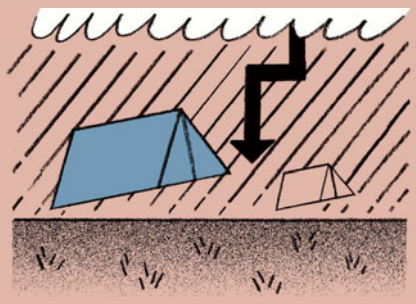
Von Peter Neitzsch
Illustrationen Moritz Wienert



Keine Panik im Sturm

Pladdernder Regen, schlammige Wege, triefende Zelte – ein Regentag lässt sich im Plastikponcho noch stoisch ertragen. Doch was, wenn es richtig stürmt?

1. Zelt gut vertäuen: Ein Unwetter – ohne Blitz und Donner – lässt sich gut im Zelt überstehen, wenn es sicher steht. Also: nicht in Senken aufbauen, wo sich Wasser sammelt. Die Wände straff spannen. Kontakt zwischen Innen- und Außenzelt vermeiden.

2. Bühnen meiden: Eine der größten Gefahren bei Sturm liegt in der Statik von Bühnen, Zelten und Ständen. Lose Teile könnten Besucher verletzen.

3. Ruhe bewahren: »Menschen reagieren im Notfall häufig irrational«, sagt Olaf Jastrob vom TÜV Nord. Er rät: bei Gewitter Panik vermeiden, Hinweise des Veranstalters befolgen.

4. Notfalls Auto aufsuchen: Auto, Bulli oder Wohnwagen leiten Blitze ab.

5. Zusammenkauern: Wer kein Auto hat, sollte sich klein machen: in die Hocke gehen, Beine nebeneinander, um wenig Angriffsfläche zu bieten.



Ravioli, Ravioli – Schluss damit!

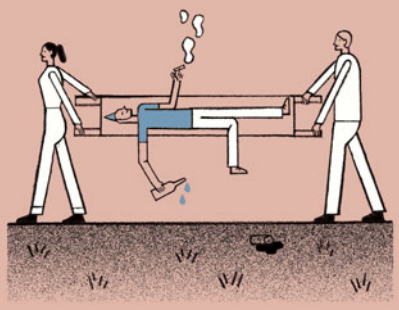
Schnell, billig, viele Kalorien – das macht Festivalfood aus. Doch es müssen nicht immer kalte Ravioli aus der Dose sein. Es geht auch mit Stil: Für Italien-Feeling auf dem Zeltplatz sorgt ein selbst gemachtes Instant-Risotto.

Vorbereiten: 250 g Risottoreis mit 50 g klein geschnittenen, getrockneten Wald- oder Steinpilzen und 40 g klein gehackten Trockentomaten mischen. Ein Lorbeerblatt sowie je einen Teelöffel Zwiebelgranulat, getrocknetes Bohnenkraut und Gemüsebrühe untermengen und in einen Zipp-Beutel füllen.

Zubereiten: 800 ml Wasser auf dem Gaskocher aufkochen, Risottomischung einrühren und unter Rühren 20 bis 25 Minuten garen. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Verfeinern: Parmesan trotzt auch widrigen Zeltbedingungen und ist – frisch gerieben – das entscheidende Gourmet-Extra.

Stevan Paul, Daniela Haug: »Open Air. Das Festival- & Camping-Kochbuch«. Brandstätter Verlag, 29,90 Euro.



Hingehen, ansprechen, Hilfe leisten

Die Band spielt, die Sonne scheint, alle sind in Feierlaune – plötzlich kippt einer um. Was tun? »Das Wichtigste ist, dass man schnell reagiert und natürlich erkennt, ob jemand Hilfe braucht«, erklärt Stefan Osche, Erste-Hilfe-Experte beim Deutschen Roten Kreuz. Also nicht einfach mit den Schultern zucken und denken: Der ist halt besoffen! Sondern hingehen, ansprechen, rütteln – im Zweifel den Notarzt rufen. Manchmal ist die Ursache für den Kollaps auch gar nicht der Alkohol, sondern eine Hitzeerschöpfung. »Wenn jemand in einem benommenen Zustand ist, dann muss er aus der Situation raus«, erklärt Osche. Die Helfer sollten den Festivalbesucher dann in den Schatten bringen, ihm etwas zu trinken oder zu essen geben. Bei Bewusstlosigkeit: kontrollieren, ob der Ohnmächtige noch atmet. Wenn ja, reicht die stabile Seitenlage bis zum Eintreffen des Sanitäters aus. Hat die Atmung aber ausgesetzt, muss er sofort wiederbelebt werden. Den Erste-Hilfe-Kurs bei Gelegenheit einmal auffrischen? Gute Idee!