

# Inhalt

Wanderkarte 9

## KAPITEL I

**Der Zauber der Natur 11**

## KAPITEL II

**Mit Kindern unterwegs 15**

Wie wandert man mit Kindern? 16  
Sanfte Schritte 19  
Die Wegweiser 21  
Gebrauchsanleitung für dieses Buch 24  
Safety First 27  
Die Ausrüstung 28  
Nützliche Ressourcen 33  
Rucksack-Checkliste 34

## KAPITEL III

**Die Wanderungen 37**

## KAPITEL IV

**Glückliche Wanderkinder 247**

Eisbrecher 250  
Sofortige Stimmungsaufheller 252  
15 fantastische Outdoor-Aktivitäten 254  
Warum tragen Kühe Glocken um den Hals? 256  
Schnitzeljagd in der Natur 258  
Schnitzeljagd in den Weinbergen von Lavaux 260  
Karten lesen 262  
Wie man einen Kompass benutzt 264  
Wo in der Schweiz? 265  
Sei eine Heldin oder ein Held der Umwelt 266  
Mehr Zeit im Freien verbringen 268  
Bleibende Erinnerungen schaffen 269  
Unsere Wanderabenteuer 270