

# Die F.I.A.B. Mail (Freitag, 21.02.2025)

*Edition: Freitag, 21.02.2025*

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

---

Howdy.

Während andere sich unter Decken verkriechen, packen wir die Ausrüstung und ziehen los! ❄️??

Heute geht's um echte Skills, die dich draußen warmhalten, um ein Wildkraut, das schon jetzt in den Startlöchern steht, und um eine Hose, die dich nicht im Stich lässt. Und natürlich ums Handwerk – weil der Winter die beste Zeit ist, um mit den Händen zu arbeiten.

Los geht's nach dem Plan:

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

---

## Fertigkeit:

Stell dir vor, du gräbst eine Schneehöhle, um dich vor Wind und Kälte zu schützen.

- Alles läuft super – bis du merkst, dass du plötzlich klatschnass bist.
- Oder das Dach gefährlich knackt.
- Oder du morgens den Ausgang nicht mehr findest, weil über Nacht Schnee gefallen ist.

**Schneehöhlen sind großartig – aber sie haben ihre Tücken.**



Schau mal, diese Fehler können passieren:

- ? Zu dünnes Dach – mindestens 30 cm Schnee müssen sein, sonst droht Einsturz.
- ? Falsche Bauweise – kalte Luft muss absinken können, sonst frierst du trotz Höhle.
- ? Feuer in der Höhle – schlechte Idee, wenn du nicht auf Sauerstoffmangel stehst.
- ? Eingang versperrt – ohne Schaufel drin kann das ganz schön nervig werden.
- ? Schweiß als Problem – zu viel Arbeit? Zu viel Schwitzen? Zack, Unterkühlung.

Ich habe mit Survival-Trainer *Dominik Knausenberger* gesprochen. Er kennt sich aus und gibt dir die besten Tipps, wie du diese Fehler vermeidest und eine sichere Schneehöhle baust.

? [Lies hier den ganzen Ratgeber über die 7 Gefahren von Schneehöhlen](#)

---

## **Interessant:**

Während die meisten Pflanzen noch tief im Winterschlaf schlummern, erwacht der Giersch schon im Februar zum Leben.

### **Für mich ein echtes Geschenk der Natur!**

Warum?

? Diese unscheinbare Wildpflanze ist ein wahres Kraftpaket. Voller Vitamine und Mineralstoffe: Vitamin C, A, E, Kalium, Magnesium und mehr. Das stärkt dein Immunsystem und kurbelt deinen Stoffwechsel

---

an – perfekt für den Start in den Frühling!

? Lecker und vielfältig: Giersch schmeckt würzig-aromatisch und lässt sich super in Salaten, Smoothies, Pesto oder als Wildgemüse genießen. Probiere es aus – du wirst überrascht sein!

? Viel zu finden: Im Wald, auf Wiesen und sogar im Garten wächst Giersch wild. Ein echtes Superfood direkt vor deiner Haustür!

**Also, schnapp dir einen Korb und erkunde die wilde Welt des Giersch**

*PS: Achte beim Sammeln auf die richtige Bestimmung. Verwechsle Giersch nicht mit dem giftigen Gefleckten Schierling oder der Hundspetersilie. Im Zweifelsfall lieber ein Foto machen und in einem Pflanzenführer nachschlagen. ??*

Hier die Unterschiede:

<b>Giersch vs. Holunder</b>
Geruch: Giersch verströmt beim Zerreiben einen Möhren-/Petersilienduft – Holunder nicht. Stängelquerschnitt: Giersch zeigt einen dreieckigen Querschnitt, Holunder einen runden. Giftigkeit: Unreife Holunderblüten sind giftig.
<b>Giersch vs. Bärenklau</b>
Blattränder: Giersch hat gezackte Ränder, während Bärenklau glatte Blätter besitzt. Hinweis: Bärenklau kann bei Berührung Hautausschläge verursachen – Vorsicht walten lassen!
<b>Giersch vs. Hundspetersilie &amp; gefleckter Schierling</b>
Geruch: Nur Giersch verströmt den typischen Petersiliengeruch. Blattränder: Hundspetersilie hat glatte Blattränder. Stängel: Gefleckter Schierling lässt sich am rötlich gefleckten Stängel erkennen.

*Tipp: Ein Blättchen zwischen den Fingern zerreiben – bei Möhren-/Petersilienduft handelt es sich um Giersch.*

**Ausrüstung:**

Wenn du im Winter draußen unterwegs bist, gibt es eine goldene Regel: Frieren ist keine Option!

Genau deshalb habe ich mir die **SOLOGNAC Jagdhose 900 aus Wolle** geschnappt und sie auf Herz und Nieren getestet.



Mein Fazit? **Warm, robust und leise** – perfekt für alle, die gerne durch den Wald streifen, ohne wie eine raschelnde Plastiktüte zu klingen.

Die Mischung aus 65 % Wolle und verstärktem Polyester hält dich zuverlässig warm, selbst bei  $-10\text{ }^{\circ}\text{C}$ . Und dank clever platzierter Taschen hast du Messer, Feuerstahl & Co. immer griffbereit.

Klar, sie ist nicht wasserdicht und braucht etwas Pflege, aber wenn du eine **bezahlbare, langlebige Winterhose suchst**, die dich nicht im Stich lässt, dann solltest du dir das Teil mal genauer ansehen.

? [Hier geht's zum Testbericht](#)

---

## **Bild:**

Der Winter ist die perfekte Zeit fürs Handwerk – wenn es draußen eisig ist, glühen drinnen die Messer, Hobel und Hände.

Beim Wildimpuls-Jahresprogramm wird derzeit geschnitzt, geschliffen und gebaut, was das Zeug hält.

Und auch ich war draußen aktiv: Mein neuer Korb nimmt langsam Form an, der Anfang vom Boden steht schon.



Jetzt bist du dran! Woran arbeitest du gerade? Ein neues Schnitzprojekt, ein Löffel, ein Bogen? Lass es mich wissen! ??

---

*Wie John Muir einst sagte:*

*"In jedem Spaziergang in der Natur erhält man weit mehr, als man sucht."*

*In diesem Sinne, viel Spaß auf deinem Abenteuer und möge der Wald mit dir sein!*

*Dein Martin*

---

## 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>

---