

Die F.I.A.B. Mail (Freitag, 10.03.2023)

Edition: Freitag, 10.03.2023

Der Text hier ist die Aufzeichnung vom wöchentlichen Newsletter – der F.I.A.B. Mail von survival-kompass.de

Hallo mein/e Naturfreund/in!

Wie gehts dir? Ich hoffe gut und du bist fit. Der Frühling steht – auch wenn es schneit – in den Startlöchern.

Lass uns mit den gewohnten Themen starten, ich habe einiges für dich zusammengestellt zu:

Fertigkeit ? – Interessant ? – Ausrüstung ? – Bild ??

Fertigkeit:

Erinnerst du dich noch an die Zeit, als du zum ersten Mal von der Survival-Dreierregel gehört hast?

Kennst du sie überhaupt oder vielleicht unter einem anderen Namen?

Ich kann mich noch gut daran erinnern, wie fasziniert ich von diesem Konzept war.

Es schien mir wie das ultimative Rüstzeug, um in der Wildnis zu überleben: einfach nacheinander die grundlegende Bedürfnisse – Luft, Wasser, Schutz und Nahrung – erfüllen und schon bist du gerettet.

Die 3er-Regel beim Survival



Du kannst 3 Minuten ohne Atemluft oder in eisigem Wasser überleben.



Du kannst 3 Stunden in einer rauen Umgebung (extreme Hitze oder Kälte) überleben.



Du kannst 3 Tage ohne trinkbares Wasser überleben.



Du kannst drei Wochen ohne Nahrung überleben.

Achtung: Die 3er-Regel ist zunächst nur eine Richtlinie und Survival-Situationen können sich extrem unterscheiden. Strandest du auf einer einsamen Insel, ist Wasser vielleicht das Erste, was du suchen musst. Strandest du in alpinem Gebiet, dann steht Schutz vielleicht an erster Stelle.



survival-kompass.de

? *Oben im Bild, die Survival-Dreierregel*

Doch im Laufe der Jahre wurde mir klar, dass es bei der Survival-Dreierregel eigentlich um viel mehr geht als nur um diese drei Dinge.

In meinem neuesten Ratgeber erforschen wir gemeinsam, was es mit der Survival-Dreierregel auf sich hat.

Ist sie wirklich das feste Konstrukt, das wir uns alle vorgestellt haben, oder ist sie eher ein flexibles Konzept, das sich an die Bedürfnisse jeder Situation anpassen kann (ja, sollte!)? ?

Ich gehe sogar so weit und sage: Hältst du dich strikt an die Regel, dann ist sie gefährlich!

Ich lade dich ein, dich mir anzuschließen, während wir uns auf eine hinterfragende Reise mit Beispielen begeben, um zu erfahren, was es braucht, um in der Wildnis zu überleben.

Bist du bereit, dich auf diese Hinterfragung einzulassen?

Dann lass uns gemeinsam herausfinden, was die Survival-Dreierregel wirklich bedeutet und wie du dieses Konzept an deine eigenen Bedürfnisse anpassen kannst.

Ich freue mich darauf, dann deine Meinung in den Kommentaren zu hören.

Aber vorher lies erst den Ratgeber:

[Die Survival-Dreierregel – festes Konstrukt oder doch nicht sinnvoll?](#)

Ich bin gespannt, was du sagst!

Interessant:

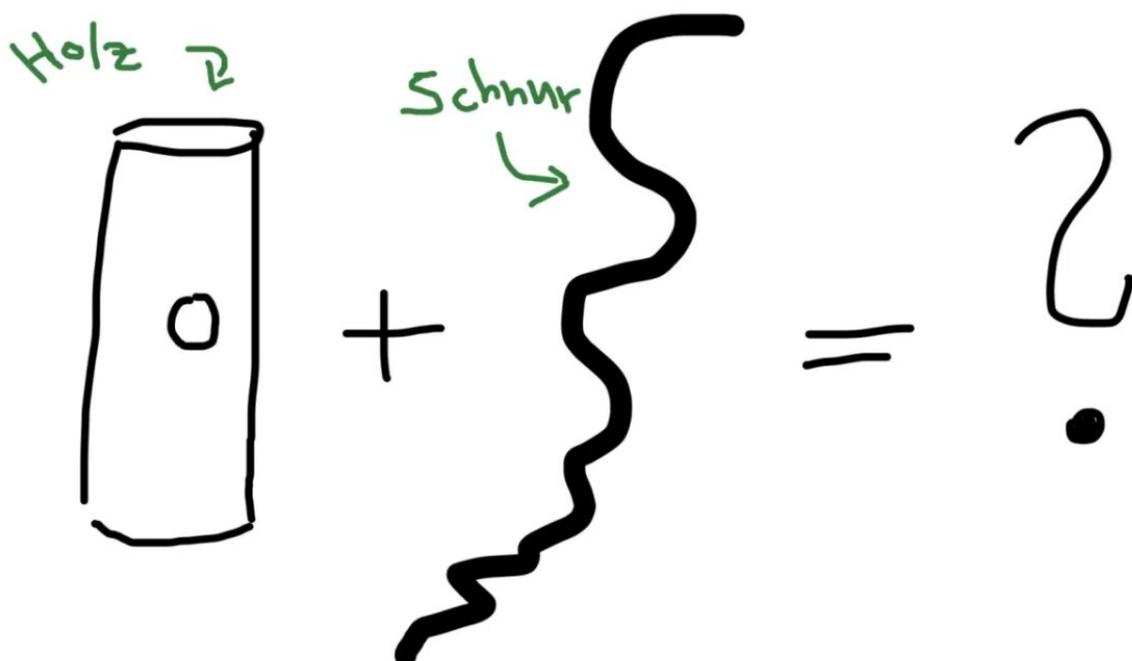
Ich habe hier eine aufregende Einladung für dich, die dein Leben hoffentlich bereichern wird.

Es ist eine **Gratis-Mission**, die dich in die Wildnis entführt und deine Kreativität herausfordert (vom Wildimpuls-Fernstudium).



In diesem Wildnis-Projekt wirst du ein fantastisches Projekt kennenlernen.

Du wirst staunen, wie aus einem einfachen Holzstück und etwas Schnur ein wunderschönes und sinnvolles Objekt entstehen kann, das du sogar im Alltag nutzen kannst.



Ich selbst trage das von mir geschnitzte Objekt regelmäßig bei mir und bin immer wieder aufs Neue begeistert von seiner Funktionalität.

Nun hast du die Chance, es mir gleichzutun und selbst ein solches Objekt zu erschaffen!

Egal, ob du schon Erfahrung im Schnitzen hast oder noch nie zuvor eine Schnitzerei in der Hand gehalten hast – ich schätze, dass es eine tolle Erfahrung sein wird.

Wenn du fertig bist, lade ich dich ein, dein Werk auf der Übungsseite zu teilen. Lade dort dein Bild hoch. ?

Zusammen werden wir eine Sammlung einzigartiger und wunderschöner Schnitzereien erschaffen!

Also, schnapp dir dein Taschenmesser und tauche ein in die faszinierende Welt des Naturhandwerks.

Am 26. März 2023 um 20 Uhr teile ich alle Bilder in meiner Instagram-Story.

? [Jetzt hier mitmachen und die gratis Wildimpuls-Mission anschauen](#)

Ausrüstung:

Ich freue mich sehr, dir heute davon zu berichten, dass Idealo nach meiner Meinung für Outdoor-Produkte angefragt hat.

Seit Ende letztem Jahr schätze ich für die Leser/innen auf der Plattform dort allerhand Outdoor-Produkte ein. Vom Messer bis zur Isomatte.



Beispiele meiner Expertenmeinungen:



Hier kann ich meine langjährige Erfahrung in der Natur und mit Outdoor-Produkten mit anderen teilen

und ihnen dabei helfen, die richtigen Entscheidungen zu treffen.

Auf [meiner eigenen Expertenseite](#) findest du einige Beispiel-Bewertungen zu verschiedenen Produkten, die ich persönlich getestet habe.

Am Ende jeder Produktübersicht findest du meine Einschätzung in Form eines Textes.

Ich beschreibe nicht nur die Vor- und Nachteile, sondern gebe auch wertvolle Tipps zur Verwendung und Pflege der einzelnen Produkte.

Möchtest du alle bewerteten Produkte von mir sehen, dann gib bei Google ein: "site:idealo.de "martin gebhardt"".

Viel Spaß beim Stöbern!

Bild:

Vergangene Woche war ich wieder mit den Kindern unterwegs.

Sie wollten schnitzen, Feuer machen, am Lagerfeuer kochen und werkeln.

Obwohl es draußen nur 2 Grad waren, wollte niemand nach Hause.

Nach vier Stunden drängelte ich dann später. ?



Und draußen sein mit Kindern oder anderen Erwachsenen kann unheimlich erfüllend sein.

Falls du zum Beispiel mit Gruppen arbeitest oder es vorhast, dann kann ich dir mein neues E-Book

"Wildnis-Gruppen begleiten" ans Herz legen.

Auf **ganzen 42 Seiten** teile ich all meine

- Rituale
- Spiele
- Missionen
- Geschichten

... mit dir, die ich für die Gruppenarbeit nutze.

Egal, ob du mit Freunden, Familie, Erwachsenen oder Schülern/Kindern unterwegs bist – meine Erfahrungen und Tipps helfen dir dabei, eine unvergessliche Zeit zu gestalten.

Aber das ist noch nicht alles...

Du erhältst auch **Zugriff auf mein aktuelles 4-Tagesprogramm**, das du nutzen kannst, um deine Gruppenaktivitäten zu planen und zu organisieren.

Kopiere das doch einfach – dafür ist es da! ?

Zusätzlich teile ich meine Tricks und Tipps für die Gruppenarbeit mit dir, von der **Vorbereitung** bis zu den **Preisen**, die du aufrufen kannst.

Mit diesem Wissen wirst du in der Lage sein, eine erfolgreiches Programm zu organisieren. ?

Das E-Book gibt es jedoch nur im Wildimpuls-Programm.

Aber du hast Glück, denn die Anmeldung von dem Online-Fernstudium ist derzeit geöffnet.

? [Hier gehts lang und wenn du clever bist, nutzt du den Frühbucherrabatt.](#)

Mögen deine Tage von Sonnenlicht und Vogelgezwitscher begleitet werden!

*In diesem Sinne: lebe naturnah, fühle die Wildnis
Dein Martin*

P. S.

Ein paar aktive Menschen brauche ich noch unbedingt bei der großen Umfrage zur "Survival- und Bushcraft-Community". [Mach hier mit und gewinne einen Gutschein!](#)

Über den Autor des Ratgebers

Martin Gebhardt



Hey, ich bin Martin und ich bin Wildnis-Mentor. Auf meinem Blog lernst du die Basics sowie zahlreiche Details zum Outdoor-Leben. Schnapp dir meine [35 einfach umsetzbaren Survival-Hacks](#), um ab morgen nicht mehr planlos im Wald zu stehen. Lies mehr über mich auf meiner [“Über mich”-Seite](#).

Besuche ihn auf seiner Website <https://survival-kompass.de>