

Hallo,

neues Jahr, neues Glück: Mit dem Jahreswechsel überlegen sich viele Menschen auch neue Ziele oder zumindest Vorsätze. Mehr Sport machen, das Rauchen abgewöhnen oder eine gesündere Ernährung sind dabei die Klassiker, die bei vielen wohl schon das ein oder andere Mal auf dieser besagten Liste der Neujahrsvorsätze standen.

Auch mehr **Zeit an der frischen Luft** zu verbringen hat an Priorität gewonnen. Kein Wunder, denn durch Bewegung in der Natur steigern wir unser Konzentrationsvermögen, der Körper tankt Vitamin D und wir unterstützen einen gesunden Schlaf. Wenn wir draußen unterwegs sind, tun wir aber nicht nur unserem Körper, sondern auch der Umwelt etwas Gutes.

Wie das? Je mehr wir draußen unterwegs sind, je besser wir die Natur kennenlernen, desto mehr wollen wir sie schützen.

Von all den Tieren, die ebenfalls draußen aktiv und unterwegs sind, habe ich heute drei ausgewählt, die vor allem im Herbst und Winter die Nähe des Menschen suchen - und sich dadurch unweigerlich in Gefahr begeben.

Hattest du in letzter Zeit Kontakt mit einem von ihnen? Was ist passiert? Ich freue mich auf deine Rückmeldung, gerne als Kommentar im Artikel.

[Verletzten Igel gefunden - was tun?](#)

[Verletztes Eichhörnchen gefunden – wie ich helfen kann](#)

[Eulen schützen – Wissenswertes und Tipps](#)

Hab' einen guten Start ins neue Jahr,  
bleib draußen aktiv!

Hubert

...übrigens: Wenn du Neujahrsvorsätze einhalten möchtest, hilft es dir, eine Freundin, Kollegen oder Bekannte zu suchen, die das gleiche Ziel verfolgen. So motiviert ihr euch gegenseitig und macht euch den neuen Vorsatz schneller zur Gewohnheit.

Ideal starten kannst du damit, indem du die Seite von [Active Outside](#) weiterempfehlst 😊