr euch. Oder füllt die Grube mit alten Tannennadeln, die am Boden liegen. All das isoliert gegen den kalten Untergrund. Wichtig ist nur, dass eure Behelfs-Isomatte hoch genug mit dem Material gefüllt ist. Denkt daran, dass sich das Gras, die Tannennadeln oder das Laub dicht zusammenpressen, wenn ihr euch drauflegt! Gepresst muss es immer noch 10 Zentimeter dick sein. Ein Probeliegen zeigt schnell, ob genug Material rangeschafft wurde oder nachgerupft werden muss. Die Ränder der Grube verhindern, dass das Gras beiseite gedrückt wird, wenn man sich im Schlaf hin und her wälzt. Manchmal kann man keine Grube graben. Zum Beispiel auf Felsen. Dann legt man vier sehr dicke, gerade Äste wie einen Bettahmen auf den Boden und füllt ihn mit Gras. Gegen das Wegrollen der Äste legt von außen schwere Steine dagegen oder schlägt einen Pflock in den Boden.



### Das Boot aus Gras

Jetzt kommt etwas ganz Besonderes. Ihr baut euch ein Boot aus Gras! Dazu braucht ihr außerdem wasserfeste Bauplane und Bindfaden. Ich habe dieses Kunststück bei einem australischen Ureinwohner gesehen. Er hat das Boot mit einer Rinderhaut und Schilf gebaut. Statt der Rinderhaut habt ihr eine Plane aus dem Baumarkt. Statt Schilf habt ihr Gras oder Brennnesseln. Zunächst schneidet ihr etwa 24 Stöcke zurecht. Sie sollen etwa 50 Zentimeter lang und an einem Ende angespitzt sein. Je nachdem, wie groß ihr euer Boot haben wollt und wie groß eure Folie ist, steckt ihr die ersten 12 bis 14 Stöcke in ovaler Weise in den Boden. Lasst uns als Beispiel die Länge von 170 Zentimeter festlegen. Und eine Breite von 90 Zentimeter. Mit den übrigen Stöcken steckt ihr innerhalb dieses Ovals ein zweites Oval ab. Der Zwischenraum zwischen beiden Ovalen beträgt etwa 20 Zentimeter. Beide Ovale zusammen müssen aussehen wie ein Schlauchboot. Jetzt schneidet ihr mit eurem

**S**eid ihr bereit für etwas Abenteuer? Gut! Damit alles glatt geht, verrate ich euch, wie man Dinge unterwegs selbst baut, ohne viel Geld auszugeben oder Material mitzuschleppen.

### Der Rucksack

Ja, man kann ihn selbst machen. Zum Beispiel aus einer alten Jeans. Die Taschen müssen mit einer Klappe und Knopf, mit Reißverschluss oder Klettverschluss verschließbar sein. Über alles stülpt ihr einen Poncho oder eine Plastik-Mülltüte, damit bei Regen nichts nass werden kann. Lasst euch beim Ausrüstungskauf nie irritieren von toller Aufmachung oder klangvollen Markennamen.





Messer ganz viel ganz langes Gras ab. Oder andere Pflanzen, zum Beispiel Schilf, Brennnesseln. Hauptsache, die Pflanzen sind ohne Dornen. Damit füllt ihr den Raum zwischen den Ovalen aus. Drückt alles fest zusammen. Dieser dicke Pflanzenkranz sollte gleichmäßig dick und 25 Zentimeter hoch sein. Nun macht euch etwa 16 Bindfäden zurecht. Sie müssen bequem um den Graswulst herumpassen. Mit einem Chirurgeschen Knoten (s. u.) bindet die jeweils zwei Seilenden der 16 Seile zusammen und legt darauf zweimal einen einfachen Knoten (auch Einfacher Schlag genannt). Wenn der ovale Graskranz fest verschnürt ist, sieht er aus wie ein großer eiförmiger Adventskranz. Hebt ihn zu zweit oder dritt vorsichtig aus der Stockform heraus und legt ihn auf eure ausgebreitete Folie (siehe Foto links oben). Die Folie muss an allen Seiten weit genug unter dem Kranz hervorstehen, denn jetzt schlagt ihr sie nach innen ein und verklebmt sie fest unter dem Gras. Füllt den Innenraum des Bootes mit Gras. Es

ist euer Kissen und hält die Seitenwände auseinander. Damit ist das Boot fertig! Legt es aufs Wasser. Achtet aber darauf, dass die Folie keine Löcher bekommt. Falls sie besonders groß ist, faltet sie einmal und legt sie doppelt. Doppelt hält in diesem Falle besser. Jetzt braucht ihr nur noch ein Paddel. Dazu eignet sich jeder gerade lange Stock. Drei Meter lang sollte er aber schon sein. Abwechselnd links und rechts ins Wasser tauchen, und los geht die Reise. Vielleicht mögt ihr das Boot sogar noch mit einem bunten Blumenstrauß am Bug (das ist vorn) schmücken.



Alle Überlebensstipps für Eltern mit Kindern findest du in „Survival Abenteuer – Handbuch für die ganze Familie“, das im Verlag arsEdition erschienen ist.



## DREI KNOTEN FÜR DAS GANZE LEBEN

Kennt ihr das? Ihr habt einen Kuddelmuddelknoten, den keiner mehr aufkriegt. Damit euch das nie passiert, solltet ihr drei Knoten kennen und können.

Diese drei sind es: Der »Einfache Schlag«, der »Chirurgische Knoten« und der »Palstek«. Der Einfache Schlag ist jedem von euch bekannt. Man macht ihn, wenn man einen Schuh zubindet. Der Chirurgische Knoten (weil Chirurgen mit ihm Wunden vernähen) hält Päckchenschleife und Schuhband bombensicher. Der Chirurgische Knoten hat einfach nur eine Umwicklung mehr als der Einfache Schlag und öffnet sich

nicht (Foto rechts). Man kann dann in Ruhe die Schleife darauf binden. Der wichtigste und vielseitigste Knoten aber ist der Palstek(-knoten). Egal wie stark man daran herumgezogen hat, man kann ihn sehr leicht wieder öffnen. Er wird auch »König aller Knoten« genannt, weil er praktisch ist und recht gut aussieht. Wie er gemacht wird, erklärt die Bildfolge unten mit einer kleinen Geschichte.



Bild 1: Stellt euch das lange Ende des Seils als »Baum« (B) vor, das kurze als »Schlange«. Mit dem kurzen Ende bildet ihr einen »Teich« (T).



Bild 2: Nun geht die Schlange durch das, was ihr anbinden wollt (hier ein roter Eimerhenkel), kriecht von unten durch den Teich und taucht wieder auf.



Bild 3: Jetzt ist sie um den Baum herum gekrochen, kehrt zurück zum Teich...



Bild 4: ...taucht von oben durch den Teich wieder hindurch und kommt unter dem Ufer wieder zum Vorschein.



Bild 5: Um den Knoten strammzuziehen, haltet ihr mit den Fingern der linken Hand den »Baum« fest, mit dem Daumen und Zeigefinger der rechten Hand haltet ihr jetzt den in und den aus dem »Teich« kriechenden »Schlangenleib« unterhalb des »Teiches« fest und zieht beides in Richtung der Pfeile nach außen.

Wenn der Knoten aussieht wie auf Bild 5, habt ihr alles richtig gemacht!