

Die F.I.A.B. Mail (Freitag, 24.07.2026)

Edition: Freitag, 24.07.2026

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

Howdy.

Schön, dass wir uns wieder lesen. ?

Seit anderthalb Wochen wohnt bei uns eine Taube. Sie kann nicht richtig fliegen durch angegriffene Nerven (Koordination ist gestört durch PMV, vom Tierarzt bestätigt). Dafür räumt sie zuverlässig das Wohnzimmer um.

Ihre Flugversuche sehen meistens so aus: einen halben Meter hoch, einen Meter nach hinten und dann ein Purzelbaum.

Langsam wird sie besser. Und irgendwie fiebern wir jeden Tag mit.



Mal sehen, wann sie uns zeigt, dass sie wieder bereit für draußen ist. Bis dahin gehört sie einfach zur Familie auf Zeit.

Bevor wir loslegen, möchte ich mich noch kurz bei allen bedanken, die Survival-Kompass über Steady unterstützen. ?

Dank euch kann ich die komplette Website und diesen Newsletter weiterhin werbefrei machen. Das bedeutet mir wirklich viel.

Falls du auch dazugehören möchtest: Auf Steady erscheint jeden Mittwoch mein exklusiver Podcast „Gedanken aus der Wildnis“.

? [Hier findest du alle Infos.](#)

Und jetzt geht's los.

Heute habe ich wieder diese vier Themen für dich:

Fertigkeit ?

Interessant ?

Ausrüstung ?

Bild ??

Fertigkeit:

Viele machen denselben Fehler beim Beifuß.

Sie warten, bis die Pflanze blüht. Dann gehen sie sammeln.

Und dann ist die Ernte im Eimer.

Mit der Blüte nimmt der Bitterstoffgehalt deutlich zu. Du sammelst ihn besser kurz VOR der Blüte – wenn die Knospen noch geschlossen sind. Genau jetzt. Für ein, zwei Wochen. Danach lässt die Qualität deutlich nach.

Und das ist das Ungerechte am Juli: Er ist ein großzügiger Monat des ganzen Kräuterjahres. Alles steht gleichzeitig auf dem Höhepunkt. Aber er hält wenig für später zurück. ?

Viele dieser Pflanzen zeigen sich erst nächstes Jahr wieder von ihrer besten Seite.

Ich war gestern draußen. Das Johanniskraut wird schon weniger. Die Kamille steht auf ihrem absoluten Höhepunkt. Und der Beifuß hat genau jetzt sein Zeitfenster.



haende johanniskraut gelb rot feld

Sieben Pflanzen sind gerade dran:

- Mädesüß
- Johanniskraut
- Echte Kamille
- Walderdbeere
- Weißer Gänsefuß
- Wegwarte
- Beifuß

Ein paar Tricks, die dir sofort helfen:

➡? **Johanniskraut:** Zerreib eine gelbe Blüte zwischen den Fingern. Färben sie sich dunkelrot, hast du das echte. Das ist eines der sichersten Merkmale für echtes Johanniskraut. (siehe Bild oben)

➡? **Echte Kamille:** Schneide die Blüte längs durch. Ist der Boden hohl, ist es die echte. Bei den häufigsten Doppelgängern ist der Blütenboden nicht hohl.

➡? **Wegwarte:** Die leuchtend blauen Blüten öffnen sich nur vormittags. Wer ausschläft, sieht sie nicht.

Alles zu den sieben Pflanzen – mit Erkennungsmerkmalen, Verwendung und Zeitfenstern – habe ich hier zusammengetragen:

? [7 Wildpflanzen & Kräuter im Juli auf ihrem Höhepunkt](#)

PS: Du musst nicht alle sieben kennen. Such dir EINE aus – die, die dich am meisten anlacht. Geh raus, riech an ihr, nimm eine Handvoll mit. Mehr braucht es nicht, um anzufangen. Und in zwei Wochen kennst du schon eine Pflanze mehr als heute.

Interessant:

"Und? Schon mal eine Ameise gegessen?"

Diese Frage höre ich oft, wenn themenfremde Leute erfahren, was ich mache.

Weil die meisten bei "Wildnis" sofort an eines dieser TV-Formate denken. Härte. Überleben. Sich durch den Matsch quälen.

Als wäre der Wald ein Gegner, den man niederringen muss. ?

Aber weißt du was? In all den Jahren, in denen ich mit Menschen draußen arbeite, wollte kaum jemand "überleben".

Sie wollten etwas ganz anderes: ANKOMMEN.

So wie ich auch. Und du wahrscheinlich auch.

Ein Feuer entfachen, ohne Stress. Wissen, was da am Wegrand wächst. Einmal richtig durchatmen. Sich draußen fühlen wie zu Hause – nicht wie im Bootcamp.

Und genau das ist der Punkt: Die Natur will dich gar nicht besiegen. Sie wartet eher auf dich. Wie eine alte Freundin, bei der du dich viel zu lange nicht gemeldet hast.

Darüber habe ich ein kurzes Video gemacht.

? Hier ist das Video ???

Ausrüstung:

Sommerferien.

Sechs Wochen. Und irgendwann kommt dieser Satz: "Miiiiir ist laaaangweilig."

Kennst du, oder %VORNAME%?

Und dann? Dann greifen die Kinder zum Tablet. Weil YouTube immer eine Geschichte parat hat. Und du in dem Moment gerade keine.

Genau darüber habe ich ein Buch geschrieben: „**Abenteuer statt Algorithmus**“.



Abenteuer statt Algorithmus

Wie du mit wildnispädagogischen Methoden echte Abenteuer für deine Kinder erschaffst – direkt vor der Haustür.

- Die 4 Phasen der Abenteuer-Blaupause
- 37 Mikro-Abenteuer für den Alltag
- Troubleshooting-Guide für häufige Hürden
- Praktische Werkzeugkiste für den Start
- Leicht zu lesen mit einer Portion Selbstironie

Darin geht's nicht um "Bildschirmzeit begrenzen" oder erhobenen Zeigefinger. Sondern darum, wie du wieder zum Geschichtenerzähler für deine Kinder wirst.

Der Kern ist ein einfacher 4-Phasen-Fahrplan aus der Wildnispädagogik. Damit machst du aus jedem noch so kleinen Ausflug eine echte Mission – ohne teure Ausrüstung, ohne Pädagogik-Studium.

Dazu bekommst du 37 Mikro-Abenteuer für den Alltag. Also genau das, was du in den Ferien brauchst, wenn du spontan was aus dem Hut zaubern musst.

Eine Leserin schrieb mir: „*Ich habe es kaum aus der Hand legen können. Es ist lustig, unterhaltsam und nicht zuletzt lehrreich.*“

Eine andere: „*Eben auf Seite 56 laut gelacht.*“

Das freut mich ehrlich am meisten – weil ich beim Schreiben nicht belehren wollte, sondern *anstiften*.

243 Seiten. 9,95 €. Als PDF und EPUB.

? [Abenteuer statt Algorithmus – hier ansehen](#)

Bild:

Sonntag im Garten meiner Eltern. Meine Mutter hebt eine Pflanze aus dem Topf – und dann sehen wir sie.

Ein Haufen kleiner, weißer, milchig-durchscheinender Kugeln. Mitten im Wurzelballen.



Ich war sofort Feuer und Flamme. Sowas sieht man ja nicht alle Tage.

Mein erster Gedanke: "Eidechse?"

Wäre schön gewesen. Ist aber unwahrscheinlich.

Denn Eidechseneier sind gut doppelt so groß – so 10 bis 14 Millimeter. Und Eidechsen legen ihre Eier an warme, sonnige, sandige Stellen. Ein feuchter, kühler Wurzelballen wäre für sie das Todesurteil, weil die Eier verpilzen würden.

Höchstwahrscheinlich sind es also **Schneckeneier**. Von einer Nacktschnecke.

Und wenn man's einmal weiß, ist es total logisch: feucht, dunkel, geschützt, direkt an der Nahrungsquelle. Perfekter Kinderzimmer-Standort aus Schneckensicht. ?

Ein Gelege kann übrigens 20 bis 70 Eier enthalten. Rechne das mal hoch.

Falls du auch mal so ein Gelege findest – hier der einfache Test:

- Schneckeneier sind weich und gallertartig, sie platzen leicht.
- Reptilieneier haben eine zähe, ledrige Hülle.

(Und wenn's beim Draufdrücken hart knackt und Pulver rauskommt, hast du Langzeitdünger erwischt. Passiert öfter, als du denkst.)

Was ich mit dem Gelege gemacht habe? Ich mag Nacktschnecken. Also habe ich sie einfach wieder verbuddelt.

Ein paar Meter weiter. In der Nähe vom Nachbarsgarten.

Ich meine – irgendwo müssen sie ja hin. ?

Falls du diese Woche noch nicht draußen warst, dann schnapp dir nachher zehn Minuten.

Keine Tour. Kein Ziel. Einfach raus.

Die Natur ist erstaunlich nachsichtig mit Menschen, die sich lange nicht gemeldet haben. ?

*In wilder Verbundenheit,
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>