31. AUGUST 2019 / / SAMSTAG / / 28°C / / AUSGABE 01

WESTHEIDER POST

HIER ERFAHREN SIE ALLES ÜBER DAS ABENTEUER AUF DEM WESTHEIDER CAMPINGPLATZ

Vorbereitungen zum Flammlachsgrillen

Mhhhm… Flammlachs!

NEUER MICHELINSTERN FÜR DIE KÜCHE

Spektakuläre Szenen beim Abendessen: Im Anschluss an die letzte Mahlzeit des Tages gab es tosenden Applaus für ein brillantes Essen! Auf der Speisekarte stand neben tollen vegetarischen Gerichten der legendäre Flammlachs. In Kombination mit vielfältigem Gemüse konnten die Teamer einen anstrengenden Tag mit einer ordentlichen Portion Flammlachs abschließen. Am frühen Morgen machten sich Jörg und sein Team auf den Weg, den frischen Lachs vom Markt zu besorgen. Dabei transportierten sie außerdem einen selbstgebauten Flammlachsgrill. Am Abend war es dann soweit und wir konnten das exquisite Mahl genießen und die köstliche Zubereitung miterleben.
Nochmal ein riesiges Dankeschön an die Küche, sowie Joachim und Fabian!

Der Flammlachs auf dem selbstgebauten Flammlachsgrill.

Eskalations-Stufe 9 – Passiert bei uns nicht!

Wissen, wie man streitet

INTERAKTIVE SCHULUNG UNTER DER SONNE

In Vorbereitung auf mögliche Konflikte im Camp sind eure Teamer unter der Anleitung von Lana geschult worden. Dabei lernten die Teamer die unterschiedlichen Arten von Konfliktausgängen: Win-Win, bei der beide Konfliktpartner vom Ausgang profitieren, Win-Loose, bei der schon einer der beiden verliert, und letztlich Loose-Loose, bei der die Konfliktsituation so sehr eskaliert ist, dass beide nur noch verlieren können. Die unterschiedlichen Konfliktstufen wurden dabei in Standbildern veranschaulicht. Was von außen wie eine gefährliche Situation aussah und so manchen Campern Sorgen bereitete, war in Wahrheit eine friedliche Darstellung möglicher Konflikte. „Ich fand gut, dass ein Konflikt in verschiedenen Stufen betrachtet wird. Insgesamt half es mir, eine bessere Vorstellung von den Ausmaßen eines Streits zu erlangen und zu sehen, wie sich der Ausgang drastisch ändern kann.“, sagte Küchenteamer Philipp. Je extremer die Konfliktstufe, desto unwahrscheinlicher ist eine gewinnbringende Lösung für beide Parteien.
Jedem Teilnehmer ist deutlich geworden, dass kein Konflikt im Camp erwünscht ist. Dies wird auch nicht passieren, wenn man sich vor Augen führt, mit welcher Leidenschaft und Spaß unsere Teamer in das bevorstehende Lager starten. Wir sind bestens vorbereitet und freuen uns auf die Kids! Die abschließende Worte zu der Sitzung gehören Lana: „Wir wünschen uns keine Konflikte, aber wenn sie da sind, dann ist es gut, dass sie rauskommen. Wir sind gut vorbereitet!”
Mit den Worten sind die Teilnehmer dann in ein leckeres Mittagessen verabschiedet worden.

IN DIESER AUSGABE

KONFLIKTE IM CAMP! **SCHMECKEN, HÖREN,RIECHEN** **ESSEN DELUXE – LACHS VOM GRILL**

SEITE 1

31. AUGUST 2019 / / SONNTAG / / 28°C / / AUSGABE NUMMER 01

WESTHEIDER POST

Lagervorbereitungen mit allen Sinnen

GESUNDHEIT RIECHEN UND SCHMECKEN

Wie wichtig Hören, Sehen, Riechen, Schmecken und Fühlen für den Menschen ist, konnten wir im Wahrnehmungs- und Sinnesparcours erfahren. Wir folgten mit geschlossenen Augen Signalen eines Partners über den Rasenplatz, sollten akustische Signale ihrer Richtung zuordnen und die selbst erzeugte Energie zwischen unseren Händen hören. Noch viel intensiver arbeiten jedoch unsere Augen für uns – jeden Tag! Ohne sie verlieren wir das Gleichgewicht und können auch viel schwieriger unsere Umgebung wahrnehmen und kontrollieren.

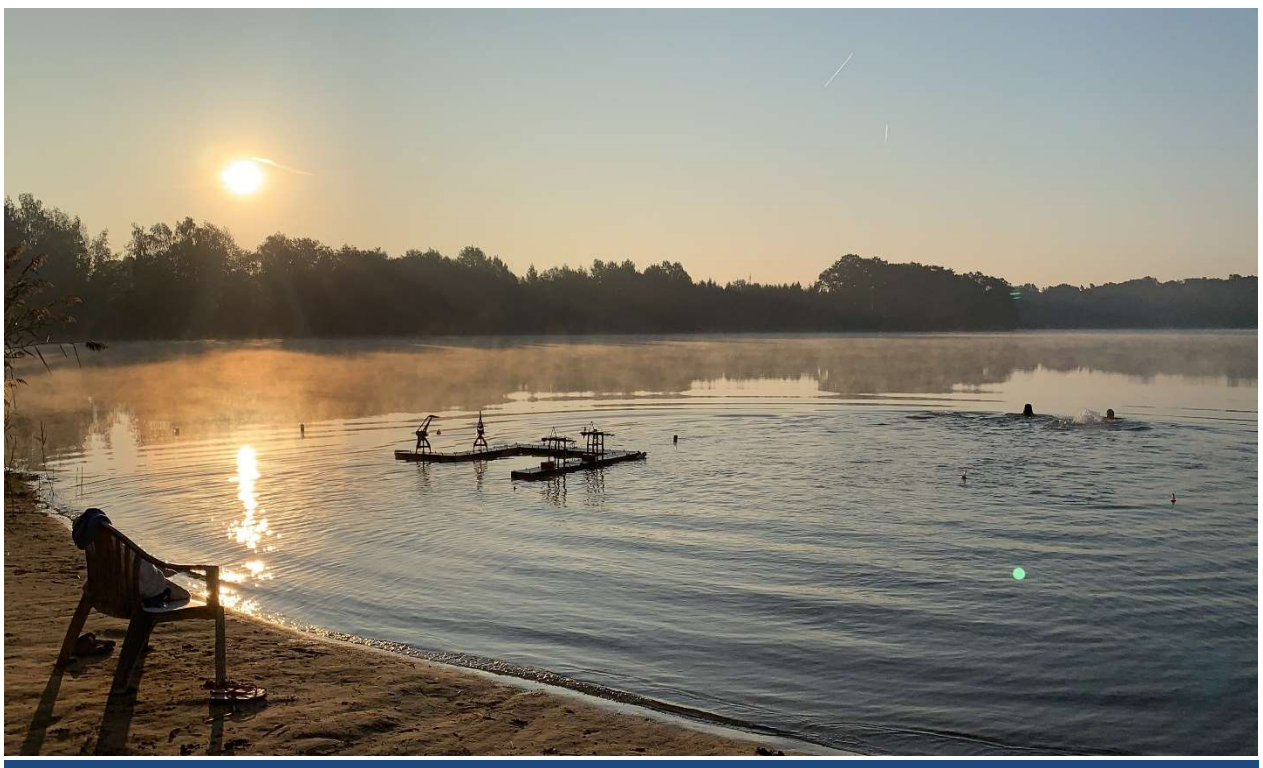
Doch auch unsere Nase lässt uns die vielseitigen Gerüche dieser Welt erschnuppern und ist auch unglaublich wichtig, damit wir den vollen Geschmack unseres Essens wahrnehmen können. Außerdem konnten wir den direkten geschmacklichen Unterschied zwischen dunkler Schokolade und süßer Vollmilchschokolade schmecken. Nicht nur, dass dunkle Schokolade viel intensiver schmeckt und der Geschmack auch länger anhält; sie ist in Maßen sogar sehr gesund für unseren Körper!

Darüber hinaus konnten wir auch das Fühlen auf eine ganz intensive Art erfahren. Wir massierten uns zum Beispiel gegenseitig mit verschiedenen Gegenständen – darunter auch sehr kreative, wie einem Kanupaddel, Birnen und Haselnüssen. Dabei konnte jeder Teilnehmer auch unterschiedliche Berührungserfahrungen mit heißen und kalten Gegenständen machen.

In Vorbereitung auf die abendlichen Zu-Bettgeh-Rituale lehrte uns Valeria auch verschiedene Massagetechniken und -geschichten, mit denen wir nach einem spannenden und anstrengenden Tag zur Ruhe kommen können.

Mit verbundenen Augen bekommen die Teamer verschiedene Gegenstände präsentiert und müssen sie mit ihren Sinnen erkennen

Im versammelten Plenum werden die koordinativen Fähigkeiten erklärt und anschließend von den Teamern spielerisch erprobt



Die Meerjungfrauen im Westeroder See

Andis Apothekenumschau

„BÄM = GESUNDHEIT

GESUNDHEIT = BÄM!“

INTERVIEW DES TAGES

Wer bist Du und was sind deine Aufgaben im Lager?

Nils: Ich bin Nils und bin in der Lagerleitung. Ich bin mit meinem Team dafür verantwortlich, dass alles funktioniert und wir sind als Lagerleitung die erste Ansprechstation für alle.

Welche drei Dinge machen Dir (bis jetzt) am meisten Spaß?

Nils: Das Kanufahren hat super viel Spaß gemacht. Der Flammlachs war ein richtiges Highlight und das Volleyballspielen mit allen Studis und Schüler, die gerade Lust haben.

Was isst Du zum Frühstück?

Nils: Porridge oder Vollkornbrötchen.

WARNUNG

Meerjungfrauen gesichtet!

IST DER MYTHOS WAHR ??

Am frühen Samstagmorgen sind nach Informationen der Redaktion drei Meerjungfrauen an der Bucht des Westeroders Sees aufgetaucht. Die Nachricht verbreitete sich wie ein Lauffeuer, woraufhin die Bucht gesperrt wurde und die Boote der Wissenschaftler den Teil des Sees umkreisen und durchsuchen.

Wissenschaftler weisen auf die Gefahr der mythischen Wesen hin: „Sie können einen durch ihren Gesang und ihre Schönheit verführen“, erklärte Commander Gibbs.

Die Redaktion empfiehlt trotz der Gefahr einen Gang zum See in der Morgensonne. Denn unabhängig davon, ob man die Geschöpfe entdeckt, spendet das Wasser und das Schwimmen einem viel Energie für den gesamten Tag – in diesem Sinne: *BÄM!*