



Mit der richtigen Ausrüstung und leckerer, regionaler Verpflegung lässt es sich gut und gerne wandern.

Familienwandern mit Spass

Wandern mit Kindern ist für die Eltern oft eine Herausforderung. Damit der Ausflug mit den Sprösslingen zu einem Erfolg wird, braucht es vor allem eine gute Planung.

Schönes Wetter, genügend Zeit und eine idyllische Landschaft: Alles wäre perfekt für die Wanderung, doch die dauernde Frage «Wann sind wir endlich da?» geht den Eltern schon bald einmal auf die Nerven und schlägt auf die Stimmung. Das muss nicht sein! Mit ein paar wenigen Tricks und Kniffs kommt auch bei den Kids gute Laune auf und wandern macht plötzlich Spass.

Abenteuer und Spiel sind gefragt

Der wichtigste Tipp überhaupt: Kinder hassen langweilige, immer gleich aussehende Wege, also sollte man für ein wenig «Abenteuer-Feeling» sorgen. Die Route sollte entlang eines Baches führen oder für grössere Kinder auch einfache Kletterabschnitte dabei haben. Damit

der Spieltrieb geweckt wird, kann man die Kleinen bitten, die Führung zu übernehmen. Kids lieben es, den nächsten Wegweiser zu suchen und den richtigen Weg herauszufinden.

Genügend Pausen einplanen

Ein ganz wichtiger Punkt ist die Zeit. Man sollte immer mehr als genug Wanderzeit mit Kindern einplanen, denn die Kleinen wollen da und dort eine Pause machen, etwas beobachten oder haben regelmässig Durst und Hunger. Nur ohne Stress wird die Wanderung zu einem schönen Erlebnis für alle und motiviert, bald wieder etwas Ähnliches zu unternehmen. Lust auf einen Ausflug bekommen? Dann mithilfe der Hello-Family-Website unter «Familienratgeber»

die Wanderung planen und das passende regionale Picknick bei Coop einkaufen. Denn nirgends schmeckt es besser als in der Natur! BUM

 www.hellofamily.ch

PRODUKTE AUS DER REGION fürs Familien-Picknick

1. Biscrack Orange, Tirggel Suter
2. Bachtelstein-Käse, Natürli
3. Limmattalerli, Metzgerei Felder
4. Kürbis-Guezli, Jucker Farm
5. Öpfelringli, Jucker Farm

Die abgebildeten Produkte sind bei Coop City oder in ausgewählten Supermärkten der Region erhältlich.