

Anleitung zum erfolgreichen **PICKNICK** Geschichte, Tipps, Rezepte

Roland W. Schulze



kostenloses eBook
Version 3

Herausgeber: PICKNICK-BREMEN
Ein Projekt von Jens Emigholz & Roland W. Schulze
Erschienen im Eigenverlag als eBook

www.picknick-bremen.de

Informationen der Herausgeber

Es ist soweit: wir haben bereits die 3. Auflage dieses kleinen eBooks „Anleitung zum erfolgreichen Picknick“ herausgebracht – also hier in einer völlig überarbeiteten Version!

Natürlich bleibt es beim kostenlosen Herunterladen von unseren Picknick-Bremen-Seiten, von unserer Homepage www.picknick-bremen.de – versprochen!

Beim Schreiben dieses kleinen Buches ist die Idee entstanden, tiefer in diese interessante Thematik einzusteigen. Daher hat Roland W. Schulze im Sommer 2018 ein „**großes Buch**“ zur Freizeitkultur „Picknick“, geschrieben und im Oktober 2018 herausgebracht, mit 228 Seiten im DIN-A5-Format und ca. 250 Fotos.

Dieses erste deutschsprachige Grundlagenwerk, mit dem Titel „**PICKNICK-weltweit und kreativ**“ gibt es als gedruckte Taschenbuch-Version und natürlich auch als eBook im ePub-Format mit DRM-Kopierschutz. Diese eBook-Version läuft leider nicht auf allen AMAZON-Kindl-Geräten, aber auf allen Geräten, die das ePub-Format lesen können. Über jeden Buchhändler und Buch-Onlineshops können beide Bücher bestellt werden, wie bei: BoD-Verlag, AMAZON, Thalia, Hugendubel, Kindle-Shop, Google, etc.



Wir beiden Herausgeber sind auch die Gründer und Betreiber der ersten Bremer Picknick-Korb-Vermietung.

Hier gibt es stylische Weiden-Picknick-Körbe, gefüllt mit leckeren Speisen und erfrischenden Getränken. Zudem wartet ein umfangreiches Picknick-Zubehör auf Picknick-Freude, von Kühltaschen, Spielen, Decken, usw. und Tipps zu Picknick und Hinweise auf schöne Plätze gibt es natürlich kostenlos!

Mehr Informationen gibt es über www.picknick-bremen.de und dort findet Ihr auch unseren ONLINE-Shop <https://supr.com/picknick-bremen/>.



Jens Emigholz



Roland W. Schulze

Und nun viel Spaß beim Lesen!

Urheberrecht, Copyright, Kontaktadresse, Fotoquellen, etc.

Diese PDF-Datei, dieses eBook, steht unter Copyright und Urheberschutz. Inhaltsstruktur, Texte, Grafiken und Bilder dürfen ohne schriftliche Erlaubnis der Herausgeber nicht herauskopiert und ohne schriftliche Erlaubnis der Autoren anderweitig genutzt und verwertet werden.

Das betrifft alle zur Zeit verfügbaren analogen und digitalen Medien und Informationsträger, wie Druckwerke, Magazine, Zeitschriften, Bücher, Rundfunk- und Fernsehbeiträge, Internet-Seiten, Apps, eBooks, Blogs und Videoplattformen, wie „YouTube“ oder ähnliche Seiten im Internet.

Bei Presse-Veröffentlichung erbitten wir obligatorisch, eine Quellen-Angabe und ein Quellen-Nachweis (als Kopie) an uns zu senden, so wie es ja eigentlich schon immer im Presse-Bereich üblich ist!

Das Verzeichnis der hier verwendeten Bilder, Fotos und Grafiken befindet sich auf der letzten Buchseite! Die Internetadressen dort sind auch gleichzeitig die Urheberrechtsadressen der Urheber und Produzenten der Bilder, Fotos und Grafiken, sowie auch eine kostenlose Werbung für die Domain-Besitzer dort.

Unsere Adressen und Impressum

„Picknick-Bremen“ ist ein gemeinsames und partnerschaftliches Projekt von:
Jens Emigholz GmbH, Jens Emigholz und DIVA-Systems, Prof. Roland W. Schulze in Bremen

Herausgeber ist „Picknick-Bremen“ info@picknick-bremen.de mit:
Jens Emigholz, Jens Emigholz GmbH, Utbremer-Straße 67, 28217 Bremen,
Prof. Roland W. Schulze, DIVA-Systems, Nansenstr. 29, 28217 Bremen

Autor und verantwortlich für die Inhalte hier im Sinne des Presserechts ist
Prof. Roland W. Schulze, DIVA-Systems, Nansenstr. 29, 28217 Bremen
info@diva-systems.de



Inhaltsverzeichnis

1. Vorwort vom irischen „Picknick-Forscher“ Greg McKinsley.....	5
2. Definition: Was ist eigentlich “Picknick” und Abgrenzung zum Grillen und Camping.....	6
3. Was für Picknick-Arten gibt es.....	7
3.1. Das kulinarische Picknick.....	7
3.2. Das romantische Picknick zu zweit.....	7
3.3. Das künstlerische Picknick.....	8
3.4. Das spontane Picknick.....	8
3.5. Das Motto-Picknick.....	8
3.6. Antizyklisches Picknick.....	9
4. Ein kurzer historischer Abriss.....	10
5. Picknick – heute.....	12
5.1. Picknick sprengte 1989 die Grenzen.....	12
5.2. Bürger-Forderungen.....	12
5.3. Ein spezielles Picknick in Japan.....	13
6. „Ich packe meinen Picknickkorb mit ...“	14
6.1. Was braucht man eigentlich an „Ausstattung“ für das erste eigene Picknick?.....	14
6.2. Anforderungen an: Geschirr, Besteck und Gläser fürs Picknick.....	14
7. Welche Speisen und Getränke sind picknick-tauglich und welche nicht?.....	15
8. Rezept-Quellen für leckere Picknick-Speisen.....	15
9. Rezept-Vorschläge für selbstgemachte Speisen und Getränke für das eigene Picknick.....	16
10. Willkommene Anlässe für ein „privates Picknick“	18
11. Anlässe für Picknicks im „Unternehmensbereich“	19
11.1 Brainstorming-Seminare.....	19
11.2. Teambuilding.....	19
11.3. Wissensvermittlung bzw. Präsentation ohne Strom.....	19
11.4. Kennenlernen der Menschen abseits ihrer betrieblichen Funktionen als Mitarbeiter.....	20
11.5. Picknick und Gesundheit.....	21
12. Das Wetter - wir wollen picknicken – es wird doch wohl nicht regnen?.....	23
13. Wo gibt es im Umland Bremens schöne Picknick-Gelegenheiten?	24
13.1. Wo darf man Picknicken und wo nicht?.....	24
13.2. Auf die Schnelle: Picknick-Plätze in Bremen und „Umzu“	24
13.3. Wir arbeiten an einer Picknick-Platz-APP.....	25
14. Bildverzeichnis, bzw. Bildquellen und Urheberrechte.....	26

1. Vorwort vom irischen „Picknick-Forscher“ Greg McKinsley

Ich fühle mich sehr geehrt, dass ich hier ein paar einleitende Worte schreiben darf!

Ursprünglich in Irland geboren, lebe ich nun schon seit fast 60 Jahren in Deutschland und beschäftige mich als Kulturwissenschaftler sehr intensiv mit dem aktuellen Freizeitverhalten in Deutschland und in Europa. Heute bin ich ein alter Mann, fühle mich aber oft viel jünger und bin immer noch geistig und körperlich aktiv, natürlich auch mit picnic-Veranstaltungen!

Vielleicht ist es ja sogar der kulturelle Abstand zwischen Irland und Deutschland, der mich sehr sensibel gemacht hat, Unterschiede im Freizeitverhalten schon im Ansatz zu spüren, dann zu beobachten und auch wissenschaftlich zu analysieren.



Greg McKinsley

Draußen mit Bekannten und Freunden in der freien Natur zu sitzen, zusammen zu essen und zu spielen und sich angenehm zu unterhalten, das ist eine alte und beliebte Freizeitveranstaltung und die heißt weltweit „Picknick“, egal wie es in vielen Ländern geschrieben sein mag – das Prozedere ist überall gleich!

Die neuzeitliche und weltweite Renaissance von Picknick und auch die tolle Resonanz auf das „kleine und auch das große Picknick-Buch“ hier, freut mich sehr und ich wünsche den Herausgebern weiterhin alles Gute!

Als Kulturwissenschaftler und Soziologe habe ich bereits schon im Jahre 1958 ein Buch über diese Freizeitkultur verfasst, mit dem Titel „**Why Picnic?**“ und bin schon damals zu folgenden, interessanten Ergebnissen gekommen:

"Eine Picknick-Veranstaltung ist für Geist und Organismus der Teilnehmer jeden Alters höchst gesund und förderlich, weil:

- es mit „Bewegung“ zusammenhängt, meist einen Ausflug beinhaltet und allein schon der Standort-Wechsel sehr beruhigend wirkt,
- die Gesamt-Situation der „Ent-Schleunigung“ in dieser hektischen Zeit dient,
- es meist im Grünen stattfindet, da ist allein schon die Umgebungsfarbe höchst beruhigend,
- es in einer höchst kommunikativen und sozialen Zusammenkunft mit mehreren Personen stattfindet,
- es zusammen mit dem Genuss köstlicher Speisen, vielleicht auch gemeinsamer sportlicher Betätigung stattfindet entsteht eine hohe und soziale Interdependenz!"

Wer also Picknick noch nicht kennt, sollte es schleunigst kennenlernen, denn Picknick macht Spaß und ist gesund! Viel Spaß bei Lesen and happy picnicing!

Greg McKinsley
(Dublin und München)

Anmerkung der Herausgeber:

Wir haben sehr lange nach einer Person gesucht, die sich schon lange, intensiv und auch wissenschaftlich mit „Picknick“ beschäftigt und wir sind außerordentlich froh, dass wir Greg McKinsley begeistern konnten, als Berater in unserem Projekt mitzumachen und uns zur Seite zu stehen und wir hoffen, dass Greg uns noch lange Zeit zur Verfügung steht!

2. Definition: Was ist eigentlich “Picknick” und Abgrenzung zum Grillen und Camping

Die Enzyklopädie **WIKIPEDIA** im Internet definiert: „*Ein Picknick ist eine gemeinschaftlich im Freien eingenommene Mahlzeit, von 2 bis X Personen. Fast immer ist ein Picknick verbunden mit einem Ausflug, einer Wanderung oder einer Ausfahrt. „Zuhause im Garten“ wird man daher kaum ein traditionelles Picknick veranstalten. In diesem Zusammenhang häufig verwendete Utensilien sind der Picknick-Korb, die Picknick-Decke und das Picknick-Geschirr, wobei hinter diesen Begriffen nicht zwingend eine besondere Beschaffenheit stehen muss.*“



Der klassischer Weiden-Picknick-Korb



Ein aktueller Picknick-Rucksack

Das Spektrum einer Ausstattung reicht hier von preiswerten Körben mit billigem Kunststoff-Geschirr und Kunststoff-Bestecken, bis hin zu edlen und aufwendig produzierten Weidenkörben oder Picknick-Koffern aus Edelholz, mit echtem Porzellan-Geschirr, Kristall-Gläsern, Silberbestecken und Silber-Dosen zur Aufnahme der Lebensmittel. Heutzutage gehört zur o.g Ausstattung auch eine Kühlhalte-Möglichkeit, z.B. eine Kühltasche mit gefrorenen Kühl-Akkus und ein Outdoor-Spiel. Somit reicht die Preisspanne für eine Basis-Ausstattung mit Korb, Geschirr, Kühltasche, Spiel und Decke von 40 Euro, bis hin zum edlen Picknick-Koffer, etwa als Zusatzausstattung für den aktuellen Rolls-Royce im Wert von über 15.000,00 Euro (siehe rechts).



Der Rolls-Royce-Picknick-Koffer

Picknicken und Grillen, sind extrem unterschiedliche Freizeit-Veranstaltungen, so wie auch schon zwischen Grillen und Barbecue ein großer Unterschied besteht. Barbecue ist eben nicht nur die amerikanische Übersetzung für Grillen. Die Temperaturen, mit denen man das Grillgut gar werden lässt und damit auch die nötige Zubereitungszeiten, sind extrem unterschiedlich. Beim Barbecue wird zudem auch noch mit Rauch gearbeitet, mit dem sogenannten Barbecue-Smoker.

Aber zurück zu unserem Thema: Picknick ist pure Entschleunigung und Kommunikation mit netten Leuten und damit auch mehr, als eine kleine und schnelle Essenspause. In Abgrenzung zum Grillen und Zelten/Caravaning, ist das Picknick geprägt von intensiver Kommunikation mit Verwandten, Freunden und Bekannten, an einem angenehmen Platz in der freien Natur. Das „entspannte Zusammensein“ steht hier wirklich im Vordergrund und erst in zweiter Linie ist das „Zusammen-Essen“ wichtig. Das Essen besteht zudem immer aus kalten Speisen und kann beliebig oft unterbrochen und wieder fortgesetzt werden.

3. Was für Picknick-Arten gibt es?

3.1. Das kulinarische Picknick

Wer bei Picknick an hart gekochte Eier, Frikadellen und lauwarmes Bier aus Dosen denkt, der ist irgendwann in den 70er Jahren stecken geblieben. Obwohl, etwas aufgepeppt kann auch heute noch ein 70er Revival-Picknick durchaus seinen Charme haben. Erlaubt ist, was gefällt und schmeckt!



Inzwischen hat die Picknick-Szene längst ihren eigenen Absatzmarkt. Man denke nur an die reizenden, aufwendig ausgestatteten Picknick-Körbe, die es zu kaufen gibt. Es steht eine riesige Auswahl kulinarisch ausgefeilter Picknick-Rezepte bereit, was wir nicht zuletzt der boomenden fingerfood-Szene zu verdanken haben. Wenn auch die Zubereitung gern etwas aufwendig sein darf, vor Ort muss es bequem und ohne viel Werkzeug zu genießen sein. Also, ein letzter Blick auf die Wettervorhersage und auf geht's mit dem Picknick-Korb zum Genießen unter freiem Himmel. Wenn also leckere, nicht gerade alltägliche Speisen gereicht werden, dann ist das sogar ein überwiegend kulinarisches Picknick!

3.2. Das romantische Picknick zu zweit

Auf alle Fälle muss der Ort, an dem das Picknick stattfinden soll, ein romantisches Plätzchen sein, z.B. ein Ort mit einer tollen Aussicht. Oder es kann auch ein Ort mit ausgefallener Natur sein, in einem spektakulären Botanischen Garten, an einem idyllischen See, an der Nord- oder Ostsee, auf einem Boot, einem Schiff, oder mit einem netten Oldtimer, etc.



Ein stylischer Picknick-Weidenkorb muss dabei sein. Dann gehören Speisen und Getränke dazu, die ihr gerne esst oder die ihr noch nicht kennt, aber neugierig darauf seid, sie kennen zu lernen, denn Liebe geht bekanntlich durch den Magen!

Eine Decke, Kissen, ein Musikplayer mit Box für die Lieblingsmusik und wenn es dann in die Abendstunden geht, dann brauchen wir noch Kerzen, Windlichter oder Fackeln. Ein Mitternachtspicknick, mit einer wärmenden Ausrüstung, um gemeinsam Sternschnuppen zu beobachten und sich bei jeder Sternschnuppe einen Wunsch für die Zukunft zu überlegen, bei einem Schluck Sekt oder heißen Punsch ... das könnte es doch sein – oder? Obligatorisch gehört eine Flasche Sekt und zumindest eine Packung „Mon Cherie“ dazu, oder selbstgemachte leckere Pralinen, etc.

Der Phantasie sind wirklich keine Grenzen gesetzt und wenn es wirklich alles gut zusammengepasst hat, dann wird man sich später gerne daran zurück erinnern! Wir haben bei Picknick-Bremen daher ein spezielles „Picknick für 2 Verliebte“ entwickelt!

3.3. Das künstlerische Picknick

Das jährliche Klassik-Konzert der Bremer Kammerphilharmonie in Knoops Park in Bremen („Sommer in Lesmona“) ist eigentlich ein „künstlerisches Picknick“: man lauscht der Musik und macht gleichzeitig ein Picknick auf der Wiese vor der Bühne.

Aber auch Picknicks mit bildenden Künstlern haben schon mehrfach stattgefunden, wie z.B. regelmäßig in Darmstadt, wo Künstler ihre Werke zeigen und zu einem Picknick-Plausch einladen (siehe Foto rechts).



Künstler-Picknick in Darmstadt

3.4. Das spontane Picknick

Völlig ungeplant, mit so einer Laune, aus dem heiteren Himmel heraus und dem Ausspruch „lass uns doch mal eben ein Picknick machen“ - das ist wahre Spontanität!

So wie etwa: „... nach dem Shopping plagte uns der Hunger und zufällig fuhren wir auf einer Nebenstraße am Flughafen vorbei. Im Paderborner Lidl deckten wir uns schnell noch mit Picknick-Essen ein, eine Decke haben wir immer im Auto und nach einem kurzen Spaziergang über ein paar Feldwege, saßen wir sodann auf einer Wiese und genossen die



Spontanes Sightseeing Picknick am Flughafen

Aussicht. Ich kann euch diesen Platz nur empfehlen. Die Kinder können laufen. Es gibt immer etwas zu sehen und dank einer „Abflug-App“ in meinem Smartphone konnten wir verfolgen, woher die Flugzeuge kamen und wohin sie flogen. So vergeht die Zeit wie im Flug. Ich habe den Platz mit einem roten Punkt auf einer Karte markiert ...“!

Danke Gudrun, für den spontanen Bericht!

3.5. Das Motto-Picknick

Man kann aus einem Picknick eine richtige Veranstaltung machen, die man unter ein Motto, also ein Thema stellt. Das Spektrum der zur Verfügung stehenden Möglichkeiten geht von der Speisen-Zusammenstellungen länderspezifischer Art, mit oder ohne Kostüme für die Teilnahme, Picknick in einer bestimmte Epoche nachspielen, etc. Das geht schon mit 2 Teilnehmern, es macht aber mehr Spaß, mit mehr Personen. Hier sollen nur ein paar Beispiele dargestellt werden, um die eigene Ideen-Findung zu unterstützen. Das geht auch für Unternehmensfeiern!



Bayrisches
Picknick

Hundegeburtstag
Ein Picknick für
Mensch + Tier

Wirtschaftswunder
Picknick

Speisen: Brezn, Radi, Obatzda, Kas, Salat und ein Bier,
Kleidung: Dirndl und Lederhosen,
Musik: „Hubert von Goisern und die Almkatzen“

Für das Herrchen / Frauchen: Rotwein, diverse Käsesorten und Baguette, Dippes
für den Hund: Bio-Hundekuchen, ein Knochen, ein Wurfspielzeug und ein Wassernapf

Speisen: russische Eier, Toast-Hawaii, Käse-Igel, „omaten-Fliegenpilze, Mai-Tai, „Kalter-Hund“, Kullerpfirsich und natürlich Ahoi-Brause!
U.U. mit Leih-Oldtimer!

3.6. Antizyklisches Picknick

Alle denken, dass man nur picknicken kann, wenn es warm ist und die Sonne scheint!

NEIN - weit gefehlt - man kann auch Picknick machen, wenn alle anderen es gerade NICHT machen! Um so größer ist der „AHA-Effekt“, wenn man mit einem stylischen Picknick-Korb, samt Geschirr, Gläsern und Bestecken, sowie leckeren Speisen und Getränken bei Bekannten auftaucht. „Antizyklisch“ heißt, dass man die Erwartungshaltung der anderen umstößt und einfach etwas anderes macht, als alle erwarten.

Konkret heißt das hier z.B., dass man mal wieder die Oma besucht, bei ihr Zuhause, oder im Krankenhaus oder im Altenheim und einen Korb voller Leckereien mitnimmt, die Oma schon immer gern mochte und heute auch noch essen darf. Oma braucht eigentlich nur heißes Wasser beizusteuern (z.B. für einen Brüh-Kaffee, oder Tee, oder Grog, oder Kakao, siehe rechts).



**Der Besuchskorb -
hier modifiziert als Adventskorb**

Ansonsten bringt ihr ja alles mit denn ALLES an Geschirr ist im Korb. Und später nimmt sogar das benutzte Geschirr auch wieder zurück. **Oma hat keine Arbeit damit!** Alles ist dabei, nur **heißes Wasser** fehlt noch und das gibt es überall!

Der Korb hier, ist der sogenannte **Besuchskorb** und zur Adventszeit heißt er **Adventskorb**, weil er dann auch mit verschiedenen Weihnachtskekse und Dresdner Christ-Stollen oder „Bremer-Klaben“ gefüllt ist.

Bei Picknick-Bremen besteht der Korb-Inhalt an Getränken zum Beispiel aus:

- 0,5l Jamaika-Rum, um mit heißem Wasser einen **Grog** zu machen,
- 50g schwarzem **Tee** und 50g grünem Tee, **2 verschiedene Tees** sind möglich,
- 4 kleine Tassen-Filterbeutel mit gemahlenem Kaffee-Pulver, das ergibt 4 Tassen richtigen **Brüh-Kaffee**,
- 1l Bio-Vollmilch und echtes Kakao-Pulver, zusammen mit einer kleinen Menge heißem Wasser gibt das dann einen **leckeren Kakao**,

Damit können wir zusammen ganz spontan entscheiden, welche dieser **4 Getränke** wir **vor Ort** für den/die Besuchten und die Besucher bereiten! Ein Korb ist für 4 Personen!

Zu Essen gibt es im Korb:

- Verschiedene Kekse von unserem kreativen Bäcker, im Advent natürlich Weihnachtskekse, Dresdner-Christ-Stollen im Advent,
- oder Bremer-Viktoria zur Bremer-Freimarkt-Zeit, oder Rosinen-Brot oder Blätterteig-Stückchen, oder Bremer-Kaffee-Brot, oder Bremer-Klaben, etc.

Der Phantasie sind einfach keine Grenzen gesetzt! Es gibt noch mehr Ideen zum antizyklischen Picknick; seid einfach mal mit dieser Idee kreativ und entwerft eigene Besuchsideen! Und neben den o.g. Lebensmitteln und Getränken kann man natürlich auch einen „**Länder-Korb**“ mitbringen, z.B. nur mit Leckereien aus dem letzten Italien-Urlaub, oder ausnahmslos selbstgemachte Speisen und Getränke! Spielt einfach mal mit der Idee, jemanden zu überraschen, mit Euch als Personen und mit leckeren Mitbringseln im Picknick-Korb – **ohne Vorankündigung und ohne Arbeit für den oder die zu Besuchenden!**

4. Ein kurzer historischer Abriss

Das gemeinsame, geplante Essen im Freien war bereits in der Antike bekannt.

Die antiken **Griechen** hatten für unser heutiges Picknick den Begriff „**Eranos**“. Mit „Eranos“ (griechisch ἔρανος) bezeichneten sie u.a. eine „Vereinigung, die Beiträge zu einem bestimmten Zweck leistet, z. B. für ein gemeinsames Festmahl“.

Der griechische Dichter Homer benutzte in der „Odyssee“ schon „Eranos“ zur Bezeichnung eines einfachen, gewöhnlichen Mahles mit regelmäßigen Teilnehmern, die dazu auch ihren Beitrag an Speisen leisteten.

„Eranos“ im heutigen Griechisch bedeutet eine konkrete Spendensammlung oder eine Fundraising-Aktion. Leider gibt es, außer dem Eranos-Stein, einem Hinweisstein auf einen Eranos-Platz (rechtes Bild), keine Darstellungen des griechischen Picknicks auf antiken Vasen oder als Reliefs auf Marmortafeln.



Griechischer Markierungsstein zum „Eranos“

Die alten **Römer** pflegten diese, von den Griechen übernommene Veranstaltung und nannten es „**Prandium**“. Dieses Wort aus dem Lateinischen bezeichnete bei den Römern ein zweites Frühstück, das gegen 12 Uhr mittags unserer Zeit eingenommen wurde.



Prandium - das römische Picknick als gestickter Gobelin

Gegessen wurden dabei meist kalte Speisen wie Käse, Feigen, Oliven und Nüsse sowie Gemüse, Eier, Pilze und Früchte oder aufgewärmte Reste von der „Cena“ (der Hauptmahlzeit am späteren Nachmittag) vom Vortag, wie Pökelfleisch, Schinken oder Schweinskopf.

Danach (lat.: „post prandium“) schloss sich meist die Mittagsruhe an oder, sehr beliebt war auch der Besuch eines Bades an.

Fernab der o.g. historischen Darlegungen, streiten sich heute noch die Engländer und die Franzosen, wer denn nun in der Neuzeit Picknick erfunden hat. Etwa zeitgleich vor 200

Jahren haben beide Länder Picknick wieder entdeckt. Besonders beliebt aber wurde das Picknick im 19. Jahrhundert, also im Empire in **England**, im sogenannten **viktorianischen Zeitalter** (1837-1901). Und das nicht nur, weil Ihre Majestät es liebte, draußen zu speisen, sondern weil mit der Industrialisierung die Städte immer überfüllter und verdreckter wurden und eine kleine Abwechslung draußen in der Natur willkommen war. Das Adelsleben war anscheinend langweilig und Picknick war wohl eine willkommene Veranstaltung.

Der viktorianische Picknick-Korb von 1875 (rechts) zeigt die damalige Standard-Ausrüstung: mit Gabeln und Messern, eine Teekanne samt Stövchen, Behälter für Milch und Zucker und eine kleine Dose für Kekse. Meist brachte Königin Victoria diesen Korb mit und hatte alle anderen Gäste angewiesen (adlige Verwandte und Freunde des Hofes), reichlich kalte Speisen selbst mitzubringen, die sie dann genüsslich zusammen ausgetauscht und verspeist haben.



Victorianischer Picknick-Korb um 1875 aus dem Nationalmuseum in London

Hier gehörte zum Picknick in jedem Fall auch ein Tee-Bereitungsset, so dass, vor der Erfindung der Thermoskanne, oft noch ein tragbares Kochgerät (ein Stövchen mit Kerze oder Brenn-Spirituskocher) mitgenommen werden musste.

Die klassische und noch heute aktuelle Picknick-Ausstattung mit Picknick-Korb, der sowohl das Essen als auch eine Decke, Geschirr und Besteck enthalten konnte, kam erst im frühen 19. Jahrhundert in Großbritannien auf.



James Tissot - La Partie Carrée , ca. 1870

Englisches Picknick:

Die Engländer veranstalten ein Picknick oft **rund um eine spezielle Veranstaltung!** Bei Pferderennen, wie etwa in **Ascot**, bei Tennis-Tournieren, etc. gehört ein Imbiss im Grünen zur Tradition. Engländer bewahren, im Gegensatz zu Kontinentaleuropäern, auch beim Picknicken die Form und den Stil: beim Outdoor-Imbiss an einem der großen Anlässe, sieht man nicht selten Smoking und lange Kleider und Damen mit Riesenhüten. Bei informelleren Picknicks darf es zwar sportlicher sein, aber nicht nachlässig.

Plastikgeschirr und -besteck sind auch heute

bei einem gepflegten Picknick auf der Insel absolut tabu. Eingepackt wird Porzellangeschirr, Kristallgläser, Silberbesteck, Stoffservietten und natürlich ein schottisches Wollplaid, also eine Decke aus irischer Schafswolle!

Französisches Picknick:

Ein französisches Picknick hingegen, ist oft eine **sehr spontane Angelegenheit!** Dazu braucht man nicht viel: irgendeine Decke und eine irgendeine Tasche, einen guten Wein, ein Baguette, Salate, Sandwiches und gute Freunde – voilà! Ob am Strand oder einem „déjeuner sur l’herbe“ auf der Wiese, in einer Waldlichtung oder in einem Stadtpark – in Frankreich wird überall unkompliziert Picknick veranstaltet. **Es zählt der Spaß und der Genuss!**

5. Picknick – heute

5.1. Picknick sprengte 1989 die Grenzen

Geschichtlich ganz herausragend ist „Das Picknick bei dem der eiserne Vorhang fiel!“ Dieses sogenannte Paneuropäische-Picknick war eine Friedensdemonstration an der österreichisch-ungarischen Grenze nahe der Stadt Sopron (Ödenburg) am 19. August 1989. Sie wurde in der Erinnerungskultur nachträglich zum Meilenstein jener Vorgänge stilisiert, die zum Ende der DDR, zur deutschen Wiedervereinigung und zum Zerbrechen des Ostblocks führten. Mit Zustimmung ungarischer und österreichischer Behörden sollte bei einer Veranstaltung ein Grenztor nur symbolisch für drei Stunden geöffnet werden. Zwischen 600 und 700 DDR-Bürger nutzten dann aber diese kurze Öffnung des Eisernen-Vorhangs zur Flucht in den Westen. Es war die größte Fluchtbewegung aus Ost-Deutschland seit dem Bau der Berliner Mauer. An der Nordost-Ecke des Reichstagsgebäudes in Berlin erinnert eine Gedenktafel an das o.g. „Paneuropäische-Picknick“.



1989 : mit der „testweisen“ Öffnung der ungarischen Grenze begann der „Fall der Berliner Mauer“

5.2. Bürger-Forderungen



Jährliches Picknick zum Konzert in Knoops Park in Bremen zu „Sommer in Lesmona“

Ab den späten 90er Jahren sprechen Stadt-Soziologen in Deutschland von einer neuen „Mediterranisierung der Innenstädte“ und in einfachen Worten heißt das: **die Bevölkerung erhebt für Freizeit-Aktivitäten verstärkten privaten Anspruch auf Nutzung von öffentlichen Plätzen und Grünflächen!** Bisher durften in Parks und öffentlichen Grünflächen nur Wege zur Begehung genutzt werden. Jetzt wollten die Bürger auch die anderen öffentlichen Flächen nutzen. **Inzwischen ist z.B. in Bremen „Picknick“ zum festen Bestandteil des Konzerts „Sommer in Lesmona“ in Knoops-Park geworden, wie auch zum Konzert des Jugendmusik-Orchesters an Holler-See im Bürgerpark und zu dem 3-tägigen Theaterfest der „Shakespeare Company“ in Bremer-Bürgerpark.**

Die Bremer Wall-Anlagen, wie auch die Osterdeich-Wiesen an der Weser sind bei schönem Wetter voller Picknicker ... und es gibt noch andere schöne Plätze in Bremen, wie z.B. der „Weser-Park“ genau gegenüber der Übersee-Stadt, bis hin zum Ex-Restaurant „Lankennauer-Höft“. Vor Mai bis September gibt es sogar einen Fährbetrieb von der „Waterfront“ zur andere Weserseite, zum Lankennauer-Höft!

Inzwischen hat Picknick die ganze Republik erfasst und so gibt es in vielen Großstädten Picknickkorb-Verleih-Stationen, oft auch mit leckeren Lebensmitteln als Füllung. Die Internetseite www.picknick-tipps.de „sammelt“ und verzeichnet, so wie wir hier im Bremer-Umland, besonders schöne Picknick-Plätze gefunden und katalogisiert haben.

5.3. Ein spezielles Picknick in Japan

Selbst in Japan ist Picknick (in japanisch „Pikuniku“) eine sehr beliebte Freizeit-Beschäftigung. Speziell aber im Frühjahr, zur Zeit der **Kirschblüte**, feiern viele Familien das **Hanami-Fest** („Blüten betrachten“) mit Massen-Picknicks in großen Kirsch-Obstgärten. Man freut sich mit der Kirschblüte auf die erwachende Natur und das Steigen der Temperaturen und den ersten Frühlingsboten!



„Pikuniku“- öffentliches Picknick zum Hanami-Fest in Japans Kirschgärten

In vielen deutschen Städten gibt es inzwischen auch unterschiedlich große Hanami-Feste, meist organisiert von den örtlichen Deutsch-Japanischen-Gesellschaften (DJG).

Das größte Hanami-Fest in Deutschland dürfte das Kirschblütenfest in Hamburg sein, zu dem sich seit 1968 jedes Jahr im Frühling mehrere zehntausend Menschen an den Außen-Alster-Ufern versammeln und das mit einem prachtvollen Feuerwerk abgeschlossen wird.

Damit soll auch an die Pflanzung von ca. 5000 Kirschbäumen im Stadtgebiet durch die hier ansässigen japanischen Firmen in den letzten Jahren erinnert werden.

Japanische Picknick-Koffer sog. „Lacquer-Ware“ aus dem 18. und 19. Jahrhundert versteigert bei Christi's Auktionshaus in London



Das sind kunstvolle Picknick-Koffer mit Intarsien und Chinalack-Lackierung, die teilweise über 2.000 Euro in der Aktion kosten!

6. „Ich packe meinen Picknickkorb mit ...“

6.1. Was braucht man eigentlich an „Ausstattung“ für das erste eigene Picknick?

Wenn man nun noch keinen stylischen Picknickkorb mit Geschirr besitzt, findet man aber alles, was man braucht, in jedem Haushalt, wie:

1. einen größeren Korb, oder eine Tasche, oder einen Koffer,
2. Geschirr (Teller, kleine Schüsseln, je nach Anzahl der Teilnehmer),
3. Gläser oder/und Tassen, Bestecke, Schneidebrett und Brotmesser,
4. Schraubgläser oder Tupper-Schalen mit Deckeln zur Aufnahme der Speisen,
5. Salz- und Pfefferstreuer und sonstige Gewürze in verschließbaren Behältnissen (!),
6. Kronkorken- und Weinflaschenöffner, ein gutes und scharfes Taschenmesser,
7. Servietten, Erfrischungstücher, eine Haushaltspapier-Rolle, 1 Rolle Toilettenpapier (!)
8. mindestens einen Müllsack, u.a. für das gebrauchte Geschirr,
9. u.U. Medikamente mitnehmen, auch einen kleinen Verbandskasten,
10. eine Flasche Wasser, um sich mal die Hände Waschen zu können,
11. Kühltasche oder Kühlbox mit tief-gefrorenen Kühl-Akkus oder gefrorenen Wasserflaschen,
12. eine Decke für den Bodenbereich, oder Stühle und Campingtisch, und einen großen Müllbeutel, den man unter die Decke legt, wg. Bodenfeuchtigkeit,
13. vielleicht sogar eine Tischdecke/Wachstuchdecke wenn am Zielort Bänke und Tische vorzufinden sind, sowie Sitzkissen,
14. je nach Jahreszeit und Aufenthaltsort: Cremes für Sonnen- und Insektenschutz, Mützen, Hüte, Sonnenschirme,
15. Outdoorspiel, das Lieblingsbuch, Magazine, Zeitungen,
16. Taschenlampe oder windgeschütztes Kerzenlicht, Feuerzeug oder Streichhölzer,
17. u.U. Regenzeug („Ostfriesen-Nerz“ mit Kaputze), Gummi-Stiefel.

6.2. Anforderungen an: Geschirr, Besteck und Gläser fürs Picknick

Viele Kriterien müssen die Accessoires fürs Picknick im Grünen erfüllen:

- Sie sollen **leicht** sein, um das Ausflugsgepäck nicht unnötig schwer zu machen,
- sie müssen **robust** und **transportfähig** sein,
- sie sollten **spülmaschinen-fest** sein,
- sollen am besten **wiederverwendbar** sein,
- die Behältnisse (u.a. Mehrgweg-Gläser) sollten mit einem **Deckel verschließbar** sein, wie auch die Flaschen sollten dichte Verschlüsse aufweisen,
- Flaschen und Gläser müssen im **Pfandsystem** oder im **Recycling-Glas-Container** platzierbar sein.

- Plastikbesteck und Pappteller erfüllen zwar die meisten Punkte, sehen aber oft eher schlicht aus und sind aber als Wegwerfartikel überhaupt nicht umweltfreundlich.
- Besteck, Geschirr und Gläser gibt es aber auch aus robustem Kunststoff für den Mehrfachgebrauch (zum Beispiel aus „**Melamin**“). Die federleichten, spülbaren und widerstandsfähigen Utensilien gibt es in frischen Farben und Designs, mittlerweile gibt es auch Wein- oder Sektgläser aus leichten, robusten Materialien.

7. Welche Speisen und Getränke sind picknick-tauglich und welche nicht?

Erlaubt ist natürlich alles, was schmeckt. Allerdings bieten sich **überwiegend kalte** Speisen und kalte Getränke an und auf bestimmte Speisen muss man leider verzichten, weil sie ohne richtige Kühlung schnell verderben können. Aber kalte gebratene Hackfleischbällchen, kalte gebratene Hühnerschenkel, kaltes gebratenes Schnitzel oder Kotelett, Nudel- oder Kartoffelsalat, Brot oder Brötchen, das sind die Klassiker und das haben schon unsere Eltern in den 60ziger Jahren zum Picknick mitgenommen und genüsslich verspeist.

Heute haben wir eine wesentlich größere Auswahl an kalten Speisen zur Verfügung. Jegliche mediterrane Antipasti und „fingerfood“ sind tauglich, verschiedene Dips, gefüllte Paprika, gefüllte Tomaten, eingelegte Weinblätter, Oliven, auch Hartkäsesorten, Kräuterquark, eingelegte Salate, etc. eben fast alles, was kalt auch gut schmeckt und „fingerfood-tauglich“ ist. Und zudem stehen heute Soft-Kühltaschen mit tiefgefrorenen Kühl-Akkus zur Verfügung, sowie Hardcover-Kühlboxen und aktiv-elektrisch betriebene Kühlboxen mit meist 12V+220V-Anschluss.

Auf rohes Fleisch und Fisch, Streichwurst-Sorten und generell Wurst in Scheiben sollte man aber beim Picknick verzichten, da diese Lebensmittel auch bei mäßiger Kühlung leicht verderben können. Z.B. „schwitzt“ Wurst in Scheiben schon in leichter Umgebungswärme und verändert zumindest den Geschmack. Dagegen kann man Hartwurst, wie luftgetrocknete Salami, als Stück mitnehmen. Geschnitten wird erst kurz vor dem Essen. Zugelassen sind auch folgende Speisen: eingelegte Rollmöpse, eingelegte Bratheringe und Ölsardinen, sowie eingelegter Matjes, eingelegte Sol-Eier, eingelegte mixed-pickles, usw., also natürlich konservierte und wärme-unsensible Speisen.

Warme, heiße Speisen und Grillgut passt nicht zu Picknick – und Picknick-Grills sind eine unnötige und neuzeitliche Erfindung, auf die wir gerne verzichten wollen!

8. Rezept-Quellen für leckere Picknick-Speisen

Wenn man im Internet, z.B. in GOOGLE nach „Picknick Rezept Fingerfood“ sucht, dann erscheinen als Ergebnis der Suchanfrage viele Rezept-Seiten. Ansonsten bieten die klassischen Rezeptsammlungen reichlich Ergebnisse, wie z.B. folgende Internet-Adressen:

1. www.chefkoch.de
2. www.kochbar.de
3. www.fuersie.de
4. www.maggi.de
5. www.brigitte.de
6. www.oetker.de
7. <http://www.kuechengoetter.de>
8. www.essen-und-trinken.de/fingerfood
9. <http://www.lecker.de/picknick-rezepte-koestliche-leckereien-go-51463.html>
10. <https://eatsmarter.de/rezepte/rezeptsammlungen/picknick-rezepte>
11. <https://blog.kochzauber.de/rezepte/die-10-besten-rezepte-fuer-dein-picknick/10555>
12. <https://utopia.de/ratgeber/picknick-rezepte-5-schmackhafte-snacks/>

Diese Internetadressen wurden im November 2018 getestet.

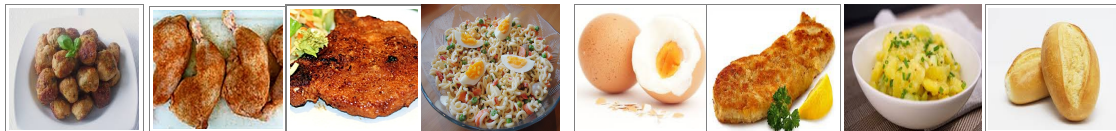
Eine Garantie für dauerhafte Erreichbarkeit der o.g. Adressen kann leider nicht gegeben werden!

Selbst ein spezielles Speise-Arrangement lässt sich für Picknick erstellen, wie z.B. rein vegetarisches, veganes, laktosefreies, glutenfreies Picknick und so sind der Kreativität und der Phantasie eigentlich kaum Grenzen gesetzt. **Übrigens ist das koreanische „Kimchi“ eine leckere Vegetable-Lösung für Picknick-Vegetarier und -Veganer!**

9. Rezept-Vorschläge für selbstgemachte Speisen und Getränke für das eigene Picknick

Standardmäßig haben wir eine Kühltasche oder eine Kühlbox mit dabei, so dass wir dann auch wärme-empfindliche Speisen mitnehmen können (wie z.B. gebratenes Fleisch und gekochte Eier), die wir mit tiefgefrorenen Kühl-Akkus kalt halten können.

- **1. Rezeptvorschlag: Picknick, wie unsere Eltern es machten**
 - *klassische Picknick-Speisen aus den 50ziger und 60ziger Jahren* -
 → **Zubereitungsdauer ca. 30 Minuten**
 - gut durchgebratene, kalte Hackfleisch-Bällchen (Buletten),
 - gut durchgebratene, kalte Hühner-Schenkel,
 - paniertes, gebratenes, kaltes Kotelett,
 - paniertes, gebratenes, kaltes Schweineschnitzel,
 - hart gekochte Eier,
 - bunter Nudelsalat,
 - Omas-Kartoffelsalat
 - Brötchen oder Brot
 ... Salz, Pfeffer und Senf nicht vergessen!!!



gebratene
Buletten

Hühner-
schenkel

paniertes
Kotelett

bunter
Nudelsalat

hart-
gekochte
Eier

paniertes
Schnitzel

Omas-
Kartoffelsal-
at

Krosse
Brötchen

- **2. Rezeptvorschlag: Rollo oder Falafel**
 → **Zubereitungsdauer ca. 10 Minuten**
 - Buletten aus Hackfleisch
oder rein vegetarisch aus Kichererbsen-Püree und Grünkernschrot braten,
 - Salatblatt, ein paar Gurken-, Tomaten- und Auberginen-Scheiben, etwas Feta-Käse, Tzatziki, ein paar Zwiebeln und einige Kräuter dazu tun,
 - das ganze wird in ein aufgeschnittenes und kurz geröstetes Fladenbrot gepackt.



Falaffel oder Rollo: da läuft einem doch schon beim Anschauen das Wasser im Mund zusammen – oder?

- **3. Rezeptvorschlag: Wiener-Würste im „Breznteig“**

→ **Zubereitungsdauer ca. 10 Minuten**

- Die rohen Brezelteiglinge (überall im Tiefkühlfach im Supermarkt erhältlich) auf ein Blech mit Backpapier legen und auftauen lassen, das dauert ½ bis 1 Stunde.
- Bei den aufgetauten Brezelteiglingen die Brezelform lösen und die Teiglinge wieder zu einer langen Schlange formen. Die Teigschlangen, beginnend an einem Wurstende, rund herum um die Wurst wickeln, bis man nichts mehr von der Wurst sieht.
- Ein Teigling reicht für eine Wiener. Sollten kleinere Würstchen verwendet werden, z.B. Nürnberger Rostbratwürstchen, reicht ein Teigling für 2 Würstchen.
- Die umrollten Würstchen im Backofen bei 180°C ca. 20 bis 30 Minuten backen.
- Die Würstchen im Brezelteig schmecken zwar auch warm. Aber für ein Picknick sollten wir nur kalte Speisen nehmen und da schmecken sie natürlich auch gut.



Wiener im Breznteig: die Wurst darin ist eine köstliche Überraschung!

- **4. Rezeptvorschlag: Mediterrane Dips mit Fladenbrot**

→ **Zubereitungsdauer ca. 10 Minuten**

- Wir können selbst Dips machen, denn das ist ganz einfach: aus Frischkäse (z.B. Philadelphia), mischen wir mit etwas Olivenöl die „Grundlage“,
- jetzt kann man mit Gewürzmischungen, die man in jedem Supermarkt kaufen kann einen Gewürz-Dip machen, z.B. mit der Mischung „Café de Paris“, oder „Herbes de Provence“, etc.,
- oder aus einer reifen Avocado zusammen mit der o.g. Grundlage eine Avocado-Creme zaubern.
- In vielen Supermärkten kann man schon fertige mediterrane Dips kaufen, wie: Kichererbsen-Püree (Humus), Paprika-Creme, Aioli-Creme, Oliven-Walnut-Creme, Curry-Dip, Whisky-Dip, etc.
- Das Fladenbrot backen wir im Backofen etwas auf, das wird später „in kleinere Stückchen zerrissen“, die man in die Dips taucht. Statt Fladenbrot lässt sich auch Vollkorn-Ciabatta nehmen. Die Dips kann man am Besten in ausgewaschene Marmeladengläser mit Schraubverschluss füllen.



Leckere mediterrane Dips lassen sich mit kleinen Stückchen Fladenbrot „dippen“!

Mehr Rezepte enthält mein großes Taschenbuch „PICKNICK – weltweit und kreativ“!

10. Willkommene Anlässe für ein „privates Picknick“

Welche Anlässe kann man zum Picknicken nutzen oder welche Veranstaltungen kann man mit einem gemeinsamen Picknick krönen?

Wir haben hier einfach einmal einige Möglichkeiten aufgelistet, die zeigen welche Spaßfaktoren mit Picknick-Ergänzung möglich sind zu erleben:



- **das schöne Wetter als Gemeinschaft oder kleine Gruppe genießen und ausnutzen und u.U nette Leute dazu einladen**
 - zum Sonnenbaden, Schwimmen,
 - zum Spielen, zum Angeln, zum Bootfahren, zum Wandern,
 - Ergänzung zu Besichtigungen, Besuch interessanter Locations.

- **Picknick zu festen Feiertagen oder Anlässen zelebrieren**
 - wie Ostern, Pfingsten, etc.,
 - Mutter- und Vatertag, Valentinstag, Namenstag, National-Feiertag (Irland!),
 - „Tanz in den Mai“, „Jungesellen-Abschied“,
 - „Picknick für 2 Verliebte“ (romantisches „tete a tete“ als „rendez vous“),
 - Hochzeitspicknick,
 - Geburtstag oder andere Familien-Feste feiern,
 - Beobachtung von Natur-Schauspielen, wie:
 - Sternschnuppen am Nachthimmel anschauen (Zeiten und Tage in Wikipedia):
 - Arietiden im Juni und Juli
 - Perseiden im Juli und August
 - Leoniden im November
 - Geminiden im Dezember
 - Mond, Sternbilder, Raumstation ISS am Nachthimmel beobachten,
 - Skyline bei Nacht, Sonnen-Unter- und Sonnen-Aufgang,
 - oder eine Mondfinsternis beobachten - „No Moon Picknick“.



Eine Sternschnuppe am Nachthimmel im Juni aufgenommen beim Mitternachtspicknick

11. Anlässe für Picknicks im „Unternehmensbereich“

Neben dem normalen Tagesablauf im Unternehmen, gibt es immer wieder Situationen, die Geselligkeit im fast privaten Rahmen bieten, wie Betriebsausflüge, Betriebs- und Jubiläumsfeiern, Weihnachtsfeiern, Kohl+Pinkel-Fahrten, etc. Dass man diese Veranstaltungen mit Picknick ergänzen und abrunden kann, liegt auf der Hand. Es gibt aber auch Situationen im Unternehmen, die sich über die Integration von Picknick optimieren lassen, wie z.B.:



11.1 Brainstorming-Seminare



Hier zeigen jahrzehntelange Beobachtungen, dass die Kreativität und Ideenfindung in der freien Natur, also außerhalb von gewohnten Orten und Gebäuden, wesentlich mehr positive Ergebnisse initiiert, als es unter traditionellen Strukturen und Abläufen möglich ist. Wenn man Picknick sogar mit Kreativ-Spielen verbindet, kann man den Output sogar noch steigern, weil die natürliche Umgebung, die Interaktionsanforderungen und die Gelöstheit auf die Teilnehmer stark positiv- stimulierend wirken!

11.2. Teambuilding

Ein für die Förderung von Gruppenarbeit erfolgreicher Rahmen, sind Rollenspiele unter ungewohnten Bedingungen. Nur hier können sich spezielle Verhaltensstrukturen bei den Teilnehmern zeigen und dann auch bearbeitet werden, die unter „normalen betrieblichen Bedingungen“ kaum greifbar und begreifbar sind. Ein Rollenspiel, in Form einer Expedition durch die Natur, mit verschiedenen Rollen, dezidierten Aufgaben und deren Verteilung kann hervorragend durch betriebliche Picknicks ergänzt werden.



11.3. Wissensvermittlung bzw. Präsentation ohne Strom



Wie oben schon unter „brainstorming Seminare“ beschrieben, lassen sich auch Schulungen, Wissensvermittlung und Präsentationen in der freien Natur wesentlich effizienter und nachhaltiger durchführen, als unter traditionellen Bedingungen. Voraussetzung ist hier, dass auf alle technisch-elektrischen Unterstützungen, wie Funkmikrofon, Neotebook, Beamer und Overhead-Projektor verzichtet werden muss

und eigentlich nur Sprache, Bewegung, Stift und FlipChart für den Dozenten /Präsentator zur Verfügung stehen. Der Dozent sollte daher in der Lage sein, auch ohne Beamer und ohne

Computer seine Inhalte zu vermitteln, denn mit Sprache, Bewegung und Visualisierungen über die FlipChart sind sehr wirkungsvolle und nachhaltige Präsentationen möglich!

Wissensvermittlung in Sachen „betrieblicher Gesundheitsvorsorge“ bietet sich ebenfalls an, mit Besichtigungen, Bewegungsanforderungen, Verkostungen und Picknicks gekoppelt zu werden.



Unsere Picknick-Teilnehmer auf dem Weg zum Outdoor-Seminar

11.4. Kennenlernen der Menschen abseits ihrer betrieblichen Funktionen als Mitarbeiter bzw. Geschäftsleitung

Wenn:

- betriebliche Umstrukturierungen anstehen,
- personelle Veränderungen erforderlich sind,
- neue Gruppen oder Teams zusammengestellt werden müssen,
- neue Mitarbeiter auch aus anderen Bundesländern, Ländern und anderen Kulturkreisen in bestehende Strukturen integriert werden sollen,

eignet sich die Integration von Picknick-Veranstaltungen sehr erfolgreich, bedarf aber dezidierter und fein-stofflicher Planung von Fachexperten u.a. aus der Veranstaltungsplanung und aus dem sozial-psychologischen Bereich. **Auch hier sind wir Experten von „Picknick-Bremen“ gerne behilflich, sowie fach- und praxis-erprobt!**



11.5. Picknick und Gesundheit

Schon im Vorwort dieses Buches hat der irische Kulturwissenschaftler Greg McKinsley diejenigen Faktoren dargestellt, die Picknick als „**gesunde Veranstaltung**“ charakterisieren. Weil man die positive Wirkung auf die Gesundheit nicht treffender beschreiben kann, soll hier einfach noch einmal die Wirkungsübersicht des „Picknick-Experten wiederholt werden:

"Eine Picknick-Veranstaltung ist für Geist und Organismus der Teilnehmer jeden Alters höchst gesund und förderlich, weil:

- *es mit „Bewegung“ zusammenhängt, meist ein Ausflug ist und allein schon der Standort-Wechsel sehr beruhigend wirkt,*
- *die Gesamt-Situation der „Ent-Schleunigung“ in dieser hektischen Zeit dient,*
- *es meist im Grünen stattfindet, da ist allein schon die Umgebungsfarbe höchst beruhigend,*
- *es in einer höchst kommunikativen Zusammenkunft mit mehreren Personen stattfindet,*
- *es zusammen mit dem Genuss köstlicher Speisen, vielleicht auch gemeinsamer sportlicher Betätigung stattfindet. entsteht eine hohe und soziale Interdependenz!"*

Ein Standort-Wechsel, mit einem Picknick in Grünen, zusammen mit netten Leuten kommunizieren, zusammen spielen und sich bewegen und in kleinen Portionen vielfältige und leichte Speisen zu sich zu nehmen, ist und bleibt einer der hauptsächlichen Gesundheitsaspekte.

Mehrere kleinere Essens-Portionen sorgen dafür, dass der Blutzuckerspiegel nicht absackt und man fit und wach bleibt.

Entschleunigtes Essen, die gute Luft in der freien Natur und interessante Kommunikation in netter Gesellschaft schafft ein Wohlfühl-Umfeld in guter Entspannung. Das haben heutzutage sogar schon die Krankenkassen und Leistungsträger erkannt, die Picknicks inzwischen als Stress-vorbeugende Maßnahme empfehlen.



Nicht nur bei den Krankenkassen, sondern auch in Unternehmen, ist die Krankheit der Mitarbeiter zum spürbaren Kostenfaktor geworden und jegliche Maßnahmen der gesundheitlichen Vorsorge ersparen nicht nur temporäre, sondern auch zukünftige Kosten. Gesucht und gebucht werden Präventionsmaßnahmen, bevor Krankheiten durch Stress, Überbelastung, Mangelbewegung und schlechte Ernährung zum chronischen Dauerläufer werden.

Ein Picknick, selbst im „laufenden Unternehmensalltag“, kann da ein wirksames und zusätzliches Hilfsmittel zum Stressabbau sein. Ebenso gibt es gute Erfahrungen und Ergebnisse bei Team-Buildings, oder Mitarbeiter-Umstrukturierung, oder Integration von Mitarbeitern aus anderen Betrieben, Regionen und Ländern.

Das gemeinsame Essen, die Kommunikation z.B. über die unterschiedlich mitgebrachten Speisen, der Tausch der Speisen, ... das alles sind höchst wichtige, psycho-soziale Prozesse, die sich hervorragend eignen, um verschiedene Personen und Nationen zusammen zu bringen, um Kommunikations- und Kennenlernen-Prozesse zu unterstützen.



Entschleunigung, maßgebliche Veränderungen im Lebensstil, Vermeidung von unnötigem Stress im privaten Bereich bringen nur positive Effekte für den Einzelnen, wenn eben auch am Arbeitsplatz entscheidende Änderungen stattfinden, die Wohlbefinden und Gesundheit unterstützen. Schließlich verbringen wir mehr Zeit und Stunden am Arbeitsplatz, als im privaten Bereich!

Dazu zählt auch die Notwendigkeit von Verhaltens- und Einstellungsänderungen bei den Arbeitskollegen und speziell auch bei den Fach- und Führungskräften!

Nur wenn sich Mitarbeiter am Arbeitsplatz wohlfühlen, wenn die Arbeit wieder Spaß macht, wenn die Verzahnung zwischen Privatleben und Arbeitsleben stimmt, sind Stress und Zivilisationsschäden zu reduzieren und mit großer Arbeitszufriedenheit steigt auch die Effizienz und Produktivität jedes einzelnen Mitarbeiters!

Wir sind Kommunikationsspezialisten und bewegen sich bereits jahrzehntelang im Erwachsenen-Bildungsbereich, im Trainings- und Consultingbereich.

Wir arbeiten in Teams von Fachexperten aus praxiserfahrenen Dozenten aus den Bereichen Psychologie, Soziologie und Personal- und Gesundheitsmanagement.

Fragen Sie uns nach Lösungen und Optimierung betrieblicher Prozesse!

Prof. Roland W. Schulze
CEO, Kommunikationswissenschaftler
DIVA-Systems, Bremen
www.diva-systems.de
rschulze@diva-systems.de



BINFASS-Bremen
Bremer Institut für angewandte Wirtschafts-
und Sozialwissenschaften und Statistik
Jens Emigholz GmbH
www.binfass-bremen.de
kontakt@binfass-bremen.de

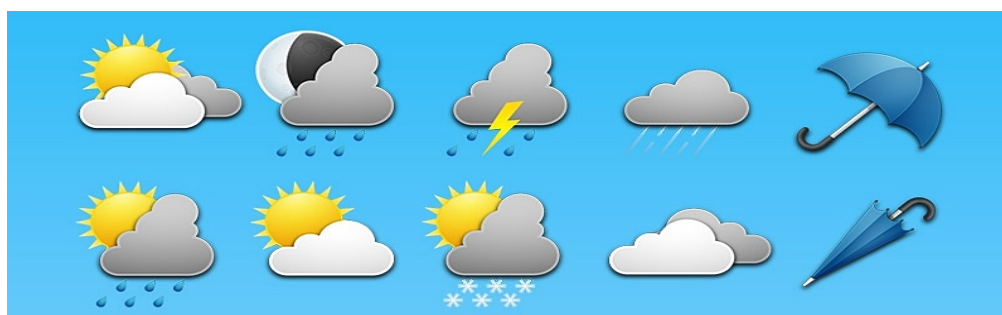
12. Das Wetter - wir wollen picknicken – es wird doch wohl nicht regnen?

Eigentlich wird Picknick immer mit gutem Wetter und Wärme zusammengebracht. Die Sonne muss nicht unbedingt scheinen, aber trocken soll es bleiben! So ist jedenfalls die Meinung in Deutschland.

Wie kann man sich auf das Wetter vorbereiten? Da gibt es mehrere Möglichkeiten:

- man kann auf die **Wettervorhersage(n)** bauen,
- man kann für alle **Wetterlagen** vorbereitet sein (**Kleidung, Regenschutz, Unterstand**),
- man kann sich auch von einer **spontanen Entscheidung** leiten lassen!

Zur **Ausstellung „Picknick-Zeit“**, 2017 im „Frankfurter Museum für angewandte Kunst“ fanden natürlich begleitend auch einige Outdoor-Picknicks statt. Eine Besucherin aus England bemerkte, als eine kleine Regenschauer startete: **„Wir in England packen bei einer Regenschauer unsere Picknick-Sachen zusammen und stellen sie irgendwo unter, wo es trocken ist oder decken alles mit einer Folie ab. Und sobald der Regen aufhört machen wir natürlich draußen mit dem Picknick weiter!“** Verwunderlich? Vielleicht verfügen die Engländer als Picknick-Fanatiker über ein „spezielles Picknick-Gen“, auf das die oben genannte Einstellung aufbaut?



Wir können aber heutzutage zumindest für 3 Tage relativ verlässliche Wetter-Vorhersagen für unser Zielgebiet herausfinden – die Frage ist nur immer, wie zuverlässig welcher „Wetterfrosch“, sprich welche Meteorologe in die Zukunft schaut.

Wir nutzen die **„Kachelmann-Vorhersagen“**, die überwiegend genauer sind, als die Vorhersagen des Deutschen Wetterdienstes. Das liegt bestimmt auch daran, dass Kachelmann mehrere tausend Mess-Stellen in Deutschland aufgestellt hat, die alle relevanten Wetterdaten sammeln und zum zentralen Großcomputer in die Schweiz schicken, der mit den Daten dann seine Vorhersagen berechnet. Kachelmanns Internetseite findet man im Internet unter **„<https://kachelmannwetter.com/de>“**. Über eine APP kommt man natürlich auch zu Kachelmann, allerdings nur zu einem Wetter- und Gewitter-Radar. Also wirklich ratsam, zur umfassenden Nutzung, ist seine Seite im Internet.



Nutzt doch einfach die APPs, die auch unsere Landwirte benutzen!
- Hier oben haben wir ein paar aktuelle APPs als Beispiele herausgesucht -

13. Wo gibt es im Umland Bremens schöne Picknick-Gelegenheiten und was macht einen geeigneten Picknick-Platz aus?

13.1. Wo darf man Picknicken und wo nicht?

Auf öffentlichen Grünflächen und an ausgewiesenen Badestränden in **Bremen** gilt: **sofern die Beschilderung nichts Gegenteiliges besagt, ist das Picknicken im öffentlichen Bereich überall gestattet.** Dagegen darf man nicht überall in Bremen und „Umzu“ Grillen! **Wenn ihr nach dem Picknicken den Rastplatz wieder gesäubert verlasst und eure Abfälle sowie die Flaschen wieder mitnehmt, dann hat wohl niemand etwas gegen euer Picknick! Auf Privatgrundstücken muss man auf alle Fälle nachfragen und um Erlaubnis bitten, sonst ist das wirklich „Hausfriedensbruch“ und somit strafbar.**

Die Picknick-Ausstattungen von **Picknick-Bremen** sind quasi „müllfrei“, weil alle Speisen in Mehrweg-Schraubgläsern verpackt sind (ähnlich Marmeladen-Gläsern) und die werden nach Gebrauch wieder bei uns abgegeben, gereinigt und wieder neu eingesetzt. Die Flaschen, die wir verwenden, sind alles Pfandflaschen, bis auf Wein und Sektflaschen. Aber die wandern am Picknick-Ende in den Glas-Container.

Wir achten sehr genau auf „Müll-Vermeidung“, denn dieser Ansatz ist besser, als späteres Müll-Recycling. Insofern haben wir auch keine Tetra-Packs im Getränke-Angebot.

13.2. Auf die Schnelle: Picknick-Plätze in Bremen und „Umzu“

Hier ist erst einmal eine kleine Auswahl an interessanten und netten Plätzen in und um Bremen herum: **Googeln Sie doch einmal nach den folgenden wunderschönen Stellen:**

- in den Bremer Wall-Anlagen
- Rablinghauser Weserpark,
- Wümme-Deich, Blockland, Lesum-Deich und an der Hamme
- Osterdeich-Wiesen in Bremen,
- die Weser bei Cafe-Sand, und Badener-Berge bei Achim-Baden,
- auf speziell freigegebenen Wiesen im Bürgerpark (ausgewiesene Liegewiesen), und im Stadtwald, und Waller-Park, und Knoops-Park,
- am Bremer Flughafen: Picknickplatz am Ochtum-Deich (Nähe Kladdinger Strasse) mit 2 Tischen und 4 Bänken
- An Seen in und nahe bei Bremen wie: Stadtwald-See (Uni-See), Kuhgraben-See, Achterdiek-See, Werder-See, Sodenmatt-See, Waller-Feldmark-See, Behling-See, Mahndorfer-See, Bultensee, Oyter-See, Rottkuhle, Grambker-See, Sportparksee in Grambke, Steller-See, Richtung Norden: Spadener-See, Ohlenstedter-Quellseen, Weserhalbinsel Elsflether Sand, Weserhalbinsel Harriersand,
- Bad Zwischenahner-Meer, Dümmer-See, Steinhuder-Meer, an den Jade-Busen nach Dangast oder Hooksiel oder Schillig
- an einem schönen Nordsee-Strand oder auf eine nord- oder ostfriesische Insel
- oder direkt am Ostsee-Strand.

13.3. Wir arbeiten an einer Picknick-Platz-APP und einer Picknickplatz Datenbank

Wir haben ein Konzept für eine **Picknick-Platz-APP**, mit der man über ca. 200 Kriterien, nach geeigneten Plätzen in Bremen und im Umland nach Plätzen suchen kann.

Die 2. Funktion eröffnet die Möglichkeit, innerhalb einer großen Datenbank, eigene geeignete Plätze eingeben zu können und diese somit der Picknick-Community im Internet zur Verfügung zu stellen kann.

Als Voransicht zeigen wir hier 3 „Oberflächen-Studien“ unserer Picknick-Führer-APP



Startseite unserer APP



Übersichtskarte Bremen



Detail-Seite / Suchergebnis



Borgfeld, Jan Reiners-Weg



Eispohl/Sandwehen -Rönnebeck



Weserstrand in Woltmershausen
genau gegenüber der Überseestadt-Bremen



Eine der Wiesen im Bürgerpark
mit Blick zur Bremer Innenstadt

14. Bildverzeichnis, bzw. Bildquellen und Urheberrechte

Seite	Bild, bzw. Beschreibung	Quelle und Rechte und Copyright ©
1	Titelbild dieses eBooks	R.W. Schulze, Bremen, 2017
2	Jens Emigholz	Ronald D. Vogel, Uepsen, 2014
2	Prof. Roland W. Schulze	Ronald D. Vogel, Uepsen ,2014
3	Picknick-Korb	www.istockphoto.com/de/bilder
5	Greg McKinsley	www.geo.de Geo-Reisecommunity
6	Picknick-Korb	R.W. Schulze, Bremen, 2017
6	Picknick-Rucksack	R.W. Schulze, Bremen, 2017
6	Rolls-Royce Picknick-Koffer	Rolls-Royce Inc..
7	Delikatess-Picknick	https://www.globus.ch/delicatessa/delicuisine/stories/picknick-geschichten
7	romantisches Picknick	www.pinterest.de
8	Künstler Picknick	http://www.echo-online.de , Darmstadt 2015
8	spontanes Picknick	http://spinnliesl.blogspot.de/2014/09/spontanes-picknick.html
8	Motto-Picknicks, 3 Bilder	R.W. Schulze, Bremen, 2017
9	Besuchskorb	R.W. Schulze, Bremen, 2017
10	Eranos hinweis-Stein, Griechenland	https://de.wikipedia.org/wiki/Eranos
10	Gobelin, Prandium Picknick bei den Römern	www.augsburg.de/kultur/museen-galerien/roemisches-museum
11	viktorianischer Picknick-Korb um 1875	www.pinterest.de
11	James Tissot - La Partie carrée , ca. 1865	https://www.wikiart.org/en/james-tissot/partie-carree-1870 Pulic domain
12	Panuropäische Picknick, Grenze 1989	http://www.tagblatt.de/ Schwäbisches Tagblatt, Artikel 19.08.2014
12	Knoops Park „Sommer in Lesmona“	Bremer-Tourismus-Zentrale (BTZ)
13	Hamami-Fest in Japans Kirschgärten	http://www.japanupdate.com/2015/03/hanami-spring-festival-is-all-japan-occasion/
13	mehrere alte japan. Picknick-Koffer "Sage Jubako"	Auktionshaus Christie's http://www.christies.com/lotfinder ... Bilder einer Auktion
16	traditionelles Picknick	R.W. Schulze, Bremen, 2017
16	Falaffel, Rolo	www.chefkoch.de
17	Wiener im Breznteig	www.chefkoch.de
17	verschiedene Dips	R.W. Schulze, Bremen, 2017
18	Weiden-Picknick-Korb	R.W. Schulze, Bremen, 2017
18	Sternschnuppe am Nachthimmel	http://www.br.de/sternenhimmel/sternschnuppen-meteore-sternenhimmel-100.html
19	Geschäftshaus	www.pinterest.de
19	Outdoor-Seminar -1	http://convention.kaernten.at/de/279/betrieb/Detail/644
19	Teambuilding, Balance-Spiel	www.pinterest.de
19	Outdoor-Seminar -2	https://parkhotel-hannover.de/tagungshotel/tagung-und-teamevents/
20	Teilnehmer auf dem Weg zum Outdoor-Seminar	https://de.fotolia.com/tag/lehrstoff
20	Hinweisschild "Outdoor-Seminar"	https://de.fotolia.com/tag/lehrstoff
21	Stress und Entschleunigung	R.W. Schulze, Bremen, 2017
22	Pärchen von oben mit Picknick-Set in grünen	www.pinterest.de
23	Wetter-Icons im Überblick	http://www.philippprinz.com/portfolio/telekom-wetter-icons
23	Kachelmann-APP	Kachelmann GmbH
23	Weather-Channel-APP	Weather Cannel, Inc.
23	Agrar-Wetter, Bayer	Agrar-Wetter-Bayer
23	BayWa	BayWa-München
23	Raiffeisen24	Raiffeisengenossenschaft
25	Drei Screen-Studien einer Picknick-Platz-APP	R.W. Schulze, Bremen, 2017
25	Borgfeld und Eispohl, Picknick-Platz	Jens Emigholz, Bremen, 2017
25	Weserstrand in Woltmershausen	Bremer-Tourismus-Zentrale (BTZ)
25	Blick vom Bürgerpark zur Bremer Innenstadt	Bremer-Tourismus-Zentrale (BTZ)

Zu den hier verwendeten „Fremdfotos“:

Ausnahmslos alle hier eingesetzten und genutzten Fotos habe nur eine Auflösung von lediglich 72DPI und sind für einen späteren Ausdruck (Print über Drucker) völlig ungeeignet, da sie dann qualitativ in grobe Pixelhaufen „zerfallen“. Daher haben wir sie hier eher als grafische Auflockerung und Bebilderung unserer Texte eingesetzt. Durch die explizite Nennung der Bild-Quelle und wenn möglich des Autors/Rechte-Inhabers eröffnen wir hiermit für Interessenten die Möglichkeit einer direkten Kontaktaufnahme mit dem jeweiligen Kreator um vielleicht für andere Einsätze und Nutzungen höherwertige Auflösungen käuflich zu erwerben! Daher sei hier nochmals bemerkt, dass die Urheberrechte aller hier eingesetzten Fotos, den ausgewiesenen und in der oben gezeigten Liste Personen/Unternehmen gehören!

Bremen, den 10.09.2019, Roland W. Schulze, Nansenstr.29, 28217 Bremen