

Inhaltsverzeichnis

Vorwort für Eltern und Kinder	7
Achtung!	10

Erster Teil: Aller Anfang ist schwer

Ausrüstungsliste	11
Der Rucksack	14
Der kleine Überlebensgürtel	15
Das Lager	19
Feuer	23
Das Ehrenwort	27
Abenderlebnisse	29
Wasser	31
Toilette	35
Eine Lampe	36
Steinmesser und Steinbeil	37
Der Grabstock	39
Messer schärfen	42
Nadel und Faden	44
Brot	45
Topf und Tee	47
Pudding zum Nachtisch	50
Kartoffelpuffer	51

Zweiter Teil: Abenteuer

Freundschaft	55
Nahrungssuche	58
Angeln und Räuchern	64
Melken	67
Auf dem Seil über den Bach	69
Verflixte Knoten	71
Das Boot aus Gras	74
Ohne Floß nix los!	78
Hängematte – das schnelle Bett	81
Abseilen	83
Notunterkunft	86
Isolationsanzug gegen Kälte	90
Spuren lesen	90
Iglu	92
Teich	96
Schwitzhütte	99
In der Schwimmhalle	102
Baderegeln	103
»Seepferdchen« und »Freischwimmer«	106
Selbstrettung im Wasser	107
Selbstrettung aus dem Eisloch	110
Der kleine Kunstschwimmer	112
Ein schöner Wintertag	114

Dritter Teil: Gefahren

Verirrt und Angst	117
Durst	123
Hunger	125
Ertrinken	127
Verletzt	129
Medikamente aus der Natur	133
Kälte und Eisbaden	135
Hitze	138
Gewitter	138
Überschwemmungen	141
Waldbrand	142
Lawinen	143
Fliegen und Mücken	144
Zecken	146
Bienen, Wespen, Hornissen	147
Hunde	148
Tollwut	150
Schlangen	150
Wieder daheim	156