

# Inhalt

## Teil 1 Leben im Einklang mit der Natur

1. Lebens- und Orientierungshilfen	13
1.1 Konsum oder Freiheit	22
1.2 Angst	31
2. Lebensstil	38
2.1 Die 5 Säulen der Gesundheit	41
2.2 Der Weg zum natürlichen Lebensstil	50
3. Naturnutzer	52
4. Was kann ich für die Natur tun?	56
4.1 Garten und Balkon	56
4.2 Die freie Natur	59
4.3 Umwelt	62
5. Kinder und Jugend	66
5.1 Familie, Natur und Erdkontakt	67
5.2 Waldkindergärten	69
5.3 Kinder- und Jugendgruppen	71
5.4 Der Aktivitätsfächer einer guten Naturgruppe	73
5.5 Dauerhafte Gruppen	81
6. Die Öko-Bewegung	85
7. Lebensgemeinschaft der Naturschützer	88

## **Teil 2 Entwicklungen der Wühlmäuse**

<b>8. Einleitung</b>	<b>93</b>
<b>8.1 Die Wühlmäuse</b>	<b>93</b>
<b>8.2 Gruppenleiter</b>	<b>97</b>
<b>9. Projekte</b>	<b>102</b>
<b>9.1 Labkrautwickel</b>	<b>102</b>
<b>9.2 Rinnenbeet</b>	<b>103</b>
<b>9.3 Wurzelburg</b>	<b>107</b>
<b>9.4 Turm der Tiere</b>	<b>107</b>
<b>9.5 Teich mit Regenfänger</b>	<b>113</b>
<b>9.6 Krötenhöhle</b>	<b>114</b>
<b>9.7 Fuchs an der Schnur</b>	<b>115</b>
<b>9.8 Inselbiotope</b>	<b>115</b>
<b>9.9 Idealstandorte von Pflanzen</b>	<b>120</b>
<b>9.10 Idealbiotope von Tieren:</b>	
<b>Die Unkenspontanpfütze</b>	<b>121</b>
<b>9.11 Fernverbreitung von Pflanzen</b>	<b>123</b>
<b>9.12 Kleine Baumschule</b>	<b>127</b>
<b>9.13 Unseren Wäldern geht es schlecht</b>	<b>129</b>
<b>9.14 Projekte zum arten- und strukturreichen Naturwald</b>	<b>140</b>
<b>9.15 Blühkurve für Schmetterlinge und Bienen</b>	<b>145</b>
<b>9.16 Braucht der Wald Sträucher und Blumen?</b>	<b>151</b>
<b>10. Informationsverbreitung</b>	<b>154</b>
<b>10.1 Tier, Pflanze, Biotop des Jahres</b>	<b>154</b>
<b>10.2 Der internationale Tag der Artenvielfalt</b>	<b>158</b>

10.3 Zwölf Biotope Tour	161
10.4 Zwei kleine Theaterstücke	164
10.5 Gespräch der Generationen	174
10.6 Wühlmausbanner, Postkarte, Kalender, Beobachtungsstände und Infotafeln	177
11. Pläne und Ideen	179
11.1 Der Naturwald an der Galgenbuche: Alte Bäume und Artenvielfalt	179
11.2 Klimawald	183
11.3 Fruchtwald	185
11.4 Birkenallee: Von der Monokultur zur Vielfalt	187
11.5 Trockenbiotop mit Streuobstwiese	189
11.6 Tor zur Bergstraße	190
11.7 Natürliche Zäune und andere Abgrenzungen	191
11.8 Milchhof	192
11.9 Land für Wisent, Ur, Tarpan, Elch, Rot- und Damhirsch	192
12. Mensch und Natur	197
12.1 Gegner der Artenvielfalt	197
12.2 Jagd	198
12.3 Die Halbwilden	200
12.4 Zusammenleben von Mensch und Natur	204
13. Rückblicke alter Wühlmäuse	208
14. The Real Life Guys	217
15. Früher war alles besser	225