

## Presseinformation 32-25

# **Achtsamkeit in der Natur: Neue LBV-Leporellos fördern neugieriges Entdecken**

**Mit kleinen Beobachtungshilfen große Momente in der Natur erleben – Im LBV-Kindergarten entwickelt und erprobt**

Hilpoltstein, 06.05.2025 – Termindruck, digitale Medien und ein Alltag im Eiltempo: Die Herausforderungen der aktuellen Zeit betreffen nicht nur Erwachsene, sondern immer häufiger auch Kinder. Viele von ihnen wachsen heute in Städten und Ballungsräumen auf. Das lässt wenig Raum für Stille, Langsamkeit und echte Naturerfahrungen. Statt selbst zu entdecken, werden Informationen häufig vorgegeben – und das Staunen bleibt auf der Strecke. Der bayerische Naturschutzverband LBV (Landesbund für Vogel- und Naturschutz) möchte das ändern und lädt mit vier neu entwickelten Beobachtungshilfen dazu ein, die Natur gemeinsam achtsamer zu erleben. „Um gesund und ganzheitlich aufzuwachsen, brauchen Kinder heute mehr denn je Zeiten der Ruhe, Entspannung und des mentalen Abschaltens. Die aufmerksame Beobachtung von Pflanzen und Tieren wie zum Beispiel von Vögeln und Insekten kann Kindern solche Erfahrungen ermöglichen“, sagt Alexandra Lindig, LBV-Pädagogin für frühkindliche Bildung.

Wenn Erwachsene mit Kindern in der Natur unterwegs sind, sind sie oft abgelenkt durch Gedanken, Gespräche oder die Interaktion miteinander. Es geht schnell voran und auf neugierige Fragen der Kinder reagieren die meisten mit möglichst wahrheitsgetreuen Antworten. „Kinder sind von Natur aus neugierig. Wenn Erwachsene lernen, ihre Fragen mit forschenden Gegenfragen zu beantworten, entsteht ein Raum für Entdeckung und Staunen“, erklärt die LBV-Expertin für Umweltbildung. Unterstützung hierfür liefern die neuen LBV-Leporellos für eine achtsame Naturbeobachtung.

### **Klein, praktisch, wetterfest – ideal für unterwegs**

Die handlichen Faltbücher widmen sich den Themen Vögel, Insekten, Pflanzen sowie achtsame Naturbeobachtung. Sie passen in jede Hosentasche, sind wiederverwendbar und für den Außeneinsatz wetterfest. „Spielerisch wird Kindern ermöglicht, sich für die kleinen Dinge des Lebens zu begeistern und die Vielfalt der Natur im eigenen Tempo zu erkunden. Der Rhythmus der Jahreszeiten ist nämlich eher langsam und genauso sollten Kinder und Erwachsene die Natur auch erleben“, erklärt die LBV-Umweltbildnerin.

In Zusammenarbeit mit dem LBV-Kindergarten *arche noah* hat der LBV die vier Leporellos entwickelt, die Kinder, Familien, pädagogische Fachkräfte sowie Umweltstationen zum gemeinsamen Forschen anregen. „Bei der achtsamen Naturbeobachtung geht es nicht um das exakte Bestimmen von Arten, sondern um das aufmerksame Hinschauen, das Stellen von Fragen und die gemeinsame Freude an der Natur“, betont Alexandra Lindig.

### **Entdecken mit allen Sinnen**

„Wenn man die Natur – besonders Tiere – beobachten will, muss man selbst auch in sich ruhig sein. Diese Haltung fördert Konzentration, Wahrnehmung und Empathie. So können Familien und Kindergruppe ganz leicht etwas für ihre emotionale und psychische Gesundheit tun“, rät Alexandra Lindig. Deshalb gibt das Einführungsleprello Anregungen, wie es gelingt, durch kleine Übungen in der Natur sanft zur Ruhe zu kommen. Das kann eine kurze Naturmeditation sein, das bewusste Wahrnehmen der Erde unter den Füßen, wenn man eine Zeit lang barfuß läuft, oder der Wechsel in die Perspektive einer Ameise.

Erhältlich sind die Beobachtungshilfen ab sofort im LBV-Naturshop sowie als kostenloser Download unter [lbv.de/beobachtungshilfen-fuer-kinder](http://lbv.de/beobachtungshilfen-fuer-kinder).

### **Umweltbildung im LBV**

Seit 40 Jahren betreibt der bayerische Naturschutzverband LBV Umweltbildung sowie Bildung für nachhaltige Entwicklung und nimmt dabei bundesweit eine Vorreiterrolle ein. Das generationenübergreifende Bildungsangebot des LBV richtet sich an Kitas, Schulen, Familien und Seniorenheime. Während der LBV in seinen 17 bayernweiten Umweltbildungseinrichtungen jährlich über 130.000 Besucher\*innen begeistert, bietet das digitale Umweltbildungsprojekt „Naturschwärmer“ online zahlreiche, nachhaltige Aktionsideen für Familien. Kitas und Schulen können sich um die Auszeichnungen „ÖkoKids - KindertageseinRICHTUNG NACHHALTIGKEIT“ bzw. „Umweltschule in Europa / Internationale Nachhaltigkeitsschule“ bewerben. Die vielfältigen LBV-Bildungsprogramme vermitteln zukunftsrelevante Kompetenzen und Werte und leisten einen wichtigen Beitrag zur Umsetzung der 17 Nachhaltigkeitsziele der Vereinten Nationen. Die Umweltbildung des LBV ist mehrfach ausgezeichnet, unter anderem mit dem Qualitätssiegel „Umweltbildung.Bayern“ und als Lernort und Netzwerk der deutschen UNESCO-Kommission.

### **Über den LBV**

*1909 gegründet ist der LBV - Landesbund für Vogel- und Naturschutz in Bayern e. V. - der älteste Naturschutzverband in Bayern und zählt aktuell 117.000 Unterstützerinnen und Unterstützer. Der LBV setzt sich durch fachlich fundierte Natur- und Artenschutzprojekte sowie Umweltbildungsmaßnahmen für den Erhalt einer vielfältigen Natur und Vogelwelt im Freistaat ein.*

Mehr Infos: [www.lbv.de/ueber-uns](http://www.lbv.de/ueber-uns)

---

#### **LBV-Pressestelle:**

**Markus Erlwein | Stefanie Bernhardt | Franziska Back, E-Mail: [presse@lbv.de](mailto:presse@lbv.de),**

**Tel.: 09174/4775-7180 |-7184 |-7187. Mobil: 0172/6873773.**

Kostenfreie Bilder zu dieser Pressemitteilung finden Sie unter [www.lbv.de/presse](http://www.lbv.de/presse). Bitte beachten Sie den dortigen Hinweis zur Verwendung.

Möchten Sie keine Pressemitteilungen von uns mehr erhalten, schreiben Sie bitte eine kurze E-Mail an [presse@lbv.de](mailto:presse@lbv.de).