



Guideline Climate Hikes

Schritt für Schritt zu deinem Climate Hike



Co-funded by the
European Union

Impressum

Herausgegeben von
Naturfreunde Internationale
Viktoriagasse 6/1, A-1150 Wien
www.nf.int.org
E-mail: office@nf-int.org
Tel.: +43 (0)1 892 38 77

Recherchiert, verfasst und herausgegeben von
Naturfreunde Internationale (NFI), Naturfreundejugend Deutschland (NFJD), Ecosystem Europe and
FROS Multisport Flanders (fros)

Fotos:

(c) fros Multisport Flanders, Ecosystem Europe, Naturefriends International

Grafikdesign, Layout and Gestaltung
Naturefriends International (NFI)

Project Information

Climate Hikes ist eine Erasmus+-Kooperation zwischen den Naturfreunden Internationale (NFI), der Naturfreundejugend Deutschland (NFJD), Ecosystem Europe und FROS Multisport Flandern (fros). Mehr Informationen über das Projekt findest du unter: nf-int.org/climatehikes

The Climate Hikes project is funded by the European Union. However, the views and opinions expressed are solely those of the author(s) and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor the EACEA can be held responsible.



Co-funded by the
European Union

Inhaltsverzeichnis

Kapitel 1: Was sind Climate Hikes?	1
• Wandern für eine bessere Zukunft!	
• Über das Projekt	
• Warum brauchen wir Climate Hikes?	
• Vorteile des Wanderns	
• Wen wollen wir damit ansprechen?	
• Was ist die Klimakrise?	
• 10 Fakten über die Klimakrise	
• Naturfreunde für Klimagerechtigkeit	
Kapitel 2: Deinen Climate Hike planen	6
• Schritt 1: Dein Climate Hike Thema finden und die Basis dafür bilden	
• Schritt 2: Bestimme deine Zielgruppe und sprich sie an	
◦ Wie erreichst du deine Zielgruppe?	
◦ Wie du besondere Bedürfnisse deiner Gruppe berücksichtigen kannst	
• Schritt 3: Grundlagen des Wanderns	
◦ Wer kann einen Climate Hike organisieren?	
◦ Vorsicht ist besser als Nachsicht!	
◦ Tipps für deinen Climate Hike	
Kapitel 3: Kommunikation	12
• Deinen Climate Hike bewerben	
• Kommunikation während deines Climate Hikes	
• Bewerbung nach der Wanderung: Dein Thema nachhaltig verwerten	
• Vermittlung von Klimathemen an deine Teilnehmer*innen	
• Nudging	
• Positive Vision	
Kapitel 4: Mach dich bereit zum Wandern	17
• Das Herz-Hand-Augen Prinzip	
• Bereit für einen Climate Hike?	

Kapitel 1

Was sind “Climate Hikes”?

Wandern für eine bessere Zukunft!

Wandern ist beliebt, weil es körperliche Aktivität, Naturerlebnis und mentale Entspannung auf ideale Weise miteinander verbindet. Es hält nicht nur unseren Körper in Form, sondern ist auch inspirierend. Raus aus der Arbeitswoche und rein in die Entspannung! Jeder tiefe Atemzug frischer Luft hebt unsere Stimmung und baut Stress ab. Gerade in einer Zeit, in der viele von uns die meiste Zeit des Tages in geschlossenen Räumen verbringen, bietet uns das Wandern die Möglichkeit, wieder mehr mit der Natur in Kontakt zu kommen. Ob beeindruckende Berge, stille Wälder oder weite Felder – die frische Luft und die Ruhe der Natur wirken beruhigend und erdend. Durch das Entschleunigen und Wandern erleben wir unsere Umwelt bewusster, schärfen unsere Sinne und nehmen die kleinen Wunder der Natur intensiver wahr: das Rascheln der Blätter, das Zwitschern der Vögel oder den Duft von Tannen und Blumen. Diese Verbindung zur Umwelt fördert ein tieferes Naturbewusstsein und motiviert viele Wanderer*innen zu einem umweltbewussteren Leben.

Dieses Bewusstsein brauchen wir jetzt mehr denn je. Wir stehen vor der größten Krise unserer Zeit, nicht nur, aber auch, weil wir Menschen das Bewusstsein für die Verbindung zur Natur verloren und uns von der Natur entfremdet haben. Die Natur, in der wir leben, ist in Gefahr und wir wollen mit den Climate Hikes darauf aufmerksam machen. Um über diese Themen zu sprechen, braucht man andere auf seiner Reise, mit denen man seine Ideen, Sorgen und Erfahrungen teilen kann. Wir wollen den Schwung eines gemeinsamen Events nutzen, um zusammen zu sein, zusammen zu wandern, zusammen zu spielen, zusammen zu genießen, einander zuzuhören und voneinander zu lernen. Eine Gruppe kann dir Trost spenden und die nötige Kraft geben, um handlungsfähig zu bleiben:

Wir schaffen das gemeinsam!

Das bedeutet, dass nicht nur die Vermittlung forschungsbasierter Klimafakten eine Rolle spielt, sondern auch die Art und Weise, wie wir die Natur erleben, wie wir als Gemeinschaft unsere Visionen teilen und für eine positive zukünftige Entwicklung arbeiten können und wie wir das Wandern selbst zu einer nachhaltigen Freizeitaktivität machen können.

Über das Projekt

Die Idee der Climate Hikes ist es, nachhaltige Outdoor-Aktivitäten mit der Sensibilisierung für Umweltfragen zu verbinden. Durch diese Aktivität werden nicht nur die psychische Gesundheit, die körperliche Fitness und die soziale Integration gefördert, sondern auch die SDGs, der Green Deal der EU und allgemeine Themen der Klimakrise und Nachhaltigkeit diskutiert. Das Ziel, klimafreundliches Verhalten zu fördern und dabei sozial benachteiligten Menschen zu helfen und sie zu inspirieren, wird mit der Idee verbunden, ihre körperliche Fitness zu stärken und einfach eine tolle Zeit im Freien zu verbringen. In der separaten Methodensammlung findet ihr eine Vielzahl von Spielen und Methoden, die euch bei der Planung eurer Climate Hikes helfen werden.

Warum brauchen wir Climate Hikes?

Wandern ist ein Sport, den jede*r ausüben kann und der auf der ganzen Welt praktiziert wird. Es gibt aber viele Menschen, die Hilfe brauchen, um in die Natur zu kommen, entweder aus sozialen, körperlichen oder psychischen Gründen. Climate Hikes können diesen Menschen helfen, die Natur zu entdecken und zu erleben und vielleicht sogar das Wandern und andere Outdoor-Aktivitäten lieben zu lernen. Gleichzeitig sehen wir, dass das Umweltbewusstsein stagniert, insbesondere auch bei Menschen, die die Natur erkunden wollen. Wir wollen dem Gefühl der Klimaangst und Hilflosigkeit entgegenwirken, das viele Menschen haben, wenn es um Klimaschutz geht. Das offene Gespräch über Themen wie Klimawandel, Umweltverschmutzung und ihre Auswirkungen kann oft schon einen Unterschied machen und sich positiv auf unser Wohlbefinden auswirken, insbesondere wenn dieses mit Outdoor-Aktivitäten wie Wandern verbunden wird. Daher sehen wir die Idee der Climate Hikes als ein besonders wirksames Projekt, wenn es darum geht, angesichts einer immer größer werdenden Klimakatastrophe psychische Widerstandsfähigkeit aufzubauen.

Vorteile des Wanderns

Wandern hat sich als einfache, inklusive und effektive Form der körperlichen Betätigung erwiesen. Es stärkt deine Knochen und Muskeln, verbessert deinen Gleichgewichtssinn sowie die Kapazität deiner Lunge und deines Herzens und fördert auch deine psychische Stabilität.

Wandern ist eine großartige Möglichkeit, deine soziale Gesundheit zu verbessern. Du verbringst Zeit mit Menschen, die so denken wie du und ihr könnt gemeinsam die großartige Aussicht und die Tierwelt genießen. Es wird immer Herausforderungen zu meistern geben und auch mit gelegentlichen unerwarteten Ereignissen ist zu rechnen. Ob plötzliche Wetterumschwünge, das Überqueren von Bächen oder Flüssen oder andere unerwartete Ereignisse – diese Situationen bieten oft tolle Gelegenheiten, neue Freunde zu finden und starke, dauerhafte Beziehungen aufzubauen.

Wandern ist auch eine perfekte Aktivität, um der Natur näher zu kommen. Die langsame Aktivität des Gehens ist ideal, um die Gerüche, Geräusche, Farben, Details und Vielfalt unserer Welt zu erleben. Gerade das langsame Tempo des Wanderns macht es zu etwas Besonderem und zu einer wirklich lehrreichen Erfahrung. Dies ist einer der Hauptgründe, warum das *Climate Hikes* Projekt so ein großes Potential hat. Wandern ist die ideale Kulisse, um Menschen über die Bedeutung des Klimaschutzes, die Reinhaltung der Wälder und den Schutz unserer Umwelt aufzuklären.

Wen wollen wir damit ansprechen?

Einen Climate Hike zu organisieren ist für alle möglich, die Lust darauf haben, eine Wanderung mit einem Klimathema seiner Wahl zu verbinden. Dabei ist es egal, ob du Wanderführer, Teil einer NGO oder einfach eine engagierte Privatperson bist. Für Climate Hikes stehen unzählige Themen zur Verfügung. Du kannst dich beispielsweise auf die allgemeine Klimakrise, den Wassermangel in der Region oder den Einfluss immer heißerer Sommer auf die Vegetation, die fehlende Beziehung der Menschen zur Natur sowie positive lokale Initiativen konzentrieren.

Die Climate Hikes richten sich an unterschiedliche Zielgruppen. Wir haben einige inspirierende Climate Hike Szenarios für euch vorbereitet, damit ihr eure Zielgruppe thematisch abholen könnt. Wir bieten euch ein umfangreiches Repertoire an Themen, Methoden und Szenarien, die ihr für eure eigene Wanderung zusammenstellen könnt.

Was ist die Klimakrise?

Der Synthesebericht aus dem Jahr 2023 des Weltklimarats (IPCC), dem Gremium der Vereinten Nationen zur Bewertung der wissenschaftlichen Erkenntnisse im Zusammenhang mit dem Klimawandel, kommt zu dem Schluss, dass menschliche Aktivitäten für die globale Erwärmung verantwortlich sind, da sie zu einem Anstieg der globalen Treibhausgasemissionen beitragen. Dieser Anstieg wird durch nicht nachhaltige Energie- und Landnutzung sowie durch Konsumgewohnheiten verursacht, die die Erde und ihr Klima immens belasten. Extreme Wetterereignisse wie Waldbrände und schwere Überschwemmungen nehmen zu und werden auch weiterhin zunehmen. Laut IPCC gibt es ein „sich schnell schließendes Fenster“, das die Chance bietet, eine lebenswerte und nachhaltige Zukunft für alle zu sichern.

Laut dem „Copernicus Climate Change Service“ (C3S) der Europäischen Union war das Jahr 2024 mit einer globalen Durchschnittstemperatur von 1,6 °C über dem vorindustriellen Durchschnitt das wärmste Jahr seit Beginn der Aufzeichnungen. Die atmosphärischen Konzentrationen von Kohlendioxid und Methan erreichten 2024 Rekordwerte (422,1 ppm für CO₂). Die jährliche durchschnittliche Meeresoberflächentemperatur erreichte 2024 ein Rekordhoch von 20,87 °C (der Durchschnitt liegt bei etwa 16 °C). Der C3S gibt außerdem an, dass das Meereis an den Polen historische Tiefstwerte erreicht hat und dass extreme Wetterereignisse weltweit zunehmen werden.



10 Fakten zur Klimakrise

1

2024 war das heißeste Jahr seit Beginn der Wetteraufzeichnungen – das Jahr war 1,6 °C wärmer als die Durchschnittstemperatur des Vorindustriellen Zeitalters.

2

Die ältesten und dicksten Eisschichten in der **Arktis sind um etwa 95 % zurückgegangen**. Bis zum Sommer 2040 könnte die Arktis eisfrei sein.

3

Der **globale Meeresspiegel steigt**. Derzeit steigt er um 3,6 mm pro Jahr, was zu einer verstärkten Küstenerosion und einer Gefährdung von Küstenstädten und -siedlungen führen wird.

4

Die Desertifikation und das daraus folgende **Wachstum der Sahara, die jährlich um etwa 48 km** wächst, setzt sich in weiten Teilen Nordafrikas fort.

5

Etwa **80 % der Weltbevölkerung, die am stärksten von Ernteaussfällen und Hunger** aufgrund der Klimakrise bedroht sind, leben in Subsahara-Afrika, Süd- und Südostasien, wo Bauernfamilien überdurchschnittlich arm und gefährdet sind.

6

26 Millionen Menschen sind aufgrund der Klimakrise auf der Flucht. **Etwa 80 % der Vertriebenen sind Frauen**. Diese Zahlen werden voraussichtlich weiter steigen.

7

Laut Eurobarometer-Umfrage wünschen sich **85 % der EU-Bürger, dass die EU Maßnahmen ergreift**, um die Energieeffizienz bis 2030 zu verbessern.

8

Weltweit wurde seit 1970 ein durchschnittlicher Rückgang der Tierpopulationen um **69 %** beobachtet, wobei der Klimawandel einer der Hauptfaktoren ist.

9

Die Nutzung erneuerbarer Energien in Europa hat dank einer Reihe unterstützender Maßnahmen einen historischen Höchststand erreicht. **Europa ist derzeit für etwa 11 % der weltweiten CO₂-Emissionen verantwortlich**, was einem Rückgang von 21 % seit dem Jahr 2000 entspricht. Im Jahr 2023 wurden 24,5 % des Stroms in Europa aus erneuerbaren Energiequellen erzeugt.

10

Das weltweite Wachstum bei Wind- und Solarenergie führte dazu, dass **erneuerbare Energien im Jahr 2023 mehr als 30 % des weltweiten Strommixes** ausmachten.

Naturfreunde für Klimagerechtigkeit

Klimagerechtigkeit ist ein Prinzip, das allen Menschen weltweit, auch zukünftigen Generationen, das gleiche Recht auf ein intaktes Weltklima einräumt und eine gerechte Finanzierung der durch den Klimawandel notwendigen Maßnahmen anstrebt. Die Naturfreunde setzen sich für ökologische und gesellschaftspolitische Anliegen ein. Ziel ist es, eine nachhaltige Entwicklung der Umwelt und der Gesellschaft auf regionaler, nationaler und globaler Ebene zu erreichen. Dazu gehören auch der Schutz unseres Klimas, Klimagerechtigkeit und Solidarität mit dem Globalen Süden, wie sie sich im Naturefriends Climate Fund widerspiegeln, der aus Spenden der Naturfreunde des Globalen Nordens finanziert wird und Klimaschutzmaßnahmen afrikanischer Naturfreunde-Organisationen ermöglicht.

Klimagerechtigkeit ist keine Wohltätigkeit, sondern eine Notwendigkeit, um ein menschenwürdiges Leben für alle zu sichern! Klimagerechtigkeit erfordert eine grundlegende soziale und ökologische Veränderung der bestehenden Verhältnisse in den Staaten des Globalen Nordens und des Globalen Südens. Ziel der Naturfreunde Internationale ist es, ihre Forderungen in den Bereichen Friedenssicherung, Umweltschutz und Ökologie zu einem Programm für den gesellschaftlichen Wandel zu bündeln, das Klimagerechtigkeit ermöglicht. Seit ihrer Gründung stehen die Naturfreunde für Werte wie Solidarität, Empowerment und soziale Gerechtigkeit. Diese Prinzipien spiegeln sich in den Climate Hikes wider, die auch ein Instrument für die lokalen Gruppen der Naturfreunde sind, um unsere Werte vor Ort umzusetzen.

Außerdem bieten Wanderungen ideale Möglichkeiten, um über soziale und politische Themen nachzudenken. Climate Hikes bauen auf dem historischen Konzept des „Social Hiking“ auf und bringen es in den Kontext der Klimakrise. In unserer Zeit erfordern Herausforderungen wie die Klimakrise, Umweltzerstörung und soziale Ungleichheiten neue Perspektiven und Handlungsstrategien.

Climate Hikes machen Themen wie die Klimakrise und Klimagerechtigkeit auf vielfältige Weise greifbar: Die Teilnehmer können die direkten Auswirkungen des Klimawandels an bestimmten Orten miterleben, sie hören anderen zu und lernen aus ihren Erfahrungen. Stille Momente der Reflexion schaffen Raum für persönliche Reflexion. Darüber hinaus fördern Methoden des nicht-formalen Lernens die Reflexion über globale (Un-)Gerechtigkeit in Bezug darauf, wer die Klimakrise verursacht und wer unter ihr leidet.



**Bist du daran interessiert,
etwas für Klimagerechtigkeit
zu tun?**

Weitere Informationen über
den Klimafonds der Naturfreunde:
www.climatefund.nf-int.org

Kapitel 2

Deinen Climate Hike planen

In diesem Kapitel findest du eine Schritt-für-Schritt-Anleitung zur Umsetzung deines Climate Hikes. Wir werden dich durch das Brainstorming für deine Ideen, die Kommunikation deines Climate Hikes und die notwendige Organisation führen, um deinen Climate Hike zu einem erfolgreichen Erlebnis für alle zu machen.

Schritt 1: Dein Climate Hike Thema finden und die Basis dafür bilden

Das Wichtigste ist, dass ihr euch überlegt, welche Botschaft ihr mit eurer Wanderung vermitteln möchtet. Wir empfehlen, allgemeine Klimathemen mit spezifischen und lokalen Themen zu kombinieren, die für eure Region relevant sind. Außerdem solltet ihr ein Thema wählen, das einen Bezug zu eurer Zielgruppe hat - es sollte nicht zu abstrakt sein, sondern einen Bezug zum persönlichen Leben der Teilnehmer*innen haben:

- Suche dir ein Thema, das dich wirklich interessiert, zu dem du eine emotionale Bindung hast und das dir wichtig ist: So bist du engagierter und kannst andere leichter begeistern. Sprich über etwas, das du kennst und zu dem du eine persönliche Beziehung hast.
- Versuche ein Brainstorming mit möglichen Fragen: Was fasziniert dich am meisten an der Natur? Was sind deine größten Sorgen in deiner Region? Wie stellst du dir die Zukunft deiner Region vor?
- Schreib die Kernbotschaft auf: Das hilft dir, dich auf die richtigen Dinge zu konzentrieren!

Beispiel: Ein Beispiel könnte die Wasserknappheit in eurer Region und das Problem der Erwärmung der Ozeane sein. Vielleicht findet ihr in eurer Gegend einen Wanderweg, an dem ihr Flüsse oder Bäche sehen könnt, die von Wasserknappheit betroffen sind. Schaut sie euch an und diskutiert darüber in eurer Gruppe. Wie wird sich dies auf eure Gemeinschaft auswirken? Was kann getan werden, um das Problem zu lösen?

Schritt 2: Bestimme deine Zielgruppe und sprich sie an

In diesem Schritt findest du Anregungen, um die richtige Zielgruppe für deinen Climate Hike zu finden. Überlege dir, wie du möglichst viele Menschen einbeziehen kannst, damit sie sich willkommen und motiviert fühlen. Berücksichtige die Bedürfnisse deiner Zielgruppe, damit möglichst viele Menschen teilnehmen können, unabhängig von Alter, Hintergrund oder Fähigkeiten.

Wie erreichst du deine Zielgruppe?

- Beginne mit einer Gruppe, mit der du vertraut bist. Du musst nicht mit den schwierigsten Bedingungen beginnen, mach es dir einfach und arbeite dich nach oben.
- Wie kannst du das Interesse dieser Menschen wecken? Welche Fragen sind für deine Zielgruppe interessant? Sind sie normalerweise in der Natur aktiv oder sind sie eher daran interessiert, über das Klima und Klimaprobleme zu sprechen? Haben sie Hobbys, die zum Projekt passen? Sind es ältere Menschen, die an die Zukunft ihrer Enkelkinder denken, oder sind es besonders belastete Menschen, die eine Verbindung zur Natur suchen? Versetze dich in die Lage deiner Zielgruppe und versuche, die Dinge aus ihrer Perspektive zu sehen.

- Passe das Programm an die Bedürfnisse und Themen an, die für deine Zielgruppe von Interesse sind.
- Gibt es Gruppen, Vereine oder Organisationen, die dir dabei helfen können, deine Zielgruppe zu erreichen? Ob es sich um den örtlichen Kindergarten oder Sportverein handelt, bitte um deren Hilfe.
- Welche Plattformen nutzen sie? Soziale Medien, lokale Netzwerke oder direkten Kontakt? Verwende aussagekräftige Bilder, kurze Videos oder einfache Infografiken, um deine Botschaft klar und ansprechend zu vermitteln. (Weitere Informationen zur Kommunikation deiner Aktivitäten findest du in Kapitel 3)
- Hindernisse identifizieren und abbauen: Was könnte die Zielgruppe davon abhalten, an eurem Projekt teilzunehmen? (z. B. Zugänglichkeit, Sprache usw.). Wie könnt ihr sicherstellen, dass eure Aktivität inklusiv ist und sich alle willkommen fühlen?

Wie du besondere Bedürfnisse deiner Gruppe berücksichtigen kannst

Wie bereits erwähnt, ist es wichtig, sich in die Lage der Zielgruppe zu versetzen und zu versuchen, die Dinge aus ihrer Perspektive zu sehen. Es besteht ein großer Unterschied zwischen einer Wanderung mit Kindern und einer Wanderung mit einer Gruppe von Erwachsenen in Bezug auf Verantwortung und damit Organisation. Andere Gruppen haben natürlich auch besondere Bedürfnisse, die berücksichtigt werden müssen.

Wenn du deinen Climate Hike mit einer Gruppe von Jugendlichen planst und sie alle Pfadfinder*innen sind, ist es kaum notwendig, auf die Notwendigkeit von gutem Schuhwerk und geeigneter Kleidung hinzuweisen. Diese Jugendlichen wissen, wie es ist, zu wandern und in der Natur zu sein. Wenn du jedoch einen Climate Hike mit einer Gruppe von Kindern aus einer Schule in der Stadt planst, kann es sein, dass einige Kinder noch nie gewandert sind und nicht die richtigen Schuhe oder einen Regenmantel haben. Dies gilt insbesondere für Kinder mit unterschiedlichem Hintergrund und unterschiedlicher Herkunft, die möglicherweise noch nie die Natur erlebt haben. Dies musst du bei der Vorbereitung deines Climate Hikes berücksichtigen.

Das Gleiche gilt für Erwachsenengruppen. Viele Erwachsene sind vielleicht noch nie gewandert und werden nicht verstehen, wenn du ihnen sagst, sie sollen „geeignete Schuhe“ tragen. Sie wissen vielleicht einfach nicht, was geeignete Schuhe sind. In diesen Fällen kann es hilfreich sein, ein Bild von geeignetem Schuhwerk auf dem Blatt oder Informationsblatt zu zeigen, da Bilder leichter zu verstehen sind als Text. Dies gilt insbesondere für viele Menschen, die in ein anderes Land ausgewandert sind. Aus Erfahrung wissen wir, dass es eine Herausforderung ist, diese Gruppe zu Aktivitäten im Freien einzuladen, und dass man mit ihnen zusammenarbeiten und sich vielleicht sogar die Hilfe von Sozialarbeiter*innen holen sollte, die sie kennen.

Es spielt keine Rolle, mit wem du einen Climate Hike machen möchtest, du wirst immer bestimmte Details berücksichtigen müssen, die für bestimmte Personengruppen wichtig sind. Sieh dies nicht als Problem, sondern als etwas Nützliches, das du berücksichtigen solltest, damit du gut auf die Wanderung vorbereitet bist! Hier sind einige Beispiele dafür, woran du denken solltest.

Beispiel: Körperlich eingeschränkte Menschen

Überprüfe die Infrastruktur: Wie sieht es mit der Anreise aus? Ist die Straße für Rollstuhlfahrer*innen geeignet? Gibt es barrierefreie Toiletten? Wo kann ich mich mit der Gruppe ausruhen? Je nach Art der Behinderung solltest du die Veranstaltung in leicht verständlicher Sprache ankündigen. Füge diese Punkte in deine Einladung ein: Barrierefreiheit, Wegbeschaffenheit, Dauer, Rastmöglichkeiten, sind Blindenhunde erlaubt? Speziell für diese Zielgruppe haben wir einen Leitfaden entwickelt.

Beispiel: Sozial benachteiligte Menschen

Erfahrungsgemäß sind diese Gruppen mit Aktivitäten im Freien nicht allzu vertraut, also macht es ihnen leicht! Zeigt ihnen zum Beispiel, wie sie verschiedene Baumarten erkennen können. Nichts allzu Schwieriges. Versucht herauszufinden, ob sie schon einmal gewandert sind und wann. Wenn nicht, warum nicht? Überlegt, worüber sie sprechen möchten. Interessieren sie sich für den Klimawandel? Oder sind sie eher an der Natur oder dem Wandern im Allgemeinen interessiert?

Beispiel: Alleinerziehende Eltern

Vielleicht keine Anfänger im Bereich Outdoor-Aktivitäten, aber wenig Zeit, macht es lohnenswert! Diese Gruppe ist wahrscheinlich mehr an Themen wie Klimakrise und Nachhaltigkeit interessiert. Gute Gesprächsthemen: Was kann ein*e Alleinerziehende*r für den Umweltschutz tun? Wahrscheinlich ist der soziale Faktor wichtiger als das Klimathema an sich. Die meisten Alleinerziehenden brauchen ab und zu eine Auszeit von ihren Kindern, und ein Climate Hike könnte eine wirklich gute Idee sein, um sich zu entspannen und rauszukommen. Es ist wichtig, dass es Spaß macht, daher könnten Spiele eine gute Möglichkeit sein, Spannungen abzubauen und mit den anderen Teilnehmer*innen des Climate Hikes in Kontakt zu treten.

Natürlich sind diese Beispiele nicht repräsentativ für alle genannten Gruppen: Sozial benachteiligte Menschen können sehr naturverbunden sein und wandern, während Alleinerziehende möglicherweise keine Erfahrung mit Outdoor-Aktivitäten haben. Lernt die Menschen kennen, mit denen ihr wandern möchtet, und nehmt diesen Leitfaden als Inspiration.

Schritt 3: Grundlagen des Wanderns

Du hast immer noch Interesse an einem Climate Hike? Super! Motivation und Freude sind zwar der Schlüssel zum Erfolg, aber es gibt auch einige Grundlagen, die du kennen solltest, wenn du einen Climate Hike planen möchtest. Hier sind einige kurze, aber nützliche Tipps für dich!

Wer kann einen Climate Hike organisieren?

Jede*r kann einen Climate Hike organisieren, aber als Organisator*in bist du für die Teilnehmer*innen deiner Wanderung verantwortlich. Wenn du einen Climate Hike alleine mit Minderjährigen planst, trägst du die volle Verantwortung. Bei Erwachsenen ist es einfacher und kann als geteilte Verantwortung betrachtet werden. Am besten ist es, mit einer offiziellen Organisation (NGO, staatliche (Jugend-)Organisation usw.) zusammenzuarbeiten, die eine gute Haftpflichtversicherung für dich hat. Denke daran, dass ein Climate Hike eine gemeinnützige Aktivität sein sollte, sodass du keine finanzielle Entschädigung erhältst.

Vorsicht ist besser als Nachsicht!

Ob du eine Wanderung mit Erwachsenen oder mit Minderjährigen planst: Es liegt immer in der Verantwortung des Veranstalters, dass alles gut geht. Climate Hikes finden naturgemäß im Freien statt. Die Natur birgt ihre Gefahren wie Wetterumschwünge und selbst die „zivilisierte“ Natur, wie wir sie in den touristischen Gebieten gewohnt sind, kann eine Herausforderung sein. Dies gilt umso mehr für Teilnehmer*innen, die nicht an Wanderungen gewöhnt sind oder keine Erfahrung damit haben. Es liegt in der Verantwortung des Veranstalters, diese möglichen Gefahren vorherzusehen.

Tipps für deinen Climate Hike

- Beginne mit einer Gruppe, mit der du vertraut bist. Auf diese Weise ist die Wahrscheinlichkeit geringer, dass die Gruppe dich überfordert und die Wanderung zu anstrengend wird. Nimm nur eine Gruppe mit auf deine Wanderung, auf die du dich als Organisator*in und Führer*in verlassen kannst. Auf diese Weise gibt es während der Wanderung keine unliebsamen Überraschungen und du kannst auf alle interessanten Stellen und mögliche schwierige Abschnitte der Wanderung hinweisen.
- Wenn du mit Jugendlichen oder Kindern wanderst: Es sind mindestens zwei Führer*innen für die Gruppe erforderlich: Einer von euch bleibt immer bei der Gruppe, der andere kann – falls nötig – Hilfe, Essen usw. holen.
- Unternimm keine Wanderung in der Natur mit mehr als 12 Personen: Eine größere Anzahl ist zu schwer zusammenzuhalten und neigt dazu, zu laut zu werden, um die Natur zu genießen und unter Kontrolle zu bleiben.
- Gib den Teilnehmer*innen mindestens eine Woche vor der Wanderung eine klare und ausführliche Einweisung in die Wanderung, damit sie genau wissen, was sie in Bezug auf ihre körperliche Verfassung und Ausrüstung erwartet.



- Vergewissere dich, dass alle Teilnehmer*innen angemessenes Schuhwerk tragen: Hausschuhe sind in der Natur nie angebracht, aber schwere Bergschuhe sind für mittelschwere Wanderungen vielleicht zu viel.
- Achte darauf, dass jede*r Teilnehmer*in ausreichend Essen und Trinken für die Dauer der Wanderung mitbringt. Wenn du in bergigen Regionen wanderst, ist es wichtig, 1 Liter pro 1000 Höhenmeter zu trinken, um hydriert zu bleiben. Raten Sie von der Verwendung von Limonade und Alkohol ab. Wasser ist am besten.
- Als Richtlinie: Bringe zusätzliche „Energiespender“ mit, falls ein*e Teilnehmer*in erschöpft ist und keine Energie mehr hat.
- Stelle sicher, dass jede*r Teilnehmer*in angemessene Kleidung mitbringt. Etwas Warmes wie ein Fleece oder ein Pullover und etwas zum Schutz vor Wind und Regen ist bei jeder Wanderung Standard.
- Jede*r Teilnehmer*in sollte eine Tasche mitbringen, um seinen Abfall aus der Natur mit nach Hause zu nehmen.
- Der*die Wanderführer*in überprüft vor der Wanderung die Wettervorhersage und verfolgt die Wetterentwicklung während der Wanderung. Vermeide, dass Menschen in Regen oder Sturm geraten: Kehrt um oder sucht Schutz, bevor es zu spät ist.
- „Gemeinsam unterwegs – gemeinsam nach Hause“: Wir lassen in der Natur niemanden zurück! Wir lassen niemanden vorauslaufen und niemanden zurückbleiben. Die goldene Regel lautet: „In Sprech- und Sichtweite bleiben“. Der*die Gruppenleiter*in betritt die Hütte, die Schutzhütte, die Gaststätte, den Bus oder den Zug immer als Letzte*r, damit niemand zurückbleibt.
- Seid flexibel und versteift euch nicht auf die Pläne, die ihr gemacht habt. Passt euch an die sich verändernde Situation in der Natur, die Stimmung der Leute und unerwartete Möglichkeiten an, die sich euch auf der Wanderung bieten.
- Broschüren von örtlichen Tourismusbüros und auch Wanderkarten können sehr hilfreich sein. Sie können nützliche Informationen über die Zugänglichkeit von Wanderwegen und Wäldern enthalten. Wälder können in Privatbesitz und sogar unzugänglich sein oder zu bestimmten Jahreszeiten gesperrt werden. Respektiert die Natur, indem ihr die Wege nicht verlässt und Neu-Anpflanzungen unbedingt respektiert.
- Genießt es! Die Teilnehmer*innen werden nur dann etwas aus den Aktivitäten lernen, wenn sie Spaß daran haben und sich wohlfühlen. Ein Climate Hike ist weder eine Schule noch ein Training, sondern in erster Linie eine Wanderung in der Natur.

Kapitel 3

Kommunikation

Dieser Abschnitt befasst sich mit dem kommunikativen Teil deines Climate Hikes. Es ist wichtig, dass du weißt, dass es zwei Arten der Kommunikation gibt, die hier vorgestellt werden: Die externe und die interne Kommunikation. Im ersten Abschnitt geht es um die externe Kommunikation nach außen, um so viel Aufmerksamkeit wie möglich für die Wanderung zu bekommen. Bewirb deine geplante Wanderung auf so vielen Plattformen (digital und real) wie möglich, damit du die größtmögliche Reichweite erzielst!

Deinen Climate Hike bewerben

Um deine Wanderung zu bewerben und sicherzustellen, dass sie ein nachhaltiges Erlebnis wird, empfehlen wir dir, die digitale Kommunikation zu nutzen, insbesondere über soziale Medien. Soziale Medien werden von vielen Menschen in ihrer Freizeit genutzt und bieten einen Raum für Kontakt, Austausch und Freude. Deshalb sollten deine Inhalte nicht nur grundlegende Informationen vermitteln, sondern auch eine emotionale Verbindung zu deinem Publikum herstellen.

Beginne damit, eine bestimmte Person aus deiner Zielgruppe zu identifizieren. Eine breite Kategorie wie „Menschen zwischen 16 und 27“ ist zu allgemein für eine effektive Kommunikation. Versuche es stattdessen mit dem Ansatz der „Personas“. Bei dieser Methode werden detaillierte, fiktive Profile erstellt, die deine Zielgruppe repräsentieren. Indem du dich in diese Personas einfühlst, kannst du deine Botschaften besser auf ihre Interessen und Bedürfnisse abstimmen. Versuche, Fragen zu beantworten wie: Was motiviert sie? Wo verbringt er*sie die meiste Zeit online, wo kann ich Menschen wie ihn*sie erreichen?

Der nächste Schritt besteht darin, deine Botschaften und deinen Tonfall anzupassen. Unterschiedliche Zielgruppen sprechen unterschiedliche Stile an. Für Familien solltest du vielleicht Sicherheit und Freude betonen, während Anfänger*innen eher auf einen einladenden und ermutigenden, inklusiven Ton anspringen.

Beispiel Persona: "Junge Person, die gerne draußen ist"

Name: Max

Alter: 20

Job: Tischler

Hobbies: Fußball, Klettern, Kochen, Motorsport

Motivation: Action, Abenteuer, Gemeinschaft, gesunder Lebensstil

Frustration: Übermäßig akademische Inhalte, langsame Aktivitäten, Langeweile

Attribute: aktiv, enthusiastisch, sozial, fürsorglich, gesprächig, ungeduldig, zielstrebig

Social Media Kanäle: Instagram, TikTok



Ein sehr wichtiger Faktor bei sozialen Medien und Online-Inhalten ist der visuelle Aspekt. Ein gutes Bild oder Video sagt mehr als tausend Worte. Auch hier solltest du dich an deiner Zielgruppe orientieren und Bilder auswählen, die ansprechend und schön sind, mit guten Grafiken und einer angemessenen Dateigröße. Achte darauf, dass du deine Aktion auf der richtigen Seite oder Social-Media-Plattform veröffentlichst. Du solltest mindestens 3 Wochen vor dem *Climate Hike* mit der Werbung beginnen und versuchen, eine lokale Zeitung zu erreichen, die vielleicht auch für deine Aktion werben möchte. Wer weiß, vielleicht wirst du ja zu einer lokalen Berühmtheit!

Versuche in deinem Beitrag die Vorteile hervorzuheben, die für dein Publikum wichtig sind. Das könnte den Ausschlag dafür geben, dass sich eine Person dem *Climate Hike* anschließt. Abenteuerlustige wollen vielleicht von spannenden Flussüberquerungen hören, während andere Zielgruppen vielleicht etwas über soziale Integration oder die Flora und Fauna der Region erfahren wollen. Versuche, Kooperationspartner*innen auf deinen Social-Media-Kanälen zu finden, damit du auch deren Plattform für Werbung nutzen kannst!

Vergiss nicht, Schlüsselwörter und Hashtags zu verwenden, denen dein Publikum folgt. So erhöht sich die Wahrscheinlichkeit, dass jemand zufällig über deine Inhalte und deine Werbung stolpert!

Es ist immer eine gute Idee, schon vor dem *Climate Hike* mit deiner Zielgruppe in Kontakt zu treten. Tritt relevanten Online-Gruppen und -Foren bei, beteilige dich an Diskussionen, um mehr über Themen zu erfahren, die für deine Zielgruppe von Bedeutung sind, und knüpfe Kontakte zu Menschen, die dir vielleicht helfen können, wenn du Hilfe brauchst.

Und schließlich kann dir der Aufbau lokaler Verbindungen zur Bevölkerung sehr nützliche Hilfe geben, die du online vielleicht nicht finden würdest. Überlege dir bei der Planung deines *Climate Hikes*, welche lokalen Verbindungen du für dein Projekt nutzen könntest. Vielleicht gibt es bereits bestehende Kommunikations- und Kooperationsstrukturen zwischen Menschen, die du nutzen könntest? Je mehr Kenntnisse du über die Region und Wanderwege hast, desto besser bist du vorbereitet.

Kommunikation während deines *Climate Hikes*

Samle während der Wanderung Material für die sozialen Medien, z. B. Fotos und kurze Videos. Du kannst die Teilnehmer*innen auch in das digitale Geschichtenerzählen einbeziehen - eine Methode, um Erfahrungen auf persönliche und fesselnde Weise zu teilen. Digitale Geschichten werden in fesselnden und emotional ansprechenden Formaten präsentiert und können interaktiv sein. Einfach ausgedrückt, beschreibt digitales Storytelling ein persönliches und individuelles Geschichtenerzählen, das jedoch mit digitalen Werkzeugen wie Digitalkameras, digitalen Sprachaufnahmen und natürlich digitalen Programmen zum Bearbeiten und Hochladen kombiniert wird. Indem du individuelle Stimmen einfängst, kannst du tiefere, wirkungsvollere Inhalte schaffen, die bei deinem Publikum ankommen. Auf diese Weise kannst du eine durchdachte Planung, ansprechende Personas und dynamisches Storytelling kombinieren und die Bewerbung deiner Wanderung sowohl wirkungsvoll, spannend als auch nachhaltig gestalten.

Hier sind einige Grundregeln, die man bei der Arbeit mit Digital Storytelling beachten sollte:

- Der Inhalt ist entscheidend
- Tolle Bilder sind wichtig
- Die Überschrift/der Titel sollte die Geschichte erzählen
- Vermeide Monotonie
- Finde eine passende Stimmung für den Kontext

Während deiner Wanderung solltest du deine Social Media-Kanäle nutzen, um aus erster Hand zu zeigen, wie ein *Climate Hike* aussehen kann und wie viel Freude er macht. Die beste Art, für einen *Climate Hike* zu werben, ist, selbst einen zu machen! Viele Plattformen, vor allem Instagram, haben Video-Inhalte wie Reels immer wichtiger für ihre Seite gemacht und fördern diese viel mehr als normale Posts mit Bildern, da man auf einem Video mehr Emotionen zeigen kann als auf einem Bild. Reels werden auch mehr im „Explore“-Bereich der Plattform gepusht. Das erhöht die Chancen, dass dich neue Leute finden und dir folgen, wenn du kurze Videos anstelle von Bildern postest. Außerdem bieten kurze Videos die Möglichkeit, Geschichten, Persönlichkeiten oder Interaktionen viel besser und mit größerer Wirkung zu teilen, als Bilder es könnten.

Bewerbung nach der Wanderung: Dein Thema nachhaltig verwerten

Die Bewerbung endet nicht mit der Veranstaltung. Überlege dir, welche Zielgruppe du mit den Inhalten nach der Wanderung ansprechen willst. Willst du zukünftige Teilnehmer*innen anlocken oder potenzielle Wanderführer*innen anwerben? Vielleicht hast du eine politische oder soziale Botschaft, die du einem breiteren Publikum vermitteln willst, das mit deinem Thema nicht vertraut ist. Überlege dir, welche Interessen und Beweggründe sie haben und wie du sie am besten ansprechen kannst.

- Bedanke dich bei allen, die an dem Projekt teilgenommen oder es unterstützt haben, und erwähne Kooperationspartner*innen, um die Zusammenarbeit zu stärken.
- Teile Zahlen oder Erfolge mit, z.B. wie viele Menschen teilgenommen haben oder welche Ergebnisse und Ideen entstanden sind.
- Schicke nach der Veranstaltung eine kurze Zusammenfassung mit den Highlights der Veranstaltung an deine Kontakte, um zu zeigen, was ihr gemeinsam erreicht habt. Ein kurzer Text mit Zitaten der Teilnehmer*innen macht die Veranstaltung für Außenstehende greifbarer. Kündige eine mögliche Fortsetzung deines Projekts an oder hol dir einfach Feedback von den Teilnehmer*innen.
- Biete Inspiration: Ermutige andere, ähnliche Projekte durchzuführen und lade sie ein, ihre Erfahrungen mit dir zu teilen!

Tipp: Nutze visuelle Elemente wie Grafiken, Fotos oder kurze Videos, um deine Botschaft zu unterstreichen. Mit einer klaren und einladenden Kommunikation erreichst du nicht nur viele Menschen, sondern hinterlässt auch einen bleibenden Eindruck.

Wie bereits erwähnt, endet die Werbung nicht mit der Veranstaltung. Andere dazu zu inspirieren, einen Climate Hike zu planen, ist ein sehr wichtiger Teil des Projekts. Poste die Highlights der Veranstaltung und erzähle, was ihr gemeinsam erreicht habt. Bedanke dich bei allen, die teilgenommen oder das Projekt unterstützt haben, und erwähne Kooperationspartner*innen, um die Zusammenarbeit zu stärken. Gib Tipps, wie du andere ermutigen und inspirieren kannst, ebenfalls einen Climate Hike oder eine ähnliche Aktivität durchzuführen!

Sorge außerdem dafür, dass du deine Erfahrungen und dein Know-how in den Naturfreunde-Gruppen weitergibst. Wir können eine Menge von dir lernen und schätzen Erfahrungen aus erster Hand mehr als alles andere! Lass uns wissen, was du gelernt hast, und wir werden es mit unserem Netzwerk teilen.

Vermittlung von Klimathemen an deine Teilnehmer*innen

Der andere Teil der Kommunikation hat mit der internen Kommunikation in deinem Team während deiner Wanderung zu tun und damit, wie du deine Botschaft am besten an die Teilnehmer*innen weitergeben kannst. Vor und während des *Climate Hikes* solltet ihr euch entscheiden, welche Kernbotschaft ihr vermitteln wollt. Wenn du dich für eine zentrale Botschaft entscheidest, bekommst du einen roten Faden, der dir hilft, alles viel besser zu strukturieren und zu organisieren.

Mach deine Themen greifbar!

Die Umgebung kann dabei helfen, dein Thema greifbarer zu machen. Wenn du zum Beispiel über Nachhaltigkeit sprichst, könntest du an einem Ort anhalten, an dem Müll liegt, um den Teilnehmenden die Auswirkungen von Littering zu zeigen.

Es lohnt sich, sich vorher mit der Gegend vertraut zu machen, in der deine Aktivität stattfindet. Erfahre mehr über die Landschaft und die Auswirkungen der Klimakrise auf die Region. Vergiss auch nicht, den Teilnehmer*innen die Möglichkeit zu geben, die Umgebung aktiv zu erkunden. Lass sie neugierig sein und das Thema aus erster Hand erkunden.

Nudging

„Nudging“ ist ein Konzept aus der Verhaltensökonomie, das darauf abzielt, Menschen auf subtile Weise zu einem bestimmten Verhalten zu lenken, ohne ihre Entscheidungsfreiheit einzuschränken. Dies kann ein wirksames Instrument sein, um auf globale Nachhaltigkeitsthemen aufmerksam zu machen und nachhaltiges Verhalten zu fördern. Menschen neigen dazu, die Standardoption zu wählen und bevorzugen das, was leichter zugänglich ist. Du kannst zum Beispiel eine Route mit öffentlichen Verkehrsmitteln für deine Wanderung angeben und vermeiden, dass du mit dem Auto fährst. Du kannst auch die vegetarische Variante als Standardoption für einen gemeinsamen Snack angeben.

Positive Vision

Positive Anweisungen und Belohnungen funktionieren besser als Verbote und Bestrafungen. Wenn du möchtest, dass deine Teilnehmer*innen motiviert und hoffnungsvoll an das Thema herangehen, dann versuche, dies in deine Kommunikation einzubauen. Mit einer positiven Zukunftsvision säst du die Saat für eine gute Zukunft in den Köpfen der Teilnehmer*innen.

Beispiel: Du kannst zeigen, wie die Menschen in ihrem Alltag auf praktische, umweltfreundliche Lösungen setzen. Auf den Dächern von Häusern und öffentlichen Gebäuden sind Sonnenkollektoren installiert, um nachhaltigen Strom zu erzeugen. Sie bauen auch Kräuter und Gemüse auf ihren Balkonen an und fahren öfter mit dem Fahrrad oder gehen zu Fuß. Dinge werden repariert statt weggeworfen, und überall gibt es leicht zugängliche Optionen für nachhaltige Produkte - von wiederverwendbaren Bechern bis hin zu plastikfreien Verpackungen. Zeige, dass es sich für viele Menschen normal und unkompliziert anfühlt, sich nachhaltig zu verhalten.

Betone außerdem die gemeinsamen Werte. Zeige, dass ihr ähnliche Ziele habt, z.B. eine nachhaltige Zukunft zu gestalten. Es passiert erstaunlich oft, dass Menschen erst dann merken, wie ähnlich ihre Ansichten und Überzeugungen sind, wenn sie anfangen, offen darüber zu sprechen. Eine gute Idee ist es, über eine persönliche Geschichte zu sprechen, die einen Bezug zu den SDGs und der Aktivität hat. Auf diese Weise kannst du nicht nur zeigen, wie nah und wichtig die SDG-Ziele für jede*n einzelne*n von uns sind, sondern auch ein Gespräch eröffnen, an dem sich jede*r beteiligen kann und in dem jede*r seine persönlichen Erfahrungen einbringen kann.



Kapitel 4

Mach dich bereit zum Wandern!

Auch wenn das Hauptziel deiner Wanderung darin besteht, deine Gruppe für ein bestimmtes Thema zu begeistern, sollte es immer deine oberste Priorität sein, eine angenehme Erfahrung für alle zu schaffen. Sorge für eine lockere Atmosphäre und setze die Teilnehmer*innen nicht zu sehr unter Druck, indem du einen flexiblen und anpassungsfähigen Zeitplan aufstellst.

Bei der nicht-formalen Bildung liegt der Schwerpunkt nicht auf der traditionellen Wissensvermittlung, sondern darauf, Neugierde zu wecken und „Denkanstöße“ zu geben. Dieser Ansatz ist besonders wichtig, wenn sensible Themen wie die Klimakrise angesprochen werden. Unterschätze nicht die emotionale Wirkung dieser Diskussionen. Ziel ist es, die Teilnehmer*innen zu inspirieren, sinnvolle Gespräche zu führen, Verbindungen aufzubauen und vor allem die gemeinsame Zeit zu genießen.

Das Herz-Hand-Augen Prinzip

Wenn du einen Climate Hike leitest, sollte die Natur mehr als nur eine Kulisse sein – sie sollte das Erlebnis aktiv bereichern. Wenn du zum Beispiel über Migration sprichst, könntest du einen Fluss überqueren, um das Konzept der Grenzen zu verdeutlichen.

Außerdem ist es wichtig, dass du dich mit der Gegend vertraut machst, in der deine Wanderung stattfindet. Nutze das Herz-Hand-Augen-Prinzip, um die Art der Landschaft und ihre Entstehung, die Geschichte des Ortes, den Einfluss menschlicher Aktivitäten und die Auswirkungen der Klimakrise auf die Region zu verstehen. Indem du diese Elemente in dein Programm integrierst, kannst du die Wanderung sowohl lehrreich als auch fesselnd gestalten. Gib den Teilnehmer*innen auch die Möglichkeit, die umliegende Natur zu erkunden. Plane z.B. Zeit ein, um interessante Pflanzen zu betrachten.

Bereit für einen Climate Hike?

Wir hoffen, dass dir dieser Leitfaden bei der Planung deines eigenen Climate Hikes geholfen und dich inspiriert hat! Bedenke, dass es sich um einen Leitfaden handelt, der dir helfen soll, und nicht um ein Regelwerk, an das du dich halten musst, wenn du einen Climate Hike veranstalten willst. Das Wichtigste ist, dass alle Spaß an der Wanderung haben, dass alle etwas über das Klima lernen und dass du mehr Menschen dazu inspirieren kannst, zum Wohle der Natur zu denken und zu handeln!

Viel Erfolg!



Die Methodensammlung und hilfreiche Materialien, wie z.B. Beispiele für Climate Hikes und detaillierte Lehrpläne, findest du auf unserer Website:

nf-int.org/climatehikes



ecosystem
europe

