

MEINE KINDER- ZEITUNG

UNTERWEGS MIT FRANK UND THÜRI

NR. 1
2026

JAHRGANG
03



Die Sonne malt mir Sommersprossen, der Wind lacht laut und kitzelt sehr.
Im Gras sind kleine Wunder verborgen, und mein Herz hüpft wie ein Gummibär.

Die Blumen winken: „Hallo du!“, ein Vogel pfeift ein Frühlingslied.
Die Welt ist bunt und ich bin froh, weil alles neu zu lachen beginnt.

Mirko Reise



Heute erfahrt ihr unter anderem
mehr über:

- Thüringen und Ministerpräsidenten
- Vatertag/Muttertag
- Ostern/Pfingsten
- Fastenzeit
- Wölfe in Thüringen
- Künstliche Intelligenz
- Familienarten
- Kinderträume
- Das erste Handy
- Wetter und Gezeiten

Eine Sonderpublikation der LINUS WITTICH Medien KG

WITTICH
LM
MEDIEN

Liebe Kinder, liebe Erzieherinnen und Erzieher, liebe Eltern und Großeltern,

da haben wir sie wieder in unseren Händen – die druckfrische Ausgabe unserer Kinderzeitung.

Seit der letzten Ausgabe im Herbst letzten Jahres haben uns zahlreiche Meinungen zu unserem Produkt erreicht – sie waren überwiegend positiv, was uns natürlich sehr gefällt und freut.

Eine Leserin (Erzieherin) schrieb uns zum Beispiel:

Liebe Redaktion, der Glanz fröhlich lachender Kinderaugen macht unsere Welt heller als alle künstlichen Schätze der Erde und zugleich auch lebens- und liebenswert! Kinder können ihre Herzen noch unbefangenen öffnen, sie sind wissbegierig, freuen sich an einfachen Dingen, und ihre Fantasie kennt kaum Grenzen. Sie sprechen aus, was sie denken und fühlen, und nicht selten begegnet uns die Wahrheit und Liebe Gottes in einem Kind.

Wem ein Kind anvertraut ist, ob als Vater, Mutter, Oma oder Opa, Pate, Erzieherin oder Lehrer, der trägt die ehrenvollste, aber zugleich auch die höchste Verantwortung. Denn was wir Erwachsenen unseren Kindern ins Herz legen oder legen lassen, das tragen sie hinaus in die Zukunft. Darum ist es wichtig, stets sein eigenes Herz für das zu öffnen, was uns im menschlichen Miteinander und Füreinander weiterbringt. Und das sind Selbstvertrauen und Nächstenliebe, Mut und Verantwortung, Wissensdurst und fröhliche Offenheit, die nicht zuletzt durch uns Erwachsene im Herzen der Kinder den bleibenden Halt finden sollen. Dazu tragen Sie sehr mit Ihrer für die Kinder kostenlosen Kinderzeitung bei. Jeden Morgen verwenden wir sie in unserem Morgenkreis in unserer katholischen Kindereinrichtung. Ihr Produkt klärt auf, schafft Anreize und Interesse für verschiedene Freizeitaktivitäten und lehrt die uns allen anvertrauten Kinder! Dafür wollen wir hier an dieser Stelle einmal Danke sagen.

Diese lieben und zu Herzen gehenden Worte sagen eigentlich sehr viel aus – genau das wollten wir mit unserer Kinderzeitung ausdrücken, was uns offensichtlich auch ein bisschen gelingt.

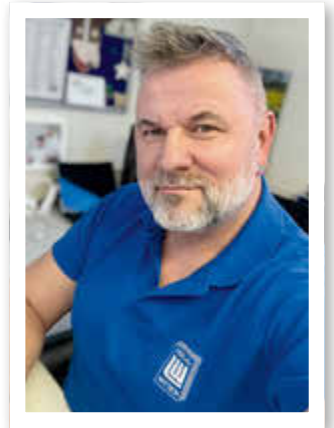
Natürlich sind auch wir nicht allwissend und sind Dingen, die wir besser machen können gegenüber aufgeschlossen.

Wir vertragen Lob und Kritik – nur so werden wir unser Ziel, in 2026 insgesamt vier lesenswerte Ausgaben herauszubringen, schaffen.

Gerne kann jeder unter sonderprodukte@wittich-langwiesen.de, **Kennwort Kinderzeitung** seine Texte/ Bilder, Wünsche für künftig zu veröffentlichende Themen oder Anreize zu Verbesserungen an uns senden. Wir freuen uns über wirklich jede Zuschrift. Oder habt ihr, liebe Kinder, ein besonderes Hobby, einen besonderen Traum – dann habt ihr hier die Möglichkeit darüber zu berichten.

Für das heutige Heft konnten wir auch unseren Ministerpräsidenten des schönen Freistaates Thüringen mit ein paar Worten für euch, liebe Kinder, gewinnen. Wir verraten euch auch, wie man Ministerpräsident/-in werden kann – es ist auf alle Fälle schon einmal wichtig in Kindergarten und

Schule gut aufzupassen und so viel wie möglich zu lernen. Aber das ist immer wichtig und wird euch sicherlich auch von den Erwachsenen gesagt. Glaubt mir bitte: als Kind möchte man das oft nicht hören, will einfach „seine Ruhe haben“, aber wenn man erwachsen ist, versteht man, wie gut gemeint diese Ratschläge von Mama, Papa, Oma, Opa, Tante, Onkel und den Erziehern waren.



Das Jahr 2026 wird sicherlich wieder ein spannendes Jahr. Wir werden versuchen alles aufzugreifen, was sich uns bietet und was zu den vier Erscheinungen terminlich passt. Unsere Erscheinungstermine haben wir unten angefügt.

So – genug der vielen Worte – jetzt blättert bitte gespannt um!

In diesem Sinne wünsche ich euch jetzt viel Spaß beim Durchstöbern der heutigen Ausgabe.

Euer Mirko Reise
Leiter Medienhaus **LINUS WITTICH Medien KG**
98693 Ilmenau

Nächste Erscheinungstermine unserer Kinderzeitung in 2026:

Kalenderwoche 26
Freitag, den 26. Juni 2026

Kalenderwoche 37
Freitag, den 11. September 2026

Kalenderwoche 48
Freitag, den 27. November 2026

Falls Sie, liebe Eltern mit einem Gewerbebetrieb, diese Ausgaben mit einer Anzeige mitfinanzieren möchten, nehmen Sie mit unserer Frau Dötterl spätestens 3 Wochen vor der Erscheinung der nächsten Ausgabe Kontakt auf. Sie erreichen sie unter: 0176 20948588.

Herzlichen Dank dafür.

Grußwort Ministerpräsident von Thüringen

Liebe Kinder,

wie schön, dass es diese Zeitung gibt – eine Zeitung nur für euch! Die Kinderzeitung Thüringen ist etwas ganz Besonderes: Sie erzählt Geschichten, stellt Fragen und erklärt Dinge, die euch interessieren – und das mit Blick auf Thüringen.

Hier leben wir, das ist unsere Heimat – und hier ist es richtig schön. Thüringen wird auch „das Grüne Herz Deutschlands“ genannt. Und ich will euch verraten, warum: Bei uns gibt es ganz viel Natur und spannende Orte, an denen man richtig viel erleben kann. Und wisst ihr was? Gemeinsam macht das alles doppelt so viel Spaß! Also: Schnappt euch Eltern, Großeltern oder Freunde und macht zusammen einen Ausflug in den Wald, besucht eine Burg aus vergangenen Jahrhunderten oder erlebt einen spannenden Tag im Museum oder Theater. Auf euch warten unzählige Abenteuer – oft direkt vor eurer Haustür!

In dieser Ausgabe geht es um viele spannende Themen. Ihr erhaltet einen Einblick in interessante Berufe. Ihr entdeckt Tiergeschichten und erfahrt, warum Wolf und Luchs wieder in Thüringen unterwegs sind. Beide waren lange Zeit verschwunden – und kehren nun langsam zurück.

Besonders schön finde ich, dass ihr hier auch erfahrt, was hinter Festen wie Ostern, Muttertag und Vatertag steckt – warum wir sie feiern und was sie bedeuten. Manchmal sind das Begriffe, die Erwachsene ganz selbstverständlich benutzen, die aber für Kinder erst einmal erklärt werden müssen. Genau dafür ist eure Zeitung da!

Und falls ihr euch jetzt fragt, wer ich eigentlich bin und was ich den ganzen Tag mache, dann findet ihr auch darauf Antworten in dieser Ausgabe. Ihr erfahrt, was die Aufgaben eines Ministerpräsidenten sind, wer ihn wählt und warum es wichtig ist, dass Menschen in einem Land mitentscheiden dürfen. „Politik“ klingt vielleicht kompliziert. Aber eigentlich ist es ganz einfach: Es geht darum, das Leben für alle ein bisschen besser zu machen – vor allem für euch Kinder, denn ihr seid die Zukunft unseres Landes. Eure Ideen und Fragen sind wichtig – eure Meinung zählt! Deshalb: Bleibt neugierig und redet mit.

Ich wünsche euch viel Freude beim Lesen, Rätseln, Basteln und Entdecken!

Mario Voigt
Thüringer Ministerpräsident



Thüringer Ministerpräsident/-in

Was ist das, wer ist es, wie wird er/sie gewählt und (wie) kann ich das auch werden?

Der **Ministerpräsident des Freistaates Thüringen** ist der Vorsitzende der Thüringer Landesregierung. Der gegenwärtige Amtsinhaber ist Mario Voigt (CDU). Er wurde am 12. Dezember 2024 zum ersten Mal in das Amt gewählt.

Wahl

Gemäß Art. 70 Abs. 3 der Verfassung des Freistaates Thüringen wird der Ministerpräsident vom Thüringer Landtag in geheimer Wahl und ohne Aussprache gewählt; erreicht nach zwei Wahlgängen kein Kandidat die absolute Mehrheit, gilt derjenige als gewählt, der in einem weiteren Wahlgang die meisten Stimmen erhält. Zu jedem Wahlgang können neue Kandidaten hinzukommen.

Nach Amtsantritt leisten der Ministerpräsident und die Minister vor dem Landtag einen Amtseid. Die Eidesformel ist in Art. 71 Abs. 1 der Landesverfassung festgeschrieben:

„Ich schwöre, dass ich meine Kraft dem Wohle des Volkes widmen, Verfassung und Gesetze wahren, meine Pflichten gewissenhaft erfüllen und Gerechtigkeit gegen jedermann üben werde.“

Der Amtseid kann gemäß Art. 71 Abs. 2 der Verfassung mit einer religiösen Beteuerung geleistet werden.

Aufgaben und Pflichten

Der Ministerpräsident ernennt und entlässt die Minister und bestimmt einen Minister zu seinem Stellvertreter (Art. 70 Abs. 4). Er bestimmt die Richtlinien der Regierungspolitik und ist für diese gegenüber dem Landtag verantwortlich (Art. 76 Abs. 1). Er sitzt der Landesregierung vor und leitet deren Geschäfte (Art. 76 Abs. 3), vertritt das Land nach außen (Art. 77 Abs. 1), ernennt und entlässt die Beamten und Richter des Landes (Art. 78 Abs. 1) und übt das Begnadigungsrecht aus (Art. 78 Abs. 3).

Kann ich das auch werden? ----> Der Weg zur Wahl

Aktiv werden:

Tritt einer politischen Partei bei und engagiere dich auf kommunaler Ebene oder im Wahlkampf.

Abgeordneter werden:

Strebe eine Wahl als Mitglied des Landtags an. Dies ist die notwendige Grundlage, um Ministerpräsident werden zu können.

Netzwerk aufbauen:

Pflege Kontakte zu anderen Politikern und wichtigen Personen im politischen Geschehen.

Fähigkeiten entwickeln:

Baue deine politischen Kenntnisse, rhetorischen Fähigkeiten, Organisationstalent und Durchsetzungsvermögen aus.

Inhalt

Grußwort	2
Aktuelles aus dem Heimatkreis	5
Aktuelles aus Thüringen	6
Aktuelles aus Deutschland und der Welt	11
Tiergeschichten.....	14
Freizeitecke	36
Politik.....	42
Familie	43
Bastelecke	60
Wissenswertes	61
Schon entdeckt.....	89
Rätselseiten	94
Kinder schreiben uns / Kinderredakteure	99
Gedichte/Märchen/Lieder	100

IMPRESSUM

Meine Kinderzeitung. Unterwegs mit Frank und Thüri

LINUS WITTICH Medien KG
In den Folgen 43 | 98693 Ilmenau
Tel.: 03677/20500 | Fax: 03677/205021
E-Mail: info@wittich-langewiesen.de

Büro:

Mo – Do: 8.00 - 15.00 Uhr
Fr: 8.00 - 12.00 Uhr

Herausgeber: LINUS WITTICH Medien KG,
Mirko Reise, Leiter Medienhaus
Layout: Eine Sonderproduktion der LINUS WITTICH Medien KG
Konzeption/Redaktion: Mirko Reise

Gesamtverantwortung: LINUS WITTICH Medien KG, Mirko Reise, alle zu erreichen unter der Anschrift des Medienhauses.

Nachdruck, auch auszugsweise, nur mit Genehmigung des Verla-
ges. Auflage: 8.000 Exemplare

Die Verteilung erfolgt kostenlos an alle Kindereinrichtungen im Er-
scheinungsgebiet.

Bei Interesse können Einzel Exemplare bei der LINUS WITTICH
Medien KG, In den Folgen 43, 98693 Ilmenau, zum Einzelpreis von
3,50 EUR (inkl. Porto u. Mehrwertsteuer) bezogen werden.

Für die Richtigkeit und den Inhalt der abgedruckten Anzeigen über-
nimmt der Verlag keine Gewähr.

Sämtliche Schadensersatzansprüche sind von vornherein ausge-
schlossen.

Wir danken für alle eingesendeten Text- und Bildbeiträge.

Aktuelles aus dem Heimatkreis

Leserzuschrift

Hallo ihr Lieben,
Wir sind die Strecke aus dem ev. Knäpp Kindergarten "Frickin" aus Brücklerode.
Wir möchten euch unser Schaf Charlotte vorstellen, was wir nach dem gleichnamigen Buch "Das Schaf Charlotte" benannt haben.
Da wir Tiere sehr lieben und unser derzeitiges Projekt "Bauernhoftiere" heißt, denken wir, dass auch Charlotte in diesem eine große Rolle spielen darf.
Daraufhin gestalteten wir Charlotte und seine Freunde.
Wohlmerkt durfte Charlottes kleiner Bauernhof, auf dem sie und seine Freunde leben, nicht fehlen - mit allem was dazugehört.
So sieht ihr den Traktor "Karl", die Schewe, den Bauer "Rudy" und viele weitere schöne Ausschnitte aus dem Leben des Bauernhof Tiers Charlotte.



Aktuelles aus Thüringen

Thüringen für Kinder erklärt

Thüringen ist ein Bundesland in der Mitte Deutschlands. Wie Bayern und Sachsen nennt es sich Freistaat. Hauptstadt und zugleich größte Stadt von Thüringen ist Erfurt, weitere große Städte sind Gera, Jena und Weimar. In Thüringen leben etwa zwei Millionen Menschen, das sind weniger als in Berlin.

Nach Thüringen fahren viele Menschen gern in den Urlaub, zum Beispiel zum Wandern. Das Land ist auch bekannt für den Wintersport. Viele erfolgreiche Skiläufer, Rennrodler und Biathleten kommen aus Thüringen. Sehr bekannt sind auch manche Speisen wie die Thüringer Bratwurst oder Thüringer Klöße.



Wie sieht es in Thüringen aus?

Thüringen wird von mehreren Gebirgen eingerahmt, dem Harz im Norden sowie dem Thüringer Wald und der Rhön im Süden. Der höchste Berg ist der Große Beerberg im Thüringer Wald, er ist 983 Meter hoch. Durch die vielen Gebirge gibt es auch viel Wald in Thüringen.

Zwischen den Gebirgen liegt das Thüringer Becken, dort ist die Landschaft flach und sehr fruchtbar.



Thüringen und Thüringenhäusern - das Gleiche?

Thüringen ist ein seit über 100 Jahren existierendes Bundesland und Thüringenhäusern ein Ortsteil der Stadt Ebeleben im Kyffhäuserkreis. Die teilweise Namensgleichheit hat nicht wirklich viel miteinander zu tun.

Hier leben auch die meisten Menschen und findet man die meisten Städte. Wichtige Flüsse sind die Werra im Westen sowie die Saale im Osten des Landes. Die Werra fließt in die Weser, die Saale in die Elbe.

Welche Geschichte hat Thüringen?

Der Name Thüringen ist schon sehr alt. Zur Zeit der Völkerwanderung gab es einen Germanen-Stamm der Thüringer, die sich in der Gegend niederließen.

Im 7. und 8. Jahrhundert gab es auch ein Herzogtum Thüringen. Später zerfiel es aber in viele kleinere Fürstentümer, von denen einige bis 1920 existierten. Ein Teil des Landes gehörte lange Zeit zum Herrschaftsgebiet der sächsischen Fürsten, später auch zu Preußen.

Seit dem Mittelalter gibt es in Thüringen Bergbau. Früher wurden Metalle wie Eisen, Kupfer und sogar Gold gefördert, später vor allem Salz. Auf der Wartburg bei Eisenach lebte Martin Luther eine Zeit lang versteckt und übersetzte hier die Bibel ins Deutsche. Um das Jahr 1800 galt Weimar als eine der wichtigsten Städte der Literatur in Deutschland. Hier lebten Dichter wie Goethe und Schiller. Im 19. Jahrhundert entstanden auch in Thüringen viele Fabriken, und hier schlossen sich Arbeiter als erste in der Sozialdemokratie zusammen.

Nach dem Ersten Weltkrieg wurden mehrere kleine Fürstentümer 1920 zum Land Thüringen zusammengeschlossen. Das war aber noch nicht so groß wie das heutige Bundesland, ein Teil gehörte immer noch zu Preußen. Nach dem Zweiten Weltkrieg gehörte Thüringen zur DDR und wurde 1952 in drei Bezirke aufgeteilt. Erst nach der deutschen Wiedervereinigung wurde das Land 1990 in seiner heutigen Größe wieder gegründet.



Frank ist ein neugieriger Junge, der Abenteuer liebt. Eines Morgens steht er auf und hat einen besonderen Wunsch:

„Ich möchte heute etwas *Großes* erleben!“, sagt er.

Da hört er plötzlich ein Kichern. Aus seinem Rucksack hüpfet ein kleines Wesen heraus – grün wie ein Blatt, mit funkelnden Augen.

„Ich bin **Thüri**, der kleine Thüringen-Geist! Heute zeige ich dir mein Zuhause.“

Frank staunt. „Ein echter Waldgeist?! Dann los!“



Frank und Thüri auf Entdeckungsreise durch Thüringen

1 Im Thüringer Wald

Mit einem Pustehauch wirbelt Thüri Frank in den **Thüringer Wald**.

„Hier beginnt mein Reich!“, ruft Thüri stolz.

Die beiden laufen über den weichen Waldboden. Franks Schuhe knirschen auf Nadeln, und überall zwitschern Vögel.

„Hier kann man wandern, verstecken spielen und Tiere beobachten!“, erklärt Thüri.

Plötzlich raschelt es im Gebüsch. Ein Reh schaut neugierig heraus. Frank hält den Atem an, und das Reh stupst ihn kurz mit der Nase an, bevor es weghüpft.

„Wow!“, flüstert Frank.

2 Der Baumkronenpfad im Hainich

„Jetzt zeig ich dir was richtig Hohes!“, ruft Thüri und – *schwupps* – stehen sie im **Nationalpark Hainich** auf dem Baumkronenpfad.

Sie laufen hoch über den Bäumen, der Wind pfeift ihnen um die Ohren.

„Hier oben fühlen wir uns wie Vögel!“, ruft Thüri und breitet die Arme aus. Frank kann bis zum Horizont sehen. „Das ist wie ein grünes Meer aus Blättern!“, staunt er.

3 Abenteuer auf der Wartburg

„Weiter geht's!“, sagt Thüri und führt Frank auf die **Wartburg**.

Die dicken Mauern, der Burghof und die alten Türme sehen aus wie in einem Ritterfilm.

Frank stellt sich vor, wie Ritter früher hier lebten.

„Weißt du,“, sagt Thüri geheimnisvoll, „auf dieser Burg hat ein berühmter Mann gelebt – Martin Luther!“ Frank nickt beeindruckt. „Hier ist alles voller Geschichte!“

4 Tiere treffen im Zoo

Dann bringt Thüri ihn in einen **Tierpark**.

„Hier kannst du Tiere aus aller Welt sehen!“

Frank beobachtet Luchse, schaut Erdmännchen beim Buddeln zu und streichelt sogar eine Ziege, die ihm die Jacke anknabbert.

„He! Das kitzelt!“, lacht er.

5 Dampflokmfahren im Thüringer Land

Zum Schluss bringt Thüri ihn zu einer **alten Dampfeisenbahn**.

Die Lok pfeift laut und pustet weiße Wolken in den Himmel.

Frank und Thüri sitzen am Fenster, während die Landschaft vorbeizieht – Wälder, Felder, kleine Dörfer.

„Das ist wie eine Zeitreise!“, sagt Frank.

6 Heimkehr

Als die Sonne langsam untergeht, bringt Thüri Frank zurück nach Hause.

„Das war der beste Tag meines Lebens“, sagt Frank und umarmt Thüri. Der kleine Geist lächelt.

„Thüringen steckt voller Wunder. Und du bist jederzeit wieder eingeladen!“ Mit einem letzten Glitzern verschwindet Thüri im Rucksack – diesmal freiwillig.



Hallo, ich bin Enno, der Waldkauz!

Das Maskottchen der Thüringer Wald Card lädt Familien zu kleinen und großen Naturerlebnissen ein

Enno, der clevere Waldkauz, ergänzt die Thüringer Wald Card um eine kindgerechte Identifikationsfigur und stärkt die familienorientierte Ausrichtung der Freizeitkarte.

Friedrichshöhe, Dezember 2025 – Mit **Enno**, dem neugierigen Waldkauz aus dem Logo der Thüringer Wald Card, erhält die regionale Vorteilskarte ein charmantes Gesicht, das Kindern und Familien spielerisch die Erlebniswelt des Thüringer Waldes näherbringt. Was als Markenidee begann, hat sich inzwischen zu einer lieb gewonnenen Identifikationsfigur entwickelt, die Naturwissen vermittelt, Ausflüge begleitet und für viele kleine Gäste zum festen Bestandteil ihres Thüringen-Abenteuers geworden ist.

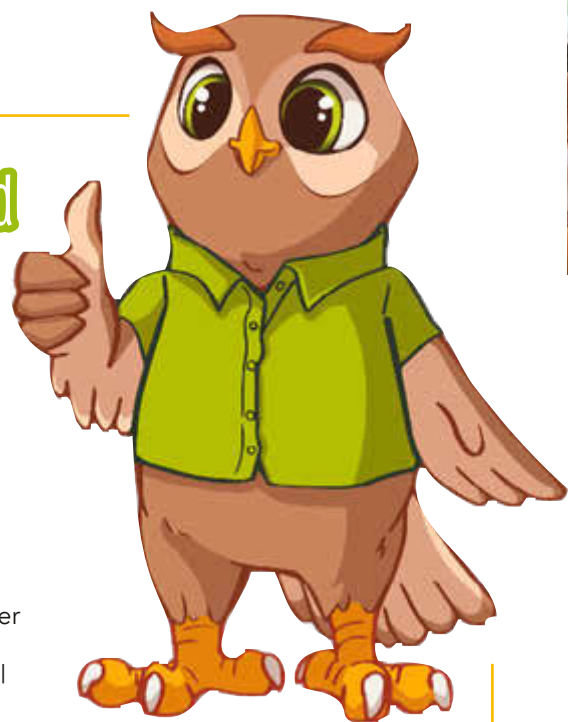
Die Entstehung von Enno begann 2023 im **Kindergarten „Rennsteigzwerge“ in Neustadt am Rennsteig**. Gemeinsam mit dem Naturpark Thüringer Wald widmeten sich die Kinder einen ganzen Vormittag lang dem Waldkauz: Es wurde beobachtet, gelauscht, gespielt und gesungen – und anschließend darüber abgestimmt, wie der schlaue Waldbewohner heißen soll. Aus rund 20 Vorschlägen setzte sich der Name „Enno“ durch. Der Charakter steht seitdem für die Werte der Region: naturverbunden, wissensdurstig und mit einem offenen Blick für die kleinen und großen Besonderheiten des Thüringer Waldes.

Seitdem begleitet Enno durch die vielfältige Freizeitwelt des Thüringer Waldes. Er führt über Naturpfade und Bergwiesen, zeigt Spannendes in Museen und Handwerksbetrieben und ist bei vielen Ausflugszielen der Region mit dabei. Dabei vermittelt er, warum ein achtsamer Umgang mit Wald und Umwelt wichtig ist. So wird er zu einem kleinen Wegbegleiter, der Naturerlebnisse greifbar macht und Kindern wie Erwachsenen hilft, den Thüringer Wald bewusst wahrzunehmen.

Um diese Idee weiterzuführen, hat die **Thüringer Wald Service GmbH** ein liebevoll gestaltetes Produktsortiment entwickelt: **Enno als Plüschtier**, der in der **Sonneberger Manufaktur Martin Bären** als etwa 30 Zentimeter großer, kuscheliger Weggefährte zum Leben erweckt wurde. Der **Glasanhänger Enno** aus der **ELIAS Farbglasshütte Lauscha** ist ein filigranes Unikat traditioneller Glasmacherkunst. Für Kreativmomente sorgt das **Malbuch mit Postkarten-Set**, in dem Kinder gemeinsam mit Enno auf 16 Seiten Rätsel lösen, Christbaumschmuck bemalen und seine Freunde Fuchs, Hase und Igel besuchen können. Und mit dem neuen **Kindergeschirr** und dem **Kinderbecher** aus der **Porzellanmanufaktur Könitz** können Kinder Enno sogar an den Frühstückstisch einladen.

Mit Enno schafft die **Thüringer Wald Service GmbH** eine sympathische Verbindung zwischen ihrer Markenwelt, regionalem Handwerk und einem kindgerechten, edukativen Ansatz. Für Familien ist der Waldkauz damit nicht nur ein Maskottchen, sondern ein wiedererkennbarer Begleiter durch eine der abwechslungsreichsten Naturregionen Deutschlands.

Mehr Informationen unter: www.thueringer-waldcard.de



Pressekontakt:

Thüringer Wald Service GmbH
Agentur Thüringer Wald Card
Ivonne Hablitzel |
Holger Jakob
Tel: 036704 709930
Mail: info@thueringer-waldcard.de

Über die Thüringer Wald Service GmbH

Die Thüringer Wald Service GmbH von Naturpark Thüringer Wald e.V. und Landschaftspflegeverband Thüringer Wald e.V. mit Sitz in Friedrichshöhe, entwickelt touristische Services und Produkte für den gesamten Thüringer Wald. Dazu zählt auch die Thüringer Wald Card, ein regionales Vorteils- und Erlebnissystem, das Gästen und Einheimischen den Zugang zu Freizeit-, Kultur- und Naturangeboten erleichtert. Das Unternehmen arbeitet kontinuierlich am Ausbau des Partnernetzwerks, das mittlerweile mehr als 170 Betriebe umfasst, und treibt die Einführung neuer Angebote wie der geplanten digitalen Kartenversion voran. Ziel der Thüringer Wald Service GmbH ist es, die Aufenthaltsqualität zu erhöhen, regionale Anbieter sichtbar zu machen und den Tourismus im Thüringer Wald nachhaltig zu stärken.





Ein Lob an die Macher dieser Kinderzeitung!

DANKE!!!

Diese Kinderzeitung ist für mich und unsere gesamte Einrichtung weit mehr als nur eine Zeitung – sie ist ein echtes Herzensprojekt, das Kinder begeistert und nachhaltig prägt. Von der **allerersten Ausgabe an** verfolgen wir ihre Entwicklung mit großer Freude und Überzeugung. Schon damals war spürbar: Hier entsteht etwas Besonderes. Ein wirklich **tolles Produkt**, das mit so viel Liebe, Fachwissen und pädagogischem Feingefühl umgesetzt wird. Eine echte **Hammer Idee**, die zeigt, wie hochwertig und kindgerecht Wissensvermittlung sein kann. Und: es ist für die Kinder kostenlos!

Ganz besonders beeindruckend sind die hervorragend ausgearbeiteten **Artikel**. Jeder einzelne ist klar, verständlich und zugleich spannend geschrieben. Die Themen werden so aufbereitet, dass Kinder nicht nur Informationen aufnehmen, sondern echtes Interesse entwickeln. Sie lesen aufmerksam, tauchen in die Inhalte ein, stellen Fragen und kommen miteinander ins Gespräch. Genau das ist es, was gute Bildungsarbeit ausmacht: Neugier wecken, Denken anregen und Begeisterung entfachen.

Die Artikel schaffen es, Wissen lebendig werden zu lassen. Sie sind nie trocken oder belehrend, sondern holen die Kinder dort ab, wo sie stehen. Man merkt deutlich, dass

hier Menschen schreiben, die Kinder ernst nehmen und ihre Lebenswelt verstehen. Die Mischung aus Sachwissen, Kreativität und emotionaler Ansprache ist außergewöhnlich gelungen. Für uns als pädagogische Fachkräfte ist es eine große Bereicherung, eine Zeitung in den Händen zu halten, die Lernen so positiv besetzt.

In unserem Alltag zeigt sich der Erfolg dieser Arbeit ganz deutlich. Jede neue Ausgabe wird sehnsüchtig erwartet. Kaum ist die Zeitung da, entsteht Aufregung – und nicht selten **streiten sich die Kinder**, weil **jeder die neue Ausgabe zuerst lesen möchte**. Dieses Verhalten spricht für sich. Wenn Kinder freiwillig lesen wollen, sich austauschen und Inhalte miteinander teilen, dann wurde alles richtig gemacht.

Wir **sammeln die Kinderzeitung seit der ersten Ausgabe**, und sie hat sich zu einem festen Bestandteil unseres pädagogischen Alltags entwickelt. Auch ältere Ausgaben werden immer wieder hervorgeholt, erneut gelesen und neu entdeckt. Die Artikel verlieren nicht an Wert, sondern begleiten die Kinder über lange Zeit hinweg.

Diese Kinderzeitung ist **lehrreich**, hochwertig, emotional und mit außergewöhnlich viel Herz gestaltet. Sie fördert die Freude am Lesen, stärkt die Neugier und hinterlässt bleibenden Eindruck. Für mich ist sie ein Vorzeigeprodukt moderner Kinderbildung – ehrlich, durchdacht und voller Begeisterung.

Susi Welsch
Kita im Hainich

Endlich
wieder
Freiland-
Zeit!

Fränkisches
Freilandmuseum
Fladungen
mit dem Rhön-Zügle

www.freilandmuseum-fladungen.de

Spielen, Rätseln, Kreativsein – ein Museum voller Abenteuer für Familien

- Anzeige -

Endlich wieder Freiland-Zeit! Das Fränkische Freilandmuseum Fladungen öffnet am 28. März seine Tore. An Ostern (5./6. April) erwartet Familien ein buntes Programm mit Eier-suche, Basteln, Osterrätsel und Schmiedevorfürungen – ein Ausflug, der Groß und Klein begeistert.

Neu im Programm: Die ganze Saison über können Kinder mit Theresias Entdeckertour (6–8 Jahre) oder Theresias Rätselrunde (8–10 Jahre) durchs Museum streifen – rätseln, malen, puzzeln und dabei spielerisch das Leben von früher entdecken. Beide Rallyes führen zu denselben Stationen und sind daher auch ideal für Geschwister unterschiedlichen Alters.

Am 16./17. Mai steht beim Spielefest ganz das Mitmachen im Mittelpunkt: Historische und moderne Kinderspiele, faszinierende Murmelbahnen und gemütliche Brettspielrunden laden zum Ausprobieren ein.



Mehr Infos: www.freilandmuseum-fladungen.de

Fränkisches Freilandmuseum Fladungen
Bahnhofstr. 19
97650 Fladungen

Starke Burgen, starke Geschichten!

Anzeige

Während ein Greif und ein Drache durch die Kunstsammlungen der Veste Coburg streifen, sucht Hugibald Flatterhemd in ganz Bayern nach einer passenden Burg.



Geschichte will gehört, gesehen und erlebt werden – auf der Veste Coburg beginnt sie schon am Eingang mit zwei besonderen Begleitern. Ein griesgrämiger Drache, der lieber knurrt als lobt, und ein kluger Greif mit wachem Blick führen junge Besucherinnen und Besucher per Audioguide durch die mächtigen Mauern der Burganlage. Gemeinsam mit den beiden Figuren tauchen Kinder in die Welt höfischer Lebensart ein. Prunkvolle Räume erzählen von fürstlichem Wohnen, faszinierende Gemälde von Lucas Cranach dem Älteren geben Einblick in die gesellschaftlichen Umbrüche am Beginn der Frühen Neuzeit. Nur wenige Schritte weiter glänzen Turnierrüstungen im Halbdunkel, barocke Schlitten lassen Vergnügungen vergangener Zeiten lebendig werden, und hinter jeder Tür wartet eine neue Geschichte. Nicht nur der Audioguide nimmt Familien mit auf einen Spaziergang. Bei Führungen über die Burganlage gilt es, einen echten Geheimgang zu entdecken! Das Konzept der Familienführungen, die auch im Museum angeboten werden, geht auf: Kinder stellen begeistert Fragen und dürfen ausprobieren und die Erwachsene staunen mit. Seit Januar 2026 ist der Besuch besonders familienfreundlich gestaltet: Kinder und Jugendliche erhalten freien Eintritt in die Kunstsammlungen der Veste Coburg.



Als Teil der *Burg.Museen. Bayern* setzt die Veste Coburg zusammen mit Abenberg, Burghausen, Kronach, Landshut, Passau und Würzburg über alle dicken Burgmauern hinweg auf gemeinsame Projekte. So ist jüngst ein gemeinsames Rätsel-Heft entstanden, das in allen beteiligten Burg-Museen kostenfrei erhältlich ist. Darin lädt das abenteuerlustige Gespenst Hugibald Flatterhemd junge Gäste zum Rätseln, Ausprobieren und Entdecken

ein. Ob Audioguide, Geheimgang oder Rätselheft – auf der Veste Coburg und im BurgenNetzwerk.Bayern zeigt sich: Geschichte ist kein stilles und langweiliges Archiv, sondern etwas, was erzählt und erlebt werden will.

Mehr:

<https://veste.kunstsammlungen-coburg.de/besuch/kinder-und-familien/>

Veranstaltungen auf der Veste Coburg:

- **17. Mai 2026 – 11 bis 17 Uhr Abenteuer Geschichte:** Vor 200 Jahren. Familientag auf der Veste, in Schloss Ehrenburg und im Naturkunde-Museum Coburg
- **18. und 19. Juli 2026 Zeitreise auf der Veste Coburg:** Lebendige Geschichte mit Akteuren aus ganz Deutschland
- **27. Mai und 3. Juni 2026 (Wdh.) Ferien-Aktionstag:** Adel verpflichtet
- **Familienführungen im Museum:** Zu Gast bei Fürst und Herzog
- **Familienführungen im Außenbereich:** Geheimgang, Bär und Kommandant

Mehr: <https://veste.kunstsammlungen-coburg.de/kalender/>



Fotos: © Kunstsammlungen der Veste Coburg

Sonderausstellungen auf der Veste Coburg:

- **17. April bis 28. Juni 2026 im LABOR:** Pionier der E-Mobilität. Der Coburger Elektrowagen 1888 von Andreas Flocken.
- **22. Mai bis 20. September 2026:** COBURG | GOTHA | 1826. Ein Herzog. Zwei Residenzen.
- **Bis 31. Mai 2026 im STUDIO:** Kleine Rüstung, Großer Auftritt. Der Harnisch des Coburger „Hofzwerger“ Ruppert.
- **Ab 9. Juli 2026 im STUDIO:** Zum 300. Geburtstag von Daniel Nikolaus Chodowiecki

Mehr: <https://veste.kunstsammlungen-coburg.de/>



Besucher- & Kontaktadresse

Kunstsammlungen
der Veste Coburg,
Veste Coburg,
96450 Coburg

Telefon: 09561 879-0
Fax: 09561 879-66

veste.kunstsammlungen-coburg.de

Aktuelles aus Deutschland und der Welt



Wie viele Kinder gibt es in Deutschland?

**10,9 Millionen Kinder
leben in Deutschland**



In Deutschland leben derzeit 10,9 Millionen Kinder im Alter zwischen 0 und 14 Jahren (Stand: 2023).

Der Anteil der Kinder an der Bevölkerung in Deutschland nimmt wieder leicht zu. Wie das Statistische Bundesamt (Destatis) aus Anlass des Internationalen Kindertages am 1. Juni mitteilt, machten Kinder einen Anteil von 13,0 Prozent der Bevölkerung Deutschlands aus. Damit ist der Anteil seit dem Tiefststand Anfang 2015 (12,2 Prozent) in den vergangenen Jahren wieder leicht gestiegen.

Ein Grund für diese Entwicklung sind höhere Geburtenzahlen. Von 2010 bis 2014 wurden durchschnittlich rund 682.200 Kinder pro Jahr geboren. Von 2015 bis 2020 waren es im Durchschnitt gut 775.600 jährlich. Die Geburtenzahl erreichte im Jahr 2021 mit rund 795.500 Kinder sogar den höchsten Stand seit 1997, ging allerdings im Jahr 2022 nach vorläufigen Angaben auf 738.900 Kinder zurück.

In den Staaten der Europäischen Union (EU) war der durchschnittliche Anteil von Kindern an der Bevölkerung etwas höher als hierzulande: Zum Jahresbeginn 2022 betrug dieser laut EU-Statistikbehörde Eurostat 13,9 Prozent. Niedriger als in Deutschland war der Kinderanteil in Italien (11,7 Prozent), Portugal (11,8 Prozent), Malta und Griechenland (je 12,6 Prozent) sowie Spanien (12,9 Prozent). Den höchsten Anteil von Kindern wiesen hingegen Irland (18,3 Prozent), Schweden (16,4 Prozent) und Frankreich (16,2 Prozent) auf.

Wusstet ihr das schon?

Wie viele Kinder eine Frau im Durchschnitt zur Welt bringt, hängt von den verschiedensten Faktoren ab. Auch hinsichtlich des Wohnorts unterscheidet sich die Anzahl der durchschnittlich geborenen Kinder pro Frau.

Wie viele Ein-Kind-Familien gibt es in Deutschland?

Aktuelle Statistiken legen nahe: Schon lebt in etwa der Hälfte der deutschen Haushalte nur ein Kind.

Wie viele Kinder in Deutschland sind unter 14 Jahre?

2022	10.942.562
2020	10.742.630
2018	10.539.193

Wie viele Kinder sollte man haben?



Es zeigte sich, dass 32 % der Frauen und Männer drei oder mehr Kinder als ideal ansahen. Neben dem Wunsch nach zwei Kindern hat sich somit bei vielen Frauen und Männern der Wunsch nach drei Kindern etabliert.

Erneuerbarer Strom

- Warum er so wichtig für unsere Zukunft ist



Strom brauchen wir jeden Tag: zum Licht einschalten, für den Fernseher, den Computer oder das Handy. Doch oft fragen wir uns gar nicht, wo dieser Strom eigentlich herkommt. Viele Jahre lang wurde Strom vor allem aus **Kohle, Erdöl und Erdgas** hergestellt. Diese Stoffe nennt man **fossile Energien**. Sie

liegen tief unter der Erde und wurden über Millionen Jahre von Pflanzen und Tieren gebildet. Das Problem ist: Diese Vorräte sind **nicht unendlich**. Wenn wir sie weiterhin so schnell verbrauchen wie heute, gehen sie irgendwann aus. Außerdem entstehen bei ihrer Verbrennung **schädliche Abgase**, besonders **CO₂**, das unsere Erde aufheizt und den Klimawandel verstärkt.

Deshalb ist es wichtig, Strom aus Quellen zu gewinnen, die **immer wieder von selbst nachkommen**. Diese nennt man **erneuerbare Energien**. Dazu gehören **Sonne, Wind, Wasser, Biomasse und Erdwärme**. Der Strom, der daraus erzeugt wird, heißt **erneuerbarer Strom**. Er ist sauber, umweltfreundlich und wird in Zukunft eine immer größere Rolle spielen.

1. Sonnenenergie – Strom aus Licht

Die Sonne ist wie ein riesiger Motor im Himmel. Jeden Tag schickt sie uns mehr Energie, als wir auf der ganzen Erde brauchen könnten. Mit **Solarzellen** kann man dieses Licht auffangen und direkt in Strom verwandeln. Solaranlagen stehen oft auf Hausdächern oder großen Feldern. Wenn die Sonne scheint, produzieren sie besonders viel Strom. Selbst wenn es bewölkt ist, können moderne Anlagen noch Energie erzeugen. Sonnenenergie ist eine der bekanntesten und beliebtesten erneuerbaren Energien.



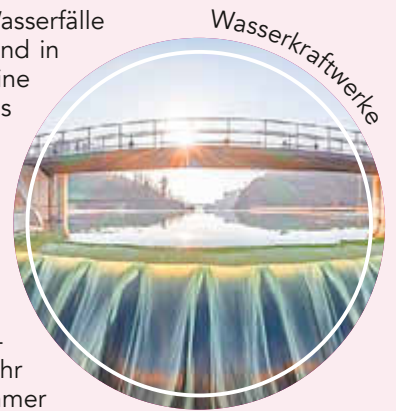
2. Windenergie – Strom aus bewegter Luft

Wind entsteht, wenn warme und kalte Luft sich bewegen. Diese Bewegung nutzen **Windräder**, die man häufig auf Feldern oder im Meer sieht. Ihre großen Rotorblätter drehen sich im Wind und treiben im Inneren einen Ge-

nerator an. So entsteht Strom. Windenergie hat den Vorteil, dass sie auch nachts funktioniert und besonders viel Strom liefert, wenn es stürmt. In vielen Ländern ist Windkraft heute eine der wichtigsten Energiequellen.

3. Wasserkraft – Strom aus fließendem Wasser

Flüsse fließen ständig, Wasserfälle rauschen Tag und Nacht, und in Stauseen befindet sich eine große Menge gespeichertes Wasser. **Wasserkraftwerke** nutzen diese Bewegung des Wassers. Das Wasser treibt eine Turbine an, die sich schnell dreht und einen Generator bewegt. So wird Strom erzeugt – ganz ohne schädliche Abgase. Wasserkraft ist sehr zuverlässig, weil Flüsse immer fließen und man in Stauseen Wasser speichern kann.



4. Biomasse – Energie aus Pflanzen und Abfällen

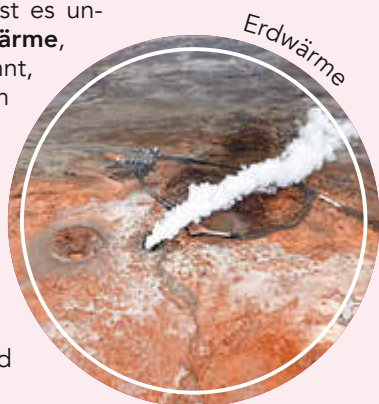
Biomasse besteht aus **Holz, Pflanzenresten, tierischen Abfällen oder Bioabfällen**. Daraus kann man Energie gewinnen, indem man sie verbrennt oder vergären lässt. Bei der Vergärung entsteht ein Gas, das man wie Erdgas nutzen kann. Biomasse ist erneu-



erbar, weil Pflanzen immer wieder wachsen. Sie ist besonders praktisch, weil man sie leicht lagern kann und sie auch dann Energie liefert, wenn keine Sonne scheint oder kein Wind weht.

5. Erdwärme – Hitze aus dem Inneren der Erde

Tief unter unseren Füßen ist es unglaublich heiß. Diese **Erdwärme**, auch Geothermie genannt, kann genutzt werden, um Wasser zu erhitzen. Der entstehende Dampf treibt dann Turbinen an, die Strom erzeugen. In Ländern mit vielen Vulkanen, zum Beispiel Island, ist Erdwärme eine besonders wichtige Energiequelle. Sie ist sauber, zuverlässig und unabhängig vom Wetter.



Warum ist erneuerbarer Strom gut für uns?

Der größte Vorteil: Er ist **umweltfreundlich**. Bei der Stromerzeugung entsteht kaum oder gar kein CO₂. Dadurch wird die Luft nicht verschmutzt und das Klima geschützt. Außerdem gehen erneuerbare Energiequellen **nicht aus**. Die Sonne scheint jeden Tag wieder, der Wind weht immer irgendwo und Wasser fließt ständig nach. Dadurch bleiben wir unabhängiger von fossilen Rohstoffen, die teuer und begrenzt sind.

Was können wir selbst tun?

Jeder von uns kann etwas beitragen:

- Strom sparen, indem man das Licht ausschaltet, wenn man den Raum verlässt.
- Geräte richtig ausmachen und nicht im Standby lassen.
- Mehr Fahrrad fahren oder zu Fuß gehen, statt immer das Auto zu benutzen.
- Mit den Eltern über **Ökostrom** sprechen, der aus erneuerbaren Energien kommt.

Schlusswort

Erneuerbarer Strom ist die Energie der Zukunft. Er hilft uns, die Umwelt zu schützen, das Klima zu bewahren und eine saubere Welt zu erhalten, in der wir alle gut leben können. Mit Sonne, Wind, Wasser, Biomasse und Erdwärme haben wir starke Partner an unserer Seite – wir müssen sie nur nutzen.



freepik.de

oberhof
golfkletterpark

**WILLKOMMEN
IM ABENTEUER**

- Kletterpark
- Kinderparcours
- Riesenschaukel
- Freedrop-Sprung
- 18-Loch Adventuregolf





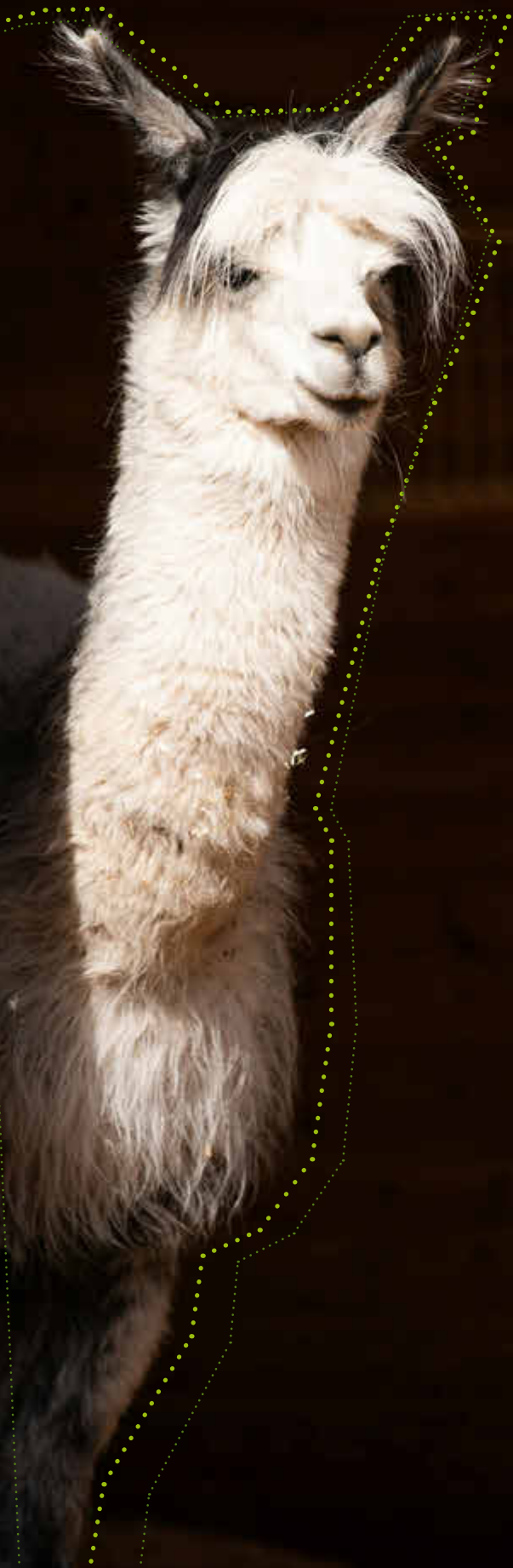
www.golfkletterpark.de

Auch im Winter
ein Erlebnis **oberhof**
winterfunpark




Tiergeschichten

Quelle: www.alpakafarm.com



Stars aus Südamerika

Über Alpakas

Geschichte und Herkunft

Alpakas (*Lama pacos*) gehören innerhalb der Familie der Kamele (*Camelidae*) zur Unterordnung der Schwielensohler (*Tylopoda*). Die Wissenschaft ist sich mittlerweile einig darüber, dass das Alpaka vom Vicuña abstammt und das Lama vom Guanaco.

Die Heimat der Alpakas sind Chile, Peru und Bolivien

Ebenso wie Lamas wurden auch Alpakas bereits vor ca. 5.000 Jahren von den Inkas als Fleisch- und Wolllieferanten geschätzt und domestiziert. Nachdem ihr Bestand von den Spaniern drastisch dezimiert worden war, hatten die verbleibenden Tiere ihr Überleben ihrer Bedeutung für die Bergbauern zu verdanken.

Mit ihnen lebten sie jahrhundertlang auf 4.000 bis 5.000 Metern Höhe auf den Hochebenen der Anden und passten sich dort der nährstoffarmen Vegetation an.

Die extremen Witterungsbedingungen im ungeschützten Hochgebirge bei Temperaturen zwischen glühender Mittagssonne und nächtlichen Minusgraden sorgten für eine natürliche Auslese unter den Vorfahren der heutigen Alpakas. Auch heute noch werden sie in den hochgelegenen Andengebieten gehalten. Inzwischen werden sie aber auch in Europa auf Farmen gezüchtet.

Aussehen und Wesen

Alpakas erreichen eine Schulterhöhe von 80 bis 100 Zentimetern bei einem Gewicht von 50 bis 80 kg. Der kräftige Rumpf steht auf langen, schlanken Beinen.

Wie die altweltlichen Kamele haben Alpakas paarige Sohlenballen, mit denen sie gut klettern können. Der lange Hals wird gerade gehalten, der relativ kleine Kopf mit den großen Augen ist länglich, die ovalen Ohren stehen aufrecht. Der Schwanz ist kurz. Über 22 verschiedene Naturtöne kennzeichnen die Faser dieser edlen Andentiere. Die Zähne wachsen ständig nach, um der hohen Abnutzung durch das karge Grün entgegenzuwirken.

Alpakas werden etwa 20 bis 25 Jahre alt. Mit etwa zwei Jahren werden sie geschlechtsreif. Nach einer Tragezeit von ungefähr 11,5 Monaten wird in der Regel ein Junges geboren. Neugeborene wiegen circa 6 kg. Kurze Zeit nach der Geburt läuft das neugeborene Fohlen bereits und säugt bei der Mutter. Die Geburt findet bei Tageslicht, meistens am Vormittag, im Schutz der Herde statt, damit das Fohlen von der Sonne gewärmt und getrocknet wird.

Nach etwa 2 - 3 Wochen ist die Stute wieder paarungsbereit, was das ganze Jahr über möglich ist.

Alpakas sind sehr freundliche und gutmütige Wesen, intelligent, neugierig und liebevoll. Wegen ihrer sanften Eigenschaften und ihrer beruhigenden Art finden auch Kinder schnell Freude an ihnen.

Allerdings sind sie auch durchaus wehrhaft. Gegenüber Eindringlingen wie wildernden Hunden oder Füchsen, von

denen sie sich bedroht fühlen, schließt sich die Herde zusammen und vertreibt den Angreifer aus dem Revier.

Alpakas sind sehr genügsam und ernähren sich von Pflanzen aller Art. Obwohl sie ihre Nahrung mehrfach zerkauen, zählen sie nicht zu den echten Wiederkäuern.

Ihre Wolle ist sehr begehrt, da sie weltweit zu den edelsten Naturfasern zählt. Die Wollproduktion liegt zur Zeit bei etwa 3 bis 6 kg im Jahr.

Alpakas sind ausgesprochen anpassungsfähige und robuste Tiere. Trotz ihrer Herkunft aus den hohen Anden Südamerikas finden sie sich auch in unseren gemäßigten Breitengraden ausgesprochen gut zurecht.

Sie sind Herdentiere mit einem ausgeprägten Sozialverhalten. Deshalb dürfen diese Tiere nie alleine gehalten werden. Man sollte sie immer in einer Gemeinschaft von mindestens 2 - 3 Alpakas halten.

Sie können allenfalls auch mit anderen Tieren wie Pferden, Schafen oder Ziegen zusammen gehalten werden. Allerdings müssen dann einige Vorsichtsmaßnahmen wie genügend Futterplätze und Parasitenprophylaxe berücksichtigt werden. Artfremde Tiere ersetzen aber nicht den Sozialkontakt zwischen den Alpakas. Deshalb ist es auch hier Bedingung, dass immer mindestens 2 Alpakas mit anderen Tierarten zusammen gehalten werden.

Alpakas sind Weidetiere. Sie benötigen ganzjährig genügend Weide- und Auslauffläche. Auf einem Hektar Weide können 10 - 15 Alpakas gehalten werden. Die Mindestweidegröße beträgt für 2 Tiere 1000 Quadratmeter, für jedes weitere Tier 100 Quadratmeter zusätzlich.

Fütterung und Pflege

Alpakas stammen aus Gebieten mit kargem Nahrungsangebot, ihre Verdauung und ihr Stoffwechsel sind so eingerichtet, dass sie mit nährstoffarmer, aber raufutterreicher Nahrung gut gedeihen. Bei der Fütterung von Neuweltkameliden ist zu berücksichtigen, dass für diese Tiere bei uns tendenziell ein Überangebot an Nährstoffen (vor allem Proteinen) besteht.

In der vegetationsreichen Zeit (Frühling, Sommer, Herbst) müssen Alpakas bei uns zusätzlich zum Gras mit raufutterreichem, aber nährstoffarmen Heu versorgt werden. Die Alpakas benötigen das ganze Jahr über Heu, es ist zusammen mit dem Weidegras das Ba-



sisfutter. In der kalten Winterzeit kann auch etwas nährstoffreicheres Raufutter verfüttert werden. In speziellen Fällen, wie zum Beispiel bei rekonvaleszenten und geschwächten Tieren, hochtragenden oder laktierenden Stuten, kann etwas Kraftfutter oder Luzernehäcksel zugegeben werden.

Alpakas sollten immer Zugang zu frischem, sauberem Wasser haben. Auch sollten immer genügend Mineralsalze in Form eines Lecksteines oder Pulver zur Gesunderhaltung der Körperfunktionen zur Verfügung stehen.

Alpakas sollten täglich beobachtet werden. Vor allem ihr Verhalten bezüglich Futteraufnahme und Integration in der Herde sollte überwacht werden. Abweichungen vom „Normalzustand“ sind häufig von grundlegender Bedeutung und erstes Anzeichen einer Veränderung ihres Gesundheitszustandes. Ansonsten ist die Pflege der robusten und zähen Andentiere wenig aufwändig.

Alpakas müssen regelmäßig entwurmt werden. Dies erfolgt am besten gezielt nach einer Kotuntersuchung mit dem entsprechenden Entwurmungsmittel (beim Tierarzt erhältlich). Die Entwurmung sollte, je nach Befall, 2 - 4 Mal jährlich erfolgen. Je nach Untergrund müssen die Zehennägel 4 - 6 Mal pro Jahr geschnitten werden. Am einfachsten geht dies mit einer Lämmerklauenschere. Einmal jährlich sollten Alpakas mit einem kombinierten Impfstoff gegen diverse Clostridieninfektionen (wie z. B. Tetanus, Rauschbrand, Pararouschbrand und Enterotoxämie) geimpft werden.

Um die Wärmeregulierung im Sommer zu ermöglichen, sollten die Alpakas einmal jährlich vor Beginn der heißen Jahreszeit geschoren werden. Unmittelbar nach der Schur müssen sie aber vor extremen Witterungsbedingungen wie außergewöhnlicher Sonneneinstrahlung, Kälteeinbruch geschützt werden.

Über Lamas

Quelle: <https://www.kindernetz.de>

Anmutig und leichtfüßig ziehen die Lamas über die steilen Pässe der Anden. Diese „Kamele der neuen Welt“ sind wichtige Tragtiere sowie Woll- und Fleischlieferanten.

Wie sehen Lamas aus?

Auch wenn sie keine Höcker haben: Lamas gehören zur Familie der Kamele und werden - weil sie nur in Südamerika, also der neuen Welt vorkommen - auch „Neuweltkamele“ genannt.

Ihr Körper wird eineinhalb bis zwei Meter lang und sie wiegen 130 bis 155 Kilogramm. Die Schulterhöhe liegt zwischen 80 Zentimetern und 1,2 Metern. Meist sind die Weibchen etwas größer als die Männchen.

Das Fell der Tiere kann unterschiedlich gefärbt sein: Es ist weiß, braun, schwarz oder grau.

Es ist sehr dicht, weich und wollig und besitzt nur wenige dickere Haare, so dass die Tiere bei Regen kaum geschützt sind, sondern nass werden. Der Rücken der Lamas ist gerade, die Augen sind groß und sie haben lange Wimpern. Die Ohren sind lang und spitz, der Schwanz ist rund und dick.

Wie bei allen Kamelen ist die Oberlippe gespalten und sehr beweglich.

Ähnlich wie Kamele besitzen Lamas unten an den Füßen ein Sohlenpolster.

Es ist kaum zu glauben, aber Lamas können gut schwimmen und sogar kleine Meeresarme durchqueren.

Lamas sind Haustiere, die schon lange bevor die ersten Europäer nach Südamerika kamen - nämlich vor 4000 bis 5000 Jahren - von den Indios aus Guanakos gezüchtet wurden. Lamas sind größer und kräftiger als Guanakos und dienen noch heute als Lasttiere.



Wo leben Lamas?

Lamas leben in Südamerika von Nordargentinien über Chile und Südperu bis Bolivien. Sie bewohnen vor allem die Hänge der Anden von der Ebene bis in 4000 Meter Höhe. Lamas können wie ihre wilden Vorfahren, die Guanakos, in vielen verschiedenen Lebensräumen leben.

Sie kommen im Tiefland an der Küste ebenso vor wie im Hochgebirge in über 4000 Metern Höhe.

Sie kommen im Grasland ebenso zurecht wie in Halbwüsten und Buschsteppen.

Welche Lamaarten gibt es?

Neben dem gezüchteten Lama lebt in Südamerika noch das Guanako, die Wildform des Lamas. Es hat eine Schulterhöhe bis zu 115 Zentimeter und wird bis zu 120 Kilogramm schwer.

Das Alpaka, das für seine feine Wolle berühmt ist, ist ebenfalls von den Indios aus dem Guanako gezüchtet worden.

Das vierte südamerikanische Neuweltkamel - das wilde Vikunja - ist sehr viel kleiner und zierlicher als ein Lama.

Es hat eine Schulterhöhe von maximal 95 Zentimetern und wiegt bis zu 55 Kilogramm. Es lebt meist in Höhen von 3700 bis 4600 Metern, kann aber sogar noch in 5700 Meter Höhe in den Anden überleben, da es ein stark vergrößertes Herz und zahlreiche rote Blutkörperchen besitzt, so dass es auch aus der sauerstoffarmen Hochgebirgsluft noch genug Sauerstoff aufnehmen kann.

Wie alt werden Lamas?

Lamas werden 15 bis 20 Jahre alt.

Wie leben Lamas?

Wenn sie frei leben und nicht als Lasttiere genutzt werden, leben Lamas wie ihre wilden Verwandten, die Guanakos, in Gruppen:

Ein starkes Männchen führt eine Gruppe aus mehreren weiblichen Tieren - meist ist es ein Dutzend - an. Um diese Weibchen muss er gegen andere männliche Artgenossen kämpfen.

Dabei rempeln sie sich an, versuchen sich in die Vorderbeine zu beißen - und natürlich spucken sie sich gegenseitig Speichel und Mageninhalt ins Gesicht!

Zusammen mit dem Männchen und den Weibchen leben die Jungtiere, so dass eine Lama-Herde aus etwa 30 Tieren besteht.

Werden die jungen Männchen geschlechtsreif, werden sie vom Leithengst aus der Herde vertrieben.

Lamas sind perfekt an ein Leben in großer Höhe angepasst. Weil sie Sauerstoff aus der Luft auf eine ganz bestimmte Art und Weise aufnehmen können, können sie auch in großen Höhen leben und Lasten tragen.

Deshalb wurden sie in Südamerika auch bis heute nicht von den Eseln verdrängt, die von den Europäern mitgebracht wurden.

Doch Lamas sind nicht nur Arbeitstiere: Vor allem die Weibchen werden geschoren und liefern kostbare Wolle.

Außerdem wird das Fleisch der Tiere gegessen.

Schnell sind Lamas allerdings nicht:

Eine Lama-Karawane schafft höchstens zehn bis 20 Kilometer pro Stunde. Dafür kommen Lamas die steilsten Wege hoch, auf denen kein Auto mehr fährt.

Die Lasten, die sie tragen können, sind aber nicht allzu groß: Maximal 50 Kilogramm schafft ein kräftiges männliches Tier, meistens sind es aber nur 35 Kilogramm.

Wird einem Lama seine Bürde zu schwer, tritt es in Streik: Es legt sich hin und steht erst wieder auf, wenn seine Last verringert wird.

Und nicht zuletzt sind Lamas wichtige Brennstofflieferanten: Sie setzen ihren Kot an immer den gleichen Stellen ab, so dass große Haufen entstehen, die mit der Zeit trocknen und von den Indios als Brennmaterial genutzt werden.

Wie vermehren sich Lamas?

Paarungszeit ist bei den Lamas von November bis Februar. Nach einer sehr langen Tragzeit von über elf Monaten zwischen Oktober und Januar bringen die Weibchen schließlich die Jungen zur Welt. Meist ist es nur ein Junges, ganz selten sind es Zwillinge.

Schon nach wenigen Minuten richten sich die neugeborenen Lamas auf ihren wackeligen Beinen auf und können der Mutter folgen. Sie werden vier Monate lang gesäugt.

Mit zwei bis drei Jahren sind die Jungtiere erwachsen und werden geschlechtsreif.

Freunde und Feinde des Lamas

Lediglich Pumas können einem jungen oder schwachen Lama gefährlich werden. Die größten Feinde der wilden Guanakos und Vikunjas waren jedoch die europäischen Eroberer, die diese Tiere unbarmerzig gejagt haben.

Wie kommunizieren Lamas?

Lamas sind sehr leise Tiere und geben kaum Laute von sich. Nur wenn sie Artgenossen vor einer Gefahr warnen wollen, geben sie dem Wiehern ähnelnde Geräusche von sich.

Was fressen Lamas?

Lamas ernähren sich wie Guanakos vor allem von Gräsern und Kräutern, sie fressen aber auch Blätter und Knospen von Sträuchern und jungen Bäumen sowie Flechten und Pilze.

Da sie so einen langen Speisezettel haben, können sie viele unterschiedliche Lebensräume besiedeln.

Anders als die Kamele in Afrika und Asien, die tage- oder wochenlang ohne Wasser auskommen, müssen die Lamas und ihre anderen südamerikanischen Verwandten regelmäßig Wasser trinken.

Andenkamele hier in Thüringen?

- Anzeige -

Bei den Unstrut-Lamas in Herbsleben verbringen Familien eine wunderschöne Auszeit:

Inmitten der Tiere, in der Natur lernen wir die Lamas erst einmal kennen.

Warum ist Bruno ein Kasper oder der Moritz so ein Riese? Wer ist das älteste Tier?

Entschleunigung, raus aus dem Alltag und Zeit füreinander.

Bei uns buchen die Familien Lamaspaziergänge, eine Weidezeit oder auch Kräutertouren.

Besuche nur mit Anmeldung!

Kontakt

Unstrut-Lamas
Alina Kroll
Diplom-Sozialpädagogin
99955 Herbsleben
www.unstrut-lamas.de

Folgt und auf Instagram & Facebook und abonniert unseren Newsletter *news.unstrut-lamas.de*



Frühlingskräuter-Spaziergang

Frühlingsfrische gesunde Wildkräuter

03.04.2026 10 Uhr

Lamaspaziergang

04.04.2026 10 Uhr

Muttertags-Special:

Zentangle trifft auf die Lamas

10.05.2026 10 - 13 Uhr

Räuchern zur

Sommersonnenwende

Einstieg in die Welt des Räuchern, Räucheritual, mit heimischen Räucherkräutern

27.06.2026 15 Uhr

Verwandte des Lamas und Alpakas:

Über Kamele

Kamele sind perfekt an ein Leben in der Wüste angepasst. Zu ihnen zählen die einhöckrigen Dromedare aus Nordafrika und Arabien sowie die zweihöckrigen Trampeltiere aus Asien.

Wie sehen Kamele aus?

Dromedare und Trampeltiere gehören zur Familie der Kamele und zu den so genannten Schwielensohlern. Diese Tiergruppe heißt so, weil die Sohlenflächen ihrer Füße mit dicken, federnden Schwielen gepolstert sind.

Sie haben keine Hufe, sondern nur sehr kleine, fingernagelähnliche Gebilde, die die Vorderkante der Füße schützen. Die Schwielen an den Füßen sorgen dafür, dass das Gewicht der Tiere auf dem losen Sandboden verteilt wird und sie nicht einsinken. Bei den Trampeltieren sind diese Schwielen breiter als beim Dromedar.

Am Brustbein, an den Ellenbogen sowie an Ferse und Knie besitzen Kamele dicke Hornschwielen.

Kamele sind mächtige Tiere: Sie haben eine Schulterhöhe von 2,3 bis 2,5 Metern. Von der Schnauze bis zum Po messen sie zwischen 2,2 und 3,4 Meter. Der Schwanz wird 50 bis 70 Zentimeter lang, und sie wiegen zwischen 450 und 650 Kilogramm.

Trampeltiere werden oft etwas schwerer als Dromedare.

Typisch sind die langen Beine, der lange, nach unten durchgebogene Hals und die Höcker: Dromedare besitzen einen, die Trampeltiere zwei Höcker.

Beide Tierarten haben ein ziemlich dickes Fell aus krausem, wolligem Haar. Es kann unterschiedliche Beige- und Brauntöne haben, aber auch weiß sein oder sogar schwarz.

Da Trampeltiere in einer Region leben, in der es im Winter sehr kalt wird, bekommen sie in dieser Jahreszeit ein sehr dickes, langes Fell.

Wird es im Frühjahr wieder wärmer, löst sich dieses Winterfell in großen Fetzen ab, so dass die Tiere richtig zerrupft aussehen.

Ein typisches Merkmal ist auch der Passgang: Die Tiere bewegen das rechte bzw. linke Vorder- und Hinterbein jeweils gleichzeitig nach vorne.

Die Oberlippe der Kamele ist gespalten, die Nasenlöcher sind schlitzförmig. Sie können verschlossen werden und sind so vor Sand geschützt.

Die Familie der Kamele entstand vor etwa 40 bis 50 Millionen Jahren in Nordamerika. Vor etwa zwei Millionen Jahren wanderten sie über die Beringstraße in die Alte Welt, also nach Asien und Afrika. In Nordamerika sind sie ausgestorben. Die Lamaartigen kamen während der Eiszeit nach Südamerika und haben dort überlebt.

Wo leben Kamele?

Dromedare gibt es nur in Arabien und in Nordafrika. Dort kommen sie vor allem am Rand der Wüsten wie der Sahara vor. In Australien wurden Dromedare eingeführt und haben sich dort gut eingelebt. Einige von ihnen sind verwildert.



Trampeltiere - auch Baktrische Kamele genannt - leben in Zentralasien. Dort kommen sie von Kasachstan über die Mongolei bis nach Nordchina vor und werden als Lasttiere gehalten.

Wild lebende Dromedare gibt es heute nicht mehr, und wilde Trampeltiere sind sehr selten: Es sollten nur noch etwa 950 von ihnen in der Taklamakan-Wüste, in der chinesischen Provinz Xinjiang und im mongolischen Teil der Wüste Gobi leben.

Der Lebensraum der Dromedare sind die heißen Wüsten und Halbwüsten Nordafrikas und Arabiens. Feuchtes Klima vertragen sie nicht.

Auch Trampeltiere sind an ein Leben in der Wüste angepasst. Sie müssen aber sehr viel größere Temperaturschwankungen aushalten als Dromedare:

In den Wüsten Zentralasiens kann es im Sommer bis zu 40° Celsius heiß und im Winter bis zu -30° Celsius kalt werden.

Welche Kamelarten gibt es?

Die beiden Altwelt-Kamele - das einhöckrige Dromedar und das zweihöckrige Trampeltier - sind so nahe miteinander verwandt, dass sie sich sogar miteinander fortpflanzen können. Kreuzungen aus Dromedar und Trampeltiere nennt man Tulus oder Bukhts: Sie besitzen entweder einen langgezogenen oder einen kleineren Höcker.

Die wild lebenden Trampeltiere Zentralasiens werden von manchen Forschern sogar als eigene Art, nämlich als „Salzwasserkamele“, bezeichnet, weil diese Tiere sogar salzhaltiges Wasser trinken und bestens vertragen können.

Zu den Neuweltkamelen in Südamerika zählen Lamas, Guanacos, Alpakas und Vikunjas. Sie sind alle viel kleiner als Trampeltiere und Dromedare, besitzen keine Höcker und haben auch keine dicken Sohlenpolster an den Füßen.

Wie alt werden Kamele?

Kamele können 40 bis 50 Jahre alt werden.

Wie leben Kamele?

Anders als viele glauben, speichern Kamele in ihren Höckern kein Wasser, sondern bis zu 200 Kilogramm Fett und Bindegewebe.

Das Fett kann in einem komplizierten Stoffwechselprozess mit Hilfe von Sauerstoff in Wasser umgewandelt werden



- indirekt dienen sie also doch als Wasserspeicher.

Bei kühlem Wetter und wenn sie saftige, wasserhaltige Nahrung zu sich nehmen, können Kamele wochenlang ohne zusätzliches Wasser auskommen.

Außerdem schützt der Höcker den Körper vor der Sonne, indem er die Wärme absorbiert.

Auch der Stoffwechsel der Kamele ist ganz an das Wassersparen angepasst: Die Nieren entziehen dem Urin sehr viel Wasser, sodass es dem Körper nicht verloren geht. Auch der Kot enthält kaum Wasser.

Die Körpertemperatur der Kamele sinkt nachts sehr stark ab. Tagsüber wird der Körper nur ganz langsam aufgewärmt.

Erst bei einer Körpertemperatur von 41° Celsius fangen sie an zu schwitzen. So verlieren sie kaum Flüssigkeit.

Während einer Trockenzeit können Kamele 27 Prozent des Körpergewichts verlieren, ohne zu verdursten.

Finden sie wieder Wasser, trinken sie 100 bis 150 Liter auf einmal. Möglich ist dies, weil sie keine runden, sondern ovale Blutkörperchen besitzen:

Deshalb können sie in kurzer Zeit sehr viel trinken, ohne dass es zu einer Überwässerung des Körpers kommt.

Kamele werden auch als Fell-, Fleisch-, Fett- und Milchlieferanten gezüchtet. Sie geben pro Tag acht bis zehn Liter Milch. Speziell gezüchtete Milch-Dromedare sogar bis zu 20 Liter.

Aus dem langen Fell der Trampeltiere werden Kleidung und Decken hergestellt.

Und schließlich wird der Kot der Kamele als Dünger und Brennmaterial verwendet.

Freunde und Feinde des Kamels

Die meisten Dromedare und Trampeltiere leben als Haustiere. Sie haben normalerweise keine Feinde. Auch wild lebende Trampeltiere haben kaum Feinde, sie werden aber vom Menschen gejagt, obwohl dies streng verboten ist.

Wie pflanzen sich Kamele fort?

Die Paarungszeit liegt bei Dromedaren zwischen Januar und März, bei Trampeltieren zwischen Februar und April. Die Hengste können in dieser Zeit sehr aggressiv werden. Sie kämpfen gegeneinander und greifen manchmal

sogar Menschen an. Typisch ist in dieser Zeit der klebrige Schaum, der an ihrem Maul hängt und bei heftigen Kopfbewegungen durch die Luft fliegt.

Kamele paaren sich im Liegen. Die Tragzeit dauert lange: Bei den Dromedaren zieht sich die Stute zwölf Monate nach der Paarung für kurze Zeit von der Herde zurück und bringt ein Junges zur Welt. Bei den Trampeltieren kann die Tragzeit bis zu 14 Monate dauern.

Das Fohlen wiegt etwa 30 bis 50 Kilogramm. Schon kurze Zeit nach der Geburt kann es auf seinen dünnen Beinen stehen und der Mutter folgen. Beide kehren dann zur Herde zurück.

Das Junge wird ein bis eineinhalb Jahre lang gesäugt, fängt aber schon bald an, an trockenen Grashalmen zu knabbern. Nach zwei Monaten frisst es regelmäßig Pflanzen. Mit drei bis vier Jahren werden die Tiere geschlechtsreif. Die Weibchen bringen etwa alle zwei Jahre ein Junges zur Welt.

Wie kommunizieren Kamele?

Junge Kamele können kläglich rufen und jammern, wenn sie ihre Mutter suchen. Kamele besitzen in der Kehle einen so genannten Brüllsack. Mit ihm können vor allem die männlichen Tiere während der Paarungszeit laute Schreie von sich geben.

Was fressen Kamele?

Kamele sind sehr genügsame Tiere, sie können über lange Zeit mit sehr wenig oder sogar ohne Nahrung auskommen.

Sie sind reine Pflanzenfresser.

Ihre Nahrung besteht aus harten Gräsern und sie machen auch vor den dornigen Zweigen vieler Akazienarten nicht Halt. Sie fressen sogar salzhaltige Pflanzen.

Haltung von Kamelen

Dromedare werden in Nordafrika und Arabien als Nutztiere gehalten. Nur mit ihrer Hilfe konnten die Menschen die Wüsten Nordafrikas besiedeln.

Heute werden sogar bei uns Dromedare als Reittiere gehalten. Trampeltiere dienen in Zentralasien noch heute als Transport- und Lasttiere.



Darum fallen Hühner nicht von der Stange

Quelle: <https://kinderzeitung.kleinezeitung.at>

Wie macht das Huhn ein Ei?

Das Ei entsteht Schicht für Schicht im Körper der Henne. Genauer: im Legedarm. Zuerst bildet sich das Eigelb, das später zum Küken werden kann. Dann das Eiweiß, das den Küken-Embryo vor Erschütterungen schützen soll. Darüber bildet sich die dünne Eihaut. Zum Schluss entsteht rundherum noch die Eierschale, die die Henne dank ihren Kalkdrüsen erzeugen kann.



Wird aus jedem Ei ein Küken?

Nein. Die Henne legt ihr Ei sowieso. Ein Küken entsteht nur, wenn das Ei zuvor befruchtet wurde. Dazu muss sich die Henne mit einem Hahn paaren. Auf Bauernhöfen mit Hühnerställen passiert das oft. Doch die Eier, die wir im Supermarkt kaufen können, sind normalerweise alle unbefruchtet.

Warum gibt es braune und weiße Eier?

Weiß, braun, gesprenkelt? Die Farbe der Eier hängt von der Rasse der Hühner ab. Ob ein Huhn braune oder weiße Eier legt, kann man an der Ohrscheibe erkennen. Das ist ein Hautlappen am Kopf – etwa dort, wo Fische ihre Kiemen haben. Ist die Ohrscheibe weiß, sind auch die Eier weiß. Ist sie rot, gibt's braune Eier!



Wie viele Eier kann ein Huhn legen?

Die Regel lautet: ein Ei pro Tag. Denn die Entwicklung des Eies vom Dotter bis zur Schale braucht etwa 24 Stunden. Zwischendurch gibt es auch immer wieder einen Tag ohne Eiablage. Wenn die Hennen zwei, drei Jahre alt sind, können sie oft nur noch ein paar Eier pro Monat legen.

Wann sind Hühner „glücklich“?

Glückliche Hühner können unter möglichst natürlichen Bedingungen leben. Das heißt, sie können in der Erde scharren, picken und haben auch genügend Auslauf ins Freie. Im Stall befinden sich Nester, Sitzstangen und Futterplätze. Im Gegensatz dazu steht die beengte, dunkle Käfighaltung. Sie ist in Österreich seit 2009 verboten.



Der Afrikanische Strauß legt ganz schön große Eier



Fritzpark GmbH
Rodewasser 7
98544 Zella-Mehlis
www.fritzpark-zella.de

FRITZPARK

DEIN ABENTEUER IN THÜRINGEN

**ERÖFFNUNG
APRIL 2026**

**WIR FREUEN UNS
AUF EUREN BESUCH!**



SCAN ME

Gehen Hühner wirklich so früh schlafen?

Von Natur aus leben Hühner mit dem Sonnenlicht. Deshalb ziehen sie sich in den Stall zurück, wenn es dunkel wird. Und sie stehen wieder auf, wenn der Morgen dämmt. Allerdings können sie sich auch dem Rhythmus ihres Halters anpassen. Je nachdem, wann er sie in den Stall treibt und ob es drinnen künstliches Licht gibt.

Warum fallen Hühner nicht von der Stange?

Sobald sich ein Huhn auf eine Stange setzt, krümmen sich die Zehen automatisch. Das liegt an einem Greifreflex, deshalb braucht das Tier keinerlei Muskelkraft. Es kann entspannt einschlafen. Der erhöhte Schlafplatz gibt den Hühnern Sicherheit vor gefährlichen Feinden.



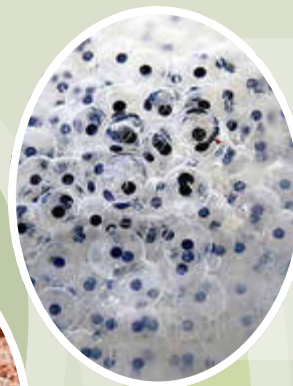
Ei, hättest du das gewusst?

Kein Osterfest ohne Eier! Aber unser Osterhase hier ist ein ganz lustiger: Er hat sich im Tierreich umgeschaut und sich über Eier schlaugemacht. Schau, was er herausgefunden hat!

Kennst Du dich ein wenig mit den unterschiedlichsten Eiern aus?

Welche Tiere schlüpfen aus diesen Eiern?

- Flamingos
- Schildkröten
- Krebse



Wie nennt man die Eier von Fröschen noch?

- Lava
- Lurch
- Laich

Welcher Vogel legt die größten Eier?

- Nandu
- Strauß
- Emu



Welches Tier legt diese Eier?

- Puten
- Wachteln
- Tauben



Nicht alle Schlangen legen Eier: Welche der drei Schlangenarten bringt die Jungtiere lebend zur Welt?

- Puffotter
- Königspython
- Ringelnatter



Die Reise des kleinen Funkens

Die Geschichte eines Hühnerküchens im Ei

Am Anfang war nur Wärme

Sanft legte die Henne Luna sich auf ihr sorgfältig gebautes Nest. Zwischen Strohhalmen, Federn und dem weichen Duft des Frühlings lagen mehrere Eier, glatt, elfenbeinfarben, voller Versprechen. In einem von ihnen – klein, unscheinbar, kaum von den anderen zu unterscheiden – begann genau in diesem Moment etwas Wundervolles.



Tag 1 – Ein erster Funke

In der zarten Stille des Eies erwachte ein kaum sichtbarer Punkt zum Leben – ein winziger Keim, nicht größer als der Kopf einer Stecknadel. Hier schlummerte die gesamte Blaupause für ein zukünftiges Küken. Noch war es nur ein flüchtiger Funke, ein Hauch von Möglichkeit. Aber mit jeder Stunde, die Lunas Wärme durch die Schale drang, begann sich in dem Ei ein Geheimnis zu entfalten.

Tag 2 – Das Herz erwacht

Schon am zweiten Tag geschah das Unglaubliche: Ein pulsierender Fleck entstand, so zart, dass selbst der leiseste Luftzug, wäre er hineingelangt, ihn hätte zerbrechen können. Der Fleck begann zu schlagen. Ein Herz. Das erste rhythmische Zeichen eines neuen Lebens. Der kleine Keim, nun ein Embryo, war noch völlig durchsichtig, wie ein Wassertropfen mit einer Seele darin.



Tag 3 – Ein kleines Netzwerk entsteht

Der Embryo wuchs, und mit ihm entstand ein filigranes Netz aus Blutgefäßen, das sich ausbreitete wie rote Bäche in einer goldenen Landschaft. Das Dotterkügelchen wurde zur Versorgung, zur Energiequelle. Der winzige Bewohner des Eies hatte begonnen, für sich selbst zu sorgen – zumindest im Rahmen dieser geschützten Welt.

Tag 4-5 – Formen nehmen Gestalt an

Nun zeigten sich die ersten Umriss: Ein knorpeliger Kopf, winzige Ansätze für Flügel, Füße und Augen. Noch blind und weich, aber bereits erkennbar als kleines Küken. Der Embryo begann sich zu krümmen, als würde er in seiner warmen Höhle schlafen. Das Herz schlug schon kräftig, und sein kleiner Körper war erfüllt von stetigem Wachstum.

Tag 6-7 – Augen und Wunder

Die Augen, groß im Vergleich zum Rest des Körpers, bildeten sich nun klar heraus. Sie waren fast schwarz, tief und geheimnisvoll. Der Embryo begann, sich in seinen Dottersack zu schmiegen. Außen blieb Luna ge-



duldig, wärmte, schützte, drehte ihre Eier sorgfältig, damit das Küken im Inneren genug Raum zum Entwickeln hatte.

Tag 8-10 – Der kleine Bewohner wird aktiv

Das Küken begann sich zu regen. Winzige Bewegungen, kaum spürbar, aber stetig. Seine Knochen wurden fester, sein Körper fülliger. Federanlagen entstanden – kleine Punkte, aus denen bald Flaum sprießen würde. Im Ei war es warm, dunkel und sicher; außerhalb sangen Vögel und rauschte der Wind, doch all das war nur fernes Murren.

Tag 11-14 – Ein Wesen wird vollständig

Während die Welt draußen weitermachte, wuchs der kleine Bewohner weiter. Sein Schnabel formte sich, die Beine wurden kräftiger, die Krallen länger. Federkiele schoben sich hervor. Er wurde immer mehr zu dem, was er bald sein sollte: ein Küken, weich, warm, lebendig. Die Organe funktionierten, das Herz schlug gleichmäßig und der kleine Körper füllte das Ei jetzt fast vollständig aus.

Tag 15-17 – Die Stille vor der Bewegung

Das Küken ruhte viel, wuchs, stärkte sich. Der Dottersack, seine Lebensquelle, schrumpfte langsam, während es sich auf eine wichtige Aufgabe vorbereitete: das Schlüpfen. Draußen bemerkte Luna hin und wieder, wie eines ihrer Eier bebte – ein zartes Zeichen, dass drinnen ein neues Leben bereit wurde.

Tag 18-19 – Der letzte Schluck Lichtlosigkeit

Kurz vor dem Schlüpfen nahm das Küken den Dottersack in seinen Körper auf, eine letzte Stärkung für die kommenden Stunden. Sein Kopf lag nun unter dem rechten Flügel, genau in der Position, die die Natur vorgesehen hatte. Der kleine Schnabel berührte den Luftsack im Ei. Dort gab es zum ersten Mal Sauerstoff, den er selbst atmen konnte. Das Herz schlug schneller.

Es war Zeit.

Tag 20 – Der erste Atemzug

Ein winziger Riss entstand. Dann ein zweiter. Mit seinem Eizahn, einem kleinen Horn am Schnabel, begann das Küken, die Schale zu bearbeiten. Es war anstrengend, Kräfte zehrend, doch die Natur hatte es gut vorbereitet. Zwischen jedem Stoß ruhte es, atmete, sammelte Kraft.

Luna lauschte. Sie kannte diese Geräusche gut – das leise Knacken, die zarten Piepser. Ein Lächeln schien ihr Schnabel zu formen.



Tag 21 – Der Durchbruch

Mit einem letzten, entschlossenen Stoß sprengte das Küken die Schale. Ein nasser, kleiner Kopf erschien, gefolgt vom restlichen Körper. Es war warm, es zitterte leicht, aber es war da – lebendig und endlich frei.

Luna rückte vorsichtig näher, um ihr Kind zu begrüßen. Das Küken hob seinen kleinen Schnabel, piepste leise und kuschelte sich unter ihre schützenden Flügel. Die Welt war hell, groß und voller Geräusche, doch unter Lunas Brust fühlte sich der neue Erdenbürger sicher.

So endete die Reise im Ei – und begann eine neue Reise im Leben.



Wald, Wunder und Verantwortung

Ferienfreizeiten der Waldfrieden Outdoor Crew in Suhl

Gemeinsam wachsen, Neues wagen und Traditionen neu entdecken – bei den Ferienfreizeiten der Waldfrieden Outdoor Crew in Suhl erleben Kinder und Jugendliche abwechslungsreiche Abenteuer in Mittelalter-, „Indianer“-, Outdoor- und Zaubercamps.



Ferienlager sind weit mehr als eine Pause vom Alltag. Bei der Waldfrieden Outdoor Crew finden junge Menschen einen geschützten Rahmen, in dem sie sich ausprobieren und weiterentwickeln können – begleitet von erfahrenen und verlässlichen Betreuungspersonen. Hier dürfen neue Erfahrungen gesammelt, Grenzen getestet und auch Fehler gemacht werden. Aus Unsicherheit wird Mut, aus Neugier echtes Interesse – und wichtige Schritte in Richtung Selbstständigkeit fühlen sich wie Abenteuer an.

Traditionen und neue Ideen verbinden sich zu besonderen Erlebnissen: Neptunfest, Nachtwanderung, Abschluss-Disco und Lagerfeuer mit Stockbrot sorgen für Gemeinschaft und unvergessliche Momente. Es wird gelacht, diskutiert, ausprobiert und gefeiert – und das Wir-Gefühl bleibt oft noch lange über die Ferien hinaus bestehen.

Im Outdoor-Camp stehen praktische Fähigkeiten im Mittelpunkt – Kompetenzen, die heute genauso wertvoll sind wie früher. Die Teilnehmenden bauen einfache Unterkünfte, lernen verschiedene Knoten kennen, schnitzen kleine Werkstücke und entzünden unter Anleitung ein Feuer – selbstverständlich unter klaren Sicherheitsregeln. Mit Karte und Kompass orientieren sie sich im Gelände und erfahren, wie gut es sich anfühlt, Herausforderungen eigenständig zu meistern. Dabei wachsen Selbstvertrauen, Konzentration und Verantwortungsbewusstsein.

Die sogenannten „Indianer“-Programme (Bezeichnung laut Angebot) vermitteln respektvoll und faktenbasiert Einblicke in die Lebensweisen nordamerikanischer Ureinwohner. Nachgebildete Werkzeuge, Schmuckstücke und Alltagsgegenstände werden erklärt und ausprobiert.

Unterschiedliche Rollen und Perspektiven ermöglichen es den Kindern und Jugendlichen, Gemeinschaft, Naturverbundenheit und Verantwortung aus einem neuen Blickwinkel zu erleben.

Im Mittelalter-Camp wird Geschichte lebendig und greifbar. Die Teilnehmenden filzen, verarbeiten Wolle oder probieren einfache Schmiedetechniken aus. Sie setzen sich mit dem Leben im Mittelalter auseinander und entdecken spielerisch, welche Bedeutung Werte wie Mut, Ehre

- Anzeige -



und Verantwortung damals hatten – und was sie heute bedeuten können. In kleinen Gruppen übernehmen sie Aufgaben, treffen Entscheidungen und erleben, was Zusammenhalt heißt.

In der „Zauberschule“ wird Lernen kreativ und spannend gestaltet. Die Kinder und Jugendlichen folgen geheimnisvollen Hinweisen, lösen Rätsel, führen kleine Experimente durch, entschlüsseln Codes und entwickeln eigene Ideen. In Teamaufgaben planen sie Strategien, verteilen Rollen und feiern gemeinsam ihre Erfolge. Ganz nebenbei werden Kreativität, Problemlösefähigkeit und Teamgeist gestärkt.



Warum funktioniert dieses Konzept? Weil junge Menschen im geschützten Rahmen erleben dürfen, dass Mut durch Ausprobieren entsteht. Sie erfahren, dass Rückschläge zum Lernprozess gehören und dass Herausforderungen leichter werden, wenn man sie Schritt für Schritt angeht. Klare Regeln geben Orientierung – und eröffnen gleichzeitig Freiräume zur persönlichen Entfaltung.



Zuhören, Absprachen einhalten, Verantwortung füreinander übernehmen und respektvoll mit der Natur umgehen – all das wird im gemeinsamen Alltag selbstverständlich gelebt.

Am Ende jeder Woche wird gemeinsam gefeiert: mit Musik, Gesprächen, Tanz und manchmal auch ein wenig Wehmut. Die Abschluss-Disco und das große Wiedersehen zeigen, wie sehr gemeinsame Erlebnisse verbinden.

Viele Eltern berichten, dass noch Wochen später von neuen Freundschaften, besonderen Erlebnissen und gemeisterten Herausforderungen erzählt wird. Aus einer Ferienfreizeit wird so eine wertvolle Erfahrung – und oft ein wichtiger Schritt auf dem Weg zu mehr Selbstvertrauen und Eigenständigkeit.

Kontakt:

Waldfrieden Outdoor
Crew e.V.
Schleusinger Straße 117
98527 Suhl

Ruf uns an oder schreibe uns!

Telefon: 03681- 722417
Mail: info@woc-event.de

Kängurus



Ein Beutel als Kinderstube

„Die mittelgroßen Bennett-Kängurus kommen hervorragend mit den klimatischen Bedingungen in der Oststeiermark zurecht“, erklärt eine Tierpflegerin. Wird es den Tieren einmal zu heiß, dann haben sie einen Trick. Sie schlecken sich einfach ihre Arme ab. Der Speichel verdunstet und das kühlt den Körper.

So groß wie Kaffeebohnen

Bei der Geburt sind die Jungen der Bennett-Kängurus nur so groß wie eine Kaffeebohne. Die Winzlinge suchen sich direkt nach der Geburt den schnellsten Weg in den Beutel der Mutter. Dort bleiben sie dann bis zu ein dreiviertel Jahr und saugen an den Zitzen. Erst danach verlassen sie den Beutel.

Bennett-Kängurus sind gute Springer. Die Tiere können bis zu neun Meter weit hüpfen. Den Schwanz setzen die Kängurus dabei ein, um das Gleichgewicht zu halten. Wenn die Tiere nur langsam dahinhopeln, setzen sie den Schwanz als „fünftes Bein“ ein.

Steckbrief

Familie:	Kängurus
Herkunft:	Australien, Tasmanien
Fressen:	Gräser, Kräuter, Wurzeln
Gewicht:	bis zu 20 Kilogramm
Alter:	bis zu 15 Jahre



Bennett-Kängurus





Die Kindererlebniswelt in Bad Langensalza

Eine in Thüringen einzigartige Kindererlebniswelt:

- Kletternetze, Gitterröhren und Röhrenrutschen
- Außenbereich mit Spielstadt, Sandbereich, Klettertürmen und Baumhaus
- Kindergeburtstage, Bastelangebote und vieles mehr

www.kindererlebniswelt-rumpelberg.de

Mo geschlossen
Di-Fr 14 - 18 Uhr
Sa 10 - 18 Uhr
So 10 - 17 Uhr

DIE NR. 1 IN THÜRINGEN!



Kita- und Klassenausflüge vormittags
Mittwoch/Donnerstag ab 30 Kinder oder mehr
 unser Angebot unter Gruppenanfragen (maxxis-paradies.de)
 Kindergeburtstage feiert man im Maxxis-Spielparadies
 - Emleben - frühzeitig buchen unter maxxis-paradies.de

Informationen erhaltet ihr über diese Website.

Wichtiges über Bienen

Das Bienenvolk

Quelle: www2.hu-berlin.de

Es ist eine Familie mit drei Wesen:

- Die Königin als Mutter
- ca. 8000 bis 40.000 Arbeiterinnen als Töchter
- ca. 500 bis 1000 Drohnen als Söhne

Die drei Bienenwesen und ihre Aufgaben

Die Königin oder Weisel paart sich auf mehreren Hochzeitsflügen während einer einmaligen Brunstzeit mit ca. 10 - 20 Drohnen. Danach trägt sie in ihrer Samenblase den Spermiovorrat für die Dauer ihres Lebens (2-5 Jahre). In der Bienenfamilie sind die Väter nur als Spermia vorhanden.

Aufgaben der Weisel sind: Eiablage und Zusammenhalt des Bienenvolkes. Durch Absonderung von Weiselpheromonen. Diese wirken anziehend auf die Arbeiterinnen und hemmend auf die Entwicklung ihrer Eierstöcke. Sie regen die Baulust der Arbeiterinnen an und wirken als Sexualduft auf die Drohnen beim Paarungsflug.

Die begattete Königin legt wahlweise befruchtete Eier, aus denen weibliche Tiere entstehen, oder unbefruchtete (Drohnen-) Eier.

Die Königin ist mit einem „Hofstaat“ von mehreren ständig wechselnden jungen Arbeiterinnen umgeben, die sie pflegen, das Weiterreichen der Weiselpheromone gewährleisten und die Weisel 4-7 mal je Stunde aus ihren Futtertrüben mit einer gehaltvollen Nahrung versorgen.

Die Arbeiterinnen (oder Arbeitsbienen) sind wie die Königin weiblich. Im Gegensatz zur Weisel haben sie rückgebildete Geschlechtsorgane, aber ausgebildete Sammelwerkzeuge (Körbchen als Vertiefungen zum Pollensammeln an den Hinterbeinen, längere Rüssel zum Nektarsammeln).

Alle Arbeiten, wie Nestbegründung und -verteidigung, Brutpflege, Nahrungssammeln usw. sind auf die Arbeitsbienen verteilt. Arbeiterinnen sind nicht begattungsfähig. Bei Weisellosigkeit können sie unbefruchtete Eier legen.

Drohnen sind die männlichen Geschlechtstiere. Aus unbefruchteten Eiern entstanden, verfügen sie nur über einen einfachen (haploiden) Chromosomensatz. Ihre einzige Lebensaufgabe ist die Begattung einer jungen Königin. Ihnen fehlen die für jegliche Arbeiten erforderlichen Organe. Bei der im Flug stattfindenden Paarung erhält das Weibchen alles Spermium.



Das Leben des Drohnen findet im Augenblick der Begattung sein Ende. Drohnen, die nicht zur Paarung gelangen, werden später aus dem Stock getrieben.

Jahreszeitlicher Rhythmus im Bienenvolk

Das Bienenjahr lässt sich in vier Abschnitte gliedern:

- Vorbereitung und Ruhe (August bis Januar)
- Arbeitsbienenvermehrung (Februar bis Mai)
- Weiselerneuerung (Juni)
- Drohnenschlacht (Juli)

Vorbereitung und Ruhe

Im Spätsommer werden vermehrt Jungbienen erzeugt, die für die Überwinterung bestimmt sind. Sie verausgaben sich kaum durch Brutpflege und Sammelflüge. Durch Aufnahme von Pollennahrung legen sie sich ein Fett-Eiweiß-Polster an, das die Reserve für den Winter und das Frühjahr bildet. Mit ihrer längeren Lebensdauer wird der Grund für den nächsten Abschnitt gelegt. Sie bleiben physiologisch jung, so dass sie im Frühjahr in der Lage sind, Tätigkeiten wie Bienen aller Altersklassen zu verrichten. Von den übrigen Arbeiterinnen wird das Spättrachtangebot an Nektar und Pollen sowie das Sammeln von Kittharz noch voll wahrgenommen. Zugluft erzeugende Ritzen werden mit Kittharz verschlossen. Die Brutaktivität geht immer mehr zurück und endet etwa im Oktober. Dann werden auch die alten, verbrauchten Arbeiterinnen ausgeschieden, da sie für den Winter und das Folgejahr wertlos sind. Die Bienen ziehen sich allmählich, je nach Witterung, zwischen Flugloch und den Futtervorräten zur Wintertraube zusammen. Die etwa bis Februar dauernde Ruhe ist jedoch kein Winterschlaf. Vielmehr sind die Bienen langsam, aber ständig in Bewegung.



Durch Zehren vom Futtermittel und Muskelbewegungen erzeugen sie Energie. An der Außenhaut der Wintertraube besteht eine Temperatur von ca. 13 °C. Kühlen die äußeren Bienen ab, so drängen sie nach innen und andere, erwärmte Bienen gelangen nach außen. Der Kot wird während der Winterruhe in der Kotblase angesammelt. Sobald die Außentemperaturen über 10 °C ansteigen, kommt es zu Reinigungsausflügen. Die Bienen koten während des Fluges in der Nähe des Stockes ab.

Arbeiterinnenvermehrung

Mit der allmählichen Wiederaufnahme des Brutgeschäftes schon im Vorfrühling steigt die Temperatur im Brutnest auf 35 °C an. Es kommt zu einem erhöhten Honigverbrauch. Das für die Futtersaft-erzeugung erforderliche Eiweiß wird zunächst aus der Körpersubstanz (Eiweiß-Fettpolster) der Arbeiterinnen, später von eingetragenen Pollen entnommen. Der Wasserbedarf für die Larvenernährung steigt an. Wasser wie Nektar tragen Arbeiterinnen in ihrer Honigblase ein. Das erste Nektarangebot bewirkt einen starken Brutaufruf. Die Legeleistung der Königin ist während der Zeit der Volksentwicklung und Haupttracht besonders hoch. Auf dem Höhepunkt ihrer Legetätigkeit im Mai kann sie pro Tag mehr als 1000 Eier ablegen. Im späteren Frühjahr setzt auch der Bautrieb ein. Die Arbeiterinnen bauen Waben mit Arbeiterinnen- und solche mit Drohnenzellen.



Im Bienenvolk sind etwa zwei Drittel Jung- oder Stockbienen und ein Drittel Flugbienen vorhanden. Im Wechsel von Betteln und Anbieten vollzieht sich zwischen allen Bienen im Stock ein ständiger Futteraustausch. Dadurch werden die Weiselpheromone ununterbrochen in Umlauf gebracht. Das ist wichtig für den sozialen Zusammenhalt des Bienenvolkes.

Die Arbeiterinnen führen in Abhängigkeit von ihrem Alter unterschiedliche Arbeiten aus. Unmittelbar nach dem Schlupf nehmen sie Nahrung auf und wandeln diese in Wärmeenergie um, mit der sie die Brut heizen. Jüngste Bienen beginnen auch mit Putzarbeiten. Sie reinigen Zellen in Vorbereitung für die nächste Brut. Später sind sie imstande, von der Brut ausgehende Reize aufzunehmen. Sie füttern ältere Maden. Mit der Entwicklung der Futtersaftdrüsen können sie als Ammenbienen jüngste Larven füttern. Dann entwickeln sich die Wachsdrüsen. Die Biene wird Bauarbeiterin, nimmt auch von den Sammlerinnen eingetragenes Futter ab. Nach der dritten Lebenswoche bilden sich Futtersaft- und Wachsdrüsen zurück. Die Arbeiterin bewacht das Flugloch, führt in immer größeren Kreisen Orientierungsflüge durch und sammelt schließlich bis ans Ende ihres etwa 6-wöchigen Lebens als Flugbiene Pollen, Nektar, gegebenenfalls Wasser oder Kittharz.

Die Arbeiterinnen halten jedoch nicht starr an einem Schema fest, sondern werden disponibel dort tätig, wo sie gebraucht werden. Ihr Arbeitseinsatz dient der Regulierung der Gesamtheit des Bienenvolkes. Auf Arbeitsuche laufen sie auf der Wabe umher und verwerten die je nach ihrem Entwicklungs- und Körperzustand aufgenommenen Reize.

Zum schnellen Auffinden einer entdeckten Tracht durch möglichst viele Bienen teilt die Arbeiterin mit Hilfe der

„Bienensprache“ den Stockgenossinnen mit, wo sich die Trachtquelle befindet. Bei geringen Entfernungen bis etwa 100 m vom Stock führt die Biene auf der Wabe achtförmige Rundtänze aus. Dadurch werden die alarmierten Bienen veranlasst, in der Nähe des Stockes nach der Tracht zu suchen. Ist die Trachtquelle weiter vom Stock entfernt, dann führt die Tänzerin Schwänzeltänze aus. Dazu durchläuft sie eine Gerade und kehrt dann abwechselnd im Halbkreis links und rechts wieder zum Ausgangspunkt zurück. Beim Durchlaufen der Gerade vollzieht sie Schüttelbewegungen und gibt Schallimpulse von sich, die mit der Trachtqualität in Zusammenhang gebracht werden. Die Häufigkeit des Durchlaufens der Gerade in einer bestimmten Zeit hängt mit der Entfernung der Tracht zusammen. Der Winkel, den die Biene mit der Schwänzelsecke beschreibt, steht im Zusammenhang mit dem Winkel zur Sonne und zeigt die Richtung auf, in der sich die Tracht befindet. Tanzt die Biene senkrecht nach oben, dann ist die Trachtquelle in Richtung zur Sonne zu finden. Steht die Gerade in einem Winkel zur Senkrechten, dann befindet sich die Tracht im gleichen Winkel zur Strecke zwischen Bienenstand und Sonne. Da die Biene imstande ist, polarisiertes Licht zu sehen, genügen zur Orientierung Löcher in der Wolkendecke, ohne dass die Sonne scheint.

Die Flugweite der Arbeiterin beträgt 1 bis 2 km. Eine Biene fliegt täglich 7 bis 15 mal aus. Abhängig von Ergiebigkeit und Entfernung beträgt die Ausflugsdauer jeweils 25 bis 45 Minuten. Der Zwischenaufenthalt im Stock dauert 5 Minuten. Die Fluggeschwindigkeit beträgt 20 bis 25 km/h. Die Energie für den Flug entnimmt die Biene dem Honigzucker. Sie nimmt einen der Entfernung angemessenen Honigvorrat in der Honigblase mit. Auf 1 km Flug verbraucht sie etwa 2 mg Zucker. Für die Füllung der Honigblase (50 bis 60 mm³) ist der Besuch von 15 bis 100 Blüten erforderlich. Für die Erzeugung von 1 kg Honig sind etwa 3 kg Nektar zu sammeln. Das entspricht 60 000 Honigblasenfüllungen und - bei einer mittleren Flugweite von 800 m - einer Flugstrecke von 40 000 km = einer Erdumkreisung.

Eine Arbeitsbiene wiegt 0,1 g. Eine heimkehrende Sammlerin wiegt um die Hälfte mehr durch Nektar oder um ein Drittel mehr durch Pollen. Eine Pollenladung ist das Ergebnis von ca. 100 Blütenbesuchen. Etwa 20 Pollenladungen sind für die Füllung einer Pollenzelle erforderlich.

40 000 Bienen brauchen täglich etwa 40 g Wasser. 6000 Brutzellen brauchen weitere 140 g Wasser. Für 180 g Wasser sind 18 000 Flüge zur Tränke erforderlich. Eine Wasserholerin führt 50 Ausflüge pro Tag durch. So müssen 360 Arbeiterinnen ganztägig Wasser heranschaffen.

Das Gedächtnis für die Wohnung bleibt der Biene zeitlebens erhalten und geht nur beim Schwarm verloren. Die Biene kann Farben unterscheiden. Ihr Farbenspektrum ist im Vergleich zu dem des Menschen zum Ultraviolett hin verschoben, während die Biene rotblind ist.





Weiselerneuerung

Wenn das Bienenvolk auf dem Höhepunkt seiner Entwicklung angelangt ist, befinden sich ca. 40 000 Bienen im Volk. Auf Grund der großen Anzahl von Individuen verringert sich die Wirkung der Pheromone, besonders bei älteren, 2- bis 3-jährigen Königinnen. Es kommt zur Entwicklung des Schwarmtriebes und damit zur Ausbildung von Geschlechtstieren. Zunächst wird Drohnenbau erzeugt; das sind Waben mit sechseckigen Zellen, die im Vergleich zum Arbeiterinnenbau größer sind. In diese legt die Königin unbefruchtete Eier, aus denen Drohnen entstehen. Später werden 5 - 20 Weiseln aufgezogen. Dazu legen die Arbeiterinnen am Rand von Brutwaben eichelförmige Becher an, in denen je ein befruchtetes Ei abgelegt wird. Mit dem Aufkommen des Schwarmtriebes lassen Eiablage, Bau- und Sammelbetrieb nach. Zum Zeitpunkt der Verdeckelung der ersten Weiselzelle fliegt, meist in den Vormittagsstunden, etwa die Hälfte des Bienenvolkes mit der alten Königin als „Vorschwarm“ aus. Wegen verhältnismäßig geringer Flugtüchtigkeit der Altweisel lässt sich ein Vorschwarm meist in Standnähe an einem Baumast oder Strauch nieder und bildet dort eine Schwarmtraube. Ähnlich wie bei der Trachtvermittlung werben Kundschafterbienen, auf der Schwarmtraube tanzend, für eine von ihnen entdeckte Höhle als neuen Wohnraum. Der Schwarm zieht schließlich, meist am späten Nachmittag, in eine neue Behausung ein. Im verbliebenen Bienenvolk sind nach einer Woche die ersten jungen Königinnen ausgebildet. Nach dem Schlupf der ersten Jungweisel ziehen meist noch 1-2 Nachschwärme, zuweilen gleich mit mehreren Königinnen, aus. Dann kommt es auf der Schwarmtraube zu Zweikämpfen, nach denen nur eine Königin übrig bleibt.

Das Restvolk gibt schließlich den Schwarmstimmung auf. Die zuletzt geschlüpfte Königin vernichtet mit Hilfe der Arbeiterinnen noch nicht geschlüpfte Weiselzellen.

Während die Königin eines Vorschwarms nach dem Bau der ersten Wabenzellen schon mit der Eiablage beginnen kann, muss die junge Weisel des Nachschwarms wie die Jungkönigin des Restvolkes zunächst zur Begattung ausfliegen.



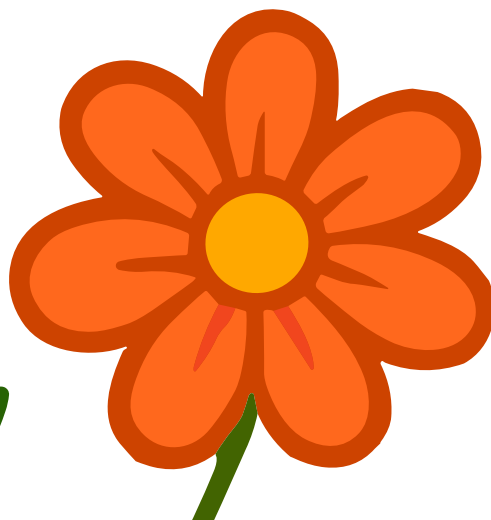
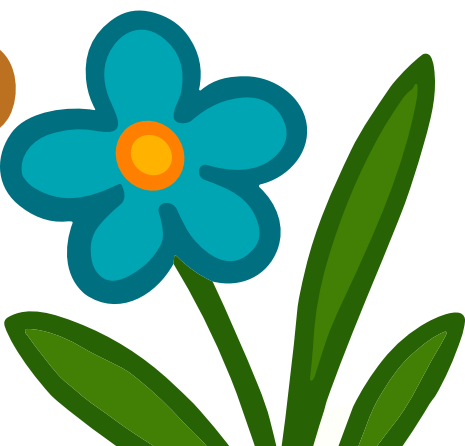
Königinnen werden 6 - 7 Tage, Drohnen 12 - 15 Tage nach dem Schlüpfen geschlechtsreif. Die Drohnen fliegen zur Paarung in verschiedene Richtungen im Mittel 3 km (bis zu 7 km) weit zu den „Drohnsammelplätzen“. Die paarungsbereiten Königinnen fliegen während ihrer einmaligen Brunstzeit mehrmals durchschnittlich 2 km (bis zu 5 km) weit zu den Drohnsammelplätzen, um sich während ihres Fluges in 15 - 30 m Höhe von mehreren (etwa 10 - 20) Drohnen begatten zu lassen. Zur Paarung ergreift der Drohn die Weisel von hinten. Das im Hinterleib des Drohnen verborgene Paarungsorgan, der Begattungsschlauch, wird im Augenblick der Paarung ruckartig nach außen gestülpt. Das mit Sperma und Schleim gefüllte Zwiebelstück des Begattungsschlauches wird an die weibliche Geschlechtsöffnung (Scheide) herangeführt und bleibt dort eingeklemmt, bis es bei der Paarung mit dem nächsten Drohn herausgedrückt wird. Die anderen Teile reißen ab. Der Drohn stirbt augenblicklich und fällt zu Boden. Die Spermien wandern in die Eileiter und von dort in die Samenblase. Dieser 1,5 mm große Behälter kann 5 - 7 Millionen Spermien und damit den für das ganze Leben der Königin reichenden Samenvorrat aufnehmen.

Zwecks Ablage eines befruchteten Eies, das in eine Arbeiterinnenzelle (oder in eine Weiselzelle) gelegt wird, gelangen mittels einer Samenpumpe jeweils einige Spermien in die Scheide. Das ist nicht der Fall, wenn aus den Eiern Drohnen entstehen sollen. Diese werden in die größeren Drohnenzellen gelegt.



Drohnschlacht

Etwa im August mit Nachlassen der Tracht, werden bei allen Völkern, die über eine begattete, als überwinterungsfähig befundene Königin verfügen, die Drohnen abgetrieben. Sie werden von den Futterplätzen abgedrängt und schließlich aus dem Stock gezerrt. Durch Nahrungsmangel geschwächt, fallen sie zu Boden und sterben bald. Heimkehrende Drohnen werden nicht mehr in den Stock gelassen. Noch vorhandene Drohnenbrut wird ausgesaugt und hinausgeworfen.



Wölfe in Thüringen

<https://umwelt.thueringen.de>

Wolf (Canis lupus)

In Thüringen ist der Wolf seit 2014 wieder heimisch. Das EU-Recht verpflichtet die Mitgliedsstaaten, ein strenges Schutzsystem für den Wolf einzurichten und einen günstigen Erhaltungszustand zu gewährleisten. Das Bundesnaturschutzgesetz bestimmt den Wolf zu einer streng geschützten Art. Mit der Rückkehr dieses Großbeutegreifers gehen Herausforderungen einher: Zum einen ist ein weitestgehend konfliktarmes Miteinander zu gestalten und zum anderen gilt es, den Schutz dieser Tierart sicherzustellen. Durch nationale und internationale Rechtsnormen geschützt, soll der Erhaltungszustand von Luchs und Wolf verbessert werden.

Monitoring & Forschung

Seit April 2020 hat das „Kompetenzzentrum Wolf, Biber, Luchs“ die Aufgaben des Monitorings und der Forschung übernommen. Unter Monitoring wird die Überwachung der Wolfs- bzw. Luchspopulation verstanden. Dazu werden bestimmte Methoden wie der Einsatz von Fotofallen genutzt, um u. a. mehr über das Vorkommensgebiet der Arten in Erfahrung zu bringen. Darüber hinaus ist das Kompetenzzentrum für die Rissbegutachtung von vermeintlichen Wolf- bzw. Luchsrissen zuständig. Das heißt, Fachleute begutachten, bewerten und dokumentieren in diesen Fällen vor Ort das Geschehen.

Wolfsterritorien in Thüringen (Stand 25.11.2025)

Neue Wolfsterritorien werden nach bundesweit einheitlichen Kriterien festgestellt. Für Thüringen übernimmt diese Aufgabe das KWBL. Aktualisierungen zu den Territorien werden schnellstmöglich auf der Seite des KWBL veröffentlicht. Eine entsprechende Meldung erfolgt ebenfalls an die Dokumentations- und Beratungsstelle des Bundes zum Thema Wolf, welche die Daten für ganz Deutschland sammelt. Auf deren Homepage werden die Territorien ebenfalls regelmäßig aktualisiert. Es kann hierbei zu zeitlichen Verzögerungen kommen.

Territorium Ohrdruf (Status: Rudel)

Das Rudel Ohrdruf besteht aus dem im Mai 2019 zugewanderten Ohrdrufer Wolfsrüden GW1264m sowie einer neuen Fähe mit der Bezeichnung GW2151f. Diese Fähe stammt aus dem Territorium „Teichland“ in Brandenburg und löste die „alte“ Ohrdrufer Fähe GW267f ab. Letztere konnte bereits seit Beginn des Jahres 2021 nicht mehr vor Ort nachgewiesen werden und galt als verstorben.

Aktuelle Fotofallenaufnahmen zeigen, dass auch im Jahr 2024 eine erfolgreiche Reproduktion stattgefunden hat. Weiterhin leben in dem Territorium die Ohrdrufer Fähe (GW2151f), der Ohrdrufer Rüde (GW1264m) sowie mindestens ein erwachsenes Tier aus dem Wurf 22/23 (GW3290m). Dazu kommen mindestens 8 Welpen aus dem Wurf 2024. Das Tier mit der Kennung GW2427m, welches bis zu seinem vierten Lebensjahr auch noch im heimischen Rudel vorkam, wurde Mitte Oktober in der Nähe der B247 tot aufgefunden.

Damit leben im Territorium Ohrdruf derzeit mindestens 11 Wölfe.

Territorium Ilfeld (Status: Paar)

In den südlichen Ausläufern des Harz werden immer wieder Fotos von zwei zusammenziehenden Wölfen generiert. Da im Sommer/Herbst 2024 keine Welpen nachgewiesen werden konnten und keine Fotofallenaufnahmen von mehr als zwei Wölfen vorliegen, lautet der Status aktuell „Paar“. Das Territorium Ilfeld liegt sowohl in Thüringen als auch in Sachsen-Anhalt. Eine genetische Bestätigung der beiden Tiere steht im Monitoringjahr 24/25 noch aus.

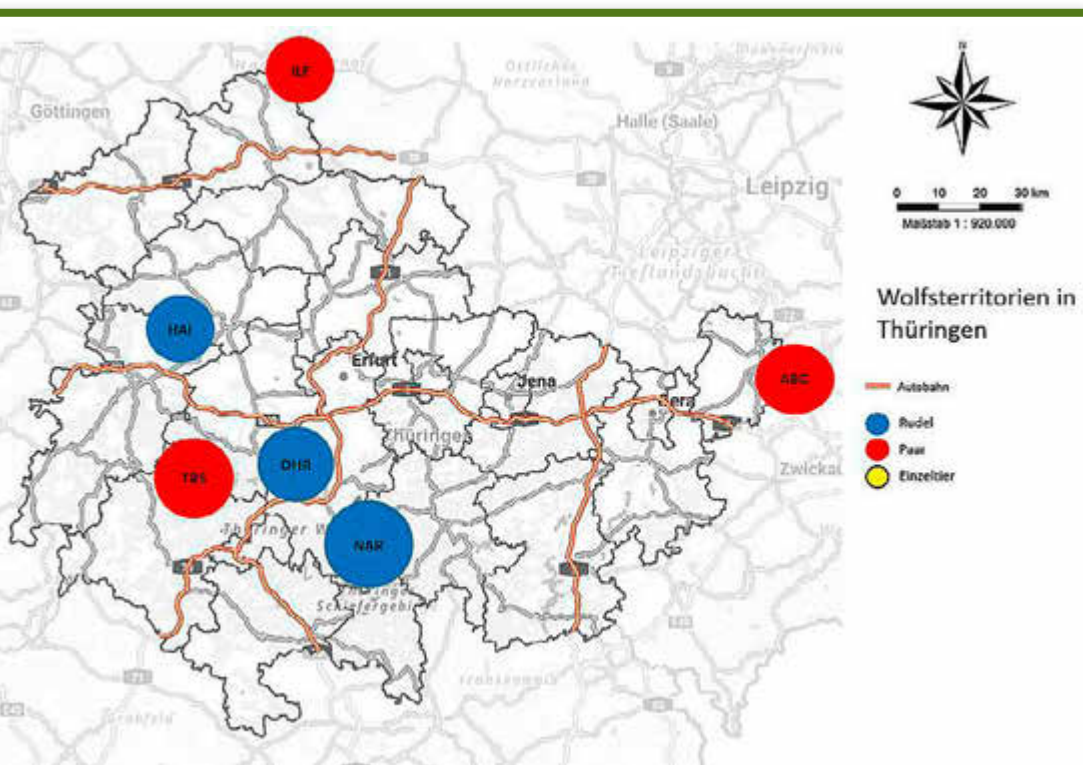
Territorium Neustadt am Rennsteig (Status: Rudel)

Das Territorium Neustadt am Rennsteig in dem Waldgebiet zwischen Neustadt am Rennsteig, dem Dreierherrenstein und Gehren existiert seit 2024. In der Region werden seit einigen Jahren immer wieder Wölfe gesichtet und fotografiert. Im Jahr 2024 konnte mittels genetischer Untersuchungen ein Rudel mit insgesamt fünf Welpen festgestellt werden. Die beiden Elterntiere sind GW2985f und GW3147m. Auch im Jahr 2025 wurde Reproduktion festgestellt mit mindestens drei Welpen. Der Leitrüde (GW3147m) wurde am 19.08.2025 mit einer schweren Schussverletzung aufgefunden.

Das Tier war nicht mehr lebensfähig und wurde durch einen Amtsveterinär euthanasiert.

Territorium Hainich (Status: Paar)

Fotofallenaufnahmen weisen wiederholt zwei Wölfe nach, welche sich seit einigen Wochen zusammen im Gebiet aufhalten. Damit sind die Voraussetzungen für die Feststellung eines neuen Territoriums mit dem Status „Paar“ nach den nationalen Monitoringstandards erfüllt. Eine genetische Individualisierung, durch welche gegebenenfalls Geschlecht und Herkunft der Tiere festgestellt werden können, steht noch aus.



Territorium Trusetal-Seligenthal (Status: Paar)

Im Oktober 2024 gab es erste Hinweise darauf, dass sich in dem Gebiet zwischen Floh-Seligenthal und Brotterode-Trusetal Wölfe aufhalten könnten. Ein im Oktober 2024 gemeldetes, von einem Jäger abgefangenes Rotwildkalb wies wolfstypische Verletzungen auf. Mit Hilfe von Genetikproben konnte eine Fähe aus dem tschechischen Rudel Lu-zicka hory západ mit der Kennung GW4337f nachgewiesen werden. Kurz darauf tauchte ein Rüde auf den Kamerafallen auf.

In der Folge wurde es wieder ruhig in der Region, so dass keine Sicherheit bestand ob die Tiere nur durchgezogen

sind oder nicht. Das änderte sich zum Ende Januar mit Fotofallenaufnahmen von zwei zusammenziehenden Wölfen. Im Februar wurden die Tiere erneut zusammen in der Nähe eines Rotwildrisses fotografiert. An dem Riss konnte nun auch der Rüde mit der Kennung GW4718m aus dem tschechischen Rudel Bóubin festgestellt werden.

Beide Tiere zusammen fielen das nächste Mal an einem Riss in Brotterode auf. Hier konnten nun beide Tiere zusammen genetisch nachgewiesen werden, was als finales Merkmal für eine Territoriums-bildung ausreichte.

Ob das Paar derzeit Welpen hat, ist unklar.

Müssen wir also Angst haben in unseren Wäldern?

Die Angst vor Wölfen in Deutschland ist weit verbreitet, aber die Gefährlichkeit wird oft überschätzt, da Wölfe in der Regel den Menschen meiden. Die Angst resultiert hauptsächlich aus kulturellen Vorstellungen und den realen Problemen bei der Viehhaltung, da Wölfe Nutztiere reißen. Wölfe haben seit ihrer Rückkehr nach Deutschland keinen Menschen angegriffen, und es wird empfohlen, bei einer Begegnung das Tier nicht zu füttern und sich bemerkbar zu machen, um es zu vergrämen.

Gefahren und Ängste

- **Angriffe auf Menschen:** Seit der Rückkehr der Wölfe gab es in Deutschland keine Angriffe auf Menschen. Angriffe sind extrem selten und meist auf Tollwut oder menschliche Gewohnheit zurückzuführen, was in Deutschland durch Tollwutfreiheit und das Verbot der Fütterung unwahrscheinlich ist.
- **Angriffe auf Nutztiere:** Wölfe reißen regelmäßig Nutztiere wie Schafe, Ziegen und Rinder. Dies führt zu erheblichen finanziellen Schäden und Unsicherheiten bei Tierhaltern.
- **Verlust der Scheu:** Es gibt Berichte, dass Wölfe ihre Scheu vor dem Menschen verlieren und sich in Siedlungsnähe aufhalten, was die Angst in der Bevölkerung verstärkt.
- **Kulturelle Ängste:** Die Angst vor dem Wolf ist tief in der Kultur verankert, beispielsweise durch das Märchen vom „bösen Wolf“, das die tatsächlichen Verhaltensweisen der Tiere verzerrt.

Richtiges Verhalten bei einer Begegnung

- **Abstand halten:** Wenn Sie einen Wolf sehen, laufen Sie nicht weg. Bleiben Sie ruhig, machen Sie sich bemerkbar, indem Sie rufen und klatschen, und gehen Sie langsam weg.
- **Keine Fütterung:** Füttern Sie Wölfe niemals, da dies sie an den Menschen gewöhnt und gefährlich werden kann.
- **Kinder aufklären:** Erklären Sie Kindern, wie sie sich bei einer Wolfsbegegnung verhalten sollen und dass der „böse Wolf“ eher ein Märchen ist.
- **Beobachtungen melden:** Melden Sie Sichtungen an die zuständige Wolfsberatungsstelle, um den Überblick über die Wolfspopulation zu behalten.

Schutzmaßnahmen

- **Herdenschutz-hunde:** Der Einsatz von Herdenschutz-hunden ist eine wirksame Methode, um Nutztiere vor Wolfsangriffen zu schützen.
- **Wolfsmanagement:** Es gibt Forderungen nach einer stärkeren Regulierung der Wolfspopulation und einem aktiveren Management, um die Konflikte zwischen Mensch und Wolf zu reduzieren.
- **Finanzielle Förderung:** Die finanziellen Kosten für Herdenschutzmaßnahmen werden staatlich gefördert, um Schäfer bei der Sicherung ihrer Tiere zu unterstützen.



Weiterhin zurückgekehrte Wildtiere nach Thüringen

Quelle: <https://www.google.com>

Es gibt nach dem Wolf auch eine Rückkehr mehrerer wilder Tiere nach Thüringen, die aktiv gefördert wird.

Luchs

- Der Luchs kehrt durch ein aktives Projekt in den Thüringer Wald zurück.
- Das Projekt „Luchs Thüringen – Europas Luchse vernetzen“ zielt darauf ab, eine Verbindung zwischen den Luchspopulationen im Harz, im Bayerischen Wald und im Pfälzer Wald zu schaffen.
- Im August 2024 wurden zwei weitere Luchse erfolgreich im Thüringer Wald ausgewildert.
- Es sollen bis 2027 bis zu 20 Luchse ausgewildert werden.
- Das Wildkatzenort Hütscheroda spielt eine wichtige Rolle bei der Zucht und Vorbereitung der Luchse auf ein Leben in freier Wildbahn.
- Der Luchs ist scheu und gilt für Menschen als ungefährlich.

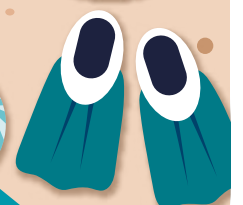
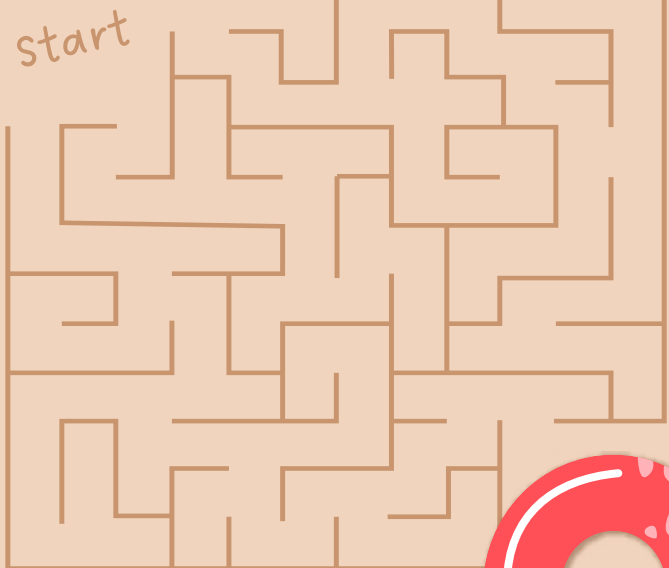
Weißstorch

- Die Rückkehr des Weißstorches nach Thüringen hat sich Ende Januar und im Februar 2025 kontinuierlich fortgesetzt.
- Im Weißstorchjahr 2024 wurde mit 181 Brutpaaren der höchste Bestand seit mindestens 150 Jahren gezählt.
- Die Verbreitungsschwerpunkte sind das Werratal und das Thüringer Becken.



H₂Oberhof Wellness & Erlebnisbad

Hey,
findest du den Weg
zu meinen
Schwimmsachen?



Mo-Sa 10 - 21 Uhr
So 10 - 20 Uhr

Dr.-Curt-Weidhaas-Str. 2
98559 Oberhof

Ein Frühlingstag auf dem Bauernhof

An einem milden Frühlingstag erwachte der kleine Bauernhof am Rande des Tals schon früh zum Leben. Die Sonne schob sich gerade über die Hügel, ein leichter Duft von feuchter Erde und frisch aufgeblühten Obstbäumen lag in der Luft. Für die Tiere auf dem Hof war es ein besonderer Tag – denn im Frühling schien alles ein bisschen lebendiger, heller und fröhlicher zu sein.

Im Hühnerhof stolperten die ersten Küken aus ihrem Strohnest. Sie waren noch so flaumig weich, dass sie aussahen wie kleine gelbe Wattebällchen. Zaghaft piepsten sie, während sie hinter ihrer Mutter herliefen, die wie eine Königin vor ihnen herschritt. Immer wieder hielten die Küken an, um neugierig in den Boden zu picken, obwohl sie noch gar nicht so recht wussten, wonach sie eigentlich suchten.



Auf der Weide nebenan sprang ein neugeborenes Lamm übermütig in die Luft. Seine dünnen Beinchen wirkten fast zu lang für seinen kleinen Körper, und doch tanzte es fröhlich um seine Mutter herum. Weitere Lämmer schlossen sich an, und bald entstand ein richtiges Wettrennen, bei dem mal das eine, mal das andere Lamm vorne lag. Ihre fröhlichen, hellen Blöcker klangen wie kleine Trompeten in der Frühjahrsluft.

Hinter der Scheune lag der Ententeich still und ruhig, bis plötzlich ein lautes „Platsch!“ die Oberfläche in Bewegung setzte. Eine Entenmutter war mit ihren winzigen, gelb-braun gesprenkelten Küken ins Wasser geglitten. Die Kleinen paddelten tapfer hinterher, auch wenn ihre Beinchen noch nicht ganz im gleichen Rhythmus arbeiteten. Immer wieder verloren sie das Gleichgewicht und kippten etwas zur Seite, doch die Mutter drehte geduldig ihre Kreise um sie herum, als würde sie sagen: „Nur Mut, ihr schafft das!“



Ganz in der Nähe tollten zwei junge Ferkel durchs Gras. Sie schubsten sich spielerisch mit ihren runden kleinen Nasen und ließen dabei fröhliche Grunzlaute hören. Ihre rosa Bäuchlein glänzten in der Sonne, und jedes Mal, wenn sie über einen Maulwurfshügel stolperten, kugelten sie sich kichernd zur Seite und standen gleich wieder auf.

Nicht weit davon entfernt übte ein junges Kälbchen seine ersten Sprünge. Es war erst vor wenigen Tagen geboren worden und hatte noch ein bisschen Mühe, seine langen Beine unter Kontrolle zu bekommen.



Doch jedes Mal, wenn es beinahe umgefallen wäre, stupste die alte Kuh es sanft an und brachte es wieder ins Gleichgewicht. Schließlich schaffte das Kälbchen einen besonders hohen Hüpfen und schien selbst überrascht davon zu sein.



Über all dem kreisten ein paar Schwalben am blauen Himmel und zwitscherten aufgeregt, als wollten sie das wilde Durcheinander unten kommentieren. Der Frühling hatte den Bauernhof in eine Bühne voller Leben verwandelt – jedes Tier

spielte seine eigene kleine Rolle, und doch waren sie alle Teil des großen, warmen Frühlingzaubers.

Am Ende des Tages, wenn die Sonne langsam wieder hinter den Hügeln verschwand und der Himmel rosa schimmerte, kuschelten sich die jungen Tiere müde an ihre Mütter. Aus der Ferne hörte man nur noch ein letztes Blöken, ein leises Grunzen und das sanfte Rauschen des Windes in den Apfelblüten. Es war ein Tag voller neuer Abenteuer gewesen – ein Frühlingstag, der jedem auf dem Bauernhof gezeigt hatte, wie schön das Leben sein kann, wenn alles gerade erst beginnt.

Falls Sie, liebe Eltern mit einem Gewerbebetrieb, diese Ausgaben mit einer Anzeige mitfinanzieren möchten, nehmen Sie mit unserer Frau Dötterl spätestens 3 Wochen vor der Erscheinung der nächsten Ausgabe Kontakt auf. Sie erreichen sie unter: 0176 20948588.

Herzlichen Dank dafür.

DAS KLEINE HÄSCHEN UND DIE LANGE SUCHE NACH DEM FRÜHLING

Tief im Wald, dort wo die Tannen dicht beieinanderstanden und der Boden mit Moos bedeckt war, lebte ein kleines Häschen. Sein Fell war weich und grau, und seine Ohren waren immer aufmerksam nach oben gerichtet. Doch in diesem Jahr war etwas anders. Der Winter wollte einfach nicht verschwinden.

Noch immer lag kalte Luft zwischen den Bäumen. Morgens glitzerte Reif auf den Zweigen und das Gras fühlte sich hart und kühl an. Das kleine Häschen fror an den Pfoten und kuschelte sich enger an seine Mutter.



„Wann kommt endlich der Frühling?“, fragte es eines Morgens.

Die Mutter lächelte sanft. „Der Frühling kommt, wenn er bereit ist“, sagte sie. „Manchmal muss man geduldig sein.“

Doch das kleine Häschen war neugierig. Es wollte nicht warten. Es wollte den Frühling **finden**.

Also machte es sich eines Tages früh am Morgen auf den Weg. Die Sonne stand noch tief und der Wald war still. Nur das Knacken der Zweige unter den Pfoten des Häschens war zu hören.

„Ich werde den Frühling suchen“, sagte es mutig zu sich selbst. „Und wenn ich ihn finde, bringe ich ihn mit nach Hause.“

Der Weg führte das Häschen zuerst an den Waldrand. Dort öffnete sich der Wald, und eine große Wiese lag vor ihm. Noch war sie grau und leer, doch in der Mitte der Wiese stand ein **Reh**. Es bewegte sich ruhig und vorsichtig, als würde es genau wissen, wohin es trat.

Das Häschen hoppelte näher heran.

„Guten Morgen, Reh“, sagte es höflich.

Das Reh hob den Kopf und schaute freundlich. „Guten Morgen, kleines Häschen.“

„Reh“, fragte das Häschen, „hast du den Frühling gesehen? Ich suche ihn überall.“

Das Reh dachte einen Moment nach. Dann sagte es:

„Ich sehe jeden Tag, wie sich der Wald verändert. Noch ist es kühl, aber schau genau hin. An manchen Zweigen sind

kleine Knospen. Wenn sie wachsen und sich öffnen, dann weißt du: Der Frühling ist nicht mehr weit.“

Das Häschen schaute zu den Bäumen. Tatsächlich – ganz klein und unscheinbar saßen dort winzige Knospen.

„Danke, Reh“, sagte es. „Ich werde weiter suchen.“

Es hoppelte weiter, tiefer in den Wald hinein. Die Sonne war inzwischen höher gestiegen, und es wurde ein wenig wärmer. Plötzlich hörte das Häschen ein leises **Summen**. Erst ganz leise, dann immer deutlicher.

Zwischen zwei Steinen wuchs eine kleine Blume. Und über dieser Blume flog eine **Biene**. Sie summte fröhlich und setzte sich kurz auf die Blüte.



„Hallo, Biene“, sagte das Häschen vorsichtig.

Die Biene brummte freundlich. „Hallo, kleines Häschen.“

„Biene“, fragte das Häschen, „weißt du, wo der Frühling ist? Ich suche ihn schon so lange.“

Die Biene flog eine kleine Runde und lachte.

„Wenn ich wieder ausfliege und Nektar sammle“, sagte sie, „dann ist der Frühling ganz nah. Denn ohne Blumen könnte ich nicht hier sein.“

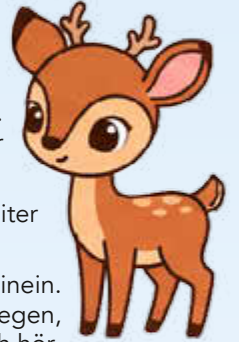
Das Häschen schaute sich um. Die Blume war klein, aber sie war da.

„Dann ist der Frühling vielleicht schon auf dem Weg“, dachte es.

Es verabschiedete sich von der Biene und hoppelte weiter.

Der Wald wurde dichter, und die Schatten zwischen den Bäumen wurden länger. Da hörte das Häschen plötzlich Schritte im Laub.

Aus dem Gebüsch trat ein **Fuchs**. Sein Fell leuchtete rot-braun im Sonnenlicht und seine Augen blickten wach und klug.





Das Häschen blieb stehen. Ein bisschen klopfte sein Herz schneller, aber der Fuchs sah freundlich aus.

„Guten Tag, Fuchs“, sagte das Häschen mutig.

Der Fuchs setzte sich hin und nickte. „Guten Tag, kleines Häschen. Wohin des Weges?“

„Ich suche den Frühling“, antwortete das Häschen. „Hast du ihn vielleicht gesehen?“

Der Fuchs schnupperte in der Luft.

„Ich rieche ihn schon“, sagte er langsam. „Die Erde riecht anders, nicht mehr nach Winter. Und nachts höre ich den Wald wieder leiser atmen. Das sind Zeichen, dass der Frühling kommt.“

Das Häschen spitzte die Ohren. Es hatte gar nicht bemerkt, dass der Wald anders roch.

„Danke, Fuchs“, sagte es leise und hoppelte weiter.

Der Weg führte nun zu einer kleinen Lichtung. Dort lag ein großer Laubhaufen. Plötzlich bewegte sich etwas darin, und ein Igel streckte vorsichtig seine Nase heraus.

„Oh! Hallo“, sagte das Häschen überrascht.

Der Igel gähnte und blinzelte. „Hallo, kleines Häschen. Ich bin gerade erst aufgewacht.“

„Igel“, fragte das Häschen aufgeregt, „weißt du, wo der Frühling ist?“

Der Igel lächelte müde.

„Wenn ich aus meinem Winterschlaf aufwache“, sagte er langsam, „dann ist der Frühling schon da. Die Sonne weckt mich, und mein Bauch sagt mir, dass es Zeit ist.“



Das Häschen setzte sich neben den Igel.

„Dann bist du also ein Zeichen für den Frühling?“, fragte es.

Der Igel nickte. „Vielleicht“, sagte er und kuschelte sich wieder ein wenig in den Laubhaufen.

Das Häschen blieb noch einen Moment sitzen. Es hörte das Summen der Biene in der Ferne, sah das Reh am Waldrand stehen und erinnerte sich an die Worte des Fuchses. Die Sonne wärmte sein Fell, und plötzlich bemerkte es etwas Neues.

Zwischen den grauen Halmen lugten kleine grüne Spitzen hervor.

Ein Vogel begann zu singen.

Der Wind fühlte sich nicht mehr so kalt an.

Da verstand das kleine Häschen etwas Wichtiges.

Der Frühling war kein Wesen, das man finden und mitnehmen konnte.

Der Frühling war **überall um es herum**.

Glücklich machte sich das Häschen auf den Heimweg. Als es bei seiner Mutter ankam, kuschelte es sich an sie.

„Hast du den Frühling gefunden?“, fragte sie.

Das Häschen lächelte.

„Ja“, sagte es, „er war die ganze Zeit da.“

Und draußen im Wald begann langsam, ganz leise, der Frühling.

Fachpraxis für Ergotherapie & Schmerztherapie

Termine nach Vereinbarung

Caroline Blaurock



Schwerpunkte Pädiatrie

Kontakt	
Linkshänderberatung	0162- 7583485
Händigkeitstestung	03677 - 2081660
Konzentration/ Ausdauer	schmerzergo@gmail.com
Wahrnehmung	www.schmerzergo.de
grobmotorische Defizite	Heinrich- Heine- Str. 6
Neurofeedback	98693 Ilmenau
Feinmotoriktraining	

Ansprechpartner: Frau Schmidt



Hundewelpen

Rosi wird Mama – Eine Bauchreise in 9 Wochen

Eine Geschichte für Kinder

Rosi, die fröhliche braune Hündin mit den weichen Ohren, lebte glücklich bei ihrer Familie. Eines Tages saß sie im Garten und blickte verträumt in die Sonne. Da wusste sie noch nicht, dass in ihrem Bauch bald ein großes Abenteuer begann – ein Abenteuer, das „Mama werden“ heißt.

Woche 1 – Ein kleines Geheimnis

Rosi wurde gedeckt, und kurz darauf begann sich in ihrem Bauch etwas Winziges zu bewegen. So klein wie Staubkörnchen waren die ersten Zellen, aus denen später kleine Hundebabys entstehen sollten.

Doch Rosi merkte noch nichts. Sie rannte über die Wiese, schnüffelte an Blumen und wedelte fröhlich mit dem Schwanz. Nur manchmal, ganz leise, fühlte sie ein Kribbeln im Bauch – wie ein kleines Geheimnis, das nur sie kannte.

Woche 2 – Die Reise beginnt

In Rosis Bauch teilten sich die winzigen Zellen immer wieder und wurden mehr und mehr. Sie machten sich im Inneren auf eine Reise, fast wie kleine Abenteurer, die ihren Platz suchten.

Rosi war ein bisschen verschmuster und schlief gern länger. Niemand wusste warum, aber sie fühlte, dass da etwas Besonderes geschah.

Woche 3 – Einziehen im Bauchhaus

In dieser Woche fanden die kleinen Zellen endlich ihr Zuhause: Sie nisteten sich in Rosis Bauch ein. Dort bauten sie kleine gemütliche „Zimmer“, in denen sie weiterwachsen konnten.

Rosi legte ihren Kopf öfter auf den Schoß ihrer Familie. Sie wusste: Gut, dass jemand da ist, der sie liebhat. Schließlich wollte sie selbst bald etwas Liebes beschützen.

Woche 4 – Erste Herzchen klopfen

Jetzt wurde es aufregend! Die winzigen Wesen in ihrem Bauch – sie waren noch so klein wie Reiskörner – entwickelten schon kleine Herzchen. Und die fingen an zu schlagen!

Auch Augen, Ohren und der Anfang einer winzigen Schnauze entstanden.

Rosi war in dieser Zeit sehr ruhig. Als würde sie ganz genau zuhören, wie viele Herzchen da drin wohl klopfen.

Woche 5 – Kleine Hunde entstehen

Aus den früheren Zellen wurden jetzt richtige kleine Hundebabys. Sie sahen zwar noch wie Minis aus, aber man konnte

Beine, Pfoten und kleine Schwänzchen erkennen.

Rosi bekam mehr Hunger. Sie dachte wohl: „Ich esse jetzt für uns alle!“

Ihr Bauch war noch nicht rund – aber wenn man genau hinsah, konnte man ahnen, dass er sich veränderte.

Woche 6 – Das Bauchwunder wächst

Die Welpen bekamen Fell – ganz weiches, flauschiges Fell in verschiedenen Farben. Auch die Augenlider bildeten sich und schnitten sich wie winzige Vorhänge vor die kleinen Augen.

Rosis Bauch begann nun sichtbar zu wachsen. Wenn sie sich hinlegte, rollte sie sich vorsichtig zusammen. Schließlich wollte sie ihre Babykinder nicht drücken.

Woche 7 – Bewegung im Bauch

Jetzt konnten die kleinen Hundebabys schon strampeln! Wenn Rosi sich ausruhte, sah man manchmal kleine Wellen über ihren Bauch wandern – als ob jemand von innen vorsichtig anklopfte.

Rosi schaute dann immer überrascht, als würde sie sagen:

„Ihr müsst euch gedulden, meine Kleinen!“

Sie wurde ruhiger, suchte öfter ein warmes, gemütliches Plätzchen und kuschelte gerne.

Woche 8 – Rosi baut ihr Nest

Nun waren die Welpen fast fertig. Sie konnten schon hören, fühlen und sogar träumen. In Rosis Bauch bewegten sie sich ganz lebhaft herum.

Rosi begann, Decken zurecht zu schieben, Kissen umzudrehen und im Körbchen zu scharren. Sie wollte ein Nest bauen – einen sicheren Ort für die Geburt.

Ihre Familie wusste: Es dauert nicht mehr lang.

Woche 9 – Das große Wunder

Rosi war jetzt ganz rund. Sie lag viel, hechelte, stand wieder auf, lief im Kreis und legte sich erneut hin. Sie wusste: **Heute ist der Tag.**

Und dann, in einer ruhigen Stunde, begann die Geburt.

Einer nach dem anderen kamen die kleinen Welpen zur Welt – blind, warm und weich, aber voller Leben. Sie quietschten leise und krochen zu Rosi, die sie sofort liebevoll ableckte.

Rosi, die einst neugierig im Garten gesessen hatte, war nun wirklich eine Mama.

Ihre Welpen kuschelten an ihrem Bauch und sie hielt Wache – stolz, sanft und glücklich.

Und so begann für Rosi und ihre Babys ein neues Kapitel voller Wärme, Liebe und kleinen tapsigen Pfoten.



Wie kommen die Punkte auf den Marienkäfer?

Wenn du einen Marienkäfer siehst, fallen dir bestimmt sofort seine Punkte auf. Manche haben zwei Punkte, andere sieben, und es gibt sogar welche mit ganz vielen kleinen Punkten. Aber wie kommen diese Punkte eigentlich auf den Marienkäfer? Werden sie gemalt? Bekommt er sie erst, wenn er erwachsen ist? Oder kann er sie sich aussuchen? Die Antwort ist spannend – und ein bisschen überraschend!



schon da – aber noch **sehr** **blass**. Sie erscheinen nach kurzer Zeit automatisch.

Niemand malt sie auf, und der Käfer sucht sie sich auch nicht aus. Die Punkte sind bereits im Körper des Käfers „eingebaut“. Man könnte sagen, sie sind im **Bauplan des Käfers** festgelegt.



Ein Marienkäfer beginnt sein Leben **nicht** als kleiner Käfer mit Punkten. Er kommt zuerst als **Ei** zur Welt. Aus diesem Ei schlüpft eine **Larve**. Die sieht eher wie ein kleines schwarzes Mini-Krokodil aus und hat überhaupt keine Punkte. Die Larve frisst viele Blattläuse und wächst schnell.

Wenn sie groß genug ist, passiert etwas Besonderes: Sie sucht sich einen sicheren Platz, zum Beispiel an

Stängel, und verwandelt sich in eine **Puppe**.

Während sie in der Puppenhülle steckt, ändert sich ihr Körper komplett. Aus der Larve wird langsam ein Marienkäfer – mit Kopf, Flügeln und natürlich den berühmten Punkten.

Wenn der junge Marienkäfer schließlich aus der Puppe schlüpft, sieht er zuerst ganz anders aus, als du es vielleicht erwartest. Seine Flügeldecken sind noch **weich**, **hell und fast gelblich**. Und das Wichtigste: Die Punkte sind



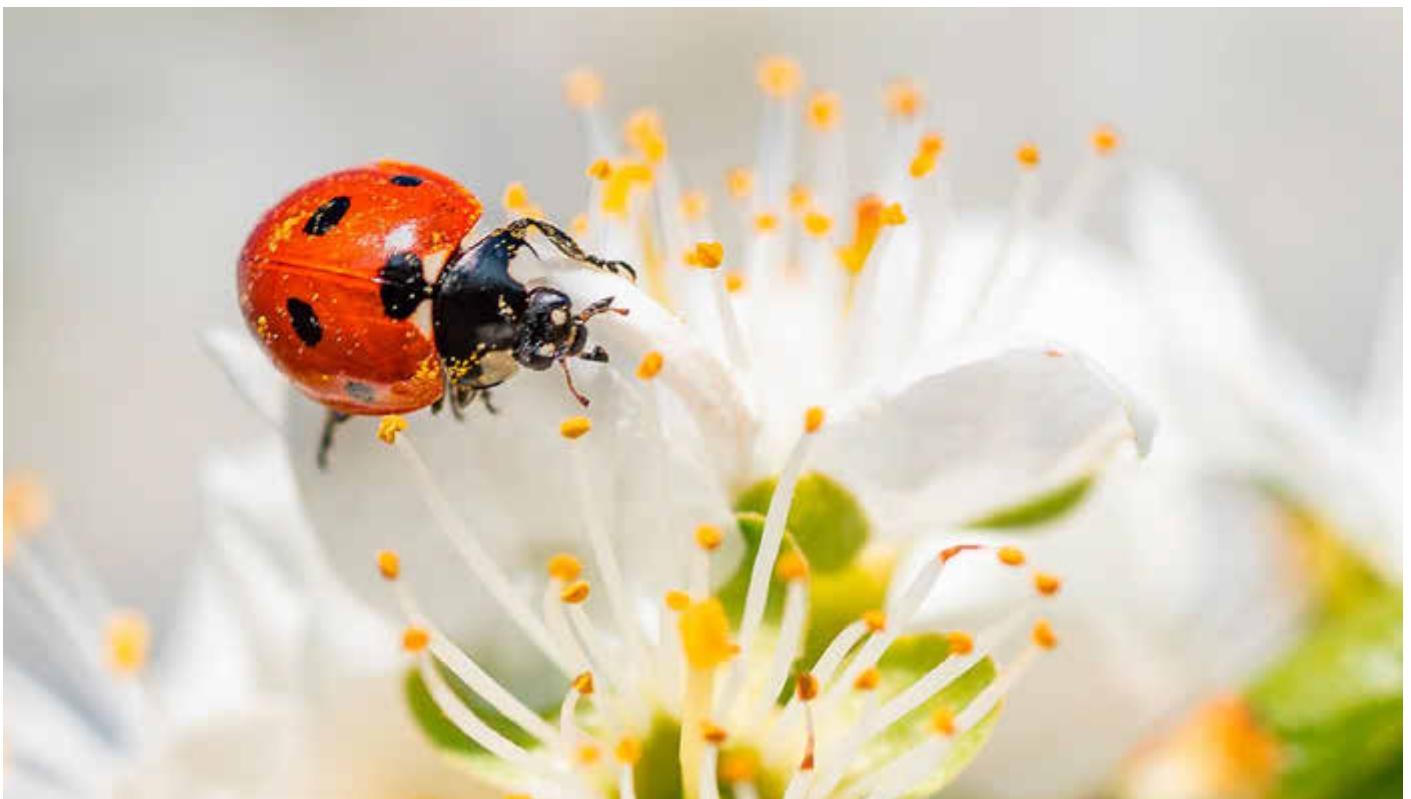
Nach ein paar Stunden werden die Flügeldecken hart und die Farben entwickeln sich vollständig. Ein Siebenpunkt-Marienkäfer bekommt also genau sieben Punkte, ein Zweipunkt-Käfer zwei – immer passend zu seiner Art. Die Punkte bleiben sein ganzes Leben lang gleich. Sie verraten also **nicht**, wie alt der Käfer ist, wie manche Menschen glauben.

Warum hat der Marienkäfer überhaupt Punkte? Das hat einen guten Grund: Die Punkte helfen ihm, **Feinde zu warnen**. Schwarz und Rot sind nämlich Warnfarben in der Natur. Ein Vogel, der einmal einen Marienkäfer probiert hat, merkt sich: „Der schmeckt bitter!“ Die auffälligen Punkte sagen also: „*Lass mich lieber in Ruhe!*“

Zusammengefasst:

- Die Punkte sind schon im Körper des Marienkäfers angelegt.
- Sie erscheinen, sobald der Käfer aus der Puppe schlüpft.
- Erst sind sie hell, dann werden sie dunkler und klar sichtbar.
- Jede Marienkäferart hat ihre eigene typische Punktzahl.
- Die Punkte schützen ihn, weil sie Feinde abschrecken.

So klein der Marienkäfer auch ist – seine Punkte haben eine große Bedeutung. Und das Schönste: Sie machen ihn zu einem der liebsten Glücksbringer der Welt!



Freizeitecke

Das ist der Eiffelturm. Weißt du in welcher Hauptstadt er steht?

Kennst du alle Hauptstädte in der Europäischen Union?

27 Länder gehören zur Europäischen Union. Und natürlich hat jedes dieser Länder eine Hauptstadt. Aber kennst du alle davon? Teste dein Wissen mit diesem Quiz!

Was ist die Hauptstadt von Belgien?

- Bonn Brüssel Bern

Wie heißt die Hauptstadt von Bulgarien?

- Sofia Maria Teresa

Was ist die Hauptstadt von Dänemark?

- Kopenhagen Amsterdam Kreuzberg

Wie heißt die Hauptstadt von Deutschland?

- Hamburg Berlin München

Was ist die Hauptstadt von Estland?

- Lettland Riga Tallinn

Wie heißt die Hauptstadt von Finnland?

- Helgoland Helsinki Hamburg

Was ist die Hauptstadt von Frankreich?

- Paris Cannes Nizza

Wie heißt die Hauptstadt von Griechenland?

- Antalya Aida Athen

Was ist die Hauptstadt von Irland?

- Galway Cork Dublin

Wie heißt die Hauptstadt von Italien?

- Rom Paris Madrid

Was ist die Hauptstadt von Kroatien?

- Sarajewo Rovinj Zagreb

Wie heißt die Hauptstadt von Lettland?

- Ruga Rega Riga

Was ist die Hauptstadt von Litauen?

- Vilnius Tallinn Riga

Wie heißt die Hauptstadt von Luxemburg?

- Luxemburg Laos London

Was ist die Hauptstadt von Malta?

- Vendetta Valletta Valencia

Wie heißt die Hauptstadt der Niederlande?

- Rotterdam Amsterdam Maasdam

Was ist die Hauptstadt von Österreich?

- Wien Graz Klagenfurt

Wie heißt die Hauptstadt von Polen?

- Krakau Danzig Warschau

Was ist die Hauptstadt von Portugal?

- Lessabon Lissabon Lussabon

Wie heißt die Hauptstadt von Rumänien?

- Bukarest Budapest Belgrad

Was ist die Hauptstadt von Schweden?

- Schweden-Stadt Oslo Stockholm

Wie heißt die Hauptstadt der Slowakei?

- Bern Bratislava Berlin

Was ist die Hauptstadt von Slowenien?

- Piran Maribor Ljubljana

Wie heißt die Hauptstadt von Spanien?

- Barcelona Madrid Valencia

Was ist die Hauptstadt von Tschechien?

- Prag Bratislava Warschau

Wie heißt die Hauptstadt von Ungarn?

- Budapest Buda Pest

Was ist die Hauptstadt von Zypern?

- Mikosia Nikosia Likosia



Bunte Rätselwörter

1. „Ich piepe, komme aus einem Ei und bin klein.“ *Küken*
2. „Ich bin weiß und flauschig, und ich sage ‚mäh‘.“ *Lamm*
3. „Ich wachse im Wald, rieche nach Knoblauch und werde in der Küche benutzt.“ *Bärlauch*
4. „Ich bin kalt, weiß und mache Schlittenfahrten möglich.“ *Schnee*
5. „Ich rolle durch die Wiese, habe einen Schafsfell-Look und bin ein Tierbaby.“ *Kälbchen*
6. „Ich bin gelb, streichfähig und schmecke auf Brot lecker.“ *Butter*
7. „Ich helfe beim Aufsammeln von Müll – man hält mich wie eine Greifzange.“ *Müllzange*
8. „Ich halte Müll, bin oft aus Plastik oder Metall.“ *Eimer*
9. „Ich mache Wind, wenn ich schnell über die Blätter gehe.“ *Wind*
10. „Ich bin ein junger Hund, verspielt und klein.“ *Welp*
11. „Ich bin warm, komme von der Kuh und werde oft getrunken.“ *Milch*
12. „Ich habe Flügel, schwimme auf dem Teich und sage ‚quak‘ nicht, sondern ‚watschel‘.“ *Ente*
13. „Ich bin klein, schwarz oder braun, und arbeite unter der Erde – meistens sieht man nur kleine Hügel.“ *Maulwurf*
14. „Ich bin bunt, fliege am Himmel und nistet auf Häusern oder Bäumen; ich singe morgens.“ *Singvogel*



freepik.de

Witze für Kinder

Tierwitze

1. Warum können Hühner so gut rechnen?
Weil sie ständig „eins, zwei, drei... EIER!“ sagen.
2. Was macht ein Piraten-Schaf?
Es sagt: „Mährrr!“
3. Warum nehmen Kühe keine Kopfhörer?
Weil sie schon Hörner haben!
4. Was sagt ein Fisch, wenn er gegen die Wand schwimmt?
„Damm!“

Schulwitze

5. Lehrerin: „Nenne mir ein Tier mit M!“
Tim: „Elefant!“
Lehrerin: „Aber der beginnt doch nicht mit M!“
Tim: „Meiner schon – der heißt nämlich **Max**.“
6. Warum hat der Computer eine Brille?
Weil er nicht WINDOWS sehen kann!

Quatschwitze

7. Was ist orange und läuft durch den Wald?
Eine *Wanderine*.
8. Was macht ein Keks unter einem Baum?
Krümel!
9. Wie nennt man einen Bumerang, der nicht zurückkommt?
Ein *Stock*.

Monster- und Fantasiewitze (harmlos)

10. Was macht ein Gespenst im Fitnessstudio?
Spuks! trainieren.
11. Warum haben Hexen so große Nasen?
Weil sie in der *Zauberschule* immer gut aufpassen müssen!

Koch- und Essenswitze

12. Was sagt die Butter, wenn sie einen Witz hört?
„Ich schmelze vor Lachen!“
13. Was macht eine Tomate auf dem Pferd?
Ketchup!

Weil die Zukunft unserer Kinder wichtig ist.

61 % aller Unfälle passieren im Haushalt und in der Freizeit, sorgen Sie für Ihr Kind vor mit einer Unfallversicherung.

Sie wollen Ihrem Kind den bestmöglichen Start ins Leben bieten. Gestalten Sie dies mit einer Schüler-Berufsunfähigkeit.

Gerne stehe ich Ihnen als
Ansprechpartner zur Verfügung.



NADINE KÜHHIRT

Versicherungsmaklerin

DIHK-Vermittlernummer: D-0PF9-B1QBA-53

Robert-Koch-Straße 14 Tel.: 03693 8856824
98617 Meiningen Mobil: 0151 28771415

info@kuehhirt-versicherungen.de
www.kuehhirt-versicherungen.de

VERSICHERN BERATEN VORSORGEN

Kinderlieder

„ABC, die Katze lief im Schnee“

Text: Karl Simrock | Melodie: Traditionell

A, B, C, die Kat - ze lief im Schnee. Und
 als sie dann nach Hau - se kam, da hatt' sie wei - ße Stie - fel an. O
 je - mi - ne, o je - mi - ne, die Kat - ze lief im Schnee.

Liedtext zu „ABC, die Katze lief im Schnee“

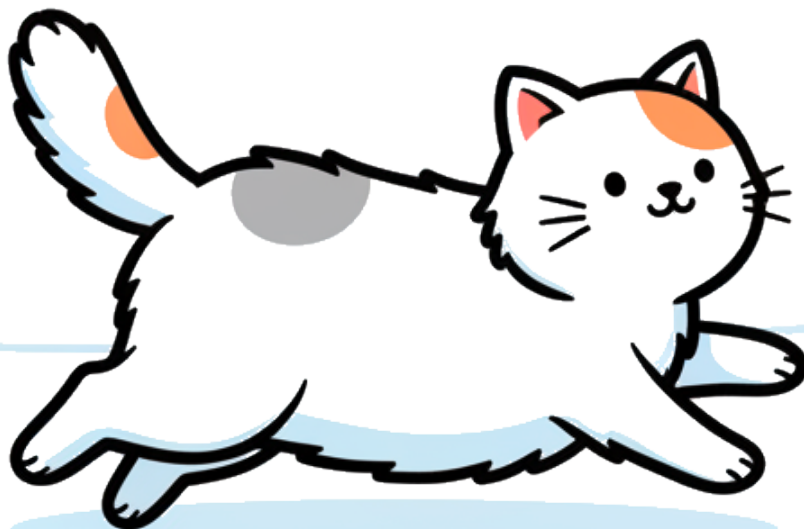
A, B, C,
 die Katze lief im Schnee.
 Und als sie dann nach Hause kam,
 da hatt sie weiße Stiefel an.
 O jemine, o jemine,
 die Katze lief im Schnee.

A, B, C,
 die Katze lief zur Höh.
 Sie leckt ihr kaltes Pfötchen rein
 und putzt sich auch die Stiefelein,
 Und ging nicht mehr, und ging nicht mehr,
 Ging nicht mehr in den Schnee.

Übersetzung zu „ABC, die Katze lief im Schnee“

A, B, C,
 the cat went through the snow.
 And when she came home,
 she was wearing white boots.
 Oh my, oh my,
 the cat went through the snow.

A, B, C,
 the cat ran upstairs.
 She licked her cold paw clean
 and also tidied her boots,
 and didn't went out into the snow again.





„ALLE VÖGEL SIND SCHON DA“

Liedtext zu „Alle Vögel sind schon da“

Alle Vögel sind schon da,
alle Vögel, alle.
Welch ein Singen, Musizieren,
Pfeifen, Zwitschern, Tiriliern!
Frühling will nun einmarschieren,
kommt mit Sang und Schalle.
Wie sie alle lustig sind,
flink und froh sich regen!
Amsel, Drossel, Fink und Star
und die ganze Vogelschar
wünschen dir ein frohes Jahr,
lauter Heil und Segen.
Was sie uns verkünden nun,
nehmen wir zu Herzen:
Wir auch wollen lustig sein,
lustig wie die Vögelein,
hier und dort, feldaus, feldein,
singen, springen, scherzen.

Übersetzung zu „Alle Vögel sind schon da“

All the birds are already here,
all the birds, all the birds.
What a singing, making music,
Whistling, chirping, tiriliating!
Spring is about to march in,
comes with song and sound.
How they are all jolly,
quick and happy to move!
Blackbird, Thrush, Finch and Starling
and the whole flock of birds
wish you a happy year,
all salvation and blessing.
What they announce to us now,
we take to heart:
We also want to be jolly,
jolly as the birds,
here and there, through the fields,
singing, jumping, joking.



KI generiert

C F C G7 C G7 C

Al - le Vö - gel sind schon da, al - le Vö - gel al - le!

G7 C G7 C G7 C G7

Welch ein Sin - gen, Mu - si - zern, Pfei - fen, Zwit - schern, Ti - ri - liern!

C F C G7 C G7 C

Früh - ling will nun ein - mar - schiern, kommt mit Sang und Schal - le.

„Alle meine Entchen“

Text: Ernst Anschütz | Melodie: Traditionell



Al - le mei - ne Ent - chen schwim - men auf dem See, schwim - men auf dem
See, Köpf - chen in das Was - ser, Schwänz - chen in die Höh'.

Liedtext zu „Alle meine Entchen“

Alle meine Entchen
schwimmen auf dem See,
schwimmen auf dem See,
Köpfchen in das Wasser,
Schwänzchen in die Höh.

Alle meine Täubchen
gurren auf dem Dach,
gurren auf dem Dach,
fliegt eins in die Lüfte,
fliegen alle nach.

Alle meine Hühner
scharren in dem Stroh,
scharren in dem Stroh,
finden sie ein Körnchen,
sind sie alle froh.



Übersetzung zu „Alle meine Entchen“

All my ducklings
swimming on the lake,
swimming on the lake,
Head in the water,
Tails in the air.

All my little pigeons
cooing on the roof,
cooing on the roof,
one flies into the air,
everyone's following.

All my chickens
scratching in the straw,
scratching in the straw,
they find a grain,
they're all happy.

Die Müllpiraten - wir sammeln Müll

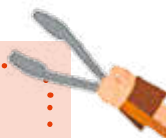
Kindgerecht erklärt: Warum Kinder Müll sammeln sollten

Müllsammeln ist wie die Welt aufräumen!

Wenn Kinder draußen spielen, sehen sie manchmal Papier, Dosen oder Plastik am Boden. Das sieht nicht nur blöd aus, sondern ist auch schlecht für Tiere, Pflanzen und die Umwelt.

Darum ist Müllsammeln wichtig:

- **Tiere bleiben gesund**
Manche Tiere könnten Müll fressen und krank werden.
- **Die Natur bleibt schön**
Wiesen, Wälder und Spielplätze sehen viel besser aus, wenn sie sauber sind.
- **Kinder helfen mit**
Schon kleine Helfer können Großes bewirken – jedes Stück Müll weniger macht die Erde ein bisschen glücklicher.
- **Es macht sogar Spaß**
Mit Handschuhen, Eimern und einer kleinen Schatzsuche wird Müllsammeln zu einem Abenteuer.



Die große Mission der Müllpiraten

Jeden Nachmittag trafen sich Ben, Emma und Yusuf auf dem kleinen Spielplatz hinter den Gärten. Dort stand eine rote Rutsche, eine Schaukel, die beim Schaukeln leise quietschte, und ein Klettergerüst, das aussah wie ein Schiff. Die drei waren überzeugt: **Das ist ihr Piratenschiff.**

Eines Tages rannte Emma als Erste auf den Spielplatz zu – und blieb abrupt stehen.

„Iiih!“, rief sie. „Hier sieht’s ja aus wie auf einem chaotischen Piratendeck!“ Überall lagen Bonbonpapiere, alte Flaschen und sogar ein paar Plastikverpackungen. Der Sand unter der Rutsche war voll davon.

Ben stützte die Hände in die Hüften. „Wer macht denn so was? Das sind ja Müll-Monster!“

Yusuf nickte ernst. „Wir müssen etwas tun. Ein Piratenschiff lässt man nicht versinken!“

Die Idee der Müllpiraten

„Wir werden **Müllpiraten!**“, verkündete Ben feierlich.

„Was machen Müllpiraten?“, fragte Emma neugierig.

„Na, wir retten unseren Spielplatz!“, sagte Ben und zeigte auf das Klettergerüst-Schiff. „So wie echte Piraten ihre Schätze beschützen, beschützen wir die Natur.“

Sie rannten zu Emmas Garten, wo Emmas Vater gerade Unkraut zupfte. „Papa!“, rief sie, „wir brauchen Handschuhe, Müllzangen und Eimer! Wir haben eine Mission!“

Emmas Vater lachte. „Eine Mission also? Na gut – aber echte Piraten brauchen Ausrüstung.“ Er gab ihnen drei Paar Handschuhe, zwei kleine Zangen und einen großen Eimer.

Der geheime Schatzplan

Zurück auf dem Spielplatz setzten sich die drei auf ihre Piratenbank – eigentlich war es die Schaukel, aber das störte niemanden.

„Wir machen einen Plan“, sagte Yusuf. Er nahm einen Stock und zeichnete eine Karte in den Sand:

Zone 1: Unter der Rutsche

Zone 2: Beim Gebüsch

Zone 3: Rund um die Schaukeln

Zone 4: Das große Piratenschiff (das Klettergerüst)

„Wir teilen uns auf und suchen nach Müll-Schätzen“, erklärte Yusuf. Emma grinste. „Und wer den größten Schatz findet, bekommt den Goldtaler aus meiner Spielkiste!“

Die Müllpiraten legen los

Ben begann unter der Rutsche. Er fand alte Trinkpackungen und kleine Papierfetzen. „Aha! Da seid ihr, Müllmonster!“, murmelte er und kneifte sie mit seiner Müllzange in den Eimer.

Emma kniete im Gebüsch. Plötzlich zog sie etwas Glänzendes hervor. „Oh! Eine alte Plastikflasche! Die hat sicher ein Müllpirat verloren.“ Sie schwenkte sie wie eine Trophäe.

Yusuf übernahm die Schaukeln. Dort sammelte er jede Menge Kram auf, den der Wind hergeweht hatte.

Dann kletterten alle drei auf ihr Piratenschiff – denn auch dort gab es Arbeit. Im Sand lagen Kronkorken, Papierreste und sogar ein einzelner Handschuh.

Ein unerwarteter Zuschauer

Als die Müllpiraten fast fertig waren, kam Frau Meier vorbei – die ältere Dame aus dem gelben Haus am Ende der Straße. Sie blieb stehen, lächelte und rief: „Ihr seid ja fleißig wie kleine Naturhelden! Was macht ihr denn da?“

Ben stellte sich stolz hin. „Wir sind die **Müllpiraten!** Wir retten den Spielplatz!“ Frau Meier klatschte in die Hände. „Das ist ja wunderbar! Wisst ihr was? Ich hole euch gleich ein paar Kekse als Belohnung.“

Die Kinder grinnten breit. Piratenkekse – perfekt.

Der Schatz der Natur

Als der große Eimer voll war, stellten sie ihn neben den Spielplatzmülleimer. Der Sand war wieder sauber, die Wiese glänzte im Sonnenlicht und selbst die Schaukel quietschte ein bisschen fröhlicher.

„Wie schön es wieder aussieht!“, sagte Emma zufrieden. „Die Tiere freuen sich bestimmt auch“, meinte Yusuf. „Stell dir vor, ein Vogel hätte das Papier gefressen!“

Ben nickte ernst. „Oder ein Igel hätte sich verheddert.“

Da kam Frau Meier zurück – mit einem Teller voller frisch gebackener Kekse und Stückchen frischen Obstes. „Für die besten Müllpiraten der Welt!“, sagte sie.

Die Kinder setzten sich ins Gras und ließen es sich schmecken.

„Das machen wir nächste Woche wieder“, beschloss Emma. „Ja“, sagte Ben. „Müllpiraten geben niemals auf!“ „Und die Natur ist unser größter Schatz“, fügte Yusuf hinzu.

Und so zogen die Müllpiraten jeden Freitag los – mit ihren Handschuhen, ihrer Karte und ihrem Eimer – und sorgten dafür, dass ihr Spielplatz sauber blieb und alle Tiere und Menschen sich dort wohlfühlen konnten.



Politik

Der 8. Mai ist Tag der Befreiung

Quelle: <https://www.kindersache.de>

Am 8. Mai wird mit dem Tag der Befreiung an das Kriegsende erinnert. Was das bedeutet und was an diesem Tag passiert ist, erfährst du hier!

Am 8. Mai 1945 war der Zweite Weltkrieg in Europa vorbei. Deutschland hatte den Krieg verloren und sich ergeben. Das bedeutete auch, dass eine schlimme Zeit endete. Denn viele Menschen wurden von Adolf Hitler und Nationalsozialisten und Nationalsozialistinnen (abgekürzt Nazis) verfolgt, eingesperrt oder getötet. Den Tag, als die Gewalt und der Krieg vorbei waren, feiern viele Länder als den Tag der Befreiung.

Wusstest du?

Der 8. Mai 2025 war in Berlin ein Feiertag. Für andere Bundesländer galt dies nicht. Feiertage sind in Deutschland Ländersache. Das heißt, jedes Bundesland beschließt für sich, welche Tage zu Feiertagen ernannt werden. Ob es diesen Feiertag auch in anderen Bundesländern geben soll, ist umstritten.



Der Zweite Weltkrieg

Von 1939 bis 1945 herrschte der Zweite Weltkrieg in Europa. Den Krieg hat Deutschland begonnen. Der damalige Herrscher Adolf Hitler wollte Deutschland zum mächtigsten Land der Welt machen. Dafür wollte er andere Länder einnehmen. Deswegen ist die deutsche Armee in viele Länder Europas einmarschiert. Dabei sind sehr viele Menschen gestorben.

Im Mai 1945 gelang es den Alliierten Deutschland zu besiegen. Die Alliierten nennt man den Zusammenschluss aus den USA, Frankreich, Großbritannien und der Sowjetunion. Sie haben gemeinsam gegen Deutschland gekämpft. Deutschland hatte keine Chance mehr, den Krieg zu gewinnen. Deswegen haben sie am 8. Mai 1945 kapituliert, also aufgegeben.

Nach dem Krieg wurden viele Länder neu geordnet. Es sind einige neue Ländergrenzen entstanden. In der Zeit nach dem Zweiten Weltkrieg wurden Bündnisse wie die Europäische Union und die NATO gegründet. In diesen Bündnissen sollen Länder zusammenarbeiten, damit nie wieder so ein Krieg passiert und alle Menschen friedlich miteinander leben.

Wie geht Deutschland damit um?

Die Zeit des Zweiten Weltkriegs und des Nationalsozialismus ist inzwischen schon viele Jahre her. Trotzdem ist es wichtig, dass man diese Zeit nicht vergisst. Deswegen gibt es in Deutschland viele Denkmäler, Gedenktage und das Thema wird auch in der Schule behandelt. Alle Menschen sollen verstehen, was passiert ist und warum Frieden und Freiheit so wichtig sind.

Auf dem Bild wird ein Kranz zum Tag der Befreiung am Sowjetischen Ehrenmal in Berlin auf dem Ostfriedhof niedergelegt.



Familie

Familienarten

Quelle: www.kindersache.de

Wenn Mama und Papa eigene und gemeinsame Kinder haben – was ist eine Patchworkfamilie?

Wenn Kinder zwei Mütter oder zwei Papas haben – was ist eine Regenbogenfamilie?

Wenn Mama und Papa alleine erziehen – was sind alleinerziehende Eltern?



Nichts geht über die Familie!

Jedes Kind braucht eine Familie – ganz klar. Dort fühlt sich das Kind zuhause, wird umsorgt und kann gut aufwachsen. Und jede Familie bildet eine kleine Einheit. Schon Kleinkinder spielen gern das Vater-Mutter-Kind-Spiel. Nicht immer besteht aber eine Familie aus Vater, Mutter und Kind. Schau dich mal in deiner Klasse um!

Alleinerziehende Eltern



Vielleicht kennst du ein Kind, das nur mit der Mutter oder dem Vater zusammenlebt. Vielleicht ist genau das bei dir der Fall. Rund 20 % der Eltern sind in Deutschland alleinerziehend. Sie wohnen allein mit einem oder mehreren Kindern.

Es gibt verschiedene Gründe, warum Mütter oder Väter ein Kind allein großziehen. Einige Eltern haben noch nie zusammengelebt, andere trennen sich nach einiger Zeit und lassen sich scheiden. Manchmal stirbt ein Elternteil. Oft ist es aber so, dass Mutter oder Vater nur für kurze Zeit allein mit ihrem Kind leben. Wenn sie einen neuen Partner oder eine neue Partnerin kennenlernen und beschließen zusammenzuziehen, entsteht eine Patchwork-Familie.

Was ist eine Patchwork-Familie?

Das Wort ist angelehnt an die Patchwork-Decke, die aus vielen bunten Flickern besteht. Wenn Erwachsene zusammenziehen und ein Kind oder mehrere Kinder mitbringen, dann entsteht eine kunterbunt zusammengewürfelte Familie – eine Patchwork-Familie.

Das Modell der Patchwork-Familie ist ziemlich verbreitet bei uns. Wenn dann Mama oder Papa mit einem neuen Partner oder Partnerin zusammenziehen, lebt man plötzlich in einer großen Familie. Und wenn der andere Erwachsene noch Kinder hat, hat man plötzlich neue Geschwister. Vielleicht sind die neue Schwester oder der neue Bruder auch nur zum Wochenende zu Besuch. Plötzlich eine größere Familie zu haben, kann sehr aufregend sein. Jeder muss sich auch erst daran gewöhnen und seinen Platz in der Familie finden.



Was ist eine Regenbogenfamilie?



Weil ein Regenbogen so bunt ist, wird er auch als Symbol für Vielfalt und Toleranz gesehen. Darum nennt man Familien, in der zwei Frauen oder zwei Männer ein Kind oder mehrere Kinder aufziehen, Regenbogenfamilien. Die Eltern sind homosexuell, also lesbisch oder schwul. Doch wie bekommen sie gemeinsam Kinder?

Manchmal bringt ein Partner oder die Partnerin ein Kind aus einer früheren Beziehung mit. Es gibt aber auch andere Wege, ein Kind zu zeugen. Die Familien können ganz verschieden aussehen: Einige Kinder haben dann zwei Mamas, andere zwei Papas und eine Mama.

Wie lebst du mit deiner Familie zusammen?
Schreib uns!

Ahnentafel/Stammbaum

Kurz & knapp

Wenn man wissen will, wie die Großeltern, Urgroßeltern oder andere ältere Verwandte hießen und von wann bis wann sie gelebt haben, kann man das auf einer Ahnentafel nachschauen. Ein Stammbaum ist etwas Ähnliches. Dort sieht man die Namen der Kinder, Enkel, Urenkel oder andere Nachfahren von einer bestimmten Person.

Ahnentafel

Aus welcher Familie komme ich? Wie hießen meine Urgroßeltern und deren Großeltern? Wie bin ich eigentlich mit Tante Elisa verwandt? Um eine Übersicht zu erhalten, wer die Vorfahren eines Menschen sind, wird oftmals eine Ahnentafel erstellt. Bei einer Ahnentafel schaut man von sich selbst aus zurück in die Vergangenheit der eigenen Familie. Wer ist vor mir in der Familie geboren worden, wer hat vor mir gelebt? Das sind außer den Eltern und Großeltern zum Beispiel auch die Urgroßeltern oder auch Großonkel und Großtanten. Solche Ahnentafeln können bis weit in die Vergangenheit zurückreichen. Man schaut also von sich selbst aus zurück in die Vergangenheit.

Stammbaum

Ein Stammbaum ist die Darstellung der Nachkommen einer Person oder eines Paares in Form eines Baumes. Der Name der Person wird am Stamm eines Baumes eingetragen und von dort werden die Nachkommen der Person aus dargestellt.

Ausgehend von dieser Person zeigt der Stammbaum, wie sich die Familie der Person wie ein Baum nach oben hin erweitert und verzweigt. Man schaut also von einer Person, die früher gelebt hat, in deren Zukunft. Stammbäume werden auch für Pflanzen oder Tiere erstellt.



KURZ & KNAPP – Familie & Adoption

Ab wann ist eine Familie kinderreich?

Als kinderreich gilt man in Deutschland, wenn drei und mehr Kinder im Haushalt leben. Die Grenze der Kinderzahl unterscheidet sich zwischen den europäischen Ländern. Wer hat drei und mehr Kinder in Deutschland? Aufgrund der Zunahme der familiären Vielfalt ist ein buntes, vielschichtiges Bild zu zeichnen.

Wann gilt man als Großfamilie?

Eine Großfamilie besteht aus einer größeren Gruppe von Personen, die über drei oder mehr Generationen hinweg verwandt sind. Synonyme sind Clan und Sippe. Das Gegenstück zur Großfamilie ist die Kleinfamilie, die nur aus Eltern mit Kindern besteht.

Wie viele Kinder warten auf eine Adoption?

In Deutschland warteten 2022 am Jahresende 922 Kinder und Jugendliche auf eine Adoption. Das waren 0,6 % weniger als im Jahr 2021.

Wie viele Eltern warten auf Adoption?

Tatsächlich gibt es in Deutschland viel mehr Adoptionsbewerber als Kinder, die zur Adoption freigegeben werden.

Dies gilt besonders für Babys. Rein rechnerisch kommen auf ein Kind zehn mögliche Adoptiveltern. Wartezeiten von drei bis fünf Jahren sind nicht selten.

Wie alt sind die meisten Kinder bei der Adoption?

38 % der adoptierten Kinder hatten das 3. Lebensjahr noch nicht erreicht. 11 % waren zum Zeitpunkt der Adoption zwischen 3 und unter 6 Jahren und weitere 9 % zwischen 6 bis unter 9 Jahren alt. 42 % der adoptierten Kinder und Jugendlichen waren im Alter von 9 bis unter 18 Jahren.

Ab welchem Alter ist es am schwierigsten, adoptiert zu werden?

Kinder jeden Alters warten darauf, adoptiert zu werden. Die traurige Realität ist, dass wartende Kinder, die älter als sechs oder sieben Jahre sind, wahrscheinlich keine Familie für immer finden werden. Das Ausmaß der Traumata, die sie erlitten haben, führt dazu, dass sich nicht viele Adoptierende in der Lage fühlen, ihnen die Pflege zu bieten, die sie zum Gedeihen benötigen.



Adoptivkind aufklären: Wann erzählt man dem Kind, dass es adoptiert ist?

Quelle: www.rtl.de

„Ach Mist, wie sag ich es am besten - vielleicht so: Also, ich bin zwar dein Papa aber eigentlich äh, bin ich die Mama und dafür ist die Mama gewissermaßen der Papa, verstehst du?“ Zugegeben, das ist jetzt ein extremes Gespräch, das Eltern mit ihrem Kind führen müssen - weil sie beide Transgender sind. Aber Millionen andere kennen diese Situation: Wie und wann sag ich meinem Kind am besten, dass wir eben nicht das „normale“ Papa-Mama-Kind-Paket sind?

Man, was haben sich unsere Großeltern damals angestellt, ihre Kinder aufzuklären. Dabei ging es damals nur um Bienen und Blumen. Heutzutage ist längst nicht mehr die Frage, wie ein Kind entsteht, kompliziert, sondern warum die Bienen und die Blumen so oft wechseln. Warum fallen uns diese Gespräche so schwer? Wo wir doch eigentlich unseren Kindern nur erzählen müssen, was los ist? Weil sich hinter den nüchternen Fakten riesige Emotionen verbergen. Vor allem Angst vor Verletzungen und Angst vor Enttäuschungen.

In unseren Köpfen herrscht immer noch der Idealfall, dass Papa und Mama sich lieb haben, ein Kind entsteht, und wächst in der glücklichen Familie auf. Alles was von dieser Norm abweicht, muss man seinem Kind also irgendwie erklären. Zum Beispiel: Dein Papa ist übrigens gar nicht dein Vater! Diese Variante ist mittlerweile so häufig, dass sie nicht mehr mit einem gesellschaftlichen Makel behaftet ist. Da ist das Schwerste zu erklären, warum Mutter und Vater sich getrennt haben, und den Kindern zu erklären, dass das absolut nichts mit ihnen zu tun hat. Viele Kinder reden sich ein, dass sie durch ihr Verhalten womöglich mitschuldig sind, dass die Ehe ihrer Eltern in die Brüche gegangen ist.

Viel schwieriger ist da schon die Variante: Wir sind übrigens beide nicht deine Eltern, denn du wurdest adoptiert. Oft wird Kindern das gar nicht gesagt! Weil man Angst hat, sie zu verletzen. Denn es entsteht bei ihnen das Gefühl, dass sie nicht erwünscht oder nicht gut genug für ihre Eltern waren. Sie fühlen sich dann wie Zweite-Wahl-Kinder. Oft genug zieht es ihnen den Boden unter den Füßen weg, wenn sie erfahren, dass ihre eigenen Eltern sie weggegeben haben. Die Grundfragen eines Menschen stehen plötzlich im Raum: Wo komme ich her? Wieso bin ich so, wie ich bin? Oft folgt deshalb eine jahrelange verzweifelte Suche nach den „richtigen“, also den biologischen Eltern. Trotzdem ist es keine Lösung, das Thema totzuschweigen.

Eine positive Grundhaltung ist sehr wichtig

Für alle diese Gespräche gilt: Sie sollten so früh wie möglich stattfinden. Das kann laut Psychologen durchaus schon im dritten Lebensjahr des Kindes sein. Es muss auf jeden Fall früh genug sein: So sollten Kinder von ihrer Adoption oder vom biologischen Vater, der die Mutter noch vor der Geburt verlassen hat, nicht durch Zufall oder von Dritten erfahren. Denn das bedeutet einen Vertrauensbruch, der schwer wieder gut zu machen ist. Dieses Enttäuschung, dieses „Ihr habt mich die ganze Zeit belogen“-Gefühl ist oft viel verletzender als die eigentliche Tatsache, die man aus falscher Rücksicht verschwiegen hat.

Aber wie sagt man dem Kind am besten: „Du, ich bin gar nicht dein Papa!“ Oder: „Wir sind gar nicht deine Eltern!“ Ganz wichtig ist die positive Grundhaltung, mit der ein solches Gespräch stattfindet. Martin Pinquart, Professor für Entwicklungspsychologie, gibt folgende Empfehlung: „Man kann jetzt zum einen kommunizieren, du bist nicht erwünscht gewesen, man kann aber auch anders kommunizieren, dass die biologischen Eltern nicht in der Lage waren, sich um das Kind zu kümmern. Aber diese Eltern wollten, dass das Kind in einer guten Familie aufwächst. Eltern, die sich um das Kind gut kümmern können, die das Kind lieben werden. Wenn man eine solche positive Botschaft vermittelt, dann sollte das, denke ich, nicht damit verbunden sein, dass man sich als Kind zweiter Wahl erlebt“.

Vor einer ganz anderen Herausforderung stehen homosexuelle Paare. Ihnen fällt es leichter, dem Kind klar zu machen, dass es ein absolutes Wunschkind ist und weil meistens sogar enorme Mühen in Kauf genommen wurden, zum Beispiel mit künstlicher Befruchtung oder Leihmutterchaften. Da gilt es eher dem Kind genug Selbstbewusstsein mitzugeben und alle Fragen ohne Tabus zu beantworten. Zahlreiche glückliche Kinder aus Patchwork- oder auch gleichgeschlechtlichen Haushalten zeigen, dass der offene Umgang mit den Kindern noch immer der beste ist.



Was ist gleichgeschlechtliche Liebe?

Manchmal verliebt sich ein **Mädchen in einen Jungen** oder ein **Junge in ein Mädchen**.

Das kennen die meisten.

Aber:

Manchmal verliebt sich ein **Mädchen in ein Mädchen**.

Oder ein **Junge in einen Jungen**.

Das nennt man **gleichgeschlechtliche Liebe**.

Es bedeutet einfach:

Zwei Menschen, die **beide das gleiche Geschlecht** haben, mögen sich **ganz doll**, fühlen sich **zueinander hingezogen** oder wollen vielleicht zusammen sein – so wie andere Paare auch.

Warum ist das so?

Weil jedes Herz ein bisschen anders ist.

Manche Herzen mögen eben *andere Jungen*.

Manche Herzen mögen *andere Mädchen*.

Und alle Arten von Liebe sind normal und okay.

Ein Beispiel:

- Paul findet seinen besten Freund Tim besonders toll. Er wird nervös, wenn Tim ihn anlächelt, und freut sich riesig, wenn sie zusammen spielen.
- Mia findet ihre Freundin Anna ganz besonders nett und fühlt sich glücklich, wenn Anna neben ihr sitzt.

Das ist nichts Seltsames, sondern einfach eine Form von **Liebe oder Verliebtheit**.

Wichtig zu wissen:

- Gleichgeschlechtliche Liebe ist **genauso normal**, wie wenn ein Junge ein Mädchen liebt.
- Menschen dürfen lieben, wen sie möchten.
- Alle sollen mit Respekt behandelt werden – egal, wen sie mögen.



Großeltern

Quelle: <https://www.grosseltern.de>

Eltern der Eltern, sie sind wichtige Bezugspersonen für ihre Enkel. Sie können Familien durch Betreuung unterstützen, Werte vermitteln und Einblicke in die Familiengeschichte geben. Großeltern haben in bestimmten Fällen auch rechtliche Ansprüche, wie das Umgangsrecht mit den Enkeln oder unter bestimmten Bedingungen auch Anspruch auf Elternzeit.

Die Rolle von Großeltern

- **Beziehungs- und Bindungsfunktion:** Großeltern sind oft wichtige Beziehungspersonen, die eine emotionale Sicherheit und Geborgenheit vermitteln. Sie können Familiengeschichten erzählen und so die Identität der Kinder stärken.
- **Unterstützung im Alltag:** Viele Großeltern unterstützen ihre Kinder und Enkel bei der Kinderbetreuung im Alltag, was für berufstätige Eltern eine große Entlastung ist.
- **Wissensvermittlung:** Sie können Werte, Traditionen und die Familiengeschichte weitergeben und den Enkeln Einblicke in das Leben einer anderen Generation ermöglichen.

Rechtliche Aspekte

- **Umgangsrecht:** Großeltern haben ein Recht, ihre Enkel zu sehen, wenn dies dem Kindeswohl dient. Die Häufigkeit und Dauer sind gesetzlich nicht festgelegt, werden aber oft durch Gerichtsentscheidungen geregelt.
- **Elternzeit und Elterngeld:** Unter bestimmten Umständen (z. B. bei Krankheit der Eltern) können Großeltern Elternzeit nehmen und Elterngeld beantragen.
- **Vorrang bei Vormundschaft:** Bei einer Anordnung einer Vormundschaft durch das Familiengericht werden Großeltern in der Regel vorrangig berücksichtigt.
- **Pflegezeit:** Wenn ein Enkelkind pflegebedürftig wird, können Großeltern bis zu sechs Monate Pflegezeit beantragen.

Fazit

Großeltern spielen eine bedeutende Rolle in der Familie. Sie sind nicht nur für die Enkel eine wertvolle Unterstützung, sondern auch eine wichtige Hilfe für die Eltern.

Wie oft sollte man als Großeltern das Enkelkind sehen?

Es gibt keine gesetzliche Regel, wie oft Großeltern ihre Enkel sehen sollten; dies wird individuell vereinbart und hängt von den Familienverhältnissen ab. Wichtig ist regelmäßiger und altersgerechter Kontakt, der für das Kindeswohl dient. In Streitfällen kann ein Familiengericht die Besuchshäufigkeit und -dauer festlegen, wobei Gerichte in der Rechtsprechung oft eine Regelung von etwa einem Umgangswochenende pro Monat oder einer vergleichbaren Zeit festsetzen.

Individuelle Vereinbarung

- Die Häufigkeit und Dauer der Besuche sollte individuell zwischen den Großeltern und den Eltern des Kindes festgelegt werden.
- Dabei sollten das Alter des Kindes, die Bindung des Kindes zu den Großeltern und die schulische sowie freizeitle Belastung des Kindes berücksichtigt werden.

Gerichtsentscheidungen im Streitfall

- Wenn sich die Eltern und Großeltern nicht einigen können, kann das Familiengericht die Besuchsfrequenz festlegen.
- Die Gerichte gehen in der Regel von einem Umgang von etwa 4 bis 5 Stunden im Monat oder einem Umgangswochenende pro Monat aus, wenn dies dem Kindeswohl dient.

Wichtige Aspekte für den Umgang

- **Regelmäßigkeit:** Regelmäßige Treffen sind wichtig, um eine stabile Beziehung aufzubauen.
- **Qualität statt Quantität:** Es geht darum, die gemeinsame Zeit positiv zu gestalten und Aktivitäten zu unternehmen, die allen Spaß machen.
- **Respekt:** Großeltern sollten die Entscheidungen der Eltern in Erziehungsfragen respektieren, um Spannungen zu vermeiden.

Die schönsten Gedichte für Großeltern

Du liebe, du gute Großmama!

Ich hab dich am liebsten! Nicht wahr? – Ja ja!
 Und schmeichelnde Stimmchen dagegen: Nein, nein!
 Ich hab dich am liebsten, lieb Großmütterlein!
 O glückliche Alte im Enkelhaus!
 Sie weiß fast vor Liebe nicht ein noch aus.
 Das Eine betrachtet den freundlichen Mund,
 Denn der gibt die schönen Geschichten kund
 Von den Zwergen in Bergen und Nixen im Thal –
 Und das Andere kann an des Auges Strahl
 Der Großmama nicht satt sich sehn:
 An der Großmama ist ja Alles so schön!
 Wie der Mutter der jubelnden Enkel blüht
 Im seligen Antlitz die Luft im Gemüth
 Drei Lebensalter in Liebe vereint:
 Drei Geschlechter in einem Glück geweiht!
 Gott schirm' dich, glücksel'ge Dreieinigkeit!
Friedrich Hofmann (1813 – 1888)

Bei der Großmutter

Wie traulich ist's im stillen Zimmer,
 Die Uhr tickt heimlich auf dem Schrank,
 Um Blumen spielt der Sonne Schimmer,
 Und Tisch und Bank sind spiegelblank.
 Im weichen Lehnstuhl sitzt das alte,
 Schier achtzigjährige Mütterlein,
 Auf welcher Stirne Falt' an Falte,
 Doch in den Augen Sonnenschein!
 Vertraulich schmiegt sich ihrem Schoße
 Ein blühend Kinderpärchen an,
 Dem sie das Bilderbuch, das große,
 Auf vieles Bitten aufgetan.
 Nun blühen Märchen aus dem Munde,
 Wie Rosen aus dem Dorn erblüh'n,
 Die Kleinen lauschen still der Kunde,
 Und ihre vollen Wangen glüh'n.
 's ist nur ein Bild, doch füllt es immer
 Die Augen mir mit Tränentau,
 Mir ist, als kennt ich dieses Zimmer,
 Die Kinder und die alte Frau.
Julius Karl Reinhold Sturm (1816 – 1896)

Das sind die schönsten Sprüche für Enkelkinder:

- Bei vielen Menschen lächelt mein Gesicht. Bei dir lächelt mein Herz.
- Lass dich nicht unterkriegen, sei frech und wild und wunderbar. *Astrid Lindgren*
- Jeder ist ein Genie! Aber wenn du einen Fisch danach beurteilst, ob er auf einen Baum klettern kann, wird er sein ganzes Leben denken, er sei dumm. *Albert Einstein*
- Das Glück deines Lebens hängt von der Beschaffenheit deiner Gedanken ab. *Marc Aurel*
- Nicht Erfolg ist der Schlüssel zum Glück, sondern Glück ist der Schlüssel zum Erfolg. Wenn du gerne tust, was du tust, wirst du auch erfolgreich sein. *Albert Schweitzer*
- Die Vernunft sucht. Das Herz findet. *Unbekannt*
- Gib jedem Tag die Chance, der schönste deines Lebens zu werden. *Mark Twain*
- Achte auf das Kleine in der Welt, das macht das Leben reicher und zufriedener. *Carl Hilty*
- Kinderland, du Zauberland, Haus und Hof und Hecken. Hinter blauer Wälderwand, spielt die Welt verstecken. *Detlev von Liliencron, deutscher Lyriker*
- Das Leben ist wundervoll. Es gibt Augenblicke, da möchte man sterben. Aber dann geschieht etwas Neues, und man glaubt, man sei im Himmel. *Édith Piaf*



Warum sind zwei Babys im Bauch? –

Die Geschichte der Zwillinge

Wenn Mama ein Baby im Bauch hat, wächst dort ein ganz kleines Menschlein heran. Aber manchmal passiert etwas ganz Besonderes: **Es sind gleich zwei Babys!** Das nennt man **Zwillinge**.

Aber wie kommt das eigentlich? Warum sind da plötzlich zwei statt nur eins?

Ich erzähle dir die Geschichte so, dass du sie ganz leicht verstehen kannst.

Ein kleiner Anfang – und plötzlich zweimal

Am Anfang beginnt jedes Baby als winzig kleine Zelle. So klein, dass man sie nicht einmal sehen kann. Diese Zelle wächst, teilt sich und wird langsam größer.

Doch manchmal passiert etwas Spannendes:

Die kleine Anfangszelle teilt sich in zwei Teile – und beide wachsen weiter!

So entstehen **eineiige Zwillinge**.

Das bedeutet:

- Beide Babys sehen sich oft sehr ähnlich.
- Sie teilen sich denselben Anfang.
- Sie sind wie zwei Kopien aus einer kleinen Startzelle.

Sie können trotzdem ganz unterschiedlich sein – einer kann ruhiger sein, der andere kitzlicher oder wilder – aber sie haben oft viele Gemeinsamkeiten.

Zwei Starts zur gleichen Zeit

Es gibt aber noch eine andere Möglichkeit, wie Zwillinge entstehen können.

Manchmal beginnen **gleich zwei Startzellen** zur gleichen Zeit zu wachsen. Dann entstehen **zweieiige Zwillinge**.

Das bedeutet:

- Es wachsen zwei Babys, die gleichzeitig im Bauch sind, aber ihren eigenen Start hatten.
- Sie sehen sich manchmal gar nicht ähnlich – genauso wie Geschwister, die in verschiedenen Jahren geboren werden.
- Ein Junge und ein Mädchen zusammen sind nur bei zweieiigen Zwillingen möglich.

Beide Babys wohnen im Bauch einfach nebeneinander, als wären sie zwei kleine Nachbarn.

Wie ist das für Mama?

Für Mama ist es eine besondere Aufgabe, zwei Babys gleichzeitig zu tragen.

Sie hat dann zwei Herztöne im Bauch, zwei kleine Strampler, zwei Namensideen – und zweimal so viele kleine Tritte.

Manchmal ist sie etwas müder, weil zwei Babys natürlich mehr Platz brauchen.

Aber Mama hat dafür auch doppelte Freude.

Wie ist das für die Babys?

Zwillinge haben es im Bauch richtig gemütlich.

Sie liegen eng beieinander, manchmal kuscheln sie sogar oder stupsen sich ein bisschen an.

Forscher haben sogar gesehen, dass Zwillinge im Bauch manchmal nach der Hand des anderen greifen – als würden sie schon vor der Geburt sagen:

„Hey, schön, dass du da bist!“

Manchmal sind Zwillinge sehr unterschiedlich, manchmal sehr ähnlich. Aber fast immer fühlen sie sich miteinander sehr verbunden – schließlich waren sie schon ganz früh ein Team.

Ein besonderes Geschenk

Zwillinge zu bekommen ist nichts Alltägliches. Es ist wie eine Überraschung, über die sich viele Mamas und Papas riesig freuen.

Egal, ob die Zwillinge sich sehr ähnlich sind oder ganz verschieden aussehen – sie sind etwas Besonderes, weil sie von Anfang an zu zweit sind.

Zusammenfassung für dich

- Mama hat zwei Babys im Bauch, weil **aus einer Startzelle zwei wurden** – oder **weil zwei Startzellen gleichzeitig angefangen haben zu wachsen**.
- Zwillinge können sehr ähnlich sein oder ganz unterschiedlich.
- Im Bauch liegen sie oft eng zusammen und wachsen als Team.
- Für Mama und Papa bedeutet das doppelte Freude und doppelte Liebe und für dich bedeutet das: gleich zwei Geschwisterchen! Freu dich!





Finanztipp Kinderkonto

Das erste Girokonto für dein Kind

Quelle: www.finanztip.de

Irgendwann ist es soweit – Dein Kind hat öfter mit Geld zu tun und es wird Zeit für das **erste eigene Girokonto**. Für viele Kinderkonten fallen für die Eltern keine Kosten an und für die Kinder bedeutet die erste Bankkarte mit eigenem Namen ein neues Stück Freiheit. Ganz problemlos geht das Ganze aber trotzdem nicht.

Welches Konto soll es sein?

Bei der Auswahl eines Kinderkontos solltest du darauf achten, dass die Bank **keine Grundgebühr** für das Konto und die dazugehörigen Karten verlangt. Das ist bei Kinderkonten wesentlich leichter als bei Konten für Erwachsene, es gibt noch mehr Konten ohne solche Kosten. Die Banken wollen die neue Kundschaft früh an sich binden. Du solltest aber überprüfen, ob an anderer Stelle Kosten entstehen, zum Beispiel fürs Überweisen oder Geldabheben.

Dein Kind sollte leicht an Bargeld kommen: Schau also nach, bei wie vielen Automaten es kostenlos abheben kann und ob es die Automaten auch in der Gegend gibt. Dabei kommen Sparkassen und Volksbanken infrage, aber auch Direktbanken, die die **kostenlose Bargeldversorgung** über eine Karte von Visa oder Mastercard ermöglichen. Denn die Direktbanken packen auch beim Kinderkonto die Karten dazu – freilich ohne einen Dispo oder Kreditrahmen zu gewähren.



Das Wichtigste in Kürze

- Girokonten für Kinder sind oft kostenlos.
- Kinder können Konten nicht allein eröffnen, die Eltern müssen immer zustimmen.
- Kinder haben einen eigenen steuerlichen Freibetrag. Den dürfen die Eltern nicht selbst nutzen.
- So gehst du vor:
- Achte bei der Auswahl des Kinderkontos auch auf die späteren Kosten für Erwachsene – insbesondere dann, wenn dein Kind bald volljährig wird. So ersparst du ihm einen Kontowechsel.
- Suche die nötigen Unterlagen zusammen. Das kann bei einem Kinderkonto etwas komplizierter sein. Du brauchst zum Beispiel die Geburtsurkunde.
- Am einfachsten ist es für dich, wenn dein Kind das Konto bei der gleichen Bank hat wie du.



Falls dein Kind etwas älter ist, solltest du daran denken, dass Filialbanken die Gebühren meist anheben, sobald das Kind **nicht mehr die Bedingungen** für die preiswerten Konten erfüllt. Hast du dich für eine Filialbank entschieden, wird es dann also Zeit, auf ein anderes, preiswerteres Konto umzusteigen. Wie schnell das passieren sollte, hängt von der jeweiligen Bank ab. Einige Banken schalten das Konto gleich mit der Volljährigkeit auf wesentlich teurere Modelle um, bei anderen gibt es hingegen preiswerte Studentenkonten. Dann kann sich das Kind mit dem Wechsel Zeit lassen.





Tipp: Bei Direktbanken kann es schwierig sein, Bargeld einzuzahlen. Aber genau diese Funktion brauchen Kinder: Sie wollen ihr Taschengeld oder Geldgeschenke von den Großeltern einzahlen. Falls es bei deinem Kinderkonto nicht möglich ist, Bargeld einzuzahlen, kann dein Kind das Geld auch einfach dir geben. Du überweist es dann auf das Kinderkonto.

Am einfachsten wird es für dich sein, wenn dein Kind das Konto bei derselben Bank hat wie du. Zum einen musst du dich dann für die Kontoeröffnung oft nicht noch einmal selbst authentifizieren. Zum anderen kennst du das Online-Banking und die App der Bank bereits und kannst so deine Kinder besser unterstützen.

Allerdings wird das nicht immer funktionieren. Denn nicht jede Bank bietet Kinderkonten an.



Andere Bankprodukte für Kinder

-  Banken bieten für Kinder nicht nur Girokonten an. Bei einigen Geldhäusern gibt es auch **gut verzinsten Sparkonten und Tagesgelder**. Die Kinder bekommen oft **höhere Zinsen als volljährige Kunden** – allerdings meist nur auf kleinere Beträge: Die Banken legen Grenzen für die Maximalanlage fest oder verzinsen größere Summen kaum noch.
-  Eltern können auch ein Depot für ihr Kind bei einer Bank eröffnen und so bereits Geld in Fonds anlegen.
-  Wenn das Kind als Teenager vielleicht für ein Jahr ins Ausland geht, kann auch eine Kreditkarte für Kinder eine Option sein.
-  Falls du dich zwischen mehreren Jugendkonten entscheiden musst, kontrolliere also auch, ob die Bank **weitere gute Angebote für Kinder** hat. Das erleichtert die Auswahl.



Wie eröffnen Eltern ein Girokonto für ihr Kind?

Erwachsene können relativ einfach ein Girokonto eröffnen: Du musst dir lediglich ein Konto aussuchen, das Antragsformular im Internet oder auf Papier ausfüllen und unterschreiben und deine Identität nachweisen – entweder per Post- oder per Videoident.

Für Minderjährige ist das Eröffnen eines Kontos jedoch schwieriger. Kinder, die jünger sind als sieben Jahre, sind nicht geschäftsfähig und können keine Verträge abschließen. Ab dem siebten Geburtstag sind Minderjährige beschränkt geschäftsfähig. Sie können Verträge abschließen, die **Eltern müssen aber immer zustimmen** (§ 107 BGB).

Deshalb brauchen Kinder auch bei der Kontoeröffnung die Zustimmung ihrer Eltern. Und zwar von beiden, selbst wenn **sie sich getrennt haben**. Ausnahmen gelten, wenn ein Elternteil das alleinige Sorgerecht hat. Doch auch dann geht das nicht ohne Nachweis, dazu dient der Sorgerechtsbeschluss. Den müssen auch unverheiratete Eltern mit gemeinsamem Sorgerecht einreichen. Haben die Eltern unterschiedliche Familiennamen, kommt noch die Heiratsurkunde dazu.

Die Identität des Kindes weisen die Eltern mit der Kopie der **Geburtsurkunde** nach; die Eltern müssen sich über ihre Ausweise identifizieren. Welche Unterlagen von den Banken verlangt werden, hängt von der jeweiligen Bank ab. Getrennt lebende Eltern, die das Konto nicht gemeinsam in der Filiale eröffnen oder die Postident-Unterlagen zusammen unterschreiben wollen, sollten mit der ausgewählten Bank Kontakt aufnehmen und fragen, ob die Bank eine Lösung für solche Fälle anbietet.

Eine Ausnahme gibt es: Sollte dein minderjähriges Kind einen **Arbeitsvertrag** haben, dann kann es ein Konto ohne deine Zustimmung eröffnen (§ 113 BGB). Allerdings musst du vorher dem Arbeitsvertrag zustimmen. Beim Eröffnen bringt das Kind den Vertrag dann mit. Für Auszubildende gilt diese Ausnahme nicht.

Was ist das Besondere an einem Kinderkonto?

Eltern können die Funktionen eines Jugendkontos teilweise einschränken. So kannst du zum Beispiel bei einigen Banken festlegen, **wie viel Geld dein Kind abheben kann**. Auch Überweisungen sind Grenzen gesetzt, meist dürfen ganz junge Kinder überhaupt nicht überweisen, später dann nur, nachdem die Eltern zugestimmt haben. Die Kinder haben deshalb bei vielen Banken vor einem bestimmten Alter keinen eigenen Zugang zum Online- oder Mobile-Banking. Wie genau das Konto eingeschränkt wird und werden kann, hängt von der gewählten Bank ab.

Zum Taschengeldkonto gehört meist eine Girocard, mit der die Kinder bezahlen oder Geld abheben können. Einige Banken geben auch Prepaid-Kreditkarten mit dem Kinderkonto aus. Manchmal gehört auch eine echte Kreditkarte zum Jugendkonto, **einen Kreditrahmen bekommen die Kinder jedoch nicht**. Grund dafür ist, dass sich Minderjährige nicht verschulden dürfen. Deshalb richten Banken ihnen auch keinen Dispo ein.

Welche Probleme kann es beim Bezahlen geben?

Kinder sind **rechtlich gegen Schulden abgesichert**. Deshalb können sie ihr Konto in der Regel beim Einkauf nicht überziehen. Ist zu wenig Geld auf dem Konto, scheitert das Zahlen mit der Karte. Es gibt jedoch eine Ausnahme:

Beim elektronischen Lastschriftverfahren (ELV), also beim Bezahlen mit Girocard und Unterschrift, wird nicht geprüft, ob das Konto gedeckt ist. Das kann dazu führen, dass Kinder einkaufen, der Händler das Geld nicht bekommt und deshalb ein Inkasso-Schreiben verschickt. Das ist nicht weiter verwunderlich, da weder Händler noch Inkasso-Unternehmen wissen, wie alt der Käufer ist.

Dem können Banken, Händler, aber auch Verbraucher entgegenwirken. So können die Banken die Karten so kennzeichnen, dass die Händler über die Kasse erkennen, dass es sich um **die Karte eines Minderjährigen** handelt und Guthaben zum Bezahlen notwendig ist. Oder die Händler verlangen bei Kindern immer, dass sie die PIN eingeben. Die Minderjährigen können auch die Eingabe der PIN erzwingen („Anwenderauswahl“). Dazu müssen sie am Kassenterminal eine andere Zahlweise auswählen, bevor sie die Karte einschieben. Damit das alles klappt, erklären die Kinder besser dem Kassierer, was sie tun wollen und warum.

Inkasso-Schreiben bei Kindern

Falls das Konto des Kindes aufgrund des Lastschriftverfahrens überzogen wird, kannst du versuchen, die Sache zu klären, ohne die Inkasso-Gebühren zu zahlen. Dazu muss man wissen: Normalerweise würde der sogenannte Taschengeldparagraf (§ 110 BGB) gelten.

Der besagt, dass Kinder Dinge kaufen können, wenn sie das Geld für den Einkauf bekommen haben, sie frei darüber verfügen dürfen und schon bezahlt haben. Die Eltern müssen in solchen Fällen dem Kauf nicht mehr zustimmen. Wenn das **Kinderkonto nicht gedeckt ist**, gilt aber auch der Taschengeldparagraf nicht.

Bei einem ungedeckten Konto fehlt es nämlich genau an der Bezahlung, der Kaufvertrag ist deshalb bis zur Einwilligung der Eltern „schwebend unwirksam“, wie die Juristen sagen. Sollte in einem solchen Fall ein **Inkasso-Schreiben** eintreffen, schreibe am besten dem Händler, weise ihn auf das Alter des Kindes hin und erkläre, dass du nicht mit dem Kauf einverstanden bist.

Um die Gebühren der Bank für die Rücklastschrift wirst du vermutlich nicht herumkommen. Schließlich ist das das Werkzeug, mit dem die Bank verhindert, dass das Kind sich verschuldet.

Wem gehört das Geld?

Auch wenn du dabei sein musst, wenn dein Kind unter seinem Namen ein Konto eröffnet und du sehr viel Kontrolle über das Geld hast – **das Geld gehört deinem Kind**, egal ob es auf dem Girokonto oder auf einem Tagesgeldkonto liegt. Das gilt auch dann, falls dein Kind das Geld für etwas anderes ausgibt als eigentlich von dir vorgesehen.

Kinder haben einen **eigenen Steuerfreibetrag**. Du kannst für das Geld deines Kindes auch eine Nichtveranlagungsbescheinigung beantragen oder Freistellungsaufträge erteilen. Das darfst du jedoch nicht für deine eigene Geldanlage ausnutzen, um so Steuern zu sparen.

Auch falls du Bürgergeld beziehst, ist es wichtig, dass das Konto auf den Namen des Kindes läuft und das Geld dem Kind gehört: Kinder haben bei **Bürgergeld einen eigenen Freibetrag**. Wenn das Kind nicht über ein eigenes Konto spart, rechnen die Ämter das Geld zum Vermögen der Eltern hinzu, was die Bürgergeld-Zahlungen negativ beeinflusst.

Bei der Recherche zum Thema ELV unterstützte uns der Handelsverband Deutschland.

 Rhön-Rennsteig
Sparkasse



Kinder sind unsere Zukunft.
Wir helfen beim Wachsen.

Legen Sie heute den Grundstein für die finanzielle Zukunft Ihres Kindes.
www.rrspk.de

Jetzt 25 Euro Startguthaben sichern*.

*Eine Barauszahlung ist nicht möglich. Pro Kunde kann für die Eröffnung eines GiroStart- oder Knax-Kontos nur ein Startguthaben eingelöst werden. Das Angebot ist bis 31.12.2026 gültig. Es handelt sich hierbei um eine Marketingmitteilung.

Was tun ...wenn das Kind Zahnsperre, Brille oder Hörgerät nicht trägt?

Quelle: <https://www.dieпта.de/>

Die Brille drückt. Genau wie der Knopf im Ohr. Und mit Zahnsperre klingt man, als hätte man heiße Kartoffeln im Mund. Verständlich, wenn Kinder ihre Hilfsmittel nicht tragen wollen. Dann ist es auch an den Eltern, ihren Kindern die ungeliebten Helfer schmackhaft zu machen.

Es kommt vor, dass Kinder nicht hören – aber das könnte nicht nur an einem kleinen Dickkopf liegen, sondern an einem tatsächlichen Problem mit den Ohren. Wenn dann ein **Hörgerät** verordnet wird, trifft das bei den Kleinen meist erstmal auf Ablehnung oder Widerwillen.

Eine ähnliche Abneigung kennen Eltern, wenn ihr Kind die erste Brille oder eine Zahnsperre tragen soll. „Auch wenn es anfangs noch drückt und sich wie ein Fremdkörper anfühlt, würde ich Eltern ein liebevolles Dranbleiben wünschen. Sie sollten das Kind ermutigen und immer wieder aufbauen.“ Das sagt Dana Mundt, Sozialpädagogin von der Onlineberatung der Bundeskonferenz für Erziehungsberatung (bke) im Interview mit der Deutschen Presse-Agentur (dpa).

Jede Veränderung braucht Zeit

Im kindlichen Umfeld sehen Kinder meist keine oder wenige Leidensgenossen und fühlen sich mit ihrem neuen Hilfsmittel unwohl. Wie können Eltern schlau vorgehen, wenn sich das Kind weigert, Brille, Hörgerät oder Zahnsperre zu tragen?

Dana Mundt: Man sollte sich in das Kind hineinversetzen. Spange, Brillengestell oder Hörgerät sind neu. Die Geräte stören ganz bestimmt am Anfang. Man hört, sieht oder spricht ganz anders. Das ist irritierend und eine Veränderung, an die man sich auch erst gewöhnen muss. In der Regel braucht jede Veränderung auch Zeit!

Gerade am Anfang ist mit Frust zu rechnen, etwa wenn das neue Teil im gewohnten Alltag oder beim Spielen mit anderen Kindern noch hinderlich ist. Diese Umstellung sollten Eltern gut begleiten, etwa indem sie mit dem Kind immer wieder geduldig zum Anpassen oder zur Korrektur beim Hörakustiker, Optiker oder Kieferorthopäden vorstellig werden – bis alles gut passt. Das Motto für alle heißt Durchhalten.



Wie lässt sich der Fremdkörper dem Kind gegenüber besser verkaufen?

Mundt: Sicher hilft anfangs etwa ein kindgerechtes Brillengestell oder Hörgerät, vielleicht sogar in der Lieblingsfarbe oder mit einem coolen Sticker, damit der kleine Träger oder die Trägerin erstmal Lust bekommt, das Teil überhaupt auszuprobieren, aufzusetzen beziehungsweise einzusetzen.

Ein cooles Aussehen ist aber erst der Anfang. Im nächsten Schritt sollte man mit dem Kind gemeinsam auch immer wieder schauen und besprechen, was wie gut geht und was es nun besser sieht und hört. Kleine Erfolge darf man dann auch feiern.

Im Idealfall sind hier Eltern auch Vorbilder, indem sie zeigen, wie man die Brille wie einen Schatz gut putzt und dass man sie abends natürlich auch mal absetzen kann und wie man sie vorsichtig hinlegt. Das zeigt: Es ist ein wertvolles Hilfsmittel.

Bei älteren Kindern mit Zahnsperre ist es heutzutage vermutlich auch nicht mehr ganz so schwierig wie früher. Moderne Gestelle sind fast unsichtbar oder nur nachts zu tragen. Für manche Kinder und Jugendliche sind die Spangen vielleicht anfangs sogar cool, weil alle eine haben.

„Kleine Erfolge darf man dann auch feiern.“

Doch das Dauertragen kann auch schnell nerven, weil es drückt und stört. Man muss plötzlich auch anders putzen und oft zum Zahnarzt beziehungsweise Kieferorthopäden. Es ist umso nachvollziehbarer, dass es hier mal ein „ich will das Ding aber nicht mehr tragen“ gibt oder „vergessen“ wird, es einzupacken.

Auch da wünsche ich den Eltern die nötige Geduld und das Dranbleiben. Dazu gehört auch, immer wieder zu erläutern und erinnern, wofür die Spange gut ist und dass diese Zeit auch wieder vorbei geht.

Und wenn die Geduld nicht weiterhilft?

Was machen Eltern bei Totalverweigerern?

Mundt: Man kann ja niemanden zu etwas zwingen. Aber ich würde Eltern empfehlen, sich gemeinsam an einen Tisch zu setzen und zu schauen, was vielleicht doch geht. Was könnte angesichts hoher Anschaffungskosten ein Kompromiss sein?

Noch hilfreicher ist es, dieses Runde-Tisch-Gespräch bereits vorab zu führen. Ist der „Leidensdruck“ bei einer eher kosmetischen Frage einer Zahnsperre nicht hoch genug, kann man das Zahnsperren-Projekt ja vielleicht noch verschieben.

Doch wenn es der oder die Jugendliche selbst unbedingt möchte, dann sollte man darüber ausführlich sprechen, was das für eine Investition ist und was das für die nächste Zeit bedeutet. Wenn sich das Kind dafür entscheidet, müsse es auch dranbleiben.

Stehen gesundheitliche Gründe im Vordergrund, etwa weil Zahn- oder Kieferfehlstellungen wichtige Funktionen wie Sprache, Atmung oder Kauen beeinträchtigen, wäre eine erneute Hinzuziehung des Zahnarztes oder Kieferorthopäden zu empfehlen und nach tragbaren Lösungen zu suchen.



Ich habe einen Wackelzahn

jetzt
kommt bald die Zahnfee

Der erste Wackelzahn ist für euch Kinder etwas ganz Besonderes: Ein komisches Gefühl beim Zähneputzen. Und das Essen geht plötzlich auch nicht mehr so einfach wie gewohnt. Fällt der erste Wackelzahn aus, ist das für jedes Kind ein ganz besonderer Moment. Schließlich kommen Kinder mit jeder neuen Lücke dem Schulkindalter näher und dürfen sich endlich ganz groß fühlen.

**Nun kommt die Zahnfee
und der Zauber fängt an.**



Was macht man nun mit dem Zahn?

Wenn ein Zahn herausfällt, legt man ihn in ein Säckchen. Wist ihr denn schon, was passiert?

In der Nacht, wenn man schläft, kommt eine kleine Fee. Die nimmt euren Zahn vielleicht mit oder sie schaut nur ob ihr Kinder gut eure Zähne geputzt habt. Wenn die Fee zufrieden ist, lässt sie eine kleine Überraschung da und Eltern und Kind können dann den ausgefallenen Zahn in **einer kleinen Dose aufbewahren.**

Es hat bis jetzt noch kein Kind geschafft die Fee zu sehen. Sie schleicht sich in eure Zimmer, nimmt den Zahn und im Handumdrehen ist sie auch schon wieder verschwunden.

Wenn ihr aufwacht, liegt ein kleines Geschenk an dem gleichen Platz. Da freut ihr euch auf jeden neuen Wackelzahn.

Ist das nicht magisch?

Was kann ich tun, wenn ich Sorge habe, in die Schule zu gehen?

Du machst dir derzeit Gedanken, ob es sicher ist, in die Schule zu gehen? Was du dann machen könntest und was dir helfen kann.

Die Nachrichten der vergangenen Tage sind beklemmend. Es wurde viel über den Angriff an einer Grazer Schule und Bombendrohungen an anderen Schulen gesprochen. Es ist vollkommen verständlich, sich darüber Gedanken zu machen. Es ist auch **normal, sich Sorgen zu machen**.

Du hast vielleicht Angst, dass so etwas auch an deiner Schule passieren könnte. Ganz wichtig: Bei den Bombendrohungen ermittelt die Polizei immer ganz genau und bringt sicherheitshalber immer alle an einen anderen Ort. Und so etwas wie diese schlimme Tat in Graz kommt sehr, sehr selten vor. In Österreich gab es das so überhaupt noch nie. **Die Wahrscheinlichkeit, dass es noch einmal passiert, ist bei uns sehr gering.**

Soll ich weiter hingehen?

Dass du besorgt bist, ist dennoch ganz normal. Du möchtest vielleicht am liebsten gar nicht in die Schule gehen. Ist das sinnvoll? Nein. Expertinnen und Experten raten dazu, so **normal wie möglich weiterzumachen**. Der Alltag und deine Mitschüler zu treffen, tut uns gut.

Gemeinsam zur Schule gehen

„Du könntest dich zum Beispiel mit einem Kind aus deiner Nachbarschaft verabreden. Geht oder fährt gemeinsam mit

dem Bus hin. Du musst **nicht allein** zur Schule gehen“, erklärt Ärztin Katharina Purtscher-Penz.

Im Sesselkreis sprechen

Auch die Schule selbst ist ein Ort, an dem man sprechen kann. Vielleicht nehmen deine Lehrerinnen und Lehrer dich und deine Schulfreunde derzeit ja gleich schon in Empfang. Und vielleicht spricht ihr auch gleich ein bisschen miteinander.

„Dann schau in der Schule, wie es dir geht“, sagt Katharina Purtscher-Penz. Kannst du dich entspannen? Zum Beispiel, wenn du mit deinen Freundinnen zusammen bist? „Wenn nicht, dann kannst du das deiner **Lehrerin erzählen**“, sagt die Ärztin. Du kannst auch mit Mama oder Papa sprechen oder mit jemand anderem, dem du vertraust. Das können auch Geschwister oder Freunde sein.

Vielleicht geht es ja auch deinen Freundinnen und Freunden ähnlich. Ihr könnt gemeinsam darüber sprechen. „Eine gute Möglichkeit dazu ist, euch in einer Runde zusammenzusetzen“, schlägt Katharina Purtscher-Penz vor. Das kann zum Beispiel in der Schule ein **Sesselkreis** sein.

Glücksbringer in der Hosentasche

Hast du einen kleinen **Glücksbringer**? „Du könntest ihn mitnehmen. Dann kannst du manchmal in deine Hosentasche greifen. Und nur du weißt, dass er da ist“, sagt Katharina Purtscher-Penz.

Ideen für ein bisschen Aufmunterung

Viele Menschen sind im Moment traurig, manche haben Angst. Ein paar Ideen, wie du dich ein bisschen aufmuntern kannst. Die Nachrichten der vergangenen Woche waren schlimm. Viele Menschen sind traurig. Einige machen sich Sorgen. Das ist ganz normal. Expertinnen und Experten raten dazu, **alle Gefühle zuzulassen und darüber zu reden**. Und sie raten auch dazu, so gut wie es geht, **normal weiterzumachen**: Weiter zur Schule zu gehen und Freunde zu treffen. Das ist natürlich nicht so leicht bei schlimmen Nachrichten. Wir haben ein paar Ideen für dich gesammelt, die dich ein bisschen aufmuntern können.

Hör dir dein Lieblingslied an

Musik kann ein wunderbarer Trostspender sein. Hör dir dein Lieblingslied an. Vielleicht kannst du den Text ja auswendig, dann kannst du auch gleich dazu singen. Oder gibt es noch andere

neue Lieder von deinem Lieblingsmusiker, die du noch gar nicht gehört hast?



Pause von der Welt da draußen

Nachrichten können überfordern. Sie können zu viel werden. Es ist auch gut, nicht sofort alles mitzubekommen. Gönn dir deine Pause von Nachrichten, Fernsehen oder Radio. Die Zeit kannst du ja gleich nutzen: Mach etwas, das dir Freude bereitet.



Frische Luft tut gut

Es klingt so einfach, aber uns tut es immer gut: An der frischen Luft ist vieles ein bisschen leichter. Also, rein in den Wald und einmal tief einatmen und wieder ausatmen.

Der Juni hat auch kein R im Namen: Also, Schuhe aus und barfuß über die Wiese laufen. Vielleicht sind deine Freunde ja auch dabei – und ihr könnt eine Runde Fußball oder Volleyball spielen.



Volle Konzentration

Hast du dieses Puzzle mit den vielen Teilen in deinem Kasten schon zusammengesetzt? Oder das knifflige Sudoku aus der letzten Ausgabe der Kinderzeitung schon gelöst? Oder hast du schon einmal selbst einen Zaubersand hergestellt?





Ganz viel kuscheln

Auch Mama, Papa oder andere Personen, die du lieb hast, kuscheln sicher gerne mit dir. Das hilft vielleicht derzeit allen ein bisschen. Oder hast du ein Haustier? Dann nimm es in den Arm oder streichle es. Hast du kein Haustier, dann drück dein liebstes Kuschtier ganz fest.

Ein Platz zum Wohlfühlen

Wo fühlst du dich sicher? Sind das vielleicht Oma und Opa? Oder ist das die Hängematte unter dem Baum? Und wann hast du das letzte Mal eine Höhle im Wohnzimmer gebaut?



WENN KINDER TRÄUMEN ...

Quelle: www.google.de

Kinder beginnen etwa mit zwei Jahren, lebhafter zu träumen, und können die Träume ab einem Alter von ungefähr drei Jahren oft in bunten, fantasievollen Geschichten erzählen. Alpträume treten häufiger zwischen dem 6. und 11. Lebensjahr auf und können durch Stress, Überforderung oder Medienkonsum ausgelöst werden. Um Kindern bei schlechten Träumen zu helfen, sollten Eltern beruhigend da sein, Trost spenden und das Kind ermutigen, über den Traum zu sprechen, um die Angst gemeinsam zu verarbeiten.

Ab wann träumen Kinder?

- **Ab ca. zwei Jahren:** Das Vorstellungsvermögen entwickelt sich weiter und Träume werden lebhafter, vorher gibt es aber auch schon so etwas wie träumen, was die Kinder aber noch nicht wirklich wahr nehmen.
- **Ab ca. drei Jahren:** Kinder können oft erste Traumerlebnisse schildern, die oft fantasievoll und unlogisch sind.

Häufige Gründe für Alpträume

- **Entwicklungsbedingt:** Sie sind eine normale Reaktion auf neue Herausforderungen und Unsicherheiten im Leben des Kindes.
- **Medienkonsum:** Zu viel oder nicht altersgerechte Medien können Alpträume auslösen.
- **Stress und Überforderung:** Ängste und Belastungen, die das Kind am Tag erlebt, können sich im Schlaf widerspiegeln.

Was tun bei Alpträumen?

- **Ruhe bewahren:** Bleiben Sie als Eltern ruhig und zeigen Sie Verständnis.
- **Körperkontakt suchen:** Kuscheln, streicheln und Körperkontakt können sehr beruhigend wirken.
- **Zuhören:** Lassen Sie Ihr Kind den Traum erzählen, wenn es möchte. Fragen Sie nach seinen Gefühlen und was ihm helfen würde.
- **Realität erklären:** Machen Sie deutlich, dass der Traum nicht real ist. Manchmal hilft es auch, ein Nachtlicht einzuschalten oder das Lieblingskuscheltier als „Beschützer“ zu bezeichnen.

• Einschlafrituale etablieren:

Ein ruhiges Abendritual, wie eine Gute-Nacht-Geschichte oder das Revue passieren lassen des Tages, kann helfen, belastende Gedanken vor dem Einschlafen abzubauen.

Wann sollten Sie ärztliche Hilfe suchen?

- Wenn Alpträume sehr häufig auftreten und das Kind stark belasten.
- Wenn das Kind unter Schlafmangel leidet.
- Wenn die Alpträume auch nach dem 12. Lebensjahr noch regelmäßig auftreten.
- Wenn die Alpträume das Kind über einen längeren Zeitraum immer wieder belasten, können Sie einen Kinderarzt oder Psychologen um Rat fragen

Wie Kinder träumen ...

Experten gehen davon aus, dass schon ungeborene Babys im Mutterleib Träume haben, diese aber noch „inhaltslos“ sind. Denn die heranwachsenden Babys weisen Augenbewegungen auf, die auch in der wichtigen REM-Schlafphase eintreten. Diese REM-Phasen konnten Ärzte bereits ab der 24. Schwangerschaftswoche nachweisen. Träumen ist also bereits für ungeborene Kinder wichtig, um Reize und Empfindungen im Mutterleib zu verarbeiten.

Auch für Kleinkinder ist das Träumen enorm wichtig, da sie im Schlaf Bewegungsabläufe verarbeiten und diese mit den entsprechenden Gehirnarealen verknüpfen. Insbesondere Kinder, die einen Entwicklungsschub durchlaufen, träumen währenddessen viel und intensiv. Auf diese Weise verarbeiten sie die Informationen des Tages und übertragen diese ins Langzeitgedächtnis.

Anfangs beginnen Säuglinge ihren Schlaf mit dem Traumschlaf, weshalb sie schnell wieder aufwachen und nicht durchschlafen wie wir Erwachsenen. Ab dem 3. Lebensmonat gelangen Kleinkinder schließlich zuerst in die Tiefschlafphase, wodurch sie nun fester schlafen, aber weiterhin intensiv träumen.





Erst im Laufe der Jahre nimmt die Traumintensität bei Kindern ab. Ältere Kinder träumen weniger – Dreijährige etwa nur noch ein Drittel ihrer Schlafenszeit. Gleichzeitig unterscheidet sich die Traumwelt von älteren Kindern von der eines Neugeborenen.

Bei Drei- bis Fünfjährigen sind die Träume noch sehr bruchstückhaft und weisen keine zusammenhängende Handlung auf. Stattdessen träumen sie in statischen Bildern nicht von sich selbst, sondern beispielsweise von Tieren oder Helden.

Erst dann, wenn ein Kind sieben bis zwölf Jahre alt ist, träumt es von sich selbst „aktiv“ und in einer zusammenhängenden Geschichte.

Kinder und Albträume

Kinder haben neben alltagsnahen oder fantastischen Träumen auch Albträume. Kleinkinder haben noch keine Albträume, können sich aber nach dem Aufwachen vor der Dunkelheit ängstigen und weinen. Manche Kinder wachen zudem ohne Orientierung auf und müssen erst einmal zu sich kommen. Ab einem Alter von vier bis fünf Jahren sind Albträume jedoch nichts Ungewöhnliches und manchmal sogar nützlich, wenn es darum geht, belastende Erlebnisse zu verarbeiten. Sollten die bösen Träume ein Kind stark belasten, ist es wiederum sinnvoll, sich professionelle Unterstützung zu holen und Hilfe beim Einschlafen anzubieten:

Kleine Kinder haben oft Angst im Dunkeln. Ihnen hilft ein kleines Lämpchen im Kinderzimmer, das die ganze Nacht an bleibt. Auch ein Kuscheltier wie ein Teddybär kann gegen die Angst helfen.

Als Erwachsener solltest du die kindlichen Sorgen ernst nehmen. Vor der Nachtruhe könnt ihr gemeinsam nachschauen, ob sich unter dem Bett ein Monster versteckt hält. Kleinkindern tut es gut, sich auf diese Weise zu vergewissern, dass alles in Ordnung ist, da sie noch nicht zwischen Träumen und Wirklichkeit unterscheiden können. Erst ab einem Alter von sechs bis sieben Jahren wissen Kinder, dass sie träumen und der Traum nicht real war.

Manchen Kindern hilft es, tagsüber über ihre belastenden Träume zu sprechen. Erwachsene sollten hierbei allerdings feinfühlig vorgehen und die Träume nicht deuten, um die Kleinen nicht zu verunsichern. Oftmals reicht es aus, einfach zuzuhören und ein offenes Ohr für die Probleme und Sorgen zu haben, die sich oftmals in Träumen manifestieren.

Falls dein Kind nachts aufwacht und Zuwendung braucht, solltest du ihm beruhigend zureden und eine angenehme Atmosphäre zum Einschlafen schaffen. Erst dann, wenn sich Kinder wieder sicher und geborgen fühlen, legt sich ihre Angst, sodass sie in den Schlaf zurückfinden.

Manche Kinder leiden unter einer Albtraumstörung. Gegen häufige Albträume empfehlen Experten die sogenannte *magery Rehearsal Therapy*. Hierbei schreibt ein Kind den schlimmen Albtraum einfach „um“ und denkt sich ein alternatives Ende aus. Dafür malt es nach jedem schlimmen Traum tagsüber ein Bild und gelangt dadurch in einen aktiven Verarbeitungsprozess. Sofern Kind und Eltern dieses Verhalten mehrere Wochen beibehalten und über die Zeichnungen sprechen, träumen Kinder irgendwann vom „eingepägten“ Ende.

Der Nachtschreck belastet vor allem Eltern, da das eigene Kind schweißnass aufwacht und schreit. Eine Maßnahme, um den Nachtschreck zu verbessern, besteht in entspannungsförderlichen Einschlafritualen. Schon eine Gute-Nacht-Geschichte und gemeinsames Kuscheln beruhigen das Kind und erleichtern den Einschlafprozess.

Was ist ein Traum...

Quelle: <https://klexikon.zum.de>

Ein Traum passiert nicht in der Wirklichkeit. Die Geschehnisse eines Traumes spielen sich nur im Kopf einer Person ab. Genauer in ihrem Gehirn. Meistens meint man damit die Träume, die man hat, wenn man nachts schläft. Solche Träume haben oft mit vorangegangenen Erlebnissen zu tun. Wissenschaftler sagen, dass wir in unseren Träumen Erlebnisse verarbeiten und ablegen, damit sich unser Geist erholen kann. In der Psychologie gibt es die Traumdeutung. Manche Psychologen meinen, dass man in unseren Träumen viel über unser Seelenleben herausfinden kann.

In unseren Träumen können wir Dinge tun, die im echten Leben nicht möglich sind. Zum Beispiel träumen wir davon, dass wir fliegen können oder dass uns bereits verstorbene Menschen begegnen. Manchmal passieren im Traum auch Dinge, die uns Angst machen. Dann spricht man von einem Albtraum. Auch Albträume hängen oft mit unseren Erlebnissen zusammen. Vielleicht ist vorher etwas Schlimmes passiert. Oder man hat Angst vor etwas, das in der Zukunft bevorsteht, zum Beispiel eine wichtige Prüfung. Manchmal hat man auch einfach zuvor einen gruseligen Horrorfilm gesehen.

Früher dachte man in vielen Kulturen, unsere nächtlichen Träume seien Botschaften von Göttern, Dämonen oder anderen übernatürlichen Wesen, die uns im Traum etwas sagen wollen. Der römische Kaiser Konstantin soll vor einer wichtigen Schlacht geträumt haben, dass ihm ein Engel eine Fahne mit einem Kreuz entgegenhielt und dabei sagte: „Unter diesem Zeichen wirst du siegen“. Bei der Schlacht trug er dann eine solche Fahne und siegte tatsächlich.

Träumen kann man nicht nur in der Nacht. Auch tagsüber versinken wir manchmal in Gedanken und stellen uns irgendwelche Dinge vor. Wir sind dann meist ein bisschen weggetreten und bekommen weniger mit, was um einen herum passiert. Diese Träume nennt man Tagträume. Solche Tagträume können uns helfen, uns auf eine bevorstehende Sache vorzubereiten. Wir können im Tagtraum zum Beispiel einem Gespräch nachgehen, das wir demnächst führen werden.

Als Traum bezeichnet man manchmal auch etwas, das man sich wünscht, in der Zukunft zu tun oder zu sein. Man träumt zum Beispiel davon, später einmal Astronautin oder Bundeskanzler zu werden. Diese Vorstellungen können uns motivieren, diese Träume in die Tat umzusetzen.



Erste Liebe:

So prägt sie das ganze Leben

Die erste Liebe gehört für viele Menschen zu den prägendsten Erfahrungen überhaupt. Was sie so besonders macht und wie sie uns beeinflusst, liest du hier.

Erste Liebe:

4 Faktoren machen sie besonders (schön ...)

Schmetterlinge im Bauch, romantische Dates, zärtliches Näherkommen und starke Emotionen – die erste Liebe ist für die meisten Menschen **besonders intensiv**. Kein Wunder, schließlich zeichnen die erste Beziehung zahlreiche Dinge aus, die sie von all den nachfolgenden Partnerschaften unterscheiden ...

1. Viele erste Male

Der erste Kuss, das erste Mal Händchenhalten, der erste Sex, das erste Commitment – und wahrscheinlich auch die erste Trennung, der erste Trennungsschmerz, der erste Liebeskummer und das erste Drüber-hinweg-kommen. All das macht die erste Liebe zu etwas ganz Besonderem – besonders aufregend, besonders intensiv, besonders einprägsam!

2. Unbefangenheit

Die erste große Liebe gehen wir ohne eigene Vorerfahrung und damit weitgehend unbelastet an (abgesehen von den Traumata, die die Beziehung unserer Eltern hinterlassen haben). Wir folgen unserem Gefühl, lassen uns voll und ganz darauf ein und leben frei (und ahnungslos) vor uns hin ...

3. Idealismus

Die meisten glauben bei der ersten Liebe, sie würde ein Leben lang halten – doch nur bei den wenigsten ist das der Fall. Unsere erste Liebe ist gefärbt von Träumen, Idealvorstellungen (z. B. aus Filmen und Geschichten), Hoffnungen und Optimismus. Und schon für die zweite gilt das in der Regel nicht mehr (so stark ...).

4. Geschönte Erinnerung

Rückblickend erscheint uns unsere erste große Liebe häufig noch schöner, als sie wirklich war – oder auch weniger schlimm. Bei den meisten Menschen fällt sie nämlich in eine Zeit, auf die sich der „Retro-Fehler“ besonders heftig auswirkt: Jugend, Pubertät, frühe 20er. Erinnerungen an diese Jahre verklären wir tendenziell sehr stark zum Positiven, blenden negative Aspekte aus oder bewerten sie als weniger schlimm, als wir sie damals empfanden.

Erste Liebe: Dazu ist sie da

Laut Psychologen hat die erste Liebe einen ziemlich konkreten Sinn: **Sie ist dazu da, uns zu enttäuschen und zu desillusionieren**. Das klingt jetzt vielleicht hart, ist aber in vielen Fällen notwendig und wichtig. Die meisten von uns wachsen nämlich mit einer seeeeehr romantischen Vorstellung von Liebe auf und stellen groooooße Erwartungen an ihren ersten Partner – bis sie dann feststellen, dass der auch nur ein Mensch ist und eine Beziehung Kompromissbereitschaft, Pflege und Verantwortungsbewusstsein erfordert. Willkommen in der Wirklichkeit, Pochahontas! Schon die zweite Partnerschaft gehen die meisten Menschen mit deutlich realistischeren Vorstellungen an.

Damit die Desillusionierung wirklich funktioniert, muss die erste Liebe allerdings (und auch das klingt jetzt hart) **ein klares Ende** finden. Läuft sich die Beziehung „irgendwie so auseinander“, weil z. B. der Wohnort plötzlich nicht mehr der gleiche ist, besteht die Gefahr, dass wir an dieser Liebe festhalten – und mit ihr an unseren Illusionen ...

Erste Liebe: 5 Dinge, die sie besonders prägt

So gut wie alle unserer Erfahrungen prägen uns auf irgendeine Weise – und diejenigen, die wir mit heftigen Emotionen verbinden, beeindruckt uns besonders stark. Wenig überraschend also, dass auch die erste Liebe bleibende Spuren in unserem Leben hinterlässt. Auf folgende Dinge wirkt sie sich jedenfalls bei den meisten Menschen spürbar aus.

1. Ansprüche an die Beziehung

Wie gesagt: Es ist quasi die Aufgabe der ersten Liebe, überzogene Ideale zu zerstören und unsere Ansprüche und Erwartungen in den Rahmen des realistisch Möglichen zu bringen. In den meisten Fällen erfüllt sie die ganz gut. Doch natürlich versorgt uns die erste Liebe auch mit neuen Idealen: Was wir besonders genossen haben, wünschen wir uns auch in folgenden Beziehungen, was uns am schwersten enttäuschte, davor versuchen wir uns später am besten zu schützen. Somit setzt die erste Liebe den Maßstab, an dem wir alle weiteren Lieben messen.

2. Beuteschema

Ob wir wollen oder nicht: Unsere erste Liebe bestimmt zumindest ein Stück weit unser Beuteschema. Auch wenn uns am Ende das Herz gebrochen wird und wir eher im Schlechten auseinandergehen: Die Wahrscheinlichkeit, dass all unsere künftigen Partner unserer ersten Liebe wenigstens ein bisschen ähnlich sind, ist überaus groß.

3. Bindungsverhalten

Aus unserer ersten Beziehung lernen wir in der Regel am meisten – über uns, über unsere Sehnsüchte, über Ansprüche und Bedürfnisse auf Nähe und Distanz. Allerdings ist es leider nicht unbedingt so, dass wir die „Fehler“ unserer ersten Partnerschaft niemals wiederholen. Im Gegenteil: Wenn wir uns unserem ersten Partner verschlossen haben, werden wir es bei unserem zweiten vermutlich noch mehr tun – es sei denn, wir suchen gezielt nach der Ursache unserer „Beziehungsangst“ und arbeiten daran, sie zu überwinden. Sich mit der ersten Liebe aktiv auseinanderzusetzen und zu hinterfragen, warum die Beziehung endete, kann daher eine große Bereicherung für alle folgenden Partnerschaften sein.

4. Selbstbewusstsein

Bei der ersten großen Liebe machen wir zum ersten Mal die Erfahrung, dass wir liebenswert UND liebesfähig sind – und die ist für das Selbstvertrauen extrem wichtig! Verirren wir uns dagegen direkt zu Beginn unserer Liebes-Laufbahn in eine unerwiderte Liebe, kann das unter Umständen ziemlich schwer sein zu verkraften.

5. Erinnerung

Zugegeben: Wahrscheinlich erinnern sich die meisten Menschen an jede große Liebe ihres Lebens. Doch die erste hat bei vielen einen ganz besonderen Platz in ihrem Gedächtnis. Oft markiert sie einen Meilenstein auf dem Weg zum Erwachsenwerden, zudem lässt sie uns das erste Mal in unserem Leben spüren, wie tief (und komplex) die Emotionen sind, die in uns schlummern.

Das erste Handy:

Ab wann sollten Kinder es nutzen dürfen?

Quelle: <https://www.familienportal.nrw>

Unsere Kinder wachsen in einer immer digitaleren Welt auf. Sie gehen mit neuen Medien von klein an weit selbstverständlicher als viele Erwachsene. Immer früher wünschen sie sich daher ein eigenes Handy, am liebsten ein Smartphone. Rund ein Drittel aller Dritt- und Viertklässler hat tatsächlich bereits ein mobiles Gerät. Experten aus Pädagogik, Psychologie und Medizin sehen das jedoch kritisch. Für Sie als Eltern ist es zweifellos nicht ganz leicht, über den richtigen Zeitpunkt zu entscheiden: Ab wann ist das erste Handy sinnvoll? Und worauf sollten Sie unbedingt achten?

Ab wann ist ein eigenes Handy angemessen?

Es gibt keine feste Regel, ab wann für ein Kind ein Handy geeignet ist. Die Entscheidung liegt ganz allein bei Ihnen. Wenn überhaupt, dann heißt die Regel: je später, desto besser. Pädagoginnen und Pädagogen empfehlen, dass Grundschulkindern frühestens mit neun Jahren ein einfaches eigenes Handy bekommen sollten – noch kein Smartphone! Es kann aber sein, dass Sie Ihrem Kind schon ab der ersten Klasse ein „Notfall“-Handy geben wollen, weil es zum Beispiel täglich allein einen längeren Schulweg zurücklegt. Dann ist das auch in Ordnung.

Welches Handy eignet sich für den Anfang?

Das erste Handy muss kein neues sein. Es braucht kein Internet und es sollte in erster Linie robust sein. Bei vielen Familien liegt sicher noch ein älteres Handy in der Schublade. Vielleicht finden Sie darunter ein passendes Gerät für den Anfang? Erklären Sie Ihrem Kind die Funktionen. Speichern Sie eine Nummer ein, über die Sie zu erreichen sind.

Ab wann darf es ein Smartphone sein?

Dann, wenn Ihr Kind schon Erfahrungen mit digitalen Medien gesammelt hat und Sie sich als Eltern sicher sind, dass es die Gefahren des Internets richtig einschätzen kann und sich zu schützen weiß. In der Regel sind Kinder mit ungefähr 12 Jahren soweit. Jüngere Kinder kann der Umgang mit Smartphones noch überfordern: Sie wirken auf die Kinder ablenkend, fördern Unkonzentriertheit und bergen mit ihren unendlichen Möglichkeiten erhebliche Suchtgefahr.

Was sollten Eltern im Alltag beachten?

Als Eltern können Sie die Medienkompetenz Ihres Kindes am besten einschätzen. Wenn Sie der Meinung sind, dass Ihre Tochter bzw. Ihr Sohn bereit ist für ein eigenes Handy oder Smartphone, sollten Sie Ihr Kind Schritt für Schritt an eine verantwortungsvolle Nutzung heranführen. Die folgenden Informationen geben Ihnen nützliche Tipps und Anregungen für einen sicheren und gesunden Umgang im Familienalltag.

Persönliche Daten schützen!

Richten Sie das Smartphone mithilfe der Einstellungen so kindgerecht und sicher wie möglich ein. Aktivieren Sie unbedingt die Jugendschutzeinstellungen auf dem Smartphone und allen Geräten, die Ihr Kind nutzt. Auch eine Tastensperre mit PIN ist sinnvoll, damit die Daten auf dem

Smartphone möglichst sicher sind und andere Kinder oder Unbefugte keinen Zugriff darauf haben.

Ausführliche Infos finden Sie auf der Seite „Ins Netz gehen“ des Bundesinstituts für Öffentliche Gesundheit.

Nutzungszeiten begrenzen!

Behalten Sie die Handy-Nutzung im Blick, ohne Ihrem Kind das Gefühl zu geben, dass Sie es ständig kontrollieren. Sinnvoll ist es, die Nutzungszeit altersgerecht zu begrenzen. Hier lautet die Empfehlung der Initiative „Schau hin“: max. 30 Minuten für 7- bis 8-jährige Kinder, max. 45 Minuten für 9- bis 10-jährige Kinder. Verabreden Sie gemeinsam in der Familie handyfreie Zeiten, zum Beispiel bei den Mahlzeiten und vor dem Zubettgehen. Das Handy kommt dann abends an einen bestimmten Platz. Gehen Sie mit gutem Beispiel voran, Eltern sind das wichtigste Vorbild für ihre Kinder.

Benimm-Regeln für das Handy aufstellen!

Es sollte selbstverständlich sein, dass das Handy im Schulunterricht aus bleibt. An vielen Grundschulen gibt es eigene Regeln, zum Beispiel, dass das Handy auch in den Pausen oder auf dem Schulhof verboten ist. Verabreden Sie mit Ihrem Kind am besten auch eigene Familienregeln für den Umgang mit dem Handy - und seien Sie selbst Vorbild. Zum Beispiel:

- der Küchentisch ist für alle handyfreie Zone,
- während der Hausaufgaben wird das Handy weggelegt,
- auf gemeinsamen Familienfeiern bleibt das Handy aus,
- eine Stunde vor dem Schlafengehen ist das Handy tabu,
- bei gemeinsamen Unternehmungen bleibt das Handy zu Hause etc.

Augen AUF bei der Nutzung von Apps auf dem Smartphone!

Spiele-Apps sind bereits bei den Jüngsten sehr beliebt. Viele Kinder dürfen, auch wenn sie noch kein eigenes Handy haben, an mobilen Geräten ihrer Eltern spielen. Es gibt gute Lern-Apps auch zur spielerischen Unterstützung beim Lesen, Schreiben und Rechnen. Achten Sie darauf, dass die Apps altersgerecht und werbefrei sind. Klären Sie Ihr Kind darüber auf, dass es Apps gibt, die auf persönliche Daten zugreifen und diese für Werbezwecke nutzen.

Achtung! Kostenfalle!

Anfangs kann ein Prepaid-Handy eine gute Alternative sein. So lernt ihr Kind, mit Guthaben für Gespräche und Nachrichten umzugehen. Sprechen Sie mit Ihrem Kind aber über die Kosten und unbedingt über mögliche Kostenfallen wie Spiele oder Apps, die beim Herunterladen schnell sehr teuer werden können. Prüfen Sie, welche Sicherheitseinstellungen an dem verwendeten Handy helfen können, Kosten zu vermeiden. Sie können, wenn Ihr Kind etwas älter ist, auch miteinander verabreden, dass es sich mit seinem Taschengeld an der Prepaidaufladung oder den monatlichen Laufzeitkosten beteiligt.





5 beste Alternativen zu einem Smartphone für Kinder unter 14

Immer mehr Eltern und Schulen fragen sich: *Ist ein Smartphone in jungem Alter wirklich eine gute Idee?* Der Aufstieg sozialer Medien, zunehmende Bildschirmzeit und Sorgen um die psychische Gesundheit führen zu einem wachsenden Bewusstsein: Vielleicht ist es besser, Kindern unter 14 Jahren vorerst kein Smartphone zu geben.

Aber wie kann ich ohne Handy mit meinem Kind in Kontakt bleiben? Und wie sorgt man als Elternteil dafür, dass das Kind erreichbar bleibt, ohne Smartphone, während gleichzeitig ein Gefühl von Sicherheit gewährleistet wird, ohne dass ein Smartphone nötig ist?

Warum suchen Eltern nach einer Alternative?

Die Sorgen über die Smartphone-Nutzung bei jungen Kindern sind nicht unbegründet. Eltern, Psychologen und Lehrer weisen auf die Risiken einer frühen Nutzung hin:

- Übermäßige Bildschirmzeit
- Frühzeitiger Kontakt mit sozialen Medien
- Schlechte Konzentration und Schlafqualität
- Cybermobbing
- App-Sucht

Gleichzeitig möchten Eltern ihr Kind erreichen können, zum Beispiel, wenn es allein zur Schule fährt oder draußen spielt. Deshalb wächst die Nachfrage nach einer sicheren Alternative zum Smartphone, die das Kind erreichbar hält, ohne die Nachteile eines Smartphones.

Die 5 beliebtesten Alternativen

1. GPS-Uhr mit Telefonfunktion (Smartwatch für Kinder)

Eine GPS-Kinderuhr ist speziell für Kinder entwickelt und bietet **Sicherheit, Erreichbarkeit und Ruhe**, ohne Ablenkung durch Apps oder Internet.

Vorteile:

- Dein Kind kann mit vorher festgelegten Kontakten telefonieren
- Du kannst live über eine App sehen, wo sich dein Kind befindet
- SOS-Knopf für Notfälle
- Kein Zugang zu sozialen Medien oder Internet
- Oft ausgestattet mit Schrittzähler, Wecker, Sprachnachrichten und mehr

Das Beste aus beiden Welten: Dein Kind ist erreichbar, hat aber **kein Smartphone in der Hand**.

2. Einfaches Handy („Dumbphone“)

Diese Telefone können meist nur telefonieren und SMS senden. Kein Internet, keine Ablenkung.

Vorteile: günstig, einfach, Kind kann telefonieren

Nachteile: weniger attraktiv für Kinder, keine Standortfunktion

3. Altes Smartphone ohne Apps

Manche Eltern entscheiden sich, ein altes Smartphone zu geben, beschränken es jedoch auf Telefonieren und SMS.

Vorteile: dem Kind bekanntes Gerät

Nachteile: Risiko, dass trotzdem Apps installiert oder WLAN genutzt wird

4. Tracking-Tag (wie AirTag oder Tile)

Diese kleinen Tags sind praktisch, um den Standort des Kindes zu verfolgen, zum Beispiel im Rucksack.

Vorteile: kein Bildschirm, nur Standort

Nachteile: man kann nicht telefonieren oder direkten Kontakt aufnehmen

5. Walkie-Talkie oder Funkgerät

Ideal zum Spielen im Freien oder für kurze Distanzen, zum Beispiel in der Nachbarschaft oder auf dem Campingplatz.

Vorteile: kein Internet, kein Vertrag

Nachteile: begrenzte Reichweite, keine Standortfunktion

Warum immer mehr Eltern sich für eine GPS-Uhr entscheiden

Die GPS-Kinderuhr mit Telefonfunktion wird bei Eltern von Kindern zwischen 5 und 12 Jahren immer beliebter. Und das ist nicht verwunderlich:

- Sie vermittelt Kindern ein **Gefühl von Selbstständigkeit**
- Eltern behalten den Standort und die **Sicherheit im Blick**
- **Kein Risiko einer Bildschirmabhängigkeit**
- Bietet **genau genug Kontakt** – ohne Übermaß

Viele Modelle sind zudem wasserdicht, robust gebaut und einfach zu bedienen. Typische Funktionen sind:

- Sprachnachrichten
- Schrittzähler
- Geofencing (Benachrichtigungen beim Verlassen bestimmter Zonen)
- „Nicht stören“ während der Schulzeit

Ein ideales **Smartphone-Alternativgerät** für Kinder, das Sicherheit und Erreichbarkeit gewährleistet.

Klug, sicher und stressfrei

Die Diskussion über Smartphones für Kinder unter 14 Jahren ist aktueller denn je. Zum Glück gibt es genügend Alternativen, die Sicherheit und Erreichbarkeit ermöglichen – ohne die Nachteile eines Smartphones.

Die GPS-Uhr mit Telefonfunktion erweist sich für viele Eltern als die Lösung. Nicht nur sicher und zuverlässig, sondern auch kinderfreundlich, Spaß in der Nutzung und vollständig ohne Zugang zu sozialen Medien.

Für Eltern, die sich fragen, wie sie mit ihrem Kind in Kontakt bleiben können, ohne ein Handy zu nutzen, ist dies eine beruhigende Antwort. Ein **Kind ohne Smartphone** kann dank dieser cleveren Technologie weiterhin gut erreichbar sein.

Wir bauen ein Baumhaus

- mit Papa und Opa

Es ist Samstagmorgen, die Sonne scheint, und im Garten steht der große alte Apfelbaum.

„Heute wird ein besonderer Tag“, sagt Opa und zwinkert. „Wir bauen ein Baumhaus!“

Du springst vor Freude in die Luft. Papa holt eine Werkzeugkiste, Opa bringt Holzbretter und du darfst natürlich **der Baustellenchef** sein – mit Mütze und einer kleinen Kinder-Werkzeugtasche.

1. Zuerst wird geplant

Papa legt eine große Pappe auf den Tisch.

„Zeichne mal, wie dein Baumhaus aussehen soll“, sagt er. Vielleicht mit:

- einem kleinen Fenster
- einer Fahne obendrauf
- einer Seilwinde für deine Spielsachen
- einer Eintrittsklappe
- einem Schild „Nur für Mutige!“

Alle schauen deine Zeichnung an und Opa lacht:

„Das wird das tollste Baumhaus des ganzen Dorfes!“

2. Den richtigen Platz finden

Du gehst mit Papa und Opa um den Baum herum.

Opa klopft an den Stamm:

„Kräftig genug – der hält das locker!“

Papa erklärt dir, dass man aufpasst, den Baum nicht zu verletzen.

Du hörst zu wie ein echter Baumeister.

3. Papa und Opa bauen – du hilfst

Jetzt wird es spannend!

Papa und Opa schrauben und sägen.

Du gibst ihnen:

- Schrauben (die sortierst du ganz genau)
- das Maßband (du hältst es fest!)
- die Wasserwaage (damit es gerade wird)

Zwischendurch ruft Opa: „Baumeister, wir brauchen eine Pause – bringst du uns Saft?“

Du rennst stolz los.

4. Langsam wächst ein kleines Haus im Baum

Erst entsteht eine Plattform.

Dann die Wände.

Dann ein Dach.

Und du staunst, wie aus Brettern und Schrauben ein richtiges kleines Häuschen wird.

Du darfst sogar:

- die Wand anmalen
- ein Schild basteln
- eine bunte Fahne aufhängen

Am Ende sieht es aus wie ein richtiges Mini-Zuhause in den Zweigen.

5. Die Einweihung

Am Nachmittag ruft Papa: „Fertig! Du darfst einziehen!“ Du kletterst die kleine Leiter hinauf, setzt dich hinein und schaust über den Garten.

Opa kommt hinterher und fragt:

„Na, wie gefällt dir dein Königreich im Baum?“

Du strahlst.

„Es ist das beste Baumhaus der Welt. Weil wir es *zusammen* gebaut haben.“

Papa klopft dir auf die Schulter.

„Genau das ist das Geheimnis.“



Frühling – Zeit des Erwachens

Quelle: <https://www.naturschule.net>

Wie schön, dass wir die Jahreszeiten haben und erleben dürfen. Die Erfahrung ist umso intensiver, ja häufiger wir uns in der Natur aufhalten und ihr Leben wahrnehmen. Im Winter zeigen sich die Laubbäume nackt in ihrer Essenz. Wenn wir uns auf sie ausrichten, sprechen sie mit uns. Sie tun das zu jeder Jahreszeit, doch in der Zeit der Dunkelheit ist die Verbindung mit ihnen leichter herzustellen. Der Schleier zwischen uns und ihnen ist dünner. Vielleicht, weil wir zu dieser Zeit offener sind, häufiger in unser Inneres schauen und die leisen Stimmen in uns hören. Viele Pflanzen ziehen sich im Winter zurück und bewahren ihre Kraft in ihren Wurzeln. Andere wachsen einfach weiter und blühen sogar unter Eis und Schnee. Sie sind kleiner als zu anderen Jahreszeiten und sehr energiegeladen.

Natürliches Verhalten vergessen

Auch wir haben uns in dieser Zeit vielleicht zurückgezogen, alles etwas langsamer gemacht und unsere Kräfte achtsamer eingesetzt. Die Natur zeigt uns wie das geht. In unserer oft so hektischen und stehst betriebsamen Zeit gibt es keine Jahreszeiten und es wird viel dafür getan unser natürliches Verhalten vergessen zu machen. Wenn die Sonne untergeht, im Dezember schon kurz nach 16 Uhr, und wir unsere Aktivitäten mit der einsetzenden Dämmerung verlangsamen oder einstellen sollten, machen wir unter Kunstlicht weiter. Wir stören und ignorieren unseren natürlichen Rhythmus.

Dass dann im Frühjahr viele Menschen unter Frühjahrsmüdigkeit leiden, ist bei einem solchen Verhalten klar. Die permanente Überforderung von Körper und Geist bleibt nicht folgenlos. Wenn eine Pflanze im Winter versuchen würde so weiterzumachen wie zu anderen Jahreszeiten, wäre sie im Frühling erschöpft und kann nicht gedeihen. Die Signale der Natur sind sehr klar und wir können sie



Wissenswertes

als hilfreiche Botschaften annehmen und danach handeln. Dass wir uns Inseln der Ruhe und Einkehr schaffen ist sehr wichtig, zu allen Zeiten.

Angenehme „Reizüberflutung“

Jetzt steht der Frühling vor der Tür, die Zeit des Lichtes und Erwachens. Eine Zeit in der man, hat man offene Sinne, die Pflanzen wachsen hören kann. Besonders in den Wäldern hört man die ersten Knospen der Sträucher und Bäume mit leisen Knacken und Knistern wie sie erwachen und sich öffnen. Eine Zeit in der die Reize überflutet werden vom Leben das uns umgibt, das wir selber sind. Eine Reizüberflutung die man gerne zulässt. Wenn die ersten strahlenden Blüten des Huflattichs da sind, springt das Herz zusammen mit dem ganzen Menschen in die Höhe. Die Huflattichblüten sind eine wichtige erste Nahrungsquelle für Insekten und wir können sie, genauso wie die später wachsenden Blätter, bei Erkrankungen der oberen Atemwege anwenden. Dazu werden die frischen oder getrockneten Huflattichblüten und Blätter mit 70 - 80 °C warmem Wasser übergossen und dreimal täglich getrunken. Zusätzlich können z. B. Spitzwegerich, Lungenkraut und Königskerzenblüten hinzugegeben werden.

Viele kleine Pflanzengeschöpfe recken und strecken sich zum Licht.

Der Giersch der sich wie aus einem Kokon herausrollt und seine winzigen Blätter entfaltet, die jungen Brennesseltriebe, die den ganzen Winter geschützt unter einem Dach aus verdorrten Blättern oder Gras da waren und eine sehr kraftvolle Nahrungsquelle sind, der Storchenschnabel der vielleicht schon seine ersten rosa Blüten zeigt und viele weitere Wildkräuter. Sie zeigen uns das Wunder des Frühlings, das Wunder des Erwachens. Nehmen wir es wahr und sind ein Teil davon.

Wildkräuter-Fülle

Wir können ebenfalls aus unserem Kokon schlüpfen, uns öffnen und das Licht in uns strömen lassen. Wenn wir Wildkräuter essen, besonders die die wir selber gepflückt haben, entfalten sie ihre Frühlingsenergie in bester Weise in uns. Nach meinem Empfinden sind Wildkräuter die lebendigste und kraftvollste Nahrung die wir zu uns nehmen können.

Während eines Jahresausbildungstages zur Kräuterfrau, zum Kräutermann im April 2017 haben wir 57 unterschiedliche Wildkräuter gesammelt und es waren noch viel mehr da. Wir sind von einer großen Fülle umgeben:

- | | |
|--|--------------------------------------|
| 1. Sauerampfer | 31. Bärlauch |
| 2. Knoblauchrauke | 32. Weiße Taubnessel |
| 3. Mittlerer Wegerich | 33. Huflattich |
| 4. Spitzwegerich | 34. Kratzdistel |
| 5. Baldrian | 35. Himbeerblätter |
| 6. Tellerkraut /
Postelein | 36. Ferkelkraut |
| 7. Breitwegerich | 37. Feldsalat |
| 8. Labkraut | 38. Wiesenschaum-
kraut |
| 9. Stinkender
Storchschnabel | 39. Waldschaum-
kraut |
| 10. Große Sternmiere | 40. Fichtenspitzen |
| 11. Goldnessel | 41. Erdbeer-Blätter |
| 12. Ziest | 42. Beinwell |
| 13. Wiesenbärenklau | 43. Rundblättriger
Storchschnabel |
| 14. Pimpinelle / kleiner
Wiesenkopf | 44. Hecken / Taumel
Kälberkopf |
| 15. Giersch | 45. Fünffingerkraut |
| 16. Johanniskraut | 46. Gänsefingerkraut |
| 17. Genfer Günsel | 47. Dost |
| 18. Schafgarbe | 48. Goldrute (Triebe) |
| 19. Gänseblümchen | 49. Holunder |
| 20. Schnittlauch | 50. Kerbel |
| 21. Hornklee | 51. Zypressen
Wolfsmilch (giftig) |
| 22. Brennnessel | 52. Beifuß (Triebe) |
| 23. Löwenzahn | 53. Traubenhyazinthe
(giftig) |
| 24. Gundermann | 54. Schlüsselblume /
Primel |
| 25. Linden-Blätter | 55. Wald-Geißblatt
(giftig) |
| 26. Kirschbaum-Blätter | 56. Hahnenfuß (giftig) |
| 27. Zwetschgen-Blätter | 57. Persischer
Ehrenpreis |
| 28. Stumpfbältriger
Ampfer | |
| 29. Scharbockskraut | |
| 30. Wicke | |

Es ist schön so viele unterschiedliche Wildkräuter zu kennen und zu sammeln, doch schon einige wenige bereichern unsere Ernährung wesentlich mit ihrer Lebendigkeit und reichhaltigen Inhaltsstoffen.

Gesunde Bitterstoffe

Ein Inhaltsstoff, der nicht immer Gefallen findet, sind die Bitterstoffe. Bitterstoffe sind keine bestimmte Stoffgruppe, sondern zeichnen sich dadurch aus, dass sie bitter schmecken. Sie fördern und regulieren die Verdauung, vermindern die Lust auf Süßes, sind gut bei Übelkeit, wirken blutreinigend und sind sehr hilfreich bei Parasiten und rheumatischen Erkrankungen. Der bittere Geschmack stimuliert die Magensäfte und die Gallenblase. Die Bauchspeicheldrüse und Leber werden in ihrer Arbeit angeregt. Menschen die eine besondere Abneigung gegen Bitterstoffe haben, benötigen sie für ihre Gesundheit ganz besonders. Das sagen sogar wissenschaftlichen Studien. Natürlich sind Bitterstoffe für jeden jederzeit gut. Besonders bitterstoffhaltige Pflanzen sind z. B. Wermut, Enzian, Löwenzahn, Schafgarbe, Günsel, Mariendistel, Engelwurz, wilder Hopfen, Baldrian, Wegwarte, Ringelblume und Salbei. In den meisten Wildkräutern sind Bitterstoffe enthalten, deshalb ist es gut einfach das komplette Wildkräuterangebot auf den heimischen Wiesen und in den Wäldern in die tägliche Ernährung zu integrieren.

Kultursalate wie z. B. der Chicorée, Endivien oder Radichio enthalten durch Züchtungen leider immer weniger Bitterstoffe. In einem Geschäft konnte ich kultivierten Löwenzahn versuchen. Seine Bitterstoffe waren kaum noch zu schmecken. Auch Obst wird durch Züchtungen immer süßer. Bevorzuge das säuerlich schmeckende Obst wie die meist alten Apfelsorten, z. B. Boskoop, Berlepsch, Grafensteiner und Ontario und Zitrusfrüchte wie z. B. saure Grapefruits und Orangen.

Reinigen und Heilen mit Bärlauch

Die Frühlingszeit, und besonders der April, ist auch die Zeit des Bärlauchs. Seine frischen Blätter sind bestens zur Reinigung und Heilung unseres Körpers geeignet. Der Schweizer Naturarzt und Kräuterpfarrer Johann Künzle (geb. 1857, gest. 1945) lobt den Bärlauch mit folgenden Worten:

„Er reinigt den ganzen Leib, treibt kranke, verstockte Stoffe aus, macht gesundes Blut, vertreibt und tötet giftige Stoffe. Ewig kränkelnde Leute, solche mit Flechten und Aïßen (Geschwüre, Warzen), Mehlgesichter, Skrofulöse (Halsdrüsen-geschwulst) und Rheumatische sollten den Bärlauch verehren wie Gold. Kein Kraut der Erde ist so wirksam zur Reinigung von Magen, Gedärmen und Blut. Die jungen Leute würden aufblühen wie Rosenspaliiere und aufgehen wie ein Tannenzapfen an der Sonne“.



Der Bärlauch findet in der Heilkunde vielfältige Anwendungen. Eingesetzt wird er bei Atemwegserkrankungen, zur Stoffwechsel-Anregung, Rheuma, Appetitlosigkeit, Blähungen, Durchfall, Würmer, Arteriosklerose (Arterienverkalkung) und Bluthochdruck. Er senkt den Cholesterinspiegel und wird zur Ausleitung von Schwermetallen im Kombination mit Koriander und Chlorella-Algen (nach Dr. Klinghardt) verwendet. Maria Treben weist u. a. auf seine starke blutreinigende Wirkung hin, besonders bei chronisch unreiner Haut.

Achtsam sammeln und erkennen

Sammele den Bärlauch wie jede Pflanze achtsam und dankbar und erfreue dich als gesunder Mensch an seiner Wirkung und seinem guten Geschmack. Bitte sammle so, dass danach alles genauso schön aussieht wie vorher. Bedenke das in den Bärlauchfeldern auch das giftige Maiglöckchen und der Aronstab stehen können. Wenn du den Bärlauch liebevoll pflückst, wirst du die beiden erkennen und dich auch an ihnen erfreuen. Giftige Pflanzen tragen dazu bei, dass unsere Aufmerksamkeit bei Sammeln ganz bei unserem Tun ist. Auch die Blüten des Bärlauchs sind sehr schmackhaft. Pflücke jedoch nur wenige von ihnen, damit der Bärlauch Samen bilden kann und auch im nächsten Jahr wieder gedeiht.



Als ich während meiner Ernährungsumstellung vor ca. 17 Jahren begonnen habe Wildkräuter zu essen, durfte ich erfahren wie kraftvoll sie sind. Nach einer Feier am Vortag mit ungünstiger Nahrung, hatte ich starke Vergiftungsreaktionen. Mein Körper fühlte sich sehr schwer an und dem Magen ging es schlecht. Mit dem Gedanken meinem Körper zu helfen ging ich auf eine Wiese und aß viele Wildkräuter. Zunächst fühlte sich das sehr gut an, doch dann wurde mir übel. Die schlechte Nahrung des Vortages verließ meinen Magen auf dem kürzesten Weg. Danach ging es mir schnell wieder gut. Mein Körper wurde gereinigt und die Wildkräuter haben einen guten Dienst geleistet.

Gerade am Anfang einer Ernährungsumstellung ist es empfehlenswert mit langsamen Schritten voranzugehen. Zu viel kraftvolle und lebendige Nahrung, die noch ungewohnt ist, überfordert den Körper und den Geist. Wenn die Entgiftung zu schnell erfolgt, kann das schädlich für die Organe sein.

Die natürlichste Nahrung

Warum sind Wildkräuter so wirkungsvoll und geben uns das was wir benötigen? Sie gehören zu der natürlichsten Nahrung die uns zur Verfügung steht. Wenn sie in ihrer gewohnten Umgebung wachsen und vor dem Essen nicht verarbeitet werden, können sie ihre Ursprünglichkeit bewahren. Möglicherweise erinnern sie uns, wenn wir sie betrachten oder zu uns nehmen, an unseren eigenen Ursprung und an unsere Verbindung zu ihnen und zur Natur. Wenn nur ihre messbaren Inhaltsstoffe berücksichtigt werden, ist nicht erklärbar weshalb z. B. ein kleiner Brennnesseltrieb so intensiv wirkt und eine pulverisierte Brennnessel, so wie sie als Superfood verkauft wird, das noch nicht einmal ansatzweise kann. Ich empfinde beim Test solcher Produkte ihre Leblosigkeit. Führe deinem Körper nichts zu was ihm Energie nimmt und ermüdet. Je stärker sich die Nahrungsmittel von ihrem Ursprung entfernt haben, und besonders die industriell hergestellten, desto energieärmer und liebloser sind sie.



Eine Seminarteilnehmerin teilte mir einmal mit, dass sie die Kraft der Wildkräuter nicht spürt obwohl sie sich doch schon so lange gesund ernährt. Auch wenn die Kraft der Wildkräuter noch nicht erfahrbar ist, sie wirken trotzdem in bester Weise. Wenn man auf dem Weg zu einer heilsamen Lebensweise bei den Ernährungsthemen stehenbleibt, kann vieles ins Stocken geraten und gesundheitliche Verbesserungen verschwinden ggf. wieder.

Stress kann auf den Magen schlagen, das wissen viele aus eigener Erfahrung. Es ist ein deutlicher Hinweis, dass unser geistiger Zustand eine unmittelbare Wirkung auf die Körperfunktionen hat. Der Lärm und das viele Gerede in unserem Verstand wird als normal angesehen und nimmt uns komplett ein. In unserer lauten und hektischen Zeit ist es wichtig Ruhe und Stille zu finden, dann sind direkte und ungefilterte Erfahrungen möglich. Genauso wie Natur im Frühling erwacht, können auch wir erwachen.

Der Winter mit seiner Dunkelheit ist eine gute Zeit der Innenschau und des Innehaltens. Diese Möglichkeit sollten wir uns zu allen Jahreszeiten bewahren. Das Aufsuchen der täglichen Insel der Ruhe ist sehr wichtig. Absichtslose Meditationen sind ein möglicher Weg die Stille und die leisen Signale des Körpers zu hören. Sie führen zur einzigen Zeit die da ist, zum Jetzt und wir können die Kraft der Gegenwart erfahren. Die Lebenskraft von natürlicher Nahrung, den Wildkräutern oder dem selbst gepflückten Apfel, wird dann mehr und mehr spürbar.

Das tägliche Essen sollte ein bewusstes Ritual sein. Vor dem ersten Bissen können wir unsere Nahrung betrachten und ihren Geruch wahrnehmen, fragen woher sie kommt, unter welchen Umständen sie entstanden ist, dankbar sein, das sie da ist und sie segnen. Wenn wir sie achtsam kauen, können wir sie spüren und ihre vielen Geschmacksnuancen schmecken. Der Körper wird so auf die Nahrung die er erhält bestens vorbereitet und kann sie optimal verwerten.

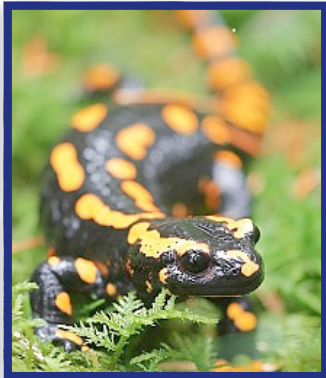
Tiere erwachen aus dem Winterschlaf

Im Frühling erwachen in Deutschland verschiedene Tiere aus dem Winterschlaf und der Winterruhe, darunter

Igel, Fledermäuse, Siebenschläfer, Murmeltiere, Haselmäuse und wechselwarme Tiere wie Frösche, Kröten und Eidechsen. Auch Tiere mit Winterruhe wie **Eichhörnchen, Dachse und Waschbären** werden im Frühjahr wieder vollständig aktiv. Zugvögel kehren in ihre Brutgebiete zurück und Insekten wie Schmetterlinge und Hummel-Königinnen werden wieder sichtbar.

Winterschläfer

- **Igel, Siebenschläfer, Fledermäuse, Haselmäuse, Murmeltiere:** Diese Tiere fallen in einen echten Winterschlaf, bei dem Körpertemperatur, Herzschlag und Atmung stark gesenkt werden, um Energie zu sparen. Sie erwachen meist im Frühling bei steigenden Temperaturen und suchen nach Nahrung.
- **Frösche, Kröten, Eidechsen, Molche:** Als wechselwarme Tiere verfallen sie in eine Winterstarre, bei der ihr Stoffwechsel der Umgebungstemperatur folgt. Mit dem Frühling wird ihr Kreislauf wieder aktiviert und sie werden aktiv.



Tiere mit Winterruhe

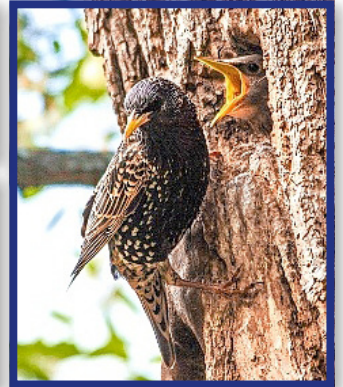
- **Eichhörnchen, Dachse, Biber, Waschbären:** Sie halten keine echte Winterruhe, bei der die Körpertemperatur gesenkt wird. Sie sind nur während der kältesten Perioden aktiver, schlafen aber weniger tief als echte Winterschläfer und wachen zwischendurch auf, um Vorräte zu suchen.
- **Hirsche und Rehe:** Diese Tiere halten weder Winterschlaf noch Winterruhe, sondern passen ihren Stoffwechsel auf eine Art Sparflamme an, um Energie zu sparen.



Insekten und Zugvögel

- **Insekten:** Im Frühling erwachen auch Insekten wie Zitronenfalter und die Königinnen der Hummeln aus ihrem Winterquartier und suchen nach Nistplätzen und Nahrung.

- **Zugvögel:** Viele Zugvögel, die den Winter in wärmeren Gebieten verbracht haben, kehren im Frühjahr nach Deutschland zurück



Lurchwanderungen im Frühling



Die Wanderungen der Lurche in Deutschland beginnen in der Regel im Februar oder März, wenn die Temperaturen nachts auf mindestens 5 °C steigen und es feucht ist. Je nach Region und lokalen klimatischen Bedingungen können sich die Wanderungen jedoch unterscheiden, wobei der Südwesten generell früher als der Nordosten startet. Der Höhepunkt des Wandergeschehens liegt in der Regel im Frühjahr, doch auch im Herbst findet eine Rückwanderung statt.

Die Wanderungen der Lurche in Deutschland beginnen in der Regel im Februar oder März, wenn die Temperaturen nachts auf mindestens 5 °C steigen und es feucht ist. Je nach Region und lokalen klimatischen Bedingungen können sich die Wanderungen jedoch unterscheiden, wobei der Südwesten generell früher als der Nordosten startet. Der Höhepunkt des Wandergeschehens liegt in der Regel im Frühjahr, doch auch im Herbst findet eine Rückwanderung statt.

Start und Wanderzeit

- **Früherer Start:** Die Wanderungen können bereits Ende Januar beginnen, was sich in den letzten Jahren aufgrund des Klimawandels gehäuft hat.
- **Wetterabhängig:** Die Wanderungen starten bei mildem und feuchtem Wetter. Temperaturen über 5 °C bei Nacht und Regen sind oft der Auslöser.
- **Dauer:** Die Wanderungen dauern mehrere Wochen an, bis etwa Ende April.

Wanderziele

- **Laichgewässer:** Die Lurche wandern von ihren Winterquartieren zu ihren Laichgewässern, oft zu den Gewässern, in denen sie selbst geschlüpft sind.
- **Artenvielfalt:** Unter den wandernden Tieren sind Erdkröten, Teichmolche, Bergmolche und Grasfrösche.
- **Gewässertypen:** Einige Arten bevorzugen stehende Gewässer (z. B. Kröten), während andere, wie Salamander, auch Bachtäler aufsuchen.

Gefahren und Schutzmaßnahmen

- **Straßen:** Straßen stellen eine große Gefahr für die wandernden Tiere dar, da sie häufig überfahren werden.
- **Schutzzäune:** In vielen Gemeinden errichten Naturschutzgruppen wie der NABU temporäre Schutzzäune mit integrierten Eimern, um die Tiere sicher einzufangen und über die Straße zu tragen.
- **Vorsicht im Verkehr:** Autofahrer werden gebeten, in bekannten Wandergebieten vorsichtig zu fahren, das Tempo zu drosseln und die Strecken möglichst zu meiden.
- **Rückwanderung:** Nach der Paarung im Laichgewässer beginnt die Rückwanderung, die ebenfalls gefährlich sein kann

BEGLEITETES FAHREN

→ AB 17 HINTERS STEUER

Wer sich früh um Fahrausbildung und -prüfung kümmert, kann mit einer Prüfungsbescheinigung schon mit 17 Jahren ans Steuer – in Begleitung. „Begleitetes Fahren ab 17“, kurz BF17, macht's möglich.

Der Ablauf

Damit du bereits mit 17 Jahren ans Steuer darfst, musst du verschiedene Stationen durchlaufen und gewisse Voraussetzungen erfüllen. Hier zeigen wir dir, wie der optimale BF17-Ablauf aussieht.

Die Vorteile

Erhältst du deine Prüfungsbescheinigung, kannst du ein Jahr früher ans Steuer – gemeinsam mit Begleitpersonen. Der sogenannte Führerschein mit 17 hat dabei viele Vorteile, und das nicht nur für deine Sicherheit und Fahrpraxis.

Die Spielregeln

Für die Teilnahme am BF17 musst du eine Reihe rechtlicher Bestimmungen beachten.

Freie Bahn

Bis zu deinem 18. Geburtstag musst du immer eine Begleitperson im Wagen dabei haben. Direkt nach deinem 18. Geburtstag kannst du auch ohne Begleitung fahren.

Gut versichert

Autobesitzerinnen und -besitzer müssen unbedingt die Kfz-Versicherung informieren, wenn du als 17-Jährige oder -Jähriger ihr Auto für BF17 nutzen möchtest. So vermeidest du Probleme im Falle eines Unfalls.

Mit Sondergenehmigung allein fahren

In wenigen Ausnahmefällen ist es möglich, dass du bestimmte Strecken ohne Begleitung fahren darfst – zum Beispiel die zu deinem Ausbildungsplatz. Dafür benötigst du eine Sondergenehmigung.

Nur in Deutschland und Österreich fahren

Nur in Deutschland und Österreich darfst du in Begleitung fahren. Achte auf die Ländergrenzen, um Probleme zu vermeiden.

→ Das Wichtigste zum Führerschein mit 17 in Kürze



Begleitperson fährt mit, bis du 18 bist

Du darfst eine unbegrenzte Anzahl an Begleitpersonen eintragen lassen.

Antrag stellen und mit 16,5 Jahren loslegen

Dafür benötigst du die Erlaubnis einer erziehungsberechtigten Person.

Ausbildung und Prüfung bei BF17

Die laufen genauso ab wie bei Fahrschülerinnen und Fahrschülern, die ihren Führerschein mit 18 Jahren erwerben.

Kaum mehr Geld bezahlen

BF17 kostet kaum mehr Geld als der normale Führerschein. Die Anmeldung der Begleitpersonen kostet zum Beispiel eine geringe zusätzliche Gebühr.



KI generiert

Unfallprävention

Gleichzeitig lenken, bremsen und die Geschwindigkeit kontrollieren – und dabei noch auf den Straßenverkehr achten und Situationen richtig abschätzen? Für Fahranfängerinnen und Fahranfänger eine wahre Mammutaufgabe. Das führt dazu, dass das Unfallrisiko von jungen Erwachsenen, die direkt allein am Steuer sitzen, deutlich höher ist als bei anderen Fahrenden. Aus diesem Grund gibt es BF17. Schließlich ermöglicht das begleitete Fahren ab 17 Jahren Fahranfängerinnen und Fahranfängern, unter erleichterten Bedingungen zu fahren. Sie können sich Feedback, Tipps und Tricks von den erfahrenen Begleitpersonen abholen und von ihnen lernen. Das verbessert ihre Fähigkeiten hinterm Steuer – und fördert ein sichereres Fahrverhalten.

ALLZEIT GUTE FAHRT

Weil Natur Zuhause ist

Vielfalt schützen. Naturkrise stoppen.

Quelle: www.nabu.de

Einatmen. Ausatmen. Noch einmal einatmen.

Diesen zweiten Atemzug verdankst du einem Lebewesen, das du noch nie gesehen hast

... und zwar der Kieselalge. Das ist das Prinzip der biologischen Vielfalt: Die Natur ist ein Netzwerk, in der jeder Organismus eine wichtige Rolle spielt, egal wie klein oder unbekannt. Es ist stabil durch die Vielfalt. Doch die ist akut bedroht. Wir erleben aktuell eine Naturkrise. Wir müssen jetzt gemeinsam handeln, um sie zu stoppen.

Kieselalgen und ihre Planktonverwandten im Meer sind die wahre Lunge unseres Planeten. Ihre Photosynthese setzt mehr als die Hälfte des Sauerstoffs frei, den wir zum Leben brauchen.

Doch weil die Meere wegen der Klimakrise immer saurer werden, leiden auch die Kieselalgen. Es ist nur ein Beispiel von vielen, das zeigt: Unsere Existenz beruht auf intakten Ökosystemen und den Lebewesen darin.

Das Sterben der Anderen? Wofür wir vielfältige Natur brauchen

Doch genau diese Vielfalt ist bedroht: Nur noch etwa ein Viertel der für Deutschland typischen Biotope gilt als un gefährdet. In nur 50 Jahren sind die weltweiten Bestände an Säugetieren, Vögeln, Reptilien und Amphibien um fast 70 Prozent geschrumpft. Die Vielfalt der Lebensräume, der Arten und ihre genetischen Variationen verschwinden aktuell so schnell, dass es als das sechste Massenaussterben auf unserem Planeten bezeichnet wird – verursacht durch den Menschen.

Das Beispiel der Kieselalge zeigt: Diese Krise trifft nicht nur Tiere und Pflanzen. Auch unser Leben beruht auf den überraschenden Zusammenhängen der biologischen Vielfalt. Die zentralen Bauteile sind:

- Vielfalt der Lebensräume
- Artenvielfalt
- Genetische Vielfalt

Es ist ein so komplexes System, dass wir nie genau wissen können, ob wir auf ein Element ohne verheerende Verluste verzichten können. Aber wir wissen genug, um zu erkennen: Es ist ein System, das wir nicht weiter aufs Spiel setzen können, ohne uns selbst zu schaden. Wir wissen genug, um zu handeln.

Was muss sich ändern?

Die Naturkrise ist menschengemacht. Wir haben es in der Hand, sie abzuwenden.

Dadurch, dass wir natürliche Lebensräume für die Land-, Forst- und Fischereiwirtschaft intensiv nutzen, umwandeln und zerschneiden, verlieren wir jede Sekunde biologische Vielfalt. Neben der Zerstörung der Lebensräume führen auch Handel und Konsum bestimmter Tier- und Pflanzenarten dazu, dass viele Arten vom Aussterben bedroht sind. Die Verschmutzung der Umwelt ist ein weiteres Problem: Zu viele Nährstoffe und Pestizide aus der Landwirtschaft belasten Wasser und Böden. Plastikmüll hat mittlerweile sogar die tiefsten Schichten des Ozeans erreicht. All dies wird verstärkt durch die Klimakrise: Häufigere und stärkere Waldbrände, längere Dürreperioden oder die Übersäuerung der Meere setzen Tiere und Pflanzen unter Druck.





Fünf Dinge, die wir sofort tun können

1. Austauschen und reden: Ja, die Beschäftigung mit diesem Thema kann belastend sein und Sorge oder sogar Verzweiflung auslösen. Angesichts der bedrohlichen Lage sind solche Gefühle angemessen, und du bist nicht allein damit. Erst, wenn wir anfangen, uns zu informieren und mit anderen darüber sprechen, merken wir, wie viel Wille etwas zu verändern bereits da ist.
2. Anpacken: Du hast Lust, draußen in der Natur mit anzupacken? Engagiere dich in einer NABU-Gruppe in deiner Nähe und hilf zum Beispiel bei der Pflege von Streuobstwiesen, Flussauen oder anderen Lebensräumen!
3. Sich einmischen: Es würde dich überraschen, wie sehr Abgeordnete von der Landes- bis zur EU-Ebene auf Nachrichten aus ihrem Wahlkreis achten: Schreibe sie persönlich an, weise darauf hin, wie wichtig der Schutz unserer natürlichen Ressourcen ist und fordere mehr Einsatz. Oder engagiere dich direkt in deiner Partei für den Schutz der Natur. Dabei kannst du gerne unsere Argumente und Forderungen nutzen.
4. Bewusst konsumieren: Produkte, die ressourcenschonend und klimafreundlich hergestellt werden, schonen auch die Natur. Die Formel ist einfach, regionale, saisonale, ökologische und faire Produktion sowie wenig, recycelte oder sogar gar keine Verpackung. Es hilft auch, sich vor jedem Einkauf die Frage zu stellen: Brauche ich das wirklich? Und wenn ja, muss es neu sein oder kann ich es auch gebraucht finden?
5. Es blühen lassen: Ob im eigenen Garten, auf dem Balkon oder im Nachbarschaftsprojekt – jede Blüte, jeder Stängel zählt! Schon kleinste Flächen können Insekten Nahrung und Schutz bieten. Sie sind Oasen zwischen versiegelten Flächen und ein Trittstein zum nächsten Lebensraum. Dass so eine Mini-Wildnis zu pflegen einfach Spaß macht und gut aussieht, kommt als Bonus noch dazu.

Mit diesen Dingen kann fast jede/r von uns sofort loslegen. Und es ist gut, das zu tun. Gleichzeitig ist klar, dass die Verantwortung für eine der größten Krisen unserer Zeit nicht auf uns Individuen abgeladen werden darf.

Drei Dinge, die die Politik sofort tun muss

Die Bundesregierung muss den Wert der Natur für unsere Gesellschaft erkennen: Die Leistungen unserer Ökosysteme zu verlieren wäre sehr teuer. Sie muss diese wertvolle Ressource dauerhaft erhalten. Das kann sie tun, indem sie bereits vereinbarte Zielsetzungen wie das Weltnaturabkommen und die EU-Biodiversitätsstrategie in konkrete Schritte und politische Entscheidungen übersetzt:

1. Schutzzoasen ausweiten: Wir brauchen großflächige und miteinander vernetzte Schutzgebiete auf 30 Prozent der Land- und Meeresflächen. Diese bieten nicht nur Pflanzen- und Tierarten einen Lebensraum, sondern auch uns Menschen Orte der Erholung, frisches Wasser und saubere Luft. Als zentralen Schritt zur Umsetzung dieses Ziels muss die Bundesregierung zeitnah ein wirksames Natur-Flächen-Gesetz verabschieden.
2. Klare Regeln für Schutzzoasen: Schutzgebiete dürfen nicht nur auf dem Papier existieren, sondern müssen der Natur Vorrang vor wirtschaftlicher Nutzung geben. Eine Nutzung der Fläche im Einklang mit den Schutzziele kann erlaubt sein, naturschädigende Praktiken sollten aber streng reglementiert werden. Dazu gehören beispielsweise Kahlschläge, der Einsatz von Pestiziden und synthetischen Düngemitteln oder Überfischung. Um den Schutz zu sichern, braucht es ausreichend Personal und Geld.
3. Zerstörte Lebensräume wiederbeleben: Knapp 80 Prozent der natürlichen Lebensräume in Europa sind bereits geschädigt. Meere, Moore, Wälder, Flüsse und Auen müssen wiederhergestellt werden, damit sie uns vor Dürre, Hitze und Überschwemmung schützen und Kohlenstoff binden können. Deutschland muss deshalb schnell einen rechtsverbindlichen Plan zur Wiederherstellung der Natur vorlegen.

Der NABU und seine Ehrenamtlichen unterstützen die Bundes- und Landesregierungen sowie lokale Behörden mit Wissen, Erfahrungen und den zur Verfügung stehenden Flächen, soweit dies möglich ist.

Über Ökosystemleistungen wie Bestäubung, Klimaregulierung oder die Bereitstellung fruchtbarer Böden erbringt die Biodiversität weltweit einen jährlichen Wert in Höhe von 170 bis 190 Billionen US-Dollar. Doch durch den immer schneller fortschreitenden Rückgang der Biodiversität geht dieser Wert jedes Jahr um sechs bis 30 Billionen US-Dollar zurück. Diese Kosten werden an uns alle weitergeben.

80 Prozent aller Wild- und Nutzpflanzen werden durch Insekten bestäubt und sind dabei teilweise auf bestimmte Arten angewiesen. Unsere Ernährung wird aber auch unter der Erdoberfläche gesichert: In unseren Böden leben Milliarden von Kleinstlebewesen, wie etwa Würmer oder Insektenlarven. Diese Biodiversität ist Grundvoraussetzung für eine produktive Landwirtschaft.

Sauberes Wasser, Schutz vor Hochwasser und vor Dürre – das alles leistet die Natur für uns. Doch der Mensch hat so stark in die Ökosysteme eingegriffen, dass sie die lebenswichtigen Funktionen nicht mehr ausführen können. Intakte Ökosysteme wie Auen, Wälder und Moore sind die Antwort auf drohende Wasserrisiken.

Wie entsteht Wetter

– Ganz einfach erklärt

Stell dir vor, die Erde ist wie ein großer Ball, der von einer unsichtbaren Hülle umgeben ist. Diese Hülle heißt **Luft**. In der Luft passieren ständig kleine Veränderungen – und genau daraus entsteht das **Wetter**.



1. Die Sonne macht den Anfang

Die Sonne schickt Wärme zur Erde. Aber sie wärmt nicht überall gleich stark:

- am Meer anders als im Wald,
- am Berg anders als im Tal,
- morgens anders als mittags.

Dadurch entstehen warme und kalte Luftstellen.

2. Warme Luft steigt auf

Warme Luft ist leichter als kalte Luft.

Darum:

- **warme Luft steigt nach oben,**
- **kalte Luft sinkt nach unten.**

Dadurch bewegt sich die Luft – und das ist der **Wind**.

3. Wolken entstehen aus Wasser

In der Luft sind winzige Wassertropfen, so klein, dass man sie nicht sieht.

Wenn warme Luft aufsteigt, kühlt sie sich ab. Dabei entstehen aus dem unsichtbaren Wasser kleine Tröpfchen oder Eiskristalle:

So bilden sich Wolken.



4. Regen, Schnee oder Hagel

Wenn sich viele Tropfen in einer Wolke sammeln, wird die Wolke zu schwer. Dann lässt sie das Wasser fallen:

- **Regentropfen**, wenn es warm ist
- **Schnee**, wenn es sehr kalt ist
- **Hagel**, wenn die Tropfen im Inneren der Wolke gefrieren

5. Alles zusammen ist das Wetter

Wind, Sonne, Regen, Wolken, Schnee, Kälte und Wärme – all das zusammen nennt man **Wetter**.

Es verändert sich ständig, weil sich die Luft und das Wasser in der Luft immer bewegen.

Wie die kleine Sonne das Wetter zaubert

Es war einmal eine kleine, fröhliche Sonne namens **Sona**, die hoch oben am Himmel wohnte. Jeden Morgen wachte sie als Erste auf und schaute neugierig zur Erde hinunter.

„Na, mal sehen, welches Wetter ich heute zaubern kann!“, kicherte Sona und rieb sich ihre warmen Strahlen wie Hände.

Die warmen Strahlen und der Wind

Als Erstes schickte Sona ein paar zarte Sonnenstrahlen hinunter auf eine große Wiese. Dort wurde die Luft warm und

begann aufzusteigen, ganz langsam, wie ein Ballon.

„Hopp, hopp!“, rief Sona.

Doch wo die warme Luft hochstieg, eilte kalte Luft herbei, um den freien Platz zu füllen. Und schwupps – der **Wind** war geboren!

„Siehst du, Wind?“, lachte Sona. „Du kannst die Blätter tanzen lassen!“

Der Wind freute sich so sehr, dass er gleich eine Runde drehte und über das Gras pustete.



Der Tanz der kleinen Wassertropfchen

Hinter der Wiese lag ein kleiner See. Dort stupste Sona mit einem warmen Strahl auf die Wasseroberfläche. Viele winzige Wassertropfchen hüpfen fröhlich in die Luft.

„Kommt nur, kommt nur!“, rief Sona.

Die Tröpfchen stiegen hoch und trafen sich weit oben. Da wurde es plötzlich kälter, und die Tröpfchen kuschelten sich ganz eng zusammen. So entstand eine **weiche, weiße Wolke**.



Wenn die Wolke zu schwer wird

Die Wolke wuchs und wuchs. Viele neue Tröpfchen kamen angetropfelt. Irgendwann stöhnte sie leise:

„Oh je, ich werde so schwer ... Ich halte das nicht mehr lange aus!“

„Dann lass es einfach regnen“, riet Sona freundlich.

Und tatsächlich – kaum war das gesagt, ließ die Wolke die vielen Tropfen hinunterfallen. Der **Regen** plitschte auf die Felder und die Dächer, und sogar der Wind rief: „Juhu! Wasserspaß!“

Kalt genug für Schnee

Manchmal, wenn Sona sehr müde war, schickte sie nur wenig Wärme. Dann wurde es richtig kalt. Die Wolken verwandelten ihre Tropfen in kleine, glitzernde Eiskristalle.

„Heute zaubern wir **Schnee**!“, flüsterte Sona und lächelte.

Und schon tanzten tausende Schneeflocken wie Federn zur Erde hinab.

Ein neuer Tag, ein neues Wetter

Man wusste nie genau, was Sona am nächsten Tag zaubern würde:

- vielleicht Wind zum Drachensteigen,
- Sonne zum Spielen im Garten,
- Regen für die Blumen
- oder Schnee für eine Schneeballschlacht.

Aber eines war sicher:

Sona zauberte das Wetter immer mit Freude – damit auf der Erde nie Langeweile herrschte.



Gezeiten, was ist das?

Quelle: <https://kinderzeitung.kleinezeitung.at>

Was sind die Gezeiten?

Die **Gezeiten** – also **Ebbe und Flut** – erzeugen Wellen. Gezeiten entstehen, weil der Mond eine **Anziehungskraft** besitzt. Das Wasser in den Meeren wird von dieser Kraft angezogen. Daher schwappt es zwischen den Kontinenten hin und her und so entstehen dann Ebbe und Flut. Die Gezeiten gibt es auch in kleineren Gewässern. Nur dort spürt und sieht man sie kaum.

Viele kennen vom Urlaub zum Beispiel an der Nordsee die Gezeiten!



**MBB MEININGER
BUSBETRIEBS GMBH**
Ein Unternehmen der Kreiswerke Gruppe

- Anzeige -

STEIGENDE FAHRGASTZAHLEN DANK DEUTSCHLANDTICKET UND ANGEBOTSVERBESSERUNGEN

In den Bussen der MBB Meininger Busbetriebs GmbH können, wie schon im Jahr zuvor, weiter steigende Fahrgastzahlen beobachtet werden. Zurückzuführen ist dies auf zwei Faktoren. Erstens erstattet der Landkreis Schmalkalden-Meiningen Senioren über 65 Jahren, Schülern und Eltern mit Kleinstkind bis 1 Jahr jeweils mit Wohnsitz im Landkreis Schmalkalden-Meiningen 18 Euro pro Monat vom Deutschlandticket, wenn es in der App „MBB mobil“ gekauft wird. Damit wird gezielt das kreiseigene Verkehrsunternehmen gestärkt und die Einnahmen fließen nicht in irgendwelche fernen Konzernzentralen. Zweitens hat die MBB GmbH seit August ihren Wochenendverkehr besser vernetzt und erschließt mehr Ortschaften mit einem täglichen Verkehrsangebot. Besonders hervorzuheben ist der Rhön-Lückenschluss zwischen Kaltennordheim und

Fladungen, wo nun täglich mindestens drei Verbindungen mit der Buslinie 411 bestehen.

Mit Werrabus und dem Landkreis Hildburghausen hat sich die MBB GmbH auf eine Neuordnung der Bedienung der Ortschaften Eicha, Hindfeld und Milz verständigt. Wo ohnehin schon Werrabus fährt, wird nicht mehr parallel ein MBB-Bus fahren, sondern die Schülerbeförderung von Werrabus übernommen. So werden unnötige Parallelfahrten vermieden und wertvolle Ressourcen für andere Aufgaben freigesetzt.

Auch in 2026 wird der Fokus der MBB GmbH auf Angebotsoptimierung, Modernisierung vom Fuhrpark, Digitalisierung sowie Aus- und Weiterbildung der Personale liegen. So soll weiterhin dem Fahrgast eine verlässliche Dienstleistung angeboten werden. Die Zusammenarbeit mit den benachbarten Verkehrsunternehmen wird weiter intensiviert und gemeinsame Arbeiten zur Fahrplan- und Tarifgestaltung sowie Aus- und Weiterbildung umgesetzt.

„Für Sie unterwegs!“

Ihr Mobilitätsdienstleister
im Landkreis

Ihr Deutschland-Ticket erhalten Sie
in der App „MBB GmbH mobil“.

Für Senioren und junge Eltern
gibt es Sonderkonditionen.



**MBB MEININGER
BUSBETRIEBS GMBH**
Ein Unternehmen der Kreiswerke Gruppe



Wir suchen Sie/Dich!
- Berufskraftfahrer mit FS-Kl. D
- Quereinsteiger
- Auszubildende Fachkraft
im Fahrbetrieb

Am Still 2
98617 Meiningen
E-Mail: info@mbb-mgn.de
Tel.: 03693 84540
weitere Infos erhalten Sie unter
www.mbb-mgn.de



Danke, Papa – Warum wir Vatertag feiern

Vatertag

Quelle: www.printplanet.de

Der Vatertag, auch Herren- oder Männertag genannt, ist ein Brauch zu Ehren der Väter. Er kommt aus den USA und wird seit 1910 nach Vorbild des Muttertags gefeiert. Alle Hintergründe finden Sie hier.

Entstehung des Vatertags

Zu Ehren ihres Vaters rief die US-Amerikanerin Sonora Louisa Dodd den Vatertag ins Leben. Ihr Vater William Smart kämpfte im Sezessionskrieg und war ein Bürgerkriegsveteran. Nach dem Tod seiner Frau kümmerte er sich allein um die sechs Kinder. Um ihm dafür zu danken, organisierte sie 1910 die Bewegung zu Ehren der Väter. Im selben Jahr wurde er am 19. Juni in Spokane/Washington gefeiert.

Der Ehrentag verbreitete sich schnell in den gesamten USA. Bereits 1924 forderte der damalige Präsident Calvin Coolidge die Bevölkerung auf, den Tag zu feiern. Zwei Jahre später gründete sich in New York ein „National Father's Committee“, welches den Vatertag als nationalen Feiertag einführen wollte. Seit 1942 wählen die Mitglieder jährlich einen „National Father of the Year“.

Der Vatertag kommt nach Deutschland

Um 1900 herum begannen überwiegend alleinstehende Männer aus dem Berliner Raum, zu Christi Himmelfahrt Gruppenausflüge zu unternehmen. Da es in Berlin viele schlecht untergebrachte Männer gab, trafen diese sich am meist schon wärmeren Feiertag, um gemeinsam Alkohol zu trinken und etwas zu unternehmen. Dies bildete den Grundstein des Vatertags in Deutschland. Christi Himmelfahrt wurde in der DDR 1967 abgeschafft, doch die Tradition blieb. Noch heute sind die Touren zum Vatertag besonders in Nord- und Ostdeutschland verbreitet.

Vatertag zum Himmelfahrtstag

Bis heute ist nicht ganz klar, warum der Vatertag exakt auf den Feiertag fällt. Christi Himmelfahrt ist eins der ältesten und wichtigsten christlichen Feste. Bereits 370 nach Christus wurde es nachweislich innerhalb des Osterfestkreises gefeiert. In der Bibel steht das Geschehen um Himmelfahrt in der Apostelgeschichte sowie im Lukas-Evangelium. Es heißt, dass Jesus Christus 40 Tage nach seiner Auferstehung seinen Jüngern begegnete. Bei der letzten Erscheinung steigt er „zur Rechten Gottes“ in den Himmel auf.

**AM 14. MAI
IST VATERTAG!**

Zusammenhang zwischen Vatertag und Christi Himmelfahrt

Seit dem Mittelalter gibt es viele Bräuche zu Christi Himmelfahrt. Zum Beispiel zogen Geistliche eine Christusfigur in das Kirchengewölbe. Von oben regnete es anschließend Blumen, teilweise wohl auch Heiligenbilder. An manchen Orten gab es auch Flurumgänge. Der religiöse Hintergrund ist umstritten, da die Bedeutung bereits im Spätmittelalter verloren ging. Der Brauch verkam jedoch immer mehr zum übertriebenen Alkoholgenuss, weshalb die Kirche ihn im Zuge der Reformation bekämpfte.

Daraus entwickelten sich im 19. Jahrhundert sogenannte Herrenpartien, die Vorbilder der heutigen Vatertagstouren. Eine weitere Deutung stammt von Wissenschaftlern, die die Apostelprozession der Jünger zum Berg in Galiläa betrachten. Diese könnten ein weiteres Vorbild für die Touren zum Himmelfahrtstag sein.

Der Vatertag heute

In Nord- und Ostdeutschland finden bis heute zahlreiche Herrenpartien statt. Doch auch in anderen Teilen Deutschlands wird die Idee des Vater- oder Männertags genutzt, um mit anderen Männern Alkohol zu trinken und etwas zu unternehmen.

In den letzten Jahren entwickelte sich der Vatertag teilweise auch zu einem Familientag. Bei Wanderungen nehmen die Männer auch ihre Frauen oder Freundinnen mit und bei Erlebnisausflügen ist die ganze Familie dabei. Es gibt dadurch ein langsames Umdenken zum Herrertag, bei dem nun tatsächlich Väter im Mittelpunkt stehen.

Wie auch am Muttertag basteln kleine Kinder häufig Vatertagsgeschenke oder lernen Gedichte auswendig. Auch größere Kinder schenken ihrem Vater manchmal Kleinigkeiten, doch aktuell ist der Vatertag im Einzelhandel (noch) nicht so groß wie der Muttertag.

Vatertag im Ausland

Auch in anderen Teilen der Welt feiern die Menschen den Vatertag, auch wenn sich Datum und Bräuche unterscheiden. Im Ursprungsland, den USA, gibt es am dritten Sonntag im Juni große Paraden. Außerdem gibt es große Familienfeste, bei denen hauptsächlich die männlichen Familienmitglieder anwesend sind. Dabei steht die Vater-Sohn-Beziehung im Vordergrund. Es gibt auch in den USA Geschenke für die Väter, die meisten unternehmen außerdem Ausflüge.

Die weltweit größte Bedeutung hat der Feiertag im katholischen Italien. Zur „festa del papa“ am Josefstag, dem 19. März, feiern und ehren die Italiener ihre Väter. Dabei ist der Vatertag genauso wichtig wie der Muttertag. Die Väter bekommen Geschenke und gehen auf Ausflüge.

AM 10. Mai IST
MUTTERTAG!

Danke, Mama – Warum wir Muttertag feiern

Muttertag

Quelle: www.ifolor.de



Bedeutung des Muttertags und tolle Geschenkideen für deine Mami

Der zweite Sonntag im Mai gehört unseren Müttern. Sie sind für uns da, trösten bei kleinen und großen Sorgen und verdienen einen Orden für ihre Superkräfte. Es wird also Zeit einmal „Danke“ zu sagen. Aber warum feiern wir eigentlich den Muttertag und welche Bedeutung hat er?

Der Ursprung des Muttertages

Entgegen den hartnäckigen Gerüchten, der Muttertag sei eine Erfindung des Einzelhandels, geht die Verehrung der Mütter tatsächlich bis in die Antike zurück. Schon die alten Griechen feierten Rhea, die Göttin der Erde und Fruchtbarkeit. Der Tag, wie wir ihn bis heute begehen, kommt aber aus der Zeit der Frauenbewegung in den USA. Die Methodistin Anna Marie Jarvis gilt als seine Begründerin. Sie veranstaltete am 12. Mai 1907 ein „Memorial Mothers Day Meeting“. Diese öffentliche Gedenkfeier widmete sie ihrer verstorbenen Mutter und allen Müttern, die ihrer Meinung nach nicht genug Anerkennung für ihre Arbeit erhielten. Gemeinsam mit Frauenverbänden forderte sie Politiker hartnäckig dazu auf, einen offiziellen Tag zum Dank an die Mütter einzuführen. Nach jahrelangen Bemühungen wurde 1914 der zweite Sonntag im Mai offiziell zum nationalen Feiertag in den USA erklärt. Bald übernahmen immer mehr Länder die Idee dieses besonderen Tages. In England wurde der Feiertag „mothering day“, den es schon im Mittelalter gab, wiederbelebt. Dieser wird allerdings bereits am vierten Fastensonntag gefeiert. 1917 erreichte die neue Tradition die Schweiz, zunächst noch ohne großen Bekanntheitsgrad. 1923 feierte man zum ersten Mal in Deutschland und schließlich auch 1924 in Österreich.

Der Muttertag im Laufe der Zeit

So wie sich das Bild der Mutter in den letzten Jahrzehnten wandelte, hat auch der Muttertag selbst in Mitteleuropa eine Entwicklung hinter sich.

In den zwanziger Jahren des vergangenen Jahrhunderts wurde vom Verband Deutscher Blumengeschäftsinhaber noch der „Tag der Blumenwünsche“ beworben mit einem rein kommerziellen Gedanken. Inspiriert durch die deutschen Kollegen lieferten schnell auch die Schweizer Floristen-, Konditoren- und Gärtnerverbände Geschenkideen und verhalfen dem Ehrentag der Mütter zu Bekanntheit. Pressemeldungen, Flugblätter und Radio machten den Muttertag in der Schweiz bald populär. Konditoren und Floristen schmückten ihre Schaufenster und rührten kräftig die Werbetrommel, um den Muttertag zu einer festen Tradition in allen Schweizer Landesteilen zu machen.

Waren die Muttertagsfeiern zu Beginn des 20. Jahrhunderts noch öffentlich, um den Feiertag bekannt zu machen, zieht man sich dafür heute lieber in die eigenen vier Wände zurück. Blumen dürfen dabei nicht fehlen, sie zählen seit Jahren zu den beliebtesten Geschenken – egal, ob selbstgepflückt aus dem Garten oder vom Fachgeschäft. Natürlich braucht es dafür nicht unbedingt einen ausgewählten Tag im Jahr, allerdings geht es beim Muttertag sowieso nicht um große Geschenke. Es sind die kleinen Gesten und Aufmerksamkeiten, die zählen und die diesen Tag zu etwas Besonderem machen. Ein Frühstück im Bett, ein selbstgebackener Kuchen, kleine Geschenke, ein Ausflug mit der ganzen Familie, wenn unter der Woche die Zeit dafür fehlt. An diese Rituale erinnert man sich sein ganzes Leben.

Auch, wenn sich die Bedeutung des Muttertages im Laufe der Zeit verändert hat, bleibt doch eins gleich: Mama ist die Beste.

Was ist „Erste Hilfe“?

Für Kids erklärt:

Quelle: <https://klexikon.zum.de>

Erste Hilfe nennt man es, wenn man einem Verletzten hilft. Meist ist kein Arzt dabei, wenn ein Unfall passiert. Wer es sieht, muss dem Verletzten die Erste Hilfe leisten, damit die Verletzung nicht noch schlimmer wird oder der Verletzte gar stirbt.

Zuerst muss man dafür sorgen, dass der Verletzte nicht mehr in Gefahr ist. Wenn er zum Beispiel auf einer Straße liegt, achtet man darauf, dass er nicht überfahren wird. Dann ruft man den Rettungsdienst, etwa mit dem Notruf: In Europa wählt man dazu die Nummer 112.

Bis der Rettungsdienst kommt, leistet man die eigentliche Erste Hilfe. Man sorgt zum Beispiel dafür, dass der Verletzte auf eine bestimmte Weise liegt. Bei dieser stabilen Seitenlage kann Blut aus dem Mund herausfließen. Sonst erstickt der Verletzte womöglich daran. Wenn er nicht mehr atmet, braucht er eine künstliche Beatmung: Dabei bläst man Luft in seinen Mund.

Wie man Erste Hilfe leistet, muss man lernen. Unterricht in Erster Hilfe kann man in einem Kurs bekommen. Das Rote Kreuz zum Beispiel bietet solche Kurse an. Manche Leute müssen sogar daran teilgenommen haben, Erzieher und Sportlehrer zum Beispiel. In Deutschland darf man nur Auto fahren, wenn man einen Erste-Hilfe-Kurs gehabt hat.

Wer einen Verletzten sieht, muss ihm helfen.

Wer sich trotzdem nicht um ihn kümmert, kann dafür bestraft werden. Viele Leute haben Angst zu helfen. Sie ekeln sich oder fürchten, dass sie etwas falsch machen. Meist ist es aber besser, überhaupt zu helfen als gar nicht. Zumindest ist es wichtig, Hilfe zu holen und andere Menschen anzusprechen, dass sie mit-helfen.



Die mutigen Wächter deines Körpers – die Geschichte der weißen Blutkörperchen



In deinem Körper gibt es eine riesige, unsichtbare Welt. Dort fließen Flüsse aus Blut durch lange Röhren, die wir Adern nennen. In diesen Flüssen schwimmen viele kleine Helfer, die jeden Tag dafür sorgen, dass es dir gut geht.

Die wichtigsten Wächter heißen **weiße Blutkörperchen**. Und genau von denen erzähle ich dir heute eine Geschichte.

Ein großes Team mit einer wichtigen Aufgabe

Stell dir vor, dein Körper ist wie eine große Stadt. In dieser Stadt willst du natürlich gesund bleiben. Aber manchmal versuchen winzige Eindringlinge – Viren, Bakterien oder andere Keime – in diese Stadt hineinzukommen. Sie sind so klein, dass man sie nur mit einem besonderen Mikroskop sehen kann. Doch auch wenn man sie nicht sieht: Sie können Ärger machen.

Und genau dafür gibt es die weißen Blutkörperchen.

Sie sind deine **Körper-Polizei**, deine **Superhelden**, die immer aufpassen.

**Deine Blutspende kann bis zu drei kranken
oder schwerstverletzten Menschen helfen.**

Spende Blut! Spende Plasma! Spende regelmäßig!

Aktuelle Termine der mobilen Blutspende + Öffnungszeiten
der Plasmaspendezentren Eisenach, Erfurt, Ilmenau unter:

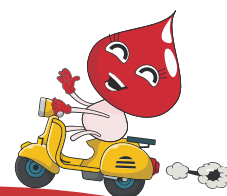
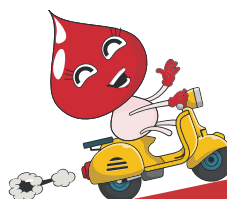
www.blutspendesuhl.de

Facebook/[blutspende123](https://www.facebook.com/blutspende123)

Instagram/[blutspendesuhl](https://www.instagram.com/blutspendesuhl)



Gültigen Personalausweis/
Reisepass nicht vergessen!



AKTIONEN

BLUTSPENDE-SCHWALBE

Jede Person, die ab dem 05.07.2025 bis zum 04.07.2026 Blut, Plasma und/ oder Thrombozyten spendet, nimmt an der Aktion teil. Erstspender willkommen!

SPENDE-CHALLENGE FÜR UNTERNEHMEN

Jetzt mit eurem Unternehmen teilnehmen, Leben retten und im Team punkten!
<https://blutspende-challenge.de/>

VEREIN[t] PLASMA SPENDEN

Leben retten und den Lieblingsverein unterstützen!
www.blutspendesuhl.de/news-aktionen/aktionen/vereint-plasma-spenden/

Die Späher – immer auf der Suche

Einige weiße Blutkörperchen sind wie Späher. Sie schwimmen langsam durch den Blutfluss und halten die Augen offen. Wenn alles ruhig ist, entspannen sie sich. Aber sobald ein Eindringling auftaucht, schlagen sie Alarm: „Achtung, wir haben einen Fremden entdeckt!“ Sofort schicken sie Nachrichten an die anderen Wächter, damit diese herbeieilen.

Die Kämpfer – mutig und stark

Sobald der Alarm losgeht, kommen die stärksten weißen Blutkörperchen angerannt. Sie sehen zwar nicht aus wie Ritter, aber sie kämpfen genauso mutig. Sie stürzen sich auf die Eindringlinge und versuchen, sie unschädlich zu machen. Manchmal „fressen“ sie die Eindringlinge sogar einfach auf – ganz schnell und ohne Angst. Wenn du Fieber bekommst, bedeutet das oft: Die Kämpfer sind gerade im Einsatz. Dein Körper macht es wärmer, damit die Bösewichte es schwerer haben.

Die schlaunen Denker – sie merken sich alles

Es gibt auch eine besonders kluge Gruppe von weißen Blutkörperchen. Sie merken sich genau, wie ein Eindringling aussieht. Wenn der gleiche Keim ein zweites Mal kommt, rufen sie sofort: „Den kennen wir schon! Los, schneller angreifen!“ Deshalb wirst du viele Krankheiten nur einmal im Leben richtig stark bekommen – weil deine weißen Blutkörperchen sie sich merken.

Die großen Heiler – sie räumen auf

Nachdem ein Kampf vorbei ist, räumen andere weiße Blutkörperchen auf. Sie reparieren kleine Schäden und sorgen dafür, dass du dich wieder wohlfühlst. Wenn du zum Beispiel eine Schramme am Knie hast, kommen viele weiße Blutkörperchen dorthin und beschützen die Wunde. Darum wird die Stelle manchmal rot oder warm. Das ist kein Grund zur Sorge – die Heiler arbeiten nur besonders fleißig.

Immer für dich da

Du hast Millionen und Abermillionen weiße Blutkörperchen in deinem Körper. Sie schlafen nie, sie machen nie Urlaub und sie passen ständig auf dich auf – Tag und Nacht. Dank ihnen kannst du spielen, toben, lachen, rennen und die Welt entdecken, ohne dass jeder kleine Keim dich krank macht.

Captain Weiß und der freche Funke

Tief in deinem Körper, mitten in einem warmen Blutfluss, lebte ein weißes Blutkörperchen namens **Captain Weiß**. Er war klein, rund und ein bisschen wabbelig – aber mutiger als jeder Ritter aus einem Märchenbuch. Er trug zwar keine Rüstung, aber dafür ein großes Lächeln und eine noch größere Portion Mut. Eines Morgens, als Captain Weiß gemütlich den Blutfluss entlangtrieb, hörte er plötzlich ein leises „Hihihihiiii“. Das konnte nur einer sein: **Funke**, ein winzig kleiner Keim, der gern Unsinn machte. „Oh nein, nicht schon wieder!“, seufzte Captain Weiß. „Funke, der Frechling, ist zurück!“

Der erste Hinweis

Captain Weiß stellte seine Antennen – also eigentlich einfach zwei kleine Fühler – auf. Ein merkwürdiger Geruch lag in der Luft. „Keimgeruch!“, rief er.

„Funke ist ganz in der Nähe!“ Da huschte auch schon ein winziges, grünes Etwas an ihm vorbei. Funke machte ein Rad, purzelte, lachte und rief: „Fang mich doch, wenn du kannst, Weißklops!“ Captain Weiß war beleidigt. Niemand nannte ihn „Weißklops“. „Jetzt reicht’s!“, brummte er und nahm die Verfolgung auf.

Die wilde Jagd durch den Körper

Funke flitzte durch die Blutbahn wie ein kleiner Wirbelwind. Er rutschte über rote Blutkörperchen, hangelte sich an einer Aderwand entlang und machte sogar einen Purzelbaum über eine Blutplättchen-Gruppe, die gerade beim Reparieren einer kleinen Schramme war. Die Blutplättchen riefen: „He! Wir arbeiten hier! Kein Akrobatik-Zirkus!“ Captain Weiß entschuldigte sich schnell, bevor er weiterjagte. Funke lachte: „Hihiii, du bist viel zu langsam, Captain Weiß! Ich werde nie gefasst!“ „Ach wirklich?“, antwortete Captain Weiß grinsend. „Das werden wir ja sehen.“

Die List des mutigen Wächters

Captain Weiß wusste: Funke liebte Chaos. Also hatte er eine Idee. Er winkte ein paar seiner Freunde heran – andere weiße Blutkörperchen, die sofort bereitstanden. „Leute“, flüsterte er, „wir stellen ihm eine Falle!“ Sie taten so, als wären sie völlig erschöpft und gaben Captain Weiß extra viel Platz. Funke, der kleine Angeber, konnte nicht widerstehen: „Ha! Ihr seid SOOO langsam! Ich komm ganz nah ran, um euch auszulachen!“ Und genau in diesem Moment sprang Captain Weiß vor: „Jetzt hab ich dich!“ Mit einem einzigen Satz schnappte er sich Funke und umarmte ihn fest. Für einen Keim bedeutet eine Umarmung von einem weißen Blutkörperchen allerdings das Ende des Unsinn.

Das Ende des Abenteuers – und ein neuer Anfang

Funke schrumpfte, wurde ganz schlapp und verschwand schließlich – puh! Der Körper war wieder sicher. Die anderen weißen Blutkörperchen klatschten begeistert: „Bravo, Captain Weiß! Du bist der beste Keimjäger der ganzen Blutstadt!“ Captain Weiß grinste stolz. „Alles in einem Tag erledigt“, sagte er und ließ sich zurück in den warmen Blutfluss treiben. Doch kaum hatte er die Augen geschlossen, hörte er ein anderes Geräusch: „Plopp.“ Captain Weiß öffnete ein Auge. „...War das ein neuer Keim?“ Ein rotes Blutkörperchen nickte: „Äh ... ja. Und dieser sieht sehr zappelig aus.“ Captain Weiß seufzte, schüttelte sich, sprang auf und rief: „Auf zum nächsten Abenteuer!“



Ostern für Kinder erklärt

Ostern ist das wichtigste Fest im Christentum. Eigentlich war es ein Fest bei den Juden: Pessach. Die Römer haben Jesus am Kreuz hingerichtet, weil sie dachten, dass er ihre Macht beseitigen wollte. Gemäß der Bibel geschah dies gerade am Pessach-Fest. Die Bibel berichtet weiter, dass er nach drei Tagen von den Toten auferstanden, also wieder lebendig geworden sei.

Für die Christen ist dieses Wunder so wichtig, weil es zeigt, dass Jesus mehr als ein einfacher Mensch war, eben der Christus. Durch seine Auferstehung besiegte er den Tod und gab damit den Menschen die Hoffnung auf das ewige Leben. Sein Tod am Kreuz lässt sich wissenschaftlich belegen. Seine Auferstehung ist jedoch ein Wunder, an das die Christen glauben. Es hat viele Menschen im Abendland seither sehr stark geprägt.

Das Osterfest der Christen beginnt am Gründonnerstag und endet am Ostermontag. Heute liegt Ostern immer am ersten Wochenende nach dem ersten Vollmond im Frühling. Die orthodoxen Christen, die vor allem in Russland und in Osteuropa leben, machen aus Ostern ein viel größeres Fest als Weihnachten.

Ostern ist aber nicht nur ein christliches Fest. Viele Menschen feiern Ostern vor allem als Frühlingsfest, an dem man die Familie besucht. Die Bräuche stammen längst nicht alle aus der Bibel. Manches hat man von den Germanen übernommen.

Was sagt die Bibel über Ostern?

Die vier Bücher des Neuen Testaments, die die Geschichte von Jesus erzählen, heißen Evangelien. Sie werden Matthäus, Markus, Lukas und Johannes zugeschrieben. Sie entstanden aber erst viele Jahre nachdem Jesus gestorben war. Jedes Evangelium ist deswegen ein wenig anders. Das gilt auch für die Ostergeschichte, auch wenn vieles in allen Evangelien gleich oder ähnlich ist. Markus erzählt sie so:

Jesus feiert mit seinen Jüngern das jüdische Pessachfest. Dabei halten sie ein Abendmahl. Jesus gibt seinen Jüngern, die ihn seit längerer Zeit begleiten, Brot und Wein als Symbole für seinen Körper und sein Blut. Er weiß, dass er bald sterben wird, weil ihn einer seiner Jünger verraten wird. Darum feiert man heute in der Kirche das Abendmahl, um sich an das letzte Abendessen von Jesus zu erinnern. Die Erinnerung an das erste Abendmahl feiert man heute am Gründonnerstag.

Anschließend geht Jesus in einen Garten zum Beten, wo sein Jünger Judas mit einer Gruppe Soldaten auftaucht, die Jesus verhaften. Judas hatte Jesus verraten, wie Jesus es vorausgesagt hatte. Seine übrigen Jünger fliehen verängstigt. Am Tag darauf wird Jesus vor dem Hohen Rat der Juden verurteilt und anschließend von den Römern gequält und zum Schluss gekreuzigt. Dieser Tag, an dem Jesus am

Kreuz stirbt, heißt Karfreitag. Nach seinem Tod am Kreuz wird Jesus in die Grabhöhle eines reichen Mannes gelegt, weil dieser es so wollte.

Als aber am dritten Tag drei Frauen an sein Grab kommen, um seinen Leichnam zu salben, finden sie das Grab leer vor. Ein Engel verkündigt ihnen, dass der, den sie suchen, nicht hier sei, weil er auferstanden sei, wie er es seinen Jüngern beim letzten Abendmahl versprochen hatte. Erst als Jesus auf einmal hinter ihnen steht, glauben sie auch daran. Bei seiner Auferstehung selbst war jedoch kein Mensch dabei. Sie fällt auf den Ostersonntag. Das ist der dritte Tag nach der Kreuzigung. Zum Ostermontag steht in der Bibel nichts.

Noch während vierzig Tagen ließ sich Jesus immer wieder erblicken. Einmal trat er hinzu, als seine elf Jünger zusammensaßen. Am Ende dieser Zeit wurde er vor ihren Augen in den Himmel hinaufgehoben. Dieses Fest nennen wir heute „Auffahrt“ oder „Christi Himmelfahrt“. Es fällt immer auf den Donnerstag in der sechsten Woche nach Ostern.

Was sagt die heutige Wissenschaft über Ostern?

In der Wissenschaft ist unbestritten: Pontius Pilatus verurteilte den Menschen Jesus zum Tod am Kreuz, als dieser etwa 33 Jahre alt war. Es war eine grausame Hinrichtungsart für Aufrehrer. Eine Kreuzigung überlebte keiner. Jesus muss also gestorben sein wie alle anderen Gekreuzigten auch.

Die Geschichts-Wissenschaft beschäftigt sich mit dem Menschen Jesus. Ein gestorbener Mensch wird nicht wieder lebendig. Dieser Zweig der Wissenschaft beschäftigt sich nicht mit der Frage, ob der Mensch Jesus auch gleichzeitig der Christus war, der „Gesalbte“.

Damit beschäftigt sich eine andere Wissenschaft, die Theologie. Sie erforscht den Glauben, in diesem Fall das Christentum. Sie fand heraus, dass viele Menschen damals davon überzeugt waren, dass Jesus eben mehr als nur ein Mensch war, sondern Gottes Sohn. Als solcher konnte er ja gar nicht tot bleiben, sondern musste auferstehen. Das bezeugen die verschiedenen Geschichten, die von Menschen erzählen, die ihm begegneten.

Theologen und Historiker fragen sich, was der Glaube an die Auferstehung in den folgenden Jahrhunderten bewirkt hat. Das war sehr viel. Kaum etwas anderes hat das Abendland mehr geprägt.



Ob die Auferstehung wirklich beweisbar ist wie die Tatsache, dass Eis an der Sonne schmilzt, oder ob sie nur geglaubt ist, spielt dabei keine Rolle.

Wann ist ostern?

Schon die frühen Christen fragten sich, wann man Ostern genau feiern soll. In den Evangelien steht nicht so viel darüber: Jesus wurde am Tag vor dem jüdischen Pessachfest gekreuzigt. Außerdem war es der Tag vor einem Sabbat.

Das jüdische Pessachfest begann am 15. Tag des jüdischen Monats Nisan. Der Vortag war also der 14. Nisan. Der Tag der Auferstehung war dann zwei Tage später, der 16. Nisan.

Woher aber wusste man, wann der Monat Nisan begann? Man schaute nachts zum Himmel und beobachtete, bis man das erste Licht des zunehmenden Mondes sah. Das war aber unsicher. Außerdem wollte man gern den Wochentag berücksichtigen.

Die Christen stritten sich noch lange Zeit über das richtige Osterdatum. Nach mehreren Jahrhunderten einigte man sich darauf, dass Ostern an einem Sonntag gefeiert werden soll. Und zwar an dem Sonntag, der auf den ersten Vollmond im Frühling folgt. Der Frühling fängt am 21. März an. Dazu hat man sich aber immer wieder neue Sonderregeln ausgedacht.

Wann ist 2026 ostern?

Ostern ist im Jahr 2026 am Sonntag, den 5. April, und im Jahr 2027 am Sonntag, den 28. März. Damit sind die Feiertage für 2026: Karfreitag am 3. April, Ostersonntag am 5. April und Ostermontag am 6. April.

Was machen die Menschen heute an ostern?

Heute gibt es zahlreiche Bräuche an Ostern. Der bekannteste ist der des Osterhasen, der die Ostereier versteckt. Hase und Eier haben eine ganz bestimmte Bedeutung. Das Ei steht für neues Leben, das Jesus durch seine Auferstehung geschenkt hat.

Der Hase steht für die Fruchtbarkeit. Denn in der Jahreszeit, in der das Osterfest liegt, bekommen Hasen ihre Jungen. Diese Bräuche haben eigentlich nichts mit Jesus zu tun, sie kommen wohl eher von den alten Germanen. Damit haben die Germanen den Anfang des Frühlings gefeiert.

Weitere Bräuche sind zum Beispiel das Osterlamm als Opfertier. Es ist ein Zeichen dafür, dass Gott die Sünden der Menschen vergibt. Jesus hatte die Sünden auf sich genommen, als er für die Menschen starb. Beim Osterfeuer geht es auch um einen neuen Anfang: Das Alte wird verbrannt und macht Platz für das Neue.



Was ist künstliche Intelligenz?

Künstliche Intelligenz nennt man oft einfach KI. KI ist etwas, das in **Computern, Handys, Tablets oder Robotern** steckt.

Man kann sich KI vorstellen wie ein **künstliches Gehirn**. Dieses Gehirn gehört aber **nicht zu einem Menschen**, sondern zu einer **Maschine**.

Was bedeutet „künstlich“?

„Künstlich“ heißt: **Von Menschen gemacht**

Zum Beispiel:

- Eine Blume wächst von selbst → **nicht künstlich**
- Eine Plastikblume wird hergestellt → **künstlich**

Also bedeutet **künstliche Intelligenz**: Ein **von Menschen gemachtes Denken**

Was bedeutet „Intelligenz“?

Intelligenz heißt:

lernen, verstehen, sich Dinge merken, Probleme lösen
Menschen haben Intelligenz, weil sie:
in die Schule gehen, Erfahrungen machen, Fehler machen und daraus lernen

KI versucht, **ähnliche Dinge zu tun**, aber **auf ihre eigene Art**.

Wie lernt eine KI?

KI lernt **nicht wie ein Kind**, sondern anders.

Ein Beispiel: Ein Kind lernt, was eine Katze ist. Es sieht eine Katze, streichelt sie, hört sie miauen.

Eine KI lernt so:

Sie bekommt **tausende Bilder von Katzen**. Menschen sagen ihr: „Das ist eine Katze“. Die KI merkt sich Muster: Ohren, Augen, Schnurrhaare, Schwanz
Nach vielen Beispielen kann die KI sagen: „Das sieht aus wie eine Katze“

Kann eine KI denken?

KI kann **nicht wirklich denken** wie ein Mensch.

Sie kann: rechnen, vergleichen, Informationen sortieren, sehr schnell antworten

Aber sie kann **nicht**: fühlen, traurig oder fröhlich sein, träumen, eigene Wünsche haben

KI tut nur das, **was Menschen ihr beigebracht haben**.

Wo begegnen wir KI im Alltag?

Viele Kinder merken gar nicht, dass sie KI schon kennen

Beispiele:

- Sprachassistenten hören zu und antworten
- Navigationsgeräte zeigen den Weg
- Streamingdienste schlagen Filme vor
- Spiele passen sich deinem Können an
- Handys erkennen Gesichter auf Fotos

Überall dort arbeitet **künstliche Intelligenz im Hintergrund**.

Die Fastenzeit für Kinder erklärt

Quelle; <https://www.katholisch.de>

Nach Karneval ist Schluss mit lustig: Viele Katholiken essen dann bis Ostern weniger und verzichten etwa auf das Auto, Alkohol oder Zigaretten. Wir erklären in kindgerechter Sprache, warum gläubige Menschen fasten und wie sie das näher zu Gott bringt.

An Aschermittwoch beginnt die Fastenzeit. Sie geht bis zum Gründonnerstag an Ostern. Ostern ist das wichtigste Fest für uns Christen, deshalb möchten wir uns darauf ganz besonders gut vorbereiten.

In der Fastenzeit wollen wir uns ganz auf Gott und den Glauben konzentrieren. Das geht am besten, wenn wir uns durch möglichst wenig ablenken lassen. Der richtige Name der Fastenzeit ist die „österliche Bußzeit“. Das Wort „Buße“ hat etwas mit „besser“ zu tun: Denn in der Fastenzeit wollen wir besonders gut für Gott sein. Fasten hat deshalb auch etwas damit zu tun, Sachen erstmal nicht mehr zu machen, die nicht unbedingt gut für einen sind: Schokolade essen, Auto fahren, lange fernsehen, rauchen oder Alkohol trinken.

Wer richtig fastet, isst außerdem nur einmal am Tag richtig und bis auf zwei kleine Mahlzeiten den restlichen Tag über nichts mehr. Zudem isst man freitags kein Fleisch, weil uns der Freitag an den Tod Jesu erinnert. An den Sonntagen und an besonderen Festen wird allerdings nicht gefastet. Denn für uns ist jeder Sonntag wie ein kleiner Ostertag, an dem wir daran denken, wie Jesus gestorben und dann auferstanden ist – also aus dem Tod in das neue Leben wiedergekommen ist.

Das Wort „fasten“ kommt von einem althochdeutschen Wort, das bedeutet, dass man auf etwas verzichtet. Fasten heißt aber nicht nur, dass man auf etwas verzichtet – sondern auch, dass man für etwas anderes verzichtet. Wenn wir uns nicht mehr von so vielen Dingen ablenken lassen – wie vom Handy, der Spielkonsole oder dem Fernseher – können wir uns viel besser auf Gott, aber auch auf andere Menschen konzentrieren.

In den Gottesdiensten, die wir feiern, denken wir in dieser Zeit daran, wie Jesus für uns gelitten hat und gestorben ist. Außerdem beten wir in dieser Zeit sehr viel und viele tun etwas für andere Menschen. Denn besonders in dieser Zeit möchten wir an die Menschen denken, die es nicht so gut haben.

An Karneval schmecken sie noch köstlich: Partykrapfen. In der Fastenzeit wird in vielen Haushalten auf Süßigkeiten und Gebäck verzichtet.

Christen sind nicht die einzigen, die fasten. In allen Religionen gibt es Fastenzeiten – sie beginnen aber an unterschiedlichen Tagen und dauern nicht immer gleich lange. Im Islam zum Beispiel wird im Fastenmonat „Ramadan“ tagsüber nichts getrunken und gegessen.

Die Fastenzeit hat kein festes Datum, weil auch Ostern jedes Jahr an einem anderen Datum ist. Der Ostersonntag ist immer

der erste Sonntag nach dem Frühlingsvollmond und fällt auf einen Tag zwischen dem 21. März und dem 25. April. Von dort aus rechnet man sechs Wochen nach vorne im Kalender bis zum Aschermittwoch, der der Beginn der Fastenzeit ist. An Karfreitag und Karsamstag fasten wir auch noch, weil wir dann an den Tod Jesu denken – sie zählen aber nicht mehr zur Fastenzeit.

Man nennt die Fastenzeit auch die „Heiligen 40 Tage“, denn früher hat man immer 40 Tage lang gefastet. Heute sind es eigentlich keine 40 Tage mehr, sondern nur noch 38: Denn wenn man die Tage zwischen Aschermittwoch und Gründonnerstag zählt und die Sonntage weg lässt, kommt man nur auf 38 Tage.

Trotzdem sprechen wir noch von den „40 Heiligen Tagen“, weil die Zahl 40 eine besondere für uns ist: Denn genau so lange hat Jesus damals in der Wüste gefastet. Die Bibel erzählt von der sogenannten „Versuchung Jesu“ in der Wüste. Nachdem Jesus 40 Tage lang gehungert hatte, wollte der Teufel ihn dazu überreden, Steine zu Brot zu machen, sich von einem Tempelberg hinunter zu stürzen oder allen Reichtum der Welt anzunehmen.

Der Teufel wollte nicht, dass Jesus und andere Menschen an Gott, seinen Vater, glaubten und wollte Jesus deshalb zu etwas anstiften, das ihn von Gott wegbringen würde. Jesus aber widerstand allen drei Versuchungen, denn für ihn war nichts wichtiger als Gott. Deshalb sollen wir – genau wie Jesus - 40 Tage lang fasten.



APRIL, APRIL!

Warum man am 01. April die Leute veräppelt?!

Quelle: M. Reise, LW Medien

Man veralbert die Leute am 1. April aus verschiedenen historischen Gründen, wobei die genaue Herkunft des Brauchs nicht eindeutig geklärt ist. Eine populäre Theorie besagt, dass der Tag auf den Geburtstag von Judas Iskariot zurückgeht, der Jesus verraten hat, und daher Täuschung und Spott in den Vordergrund stellt. Andere Theorien verknüpfen den Ursprung mit einer Kalenderreform im 16. Jahrhundert in Frankreich, die den Jahreswechsel vom 1. April auf den 1. Januar verschob, und so diejenigen verspottete, die noch am alten Termin feierten.

Mögliche Ursprünge des Aprilscherzes

- **Judas-Theorie:** Eine weit verbreitete Erklärung ist die, dass der 1. April als Geburtstag von Judas Iskariot gilt. Da er Jesus verriet, soll an diesem Tag die Tradition entstanden sein, Menschen zu täuschen und hereinzulegen.
- **Französische Kalenderreform:** Eine weitere weit verbreitete Theorie besagt, dass der französische König Karl IX. im Jahr 1564 den Neujahrsbeginn vom 1. April auf den 1. Januar verlegte. Wer weiterhin am 1. April Neujahr feierte, wurde als „Aprilnar“ verspottet.
- **Volkskunde und Frühlingsfeste:** Volkskundler sehen auch Verbindungen zu mittelalterlichen Frühlingsfesten wie dem Fest der Narren, bei denen christliche Rituale parodiert wurden und es erlaubt war, Nachbarn zu verspotten.
- **Wetter-Theorie:** Der April ist bekannt für sein wechselhaftes Wetter. Die Redewendung „jemanden in den April schicken“ könnte auch mit dieser Unberechenbarkeit des Monats zusammenhängen.
- **„In den Priel schicken“:** Eine neuere Erklärung besagt, dass sich die Redewendung „in den April schicken“ aus dem älteren „in den Priel schicken“ entwickelt hat. Ein Priel ist ein gefährlicher Wattfluss, und „jemanden in den Priel schicken“ bedeutete, ihn in Gefahr zu bringen oder loszuwerden. Da der Begriff „Priel“ im Süden Deutschlands nicht mehr bekannt war, wurde er durch Volksetymologie zu „in den April schicken“ umgedeutet.



Diese Scherze haben sich Firmen ausgedacht

Quelle: <https://kinderzeitung.kleinezeitung.at>

Am 1. April nutzen viele die Gelegenheit, andere mit einem Scherz zum Lachen zu bringen. Auch viele Firmen lassen sich diese Chance nicht entgehen. Wir haben hier einige Aprilscherze gesammelt!

Zahnpasta mit Burgergeschmack

Im Jahr 2017 veröffentlichte Burger King (sprich: börgger king) ein Werbevideo, in dem eine neue Zahnpasta angekündigt wurde. Das Besondere: Die **Zahnpasta schmeckt genauso wie ein leckerer Burger!** Auch wenn diese Vorstellung Burger-Liebhaber wohl glücklich stimmte, war vielen schnell klar, dass es sich dabei um einen Aprilscherz handeln muss.

Pizza für unterwegs

Wer Burger nicht so gerne hat und lieber Pizza isst, würde sich vielleicht über den **Pizza-Kaugummi** von Dr. Oetker freuen. Die Sorten „Salami“ und „Vier Käse“ wurden vor zwei Jahren angekündigt. Den Geschmack von Pizza genießen, egal wann und wo? Klingt für einige traumhaft, war aber leider nur ein Aprilscherz.

Neuer Traumberuf: Felsenputzer

Hast du dich schon mal gefragt, warum die Berge in der Schweiz so sauber sind? Am 1. April 2009 gab die Tourismusorganisation der Schweiz eine Antwort auf diese interessante Frage. Angeblich würden **Felsenputzer** täglich mit Bürsten, Besen, Wasser und einer ganzen Portion Kraft für Stunden **die Berge putzen**. Doch das war noch nicht der ganze Scherz! Es gab sogar einen Online-Test, mit dem man herausfinden konnte, ob man selbst die Fähigkeiten hat, Felsenputzer zu werden.

Alexa für Haustiere

Der sprechende Assistent von Amazon mit dem Namen Alexa wird von vielen Personen genutzt, um Musik zu hören, Fragen zu stellen oder Erinnerungen im Kalender einzutragen. Passend zum 1. April verkündete das Unternehmen, dass es nun auch ein Gerät für Haustiere gibt! Das wurde **Petlexa** genannt, denn Haustier heißt auf Englisch Pet. Mit diesem Gerät **können Hunde und Katzen nun ganz ohne ihre Besitzer Dinge bestellen**. Das würde bestimmt Leckerlis und Spielzeug ohne Ende bedeuten! Aber natürlich war auch das nur ein Witz.

Kinder- & Jugendschutz

Quelle: <https://familienportal.de>

Kinder und Jugendliche sind sich nicht immer der Gefahren und Risiken des Alltags bewusst. Deshalb ist es wichtig, sie vor Gewalt, Missbrauch, Vernachlässigungen und anderen gefährdenden Einflüssen zu schützen. Helfen Sie Ihrem Kind dabei, Gefahren zu erkennen. Unter Mitwirkung der Erzieherinnen und Erzieher in den Kitas und der Lehrerinnen und Lehrer in der Schule sind Sie gefordert, Ihrem Kind alle Kompetenzen zu vermitteln, die es braucht, und ihm Grenzen aufzuzeigen.

Aber auch der Staat setzt sich für das Wohl von Kindern und Jugendlichen ein und unterstützt Eltern in ihrem Erziehungsauftrag.

Was sind die rechtlichen Grundlagen für den Kinder- und Jugendschutz in Deutschland?

Kinderrechtskonvention der Vereinten Nationen

Das „Übereinkommen über die Rechte des Kindes“ wurde am 20. November 1989 von der Vollversammlung der Vereinten Nationen verabschiedet. Am 5. April 1992 trat die Kinderrechtskonvention in Deutschland in Kraft. Sie regelt umfassend den Schutz, die Förderung und Befähigung sowie die Teilhabe und Beteiligung von Kindern und Jugendlichen und gilt in fast allen Staaten der Erde.

Kinder- und Jugendschutz im Grundgesetz

In Deutschland ist der Kinder- und Jugendschutz eine staatliche Aufgabe mit Verfassungsrang. Er fällt unter den Auftrag der öffentlichen Fürsorge (Artikel 74 Absatz 1 Nr. 7 Grundgesetz). Dadurch ist der Staat verpflichtet, Eltern bei der Erziehung ihrer Kinder, zum Schutz vor Gefährdungen und zum Schutz des Kindeswohls, zu unterstützen (sogenanntes „Wächteramt“ auf Basis von Artikel 6 Absatz 2 Satz 2 Grundgesetz).

Kinder und Jugendliche bedürfen entsprechend ihrem Alter und Entwicklungsstand des Schutzes, der Hilfe und der Förderung, um sich zu eigenverantwortlichen Persönlichkeiten innerhalb der sozialen Gemeinschaft zu entwickeln und an ihr teilzuhaben. Deshalb hat das Grundgesetz auf Entfaltung ihrer Persönlichkeit (Artikel 2 Absatz 1 Grundgesetz) sowie der Schutz der Menschenwürde (Artikel 1 Absatz 1 Grundgesetz) für sie eine besondere Bedeutung.

Kinder- und Jugendschutz in der deutschen Gesetzgebung (SGB VIII und KKG)

Die rechtlichen Vorschriften zum Schutz von Kindern und Jugendlichen sind im

- Achten Buch des Sozialgesetzbuches (Kinder- und Jugendhilfe – SGB VIII) und
- Gesetz zur Kooperation und Information im Kinderschutz (KKG) enthalten.

Sie umfassen sowohl präventive Angebote und Leistungen, durch die Gefährdungen für Kinder und Jugendliche möglichst vorgebeugt werden soll, als auch intervenierende Maßnahmen in Fällen von Kindeswohlgefährdung.

Besonders wichtige gesetzliche Regelungen sind:

- vielfältige Unterstützungs- und Beratungsangebote,
- die Berechtigung und Verpflichtung des Jugendamtes, Kinder und Jugendliche in akuten Gefährdungssituationen in Obhut zu nehmen und
- der Schutzauftrag des Jugendamtes: Das Jugendamt muss das Gefährdungsrisiko einschätzen, wenn ihm gewichtige Anhaltspunkte für eine Gefährdung des Kindeswohls bekannt werden. Dann hat es die notwendigen Maßnahmen zum Schutz des Kindes oder den Jugendlichen zu ergreifen. Je nach Ergebnis der Gefährdungseinschätzung nimmt es das Kind oder den Jugendlichen in Obhut, bietet den Erziehungsberechtigten geeignete Hilfen an oder ruft das Familiengericht an (§ 8a SGB VIII).

Außerdem enthält das SGB VIII die rechtliche Grundlage für den Ausschluss einschlägig vorbestrafter Personen von haupt- und ehrenamtlichen Tätigkeiten in der Kinder- und Jugendhilfe. Das KKG enthält unter anderem die rechtliche Grundlage für leicht zugängliche Unterstützungsleistungen für Familien vor und nach der Geburt und in den ersten Lebensjahren des Kindes (sogenannte „Frühe Hilfen“).

Es stärkt den für einen wirksamen Kinderschutz wichtigen Austausch zwischen den unterschiedlichen Akteuren, wie zum Beispiel Ärzten, Jugendämtern, Schulen und Beratungsstellen.



Darüber hinaus enthält das KKG die Befugnis für Berufsgeheimnisträgerinnen und Berufsgeheimnisträger, im Falle des Verdachts einer Kindeswohlgefährdung die zur Gefährdungseinschätzung erforderlichen Daten an das Jugendamt zu übermitteln. Die Vorschriften zum Schutz von Kindern und Jugendlichen im SGB VIII und im KKG basieren auch auf Erkenntnissen aus dem Aktionsprogramm „Frühe Hilfen“ und den Runden Tischen zum „Sexuellen Kindesmissbrauch“ und zur „Heimerziehung“.

Das Jugendschutzgesetz

Das Jugendschutzgesetz (JuSchG) regelt unter anderem,

- den Verkauf von Tabak und Alkohol,
- den Aufenthalt in Diskotheken und Gaststätten,
- die Alterskennzeichnung und den Vertrieb von Spielen und Filmen auf Trägermedien (wie zum Beispiel eine DVD) und im Kino
- sowie die Indizierung jugendgefährdender Träger- und Telemedien.

Der Jugendmedienschutz-Staatsvertrag der Länder enthält Normen zur jugendschutzkonformen Verbreitung von Angeboten in Rundfunk und in sogenannten Telemedien.

Darüber hinaus ist auch eine aktive Aufklärung über den Jugendschutz wichtig. Das Bundesfamilienministerium informiert beispielsweise auf seinem Internetportal „Jugendschutz Aktiv“ Einzelhändler, Gastronomen und Veranstalter sowie Eltern, Kinder und Jugendliche zum Thema Jugendschutz.

Die obersten Landesbehörden im Sinne des JuSchG sind die jeweils zuständigen Landesjugendministerien.

Jugendmedienschutz-Staatsvertrag

Der Jugendmedienschutz-Staatsvertrag (JMStV) der Länder schafft einheitliches Recht zwischen den Bundesländern und enthält Normen für den Schutz der Menschenwürde und den Jugendschutz in Rundfunk und Telemedien.

Wer ist Kind im Sinne des Jugendschutzgesetzes?

Ein Kind ist laut Jugendschutzgesetz jede Person, die noch nicht 14 Jahre alt ist (§ 1 Abs. 1 Nr. 1 Jugendschutzgesetz).

Wer ist Jugendlicher im Sinne des Jugendschutzgesetzes?

Jugendliche sind laut Jugendschutzgesetz Personen, die mindestens 14, aber noch nicht 18 Jahre alt sind (§ 1 Abs. 1 Nr. 2 Jugendschutzgesetz).

Wer ist personensorgeberechtigte Person im Sinne des Jugendschutzgesetzes?

Personensorgeberechtigt ist, wem allein oder gemeinsam mit einer anderen Person die Personensorge zusteht. In der Regel sind das die Eltern. Rechtsgrundlage sind die Vorschriften des Bürgerlichen Gesetzbuches (BGB) und § 1 Abs. 1 Nr. 3 Jugendschutzgesetz.

Zu den Aufgaben der Personensorge gehören nach § 1631 BGB vor allem folgende Rechte und Pflichten:

- Pflege des Kindes
- Erziehung des Kindes
- Beaufsichtigung des Kindes
- Bestimmung des Aufenthalts des Kindes

Anders als im Jugendschutzgesetz versteht man hier unter „Kind“ alle minderjährigen Nachkommen.

Wer ist erziehungsbeauftragte Person im Sinne des Jugendschutzgesetzes?

Erziehungsaufgaben können von Eltern oder Personensorgeberechtigten an Personen, die mindestens 18 Jahre alt sind, übertragen werden (§ 1 Abs. 1 Nr. 4 Jugendschutzgesetz). Wichtig ist, dass die erziehungsbeauftragte Person in der Lage ist, die Beaufsichtigung tatsächlich wahrzunehmen. Es muss sichergestellt sein, dass sie sich um die ihr anvertraute Person kümmert.

Die kommunalen Ordnungsbehörden kontrollieren, dass die Jugendschutzvorschriften eingehalten werden, vor allem im Gast-, Veranstaltungs- und Mediengewerbe. Jugendschutzrechtliche Straftatbestände werden von der Polizei und der Staatsanwaltschaft verfolgt. Im Jugendmedienschutz gibt es ein differenziertes Selbstkontrollsystem. Die Kommission für Jugendmedienschutz (KJM) beaufsichtigt den privaten Rundfunk und die Telemedien im Rahmen des Jugendmedienschutz-Staatsvertrags. Die Bundeszentrale für Kinder- und Jugendmedienschutz (BzKJ) hat nach dem Jugendschutzgesetz (JuSchG) den Auftrag, Kinder und Jugendliche vor Medien zu schützen, die einen jugendgefährdenden Inhalt haben, in dem diese in die Liste jugendgefährdender Medien aufgenommen werden (Indizierung). Hiermit gehen umfangreiche Verbreitungs- und Werbebeschränkungen einher.

Träger der öffentlichen Jugendhilfe sind die Kommunen. Das Jugendamt ist verantwortlich für den erzieherischen Jugendschutz. Es betreibt präventive Jugendarbeit und arbeitet dabei mit Eltern, Kindergärten und Schulen zusammen. Das Jugendamt ist auch für intervenierende Maßnahmen in Fällen von Kindeswohlgefährdung zuständig.

Die Landesjugendämter nehmen überörtliche Aufgaben der Jugendhilfe wahr. Die obersten Landesjugendbehörden sind die jeweiligen Landesministerien für Jugend. Das zuständige Landesjugendamt finden Sie auf der Homepage der Bundesarbeitsgemeinschaft der Landesjugendämter.

Die Träger der freien Jugendhilfe sind in der verbandlichen und offenen Jugendarbeit ebenfalls im erzieherischen Jugendschutz sowie bei Schutzmaßnahmen in Notsituationen tätig. Das sind beispielsweise Jugendverbände oder Wohlfahrtsverbände. Sie betreiben häufig Beratungsstellen, zum Beispiel in der Sucht- und Erziehungsberatung.



**Ihr kompetenter Ansprechpartner rund um
Versicherung & Vorsorge**

VERSICHERUNGSMAKLER BROTTERODE

VERSICHERUNGEN MIT
KOMPETENZ UND HERZ

Versicherungsmakler Brotterode e.K.

Inhaber: Sabine Frankenhauser

Südstr. 39
98596 Brotterode-Trusetal

Tel. 036840 32400
Fax 036840 30199

info@versicherungsmakler-brotterode.de
www.versicherungsmakler-brotterode.de

Auch für Kinder, Schulanfänger und Schulabgänger, sowie Eltern und Großeltern halten wir die passenden Versicherungsangebote bereit.

Melden Sie sich gerne bei uns!

Bekommen wir alle eine Glatze?

Warum Papa und Opa keine Haare mehr haben – und ob dir das später auch passieren kann

Vielleicht hast du schon einmal Papa oder Opa über den Kopf gestrichen und gemerkt, dass dort nur wenige Haare sind – oder sogar gar keine mehr. Und vielleicht hast du dich gefragt: „**Warum ist das so? Und bekomme ich später auch mal so wenig Haare?**“

Damit du das besser verstehst, erzähle ich dir eine kleine, einfache Geschichte über Haare, wie sie wachsen, und warum sie manchmal verschwinden.

Das Abenteuer der Haarwurzel-Landbewohner

Stell dir vor, auf deinem Kopf leben viele kleine Arbeiter. Sie wohnen tief in der Haut, in kleinen Höhlen, die wir **Haarwurzeln** nennen. Jede Haarwurzel ist wie ein kleines Haus, in dem ein Arbeiter wohnt, der ein Haar wachsen lässt – so wie ein Gärtner eine Pflanze pflegt.

Wenn wir klein sind, arbeiten diese Haar-Arbeiter richtig fleißig. Sie lassen die Haare wachsen, reparieren sie und sorgen dafür, dass sie fest sitzen. Darum haben Kinder meistens ganz viele, kräftige Haare.

Warum werden die Haar-Arbeiter bei manchen Menschen müde?

Mit der Zeit kann es passieren, dass die Haar-Arbeiter müde werden. Sie haben viele Jahre gearbeitet – manchmal 30, 40, 50 Jahre lang! Und irgendwann sagen manche von ihnen:

„**Puh ... ich glaube, wir brauchen Pause.**“

Wenn viele Haar-Arbeiter Pause machen, wachsen weniger Haare nach. Und wenn ganz viele sich zur Ruhe setzen, sieht man irgendwann eine Glatze.

Das passiert bei vielen Männern – bei manchen früher, bei manchen später. Und manche behalten ihr ganzes Leben lang viele Haare. Jeder Kopf ist ein bisschen anders.

Wer entscheidet, ob die Haar-Arbeiter müde werden?

Das Spannende ist: **Ein Teil davon steckt in deinen Genen.**

Gene sind wie kleine Baupläne in deinem Körper. Sie bestimmen z. B. deine Augenfarbe, wie groß du wirst – und eben auch, wie fleißig deine Haar-Arbeiter später einmal sein werden.

Wenn bei Papa oder Opa viele Haar-Arbeiter müde geworden sind, dann **könnte** es sein, dass deine später auch schneller Pause machen. Aber – und das ist wichtig – es ist **nicht sicher!**

Manchmal bekommt jemand viele Haare vom Opa mütterlicherseits, oder von der Oma, oder von irgendeinem Ur-Ur-Opa, den man gar nicht mehr kennt. Gene sind wie ein großer, bunter Mix.

Passiert dir das später auch?

Vielleicht. Vielleicht auch nicht.

Jeder Mensch hat seinen eigenen Bauplan.

Und das Beste: Du musst dir darüber **jetzt überhaupt keine Sorgen** machen. Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene haben gewöhnlich volle, kräftige Haare. Wenn sich später einmal etwas verändert, merkst du das sehr langsam – über viele Jahre hinweg.

Warum eine Glatze gar nichts Schlimmes ist

Viele Männer mögen ihre Glatze sogar. Sie sagen:

- „Das fühlt sich cool an.“
- „Ich spare Zeit beim Frisieren.“
- „Das bin ich – so sehe ich aus.“

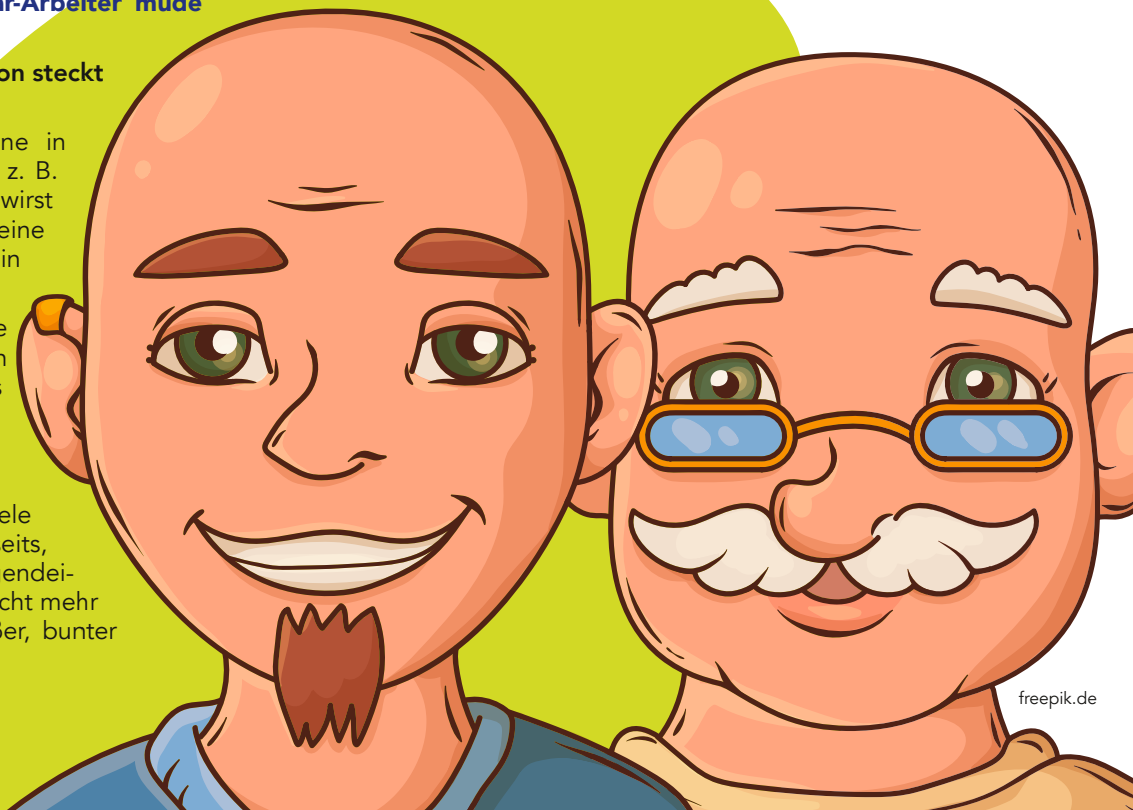
Manche rasieren sich freiwillig den Kopf ganz ab, obwohl sie noch Haare haben, weil sie den Look mögen.

Es gibt also nichts daran, wofür man sich schämen müsste. Es ist einfach ein ganz normaler Teil des Erwachsenseins, der bei jedem Menschen anders aussieht.

Ein Fazit für dich

Deine Haare sind jetzt stark, gesund und voller Energie. Und was später einmal ist, hängt von vielen kleinen Dingen ab, die niemand genau vorhersagen kann. Vielleicht wachsen deine Haar-Arbeiter sehr lange fleißig weiter. Vielleicht machen sie irgendwann früher Pause. Beides ist ganz normal.

Und egal wie viele Haare du später einmal hast – **du bleibst du, und das ist das Wichtigste.**





Warum Bienen so wichtig für unser Essen sind

Stell dir vor, du gehst in die Küche und schaust in den Obstkorb. Da liegen vielleicht Äpfel, Birnen, Erdbeeren, Himbeeren oder Kirschen.

Und jetzt stell dir vor: **Fast all diese Dinge gäbe es nicht mehr**, wenn es keine Bienen gäbe.

Kaum zu glauben, oder?

Damit du verstehst, warum Bienen so wichtig sind, erzähle ich dir eine Geschichte – eine, die sogar **Biene Maja** gefallen würde.

Biene Maja und das große Blüten-Abenteuer

An einem sonnigen Frühlingstag summte Biene Maja fröhlich über die Wiese. Die Blumen standen in allen Farben da: gelb wie die Sonne, rosa wie Zuckerwatte und blau wie der Sommerhimmel.

Maja liebte diese Tage, denn heute hatte sie eine wichtige Aufgabe: **Sie musste Blüten besuchen.**

Aber warum machte sie das?

Ganz einfach: Bienen brauchen **Nektar** (das ist ihr süßes „Getränk“) und **Pollen** (das ist ihr „Essen“). Beides holen sie aus Blumen.

Doch während Maja von Blüte zu Blüte fliegt, passiert etwas Magisches – ganz ohne, dass Maja es merkt:

Sie **bestäubt** die Pflanzen.

Das bedeutet:

Durch Majas Besuch bekommen die Pflanzen genau das, was sie brauchen, um **Früchte** zu bilden – also Äpfel, Erdbeeren, Kirschen, Zucchini, Tomaten und vieles mehr.

Was wäre ohne Biene Maja und ihre Freunde?

Stell dir vor, Maja würde eines Tages beschließen:

„Hach, ich bleibe heute im Bett, ich habe keine Lust auf Blüten!“

Und die anderen Bienen denken sich das Gleiche.

Was würde passieren?

- Die Pflanzen würden **keine Früchte** bilden.
- Die Obstbäume würden **leer bleiben**.
- Viele Gemüsearten würden **nicht wachsen**.
- Es gäbe weniger Futter für Tiere.
- Und ja: Wir Menschen hätten **viel weniger zu essen**.

Ohne Bienen würden etwa **ein Drittel** aller Lebensmittel verschwinden. Also jeder dritte Apfel, jede dritte Tomate, jede dritte Erdbeere. Und viele Sachen, die wir gern essen – wie Nüsse, Beeren, Kirschen – würden fast ganz verschwinden.

Warum sind Bienen so gute Helfer?

Bienen sind perfekte Blüten-Finder.

Sie können:

- Farben erkennen
- Düfte riechen
- sich Wege merken
- mit anderen Bienen kommunizieren

Vielleicht kennst du sogar Majas Freund Willi – er ist zwar manchmal faul, aber auch er weiß: Ohne Bienen läuft nichts!

Wenn eine Biene eine gute Blüte findet, macht sie im Bienenstock sogar einen kleinen **Tanz**. Damit zeigt sie den anderen:

„Hier gibt es etwas Leckeres – kommt mit!“

So arbeiten die Bienen wie ein riesiges Team zusammen.

Was würde Biene Maja uns heute sagen?

Wahrscheinlich würde Maja auf eine Blume steigen, ihre Flügel schütteln und sagen:

„Ihr Menschen braucht uns – und wir brauchen euch! Passt gut auf uns auf!“

Denn leider geht es vielen Bienen heute nicht gut.

Es gibt weniger Blumen, weniger Wiesen und manchmal giftige Stoffe, die Bienen krank machen.

Aber wir können etwas tun:

- Blumen pflanzen
 - Wiesen wachsen lassen
 - Insektenhotels bauen
 - Keine giftigen Sprays benutzen
 - Den Bienen Wasser hinstellen
- Jede kleine Hilfe macht einen Unterschied.

So können Maja und ihre Freunde weiter summen, Blüten besuchen und dafür sorgen, dass du auch morgen noch einen Apfel essen kannst.

Ein Leben ohne Bienen – schwer vorstellbar

Wenn es keine Bienen gäbe, würden unsere Teller ganz anders aussehen:

- weniger Obst
- weniger Gemüse
- weniger Nüsse
- weniger Pflanzen für Tiere
- weniger Nahrung für uns

Deshalb sagen manche Menschen sogar:

„**Ohne Bienen gäbe es bald nichts mehr zu essen.**“

Das klingt erschreckend – aber es zeigt, wie unfassbar wichtig diese kleinen Summsen sind.



Fazit

Bienen sind winzig klein, aber riesig wichtig.

Sie schenken uns Obst, Gemüse, Wiesen voller Blumen – und Honig natürlich auch.

Dank ihnen ist unsere Welt bunt, duftend und lecker. Und wenn du das nächste Mal eine Biene siehst, kannst du denken:

„**Danke, kleine Biene – ohne dich wäre unsere Welt viel ärmer.**“



Antibakterielle Lebensmittel

... sind Nahrungsmittel, die natürliche Inhaltsstoffe enthalten, welche das Wachstum von Bakterien hemmen oder deren Ausbreitung einschränken können. Sie spielen seit Jahrhunderten eine wichtige

Rolle in der traditionellen Ernährung und Volksmedizin. Auch

wenn sie keine Medikamente ersetzen, können sie das Immunsystem unterstützen und zur allgemeinen Gesundheit beitragen.

Viele pflanzliche Lebensmittel enthalten bioaktive Substanzen wie sekundäre Pflanzenstoffe, ätherische Öle, Enzyme oder organische Säuren. Diese Stoffe wirken auf unterschiedliche Weise antibakteriell, zum Beispiel indem sie die Zellwände von Bakterien schädigen, deren Stoffwechsel hemmen oder ein für Bakterien ungünstiges Milieu schaffen.



Ein bekanntes antibakterielles Lebensmittel ist **Honig**. Besonders roher, unbehandelter Honig besitzt antimikrobielle Eigenschaften. Diese entstehen durch seinen niedrigen Wassergehalt, den sauren pH-Wert sowie durch die Bildung von Wasserstoffperoxid. Einige Honigsorten, wie Manuka-Honig, enthalten zusätzlich spezielle Pflanzenstoffe, die eine verstärkte antibakterielle Wirkung zeigen. Honig wird traditionell

bei Halsschmerzen, Husten und leichten Entzündungen eingesetzt.



Knoblauch zählt zu den stärksten natürlichen antibakteriellen Lebensmitteln. Er enthält den Wirkstoff Allicin, der entsteht, wenn Knoblauchzehen zerkleinert werden. Allicin kann das Wachstum verschiedener krankheits-erregender Bakterien hemmen und wird mit positiven Effekten auf das Herz-Kreislauf-System und das Immunsystem in Verbindung gebracht. Auch **Zwiebeln** enthalten ähnliche Schwefelverbindungen, die antibakteriell wirken und entzündungshemmende Eigenschaften besitzen.



Ingwer ist ein weiteres Lebensmittel mit antibakterieller Wirkung. Die enthaltenen Scharfstoffe, insbesondere Gingerole und Shogaole, können Bakterien hemmen und wirken gleichzeitig entzündungshemmend.

Ingwer wird häufig bei Erkältungen, Magen-Darm-Beschwerden und Übelkeit eingesetzt. Ähnlich wirkt **Kurkuma**, dessen Hauptwirkstoff Curcumin antibakterielle, antioxidative und entzündungshemmende Eigenschaften besitzt. Die Wirkung von Curcumin kann durch die Kombination mit schwarzem Pfeffer verstärkt werden.



Scharfe Gewürze wie **Chili** oder **Cayennepfeffer** enthalten Capsaicin, das ebenfalls antibakterielle Eigenschaften zeigt. Capsaicin kann das Wachstum bestimmter Bakterien hemmen und regt zusätzlich die Durchblutung sowie den Stoffwechsel an. Aufgrund seiner Schärfe sollte es jedoch nur in maßvollen Mengen konsumiert werden.



Olivenöl, insbesondere extra natives Olivenöl, enthält phenolische Verbindungen wie Oleuropein. Diese Stoffe wirken antibakteriell und unterstützen eine gesunde Darmflora. Auch **Zitronen** besitzen antibakterielle Eigenschaften, vor allem durch ihre Säure und ihren Vitamin-C-Gehalt, der das Immunsystem stärkt.



Fermentierte Lebensmittel wie Sauerkraut, Kimchi, Joghurt oder Kefir wirken nicht direkt antibakteriell im klassischen Sinne, fördern jedoch das Wachstum nützlicher Darmbakterien. Diese sogenannten probiotischen Bakterien helfen dabei, schädliche Keime zu verdrängen und das Gleichgewicht der Darmflora zu stabilisieren, was wiederum das Immunsystem stärkt.



Grüner Tee enthält Catechine, die das Wachstum bestimmter Bakterien hemmen können, insbesondere im Mund- und Rachenraum. Regelmäßiger Konsum kann zur Mundgesundheit beitragen und Entzündungen reduzieren.



Zusammenfassend lässt sich sagen, dass antibakterielle Lebensmittel einen wertvollen Beitrag zu einer gesunden Ernährung leisten können. Sie unterstützen die natürlichen Abwehrmechanismen des Körpers, ersetzen jedoch keine medizinische Behandlung bei schweren oder bakteriellen Infektionen. Entscheidend ist eine ausgewogene Ernährung, bei der antibakterielle Lebensmittel regelmäßig und bewusst in den Speiseplan integriert werden.

Was ist das Besondere an Honig?

Ist er überhaupt gesund?

Honig ist ein natürliches Süßungsmittel, das von Bienen aus dem Nektar von Blüten oder aus Honigtau hergestellt wird. Er gehört zu den ältesten Nahrungsmitteln der Menschheit und wird seit Jahrtausenden nicht nur als Lebensmittel, sondern auch als Heilmittel genutzt. Seine Zusammensetzung, Wirkung und sein gesundheitlicher Nutzen hängen stark von Herkunft, Verarbeitung und Menge ab.

Zusammensetzung: Honig besteht zu etwa 80 Prozent aus Zucker und zu rund 17–20 Prozent aus Wasser. Die wichtigsten Zuckerarten sind Fruktose (Fruchtzucker) und Glukose (Traubenzucker). Daneben enthält Honig kleine Mengen an Vitaminen (z. B. B-Vitamine, Vitamin C), Mineralstoffen (Kalium, Calcium, Magnesium, Eisen), Enzymen, Aminosäuren sowie sekundären Pflanzenstoffen. Der genaue Gehalt variiert je nach Honigsorte stark.

Kalorien und Nährwert: Mit etwa 300 kcal pro 100 Gramm ist Honig ein energiereiches Lebensmittel. Ein Teelöffel (ca. 7 g) liefert ungefähr 20–22 kcal. Obwohl Honig oft als „gesünder als Zucker“ bezeichnet wird, bleibt er in erster Linie eine Zuckerquelle. Sein Vorteil liegt weniger in Kaloriengehalt als in der geringeren Verarbeitung und den begleitenden bioaktiven Stoffen.

Gesundheitliche Vorteile: Honig besitzt antibakterielle und antimikrobielle Eigenschaften. Diese entstehen unter anderem durch Wasserstoffperoxid, einen niedrigen pH-Wert und bestimmte Pflanzenstoffe. Besonders roher, unbehandelter Honig kann bei Halsschmerzen, Husten und leichten Entzündungen lindernd wirken. Studien zeigen, dass Honig bei Erkältungshusten – insbesondere bei Kindern über einem Jahr – wirksamer sein kann als manche Hustensirupe.

Antioxidantien: Dunkle Honigsorten wie Wald- oder Buchweizenhonig enthalten vergleichsweise viele Antioxidantien. Diese können helfen, freie Radikale im Körper zu neutralisieren und somit Zellschäden zu reduzieren. Dennoch ist Honig keine Hauptquelle für Antioxidantien und ersetzt kein Obst oder Gemüse.

Honig und Blutzucker: Trotz seines natürlichen Ursprungs lässt Honig den Blutzuckerspiegel ansteigen. Der glykämische Index variiert je nach Sorte, liegt aber oft etwas unter dem von Haushaltszucker. Menschen mit Diabetes oder Insulinresistenz sollten Honig daher nur in kleinen Mengen und bewusst konsumieren.

Verarbeitung und Qualität: Rohhonig, der nicht stark erhitzt oder gefiltert wurde, enthält mehr Enzyme und wertvolle Inhaltsstoffe als industriell verarbeiteter Honig. Durch Erhitzen über etwa 40 °C können hitzeempfindliche Enzyme zerstört werden. Kristallisation ist ein natürliches Zeichen für Qualität und kein Verderb.

Risiken und Einschränkungen: Kinder unter einem Jahr dürfen keinen Honig essen, da er Sporen des Bakteriums *Clostridium botulinum* enthalten kann, die für Säuglinge gefährlich sind. Außerdem kann übermäßiger Honigkonsum – wie bei allen Zuckerarten – Karies, Gewichtszunahme und Stoffwechselprobleme begünstigen.

Empfohlene Menge: Für gesunde Erwachsene gilt eine Menge von ein bis zwei Teelöffeln pro Tag als unproblematisch. Honig sollte bewusst als Genuss- und Süßungsmittel eingesetzt werden, nicht als Hauptbestandteil der Ernährung.

Fazit: Honig ist ein naturbelassenes Lebensmittel mit einigen positiven Eigenschaften und traditioneller Bedeutung. Er ist jedoch kein Wundermittel. In Maßen genossen kann er eine sinnvolle Alternative zu raffiniertem Zucker sein, ersetzt aber keine ausgewogene Ernährung.



€1 €ERMÄßIGUNG FÜR KINDER
BEI VORLAGE DIESES GUTSCHENS

DER SPAß PARK FÜR DIE GANZE FAMILIE

STAUSEE HOHENFELDEN MIT NEUEN ATTRAKTIONEN

von
Freitag
1.
Mai

ÖFFNUNGSZEITEN
Mo. Do. Fr. 14 - 19 Uhr
Di. & Mi. Ruhetag
Sa./So./Feiertage 11- 19 Uhr
In den Ferien täglich
11 - 19 Uhr
Bei Regen und Sturm geschlossen!

von
Sonntag
20.
September

Für weitanreisende Personen, bitte vorher anrufen!
Eintritt pro Kind 12 € u. pro Erwachsenen 5 €

Einmal zahlen und den ganzen Tag Spaß haben!

www.kinder-huepfburgenpark.de

Info-Tel.: 0178 54 10 865



Milch

- gesund oder nur für kleine Säuger?



Die Frage, ob Milch gesund ist oder biologisch gesehen ausschließlich für kleine Säuger bestimmt ist, beschäftigt Wissenschaft, Ernährungsexperten und die Gesellschaft seit vielen Jahren. Milch gilt in vielen Kulturen als wichtiges Grundnahrungsmittel, wird jedoch ebenso häufig kritisch betrachtet. Um diese Frage differenziert zu beantworten, ist es notwendig, Milch aus biologischer, ernährungsphysiologischer und gesundheitlicher Sicht zu betrachten.

Biologische Bedeutung von Milch

Milch ist ein Naturprodukt, das von Säugetieren gebildet wird, um ihren Nachwuchs in den ersten Lebensmonaten zu ernähren. Sie liefert Energie, Eiweiß, Fett, Zucker, Vitamine und Mineralstoffe in einer Zusammensetzung, die exakt auf die Bedürfnisse der jeweiligen Jungtiere abgestimmt ist. Kuhmilch ist beispielsweise dafür konzipiert, ein Kalb in kurzer Zeit wachsen zu lassen, während Muttermilch des Menschen optimal auf menschliche Säuglinge abgestimmt ist.

Aus biologischer Sicht ist es ungewöhnlich, dass eine Art die Milch einer anderen Art konsumiert – und dies auch noch im Erwachsenenalter. Dennoch hat sich der Milchkonsum beim Menschen historisch entwickelt, insbesondere in Regionen mit Viehzucht. In diesen Bevölkerungsgruppen entwickelte sich teilweise die Fähigkeit, Laktose auch im Erwachsenenalter zu verdauen.

Zusammensetzung von Milch

Kuhmilch besteht hauptsächlich aus Wasser, enthält aber auch wertvolle Nährstoffe. Dazu gehören Eiweiß (Casein und Molkenprotein), Milchlaktose, Milchfett, Milchzucker (Laktose) sowie Calcium, Phosphor, Vitamin B2 und Vitamin B12. Diese Inhaltsstoffe sind grundsätzlich wichtig für den menschlichen Körper, insbesondere für Knochen, Zähne, Muskeln und das Nervensystem.

Allerdings enthält Milch auch natürliche Hormone und Wachstumsfaktoren, die für das Wachstum von Jungtieren bestimmt sind. Die Wirkung dieser Stoffe auf den menschlichen Organismus wird wissenschaftlich untersucht und unterschiedlich bewertet.

Milch im Kindesalter

Für Kinder kann Milch eine sinnvolle Rolle in der Ernährung spielen. Sie liefert Calcium für den Aufbau stabiler Knochen und Zähne sowie Eiweiß für Wachstum und Entwicklung. Besonders in Wachstumsphasen kann Milch oder können Milchprodukte zur Nährstoffversorgung beitragen.

Gleichzeitig ist zu beachten, dass ein übermäßiger Milchkonsum problematisch sein kann. Große Mengen Milch können die Eisenaufnahme hemmen und dazu führen, dass Kinder weniger abwechslungsreich essen. Ernährungsexperten empfehlen daher, Milch als Teil einer ausgewogenen Ernährung zu betrachten und nicht als Hauptnahrungsmittel.

Milch im Erwachsenenalter

Im Erwachsenenalter ist Milch nicht mehr notwendig, um den Nährstoffbedarf zu decken. Viele Menschen verlieren im Laufe ihres Lebens die Fähigkeit, Laktose zu verdauen,

da das Enzym Laktase weniger gebildet wird. Dies kann zu Beschwerden wie Blähungen, Bauchschmerzen oder Durchfall führen.

Weltweit gesehen sind die meisten Erwachsenen laktoseintolerant. In Europa ist der Anteil niedriger, dennoch vertragen viele Menschen Milch nur in kleinen Mengen. Fermentierte Milchprodukte wie Joghurt oder Käse sind oft besser verträglich, da sie weniger Laktose enthalten.

Gesundheitliche Aspekte und mögliche Risiken

Milch wird mit positiven Effekten auf die Knochengesundheit in Verbindung gebracht, gleichzeitig gibt es Diskussionen über mögliche Zusammenhänge mit Entzündungen, Hautproblemen oder bestimmten Erkrankungen. Die wissenschaftliche Studienlage ist nicht eindeutig, da viele Faktoren wie Lebensstil, Gesamt-Ernährung und individuelle Verträglichkeit eine Rolle spielen.

Unbestritten ist, dass übermäßiger Konsum – wie bei jedem Lebensmittel – Nachteile haben kann. Milch sollte daher nicht in großen Mengen, sondern bewusst konsumiert werden.

Alternativen zu Milch

Calcium und Eiweiß können auch aus anderen Lebensmitteln gewonnen werden. Grünes Gemüse wie Brokkoli, Grünkohl oder Spinat, Nüsse und Samen wie Mandeln oder Sesam sowie Hülsenfrüchte liefern wichtige Mineralstoffe. Pflanzliche Drinks auf Basis von Hafer, Soja oder Mandeln sind häufig mit Calcium angereichert und stellen für viele Menschen eine Alternative dar.

Auch Fisch, Eier und fermentierte Lebensmittel können zur Nährstoffversorgung beitragen. Entscheidend ist die Vielfalt der Ernährung.

Milch im kulturellen und gesellschaftlichen Kontext

Milch hat in vielen Ländern eine lange Tradition und ist tief in Essgewohnheiten verankert. Schulmilchprogramme und Werbekampagnen haben das Bild von Milch als besonders gesundem Lebensmittel geprägt. Heute wird dieses Bild zunehmend differenzierter betrachtet.

Fazit: Milch ist biologisch gesehen ein Nahrungsmittel für junge Säuger. Der Mensch hat gelernt, Milch auch im Erwachsenenalter zu nutzen, was jedoch nicht für jeden gleichermaßen sinnvoll oder notwendig ist. Für Kinder kann Milch in Maßen ein wertvoller Bestandteil der Ernährung sein. Erwachsene benötigen Milch nicht zwingend, können sie aber bei guter Verträglichkeit genießen.

Entscheidend ist nicht die Frage, ob Milch grundsätzlich gesund oder ungesund ist, sondern wie viel davon konsumiert wird und ob sie individuell vertragen wird. Milch ist kein unverzichtbares Superfood, aber auch kein grundsätzlich schädliches Lebensmittel. Sie ist eines von vielen Nahrungsmitteln, das bewusst und maßvoll in eine ausgewogene Ernährung integriert werden kann.

Was trinken Sie lieber?



Kaffee und Tee gehören weltweit zu den beliebtesten Getränken und sind fester Bestandteil vieler Kulturen. Beide werden vor allem wegen ihrer anregenden Wirkung geschätzt, unterscheiden sich jedoch deutlich in Zusammensetzung, Wirkung auf den Körper sowie gesundheitlichen Aspekten. Die Frage, ob Kaffee oder Tee „besser“ ist, lässt sich daher nicht pauschal beantworten, sondern hängt von individuellen Bedürfnissen, Gewohnheiten und der jeweiligen Situation ab.

Kaffee wird aus den gerösteten Bohnen der Kaffeepflanze hergestellt. Sein Hauptwirkstoff ist Koffein, das eine stimulierende Wirkung auf das zentrale Nervensystem hat. Nach dem Konsum gelangt Koffein schnell ins Blut und kann Müdigkeit verringern, die Konzentration steigern und die Reaktionsfähigkeit verbessern. Viele Menschen trinken Kaffee deshalb vor allem am Morgen oder in Phasen hoher geistiger oder körperlicher Belastung. Neben Koffein enthält Kaffee zahlreiche Antioxidantien, insbesondere Polyphenole, die freie Radikale im Körper neutralisieren können.

Allerdings kann Kaffee auch Nachteile haben. Aufgrund des relativ hohen Koffeingehalts kann er bei empfindlichen Personen Nervosität, Zittern, Herzklopfen oder Magenbeschwerden verursachen. Zudem wirkt Kaffee bei manchen Menschen harntreibend und kann bei spätem Konsum den Schlaf stören. Die Wirkung hängt stark von der konsumierten Menge, der individuellen Koffeintoleranz sowie der Zubereitungsart ab.

Tee wird aus den Blättern der Teepflanze *Camellia sinensis* oder aus Kräutern, Früchten und Gewürzen hergestellt. Schwarzer und grüner Tee enthalten ebenfalls Koffein, jedoch meist in geringerer Menge als Kaffee. Zusätzlich enthält Tee den Stoff L-Theanin, der eine beruhigende Wirkung auf das Nervensystem haben kann. Durch diese Kombination wirkt Tee oft sanfter und gleichmäßiger anregend als Kaffee. Die Wirkung setzt langsamer ein, hält dafür länger an.

Grüner und schwarzer Tee sind reich an sekundären Pflanzenstoffen wie Catechinen und Flavonoiden, die antioxidativ und entzündungshemmend wirken können. Regel-

mäßiger Teekonsum wird mit positiven Effekten auf das Herz-Kreislauf-System, die Konzentrationsfähigkeit und das Immunsystem in Verbindung gebracht. Kräutertees enthalten in der Regel kein Koffein und werden häufig zur Entspannung, zur Unterstützung der Verdauung oder bei Erkältungen eingesetzt.



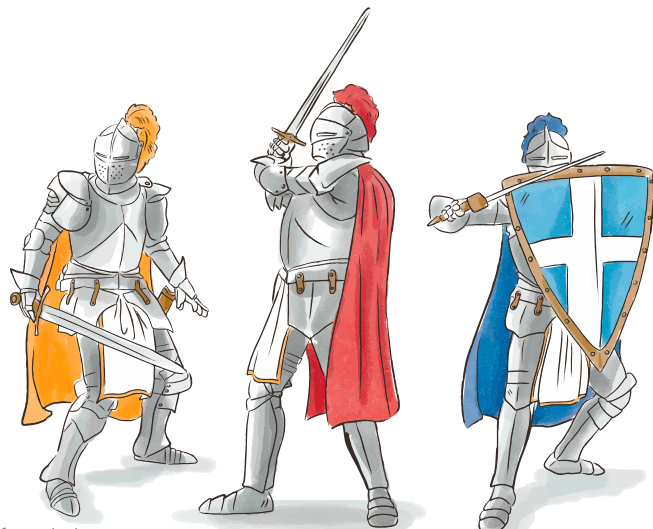
Ein weiterer Unterschied zwischen Kaffee und Tee liegt in ihrer Verträglichkeit. Tee gilt allgemein als magenfreundlicher, da er weniger Säuren enthält. Menschen mit empfindlichem Magen oder Schlafproblemen greifen daher häufig eher zu Tee. Kaffee hingegen kann bei manchen Personen die Magensäureproduktion anregen und Sodbrennen verursachen.

Auch im Alltag spielen Kaffee und Tee unterschiedliche Rollen. Kaffee wird oft mit Produktivität, Arbeit und Leistungsfähigkeit verbunden, während Tee eher mit Ruhe, Entspannung und bewussten Pausen assoziiert wird. In vielen Kulturen ist das Teetrinken ein Ritual, das Zeit und Aufmerksamkeit erfordert, während Kaffee häufig schnell und nebenbei konsumiert wird.

Aus gesundheitlicher Sicht kommt es bei beiden Getränken vor allem auf die Menge an. Ein moderater Konsum gilt als unbedenklich. Für gesunde Erwachsene werden in der Regel bis zu 300–400 Milligramm Koffein pro Tag als verträglich angesehen. Dies entspricht etwa drei bis vier Tassen Kaffee oder einer größeren Menge Tee, abhängig von Sorte und Zubereitung.

Zusammenfassend lässt sich sagen, dass sowohl Kaffee als auch Tee ihre jeweiligen Vorteile haben. Kaffee eignet sich besonders für Situationen, in denen schnelle Wachheit und hohe Konzentration gefragt sind. Tee bietet eine mildere, ausgewogenere Wirkung und ist für viele Menschen besser verträglich. Die Entscheidung zwischen Kaffee und Tee ist daher weniger eine Frage von „gesund oder ungesund“, sondern vielmehr eine Frage der persönlichen Vorlieben und Bedürfnisse. Eine bewusste, maßvolle Auswahl kann dazu beitragen, die positiven Eigenschaften beider Getränke optimal zu nutzen.

Zusammenfassend lässt sich sagen, dass sowohl Kaffee als auch Tee ihre jeweiligen Vorteile haben. Kaffee eignet sich besonders für Situationen, in denen schnelle Wachheit und hohe Konzentration gefragt sind. Tee bietet eine mildere, ausgewogenere Wirkung und ist für viele Menschen besser verträglich. Die Entscheidung zwischen Kaffee und Tee ist daher weniger eine Frage von „gesund oder ungesund“, sondern vielmehr eine Frage der persönlichen Vorlieben und Bedürfnisse. Eine bewusste, maßvolle Auswahl kann dazu beitragen, die positiven Eigenschaften beider Getränke optimal zu nutzen.



freepik.de

Ob Burni im Stadtmuseum Beschußanstalt, Schmiedehannes im Technikmuseum Gesenkschmiede oder Winja im Heimatmuseum Benshausen: Die Maskottchen unserer Museen warten mit spannenden Rallies auf euch und mit Ritter Ruppertus könnt ihr ein tolles Foto in der Tourist-Information machen.

Bei Vorlage dieser Anzeige haben wir in allen vier Einrichtungen eine kleine Überraschung für euch. Also schnappt euch eure Schere, schneidet diese Anzeige aus und dann ab nach Zella-Mehlis!

Mehr auf www.zella-mehlis.de

Kommt uns in
Zella-Mehlis besuchen!



Superfoods und Supergetränke für Kinder

Der Begriff „**Superfood**“ wird häufig für Lebensmittel verwendet, die besonders viele wertvolle Nährstoffe enthalten. Dazu zählen Vitamine, Mineralstoffe, Ballaststoffe, gesunde Fette und sekundäre Pflanzenstoffe. Für Kinder ist eine nährstoffreiche Ernährung besonders wichtig, da sie sich noch im Wachstum befinden und ihr Körper sowie ihr Gehirn sich ständig weiterentwickeln. Superfoods und gesunde Getränke können dabei helfen, Kinder optimal mit Nährstoffen zu versorgen. Wichtig ist jedoch, dass sie eine ausgewogene Ernährung ergänzen und keine einseitige oder übertriebene Ernährung ersetzen.

Grundsätzlich sollten Superfoods für Kinder gut verträglich, natürlich und möglichst unverarbeitet sein. Exotische oder stark beworbene Produkte sind nicht zwingend besser als heimische Lebensmittel. Viele regionale Nahrungsmittel haben einen ebenso hohen gesundheitlichen Wert und sind für Kinder leichter zugänglich.

Zu den wichtigsten Superfoods für Kinder zählt Obst.

Beeren wie Heidelbeeren, Erdbeeren oder Himbeeren enthalten viele Antioxidantien, Vitamin C und Ballaststoffe. Sie unterstützen das Immunsystem, fördern die Verdauung und können die Konzentrationsfähigkeit positiv beeinflussen. Ein einfaches Beispiel ist ein Naturjoghurt mit frischen Beeren oder ein Obstsalat als Snack.



Äpfel sind ein weiteres heimisches Superfood. Sie liefern Ballaststoffe, insbesondere Pektin, das die Darmgesundheit unterstützt. Äpfel enthalten außerdem Vitamine und sekundäre Pflanzenstoffe. Kinder können Äpfel roh essen, als Apfelmus ohne Zuckerzusatz genießen oder in Scheiben mit etwas Nussmus probieren.



Gemüse spielt ebenfalls eine zentrale Rolle. Karotten sind reich an Beta-Carotin, einer Vorstufe von Vitamin A, das wichtig für Augen, Haut und das Immunsystem ist. Brokkoli enthält Vitamin C, Calcium und pflanzliche Schutzstoffe. Spinat liefert Eisen, Magnesium und Folsäure. Diese Gemüsesorten lassen sich gut in Suppen, Aufläufen oder Smoothies verarbeiten, sodass sie auch für wählerische Kinder attraktiv sind.

Vollkornprodukte gelten ebenfalls als Superfoods, da sie komplexe Kohlenhydrate, Ballaststoffe und B-Vitamine enthalten. Haferflocken sind besonders wertvoll. Sie liefern Energie für den Tag, unterstützen die Verdauung und halten lange satt. Ein klassisches Beispiel ist Haferbrei mit Milch oder Pflanzendrink, verfeinert mit Obst und etwas Honig für Kinder über einem Jahr.



Nüsse und Samen liefern gesunde Fette, Eiweiß und wichtige Mineralstoffe. Mandeln, Walnüsse, Sonnenblumenkerne oder Chiasamen enthalten unter anderem Magnesium, Calcium und Omega-3-Fettsäuren. Für Kinder sollten Nüsse immer gemahlen oder als Mus angeboten werden, um das Verschluckungsrisiko zu vermeiden. Ein Beispiel ist ein



Vollkornbrot mit Mandelmus oder ein Joghurt mit gemahlenden Nüssen.

Auch **Hülsenfrüchte** wie Linsen, Kichererbsen oder Bohnen zählen zu den nährstoffreichen Superfoods. Sie enthalten pflanzliches Eiweiß, Eisen und Ballaststoffe. Linsensuppen, Kichererbsenpüree oder milde Eintöpfe sind kindgerechte Möglichkeiten, Hülsenfrüchte in den Speiseplan zu integrieren.

Neben festen Lebensmitteln spielen auch **Supergetränke** für Kinder eine wichtige Rolle. Wasser bleibt das wichtigste Getränk und sollte immer an erster Stelle stehen. Um es abwechslungsreicher zu gestalten, kann Wasser mit frischen Früchten wie Zitrone, Orange oder Beeren aromatisiert werden.

Milch und ungesüßte Milchalternativen liefern Calcium und Eiweiß, die für den Knochenaufbau wichtig sind. Kakao sollte nur selten und mit wenig Zucker angeboten werden. Besser geeignet ist ein warmer Haferdrink mit etwas Zimt oder Vanille.



Smoothies können ebenfalls zu den Supergetränken zählen, wenn sie richtig zubereitet werden. Sie sollten überwiegend aus Gemüse bestehen und nur wenig Obst enthalten, um den Zuckergehalt niedrig zu halten. Ein Beispiel ist ein grüner Smoothie aus Banane, Spinat, Apfel und Wasser oder Joghurt.

Ungesüßte Kräuter- und Früchtetees sind eine weitere gute Option. Fencheltee, Kamillentee oder milde Früchtetees eignen sich besonders für Kinder. Sie enthalten kein Koffein und können beruhigend oder verdauungsfördernd wirken.

Wichtig ist, was Kinder nicht regelmäßig trinken sollten. Gesüßte Limonaden, Energydrinks, Eistees und Fruchtsäfte enthalten viel Zucker und können Karies, Übergewicht und Konzentrationsprobleme begünstigen. Fruchtsaft sollte, wenn überhaupt, stark verdünnt und nur gelegentlich angeboten werden.

Zusammenfassend lässt sich sagen, dass Superfoods und Supergetränke für Kinder vor allem natürlich, ausgewogen und altersgerecht sein sollten. Heimisches Obst und Gemüse, Vollkornprodukte, Nüsse, Hülsenfrüchte sowie Wasser und ungesüßte Getränke bilden die Grundlage einer gesunden Ernährung. Mit kreativen Beispielen und abwechslungsreichen Zubereitungen können Kinder spielerisch an gesunde Lebensmittel herangeführt werden, was langfristig positive Auswirkungen auf ihre Gesundheit und ihr Essverhalten hat.

Wenn die Nase kribbelt und die Augen tränen: Frühlingsfit trotz Pollenflug

Ein Ratgeber von Dr. med. Sebastian Horn, Chefarzt des Eltern-Kind-Zentrums am SRH Zentralklinikum Suhl

Endlich ist er da, der Frühling! Die Sonne scheint wärmer, die Bäume werden grün und die ersten Blumen strecken ihre Köpfe aus der Erde. Wir alle freuen uns darauf, mit unseren Kindern draußen zu spielen, Rad zu fahren oder im Garten zu toben. Doch für viele Kinder in unserer Region beginnt mit der schönen Jahreszeit auch eine anstrengende Zeit: Die Zeit der Pollen.

Vielleicht kennst Du das auch: Kaum bist Du draußen, fängt die Nase an zu laufen, die Augen jucken und werden rot, oder Du musst ständig niesen. Manchmal bekommt man sogar schlechter Luft oder der Hals kratzt. Das kann sich anfühlen wie eine Erkältung, ist aber oft eine Allergie. Aber keine Sorge – wir in der Kinderklinik in Suhl wissen genau, wie wir dir und deinen Eltern helfen können, damit ihr den Frühling trotzdem genießen könnt!

Was passiert da eigentlich in meinem Körper?

Stell dir vor, dein Körper hat eine eigene kleine Polizei, das Immunsystem. Diese Polizei passt auf, dass keine gefährlichen Viren oder Bakterien dich krank machen. Bei einer Allergie ist die Körper-Polizei aber ein bisschen zu vorsichtig. Sie hält völlig harmlose Dinge, wie den Blütenstaub (Pollen) von Bäumen oder Gräsern, für gefährliche Eindringlinge und schlägt Alarm. Dieser Fehlalarm löst eine Kettenreaktion aus. Der Körper reagiert auf die Pollen mit einer Abwehrreaktion und schüttet Stoffe aus, die die Schleimhäute in der Nase anschwellen lassen. Das Ergebnis:

Es gibt viele verschiedene allergische Reaktionen, zum Beispiel den Heuschnupfen. Die Nase läuft wie ein offener Wasserhahn oder ist so verstopft, dass man kaum durchatmen kann. Vielleicht kennst Du es auch, dass deine Augen brennen und jucken. Sie sehen dann ganz rot und verquollen aus. Manchmal wandert die Allergie eine Etage tiefer in die Bronchien. Dann fühlt es sich an, als würde ein Elefant auf der Brust sitzen. Dann fällt einem das Atmen wirklich schwer.

Tipps für kleine Pollen-Detektive

Damit die „Pollen-Monster“ dich nicht so sehr ärgern, gibt es ein paar Tricks, die du und deine Eltern ausprobieren könnt:

1. Die Pollen bleiben gerne in den Haaren kleben. Wenn du sie abends wäschst, nimmst du sie nicht mit ins Bett und kannst dort freier atmen.
2. Lass die Schuhe und die Jacke, mit der du draußen warst, immer im Flur. So kommt der Blütenstaub nicht in die ganze Wohnung.
3. In der Stadt fliegen Pollen morgens am stärksten, auf dem Land eher abends. Lüftet am besten dann, wenn gerade wenig Flugverkehr herrscht.
4. Eine Sonnenbrille sieht nicht nur gut aus, sie schützt deine Augen auch wie ein Schutzschild vor dem direkten Kontakt mit Pollen.

Ein Wort an die Eltern: Diagnostik und Therapie

Liebe Eltern, Allergien bei Kindern sind weit mehr als nur ein lästiger Schnupfen. Unbehandelt kann sich aus einem Heuschnupfen ein allergisches Asthma entwickeln – der sogenannte „Etagenwechsel“. In unserer Kinderklinik am Zentralklinikum Suhl begegnen wir diesen Beschwerden mit moderner Diagnostik. Durch einen einfachen Hauttest (Prick-Test) oder eine Blutuntersuchung können wir genau bestimmen, gegen welche Pollen Ihr Kind reagiert. Viele niedergelassene Kinderärzte bieten diese Tests auch ambulant an.

Was können wir tun?

Es gibt heute sehr gute Medikamente (Antihistaminika) als Saft, Augentropfen oder Nasenspray, die die Beschwerden schnell lindern, ohne dass die Kinder müde werden.

Sollte die Lunge betroffen sein, zeigt Ihr Kinderarzt Ihrem Kind, wie man Inhalationsgeräte richtig benutzt, damit der Sportunterricht und das Toben kein Problem sind.

Bei vielen Kindern ist eine „Impfung gegen die Allergie“ sinnvoll. Dabei gewöhnen wir den Körper über einen längeren Zeitraum ganz langsam an den Allergieauslöser, bis die Körper-Polizei lernt, dass Pollen keine Feinde sind.

Wann solltet ihr zu uns kommen?

Wenn die Beschwerden so stark sind, dass Kinder nachts nicht schlafen können, in der Schule unkonzentriert sind oder beim Sport keine Luft bekommen, ist es Zeit für einen Besuch beim Kinderarzt oder bei uns.

In unseren Spezialsprechstunden nehmen wir uns Zeit für euch.

Wir wollen, dass der Frühling für dich die schönste Zeit des Jahres bleibt.

Also: Kopf hoch, Nase frei und ab nach draußen – mit der richtigen Strategie ist das gar kein Problem!



Herzliche Grüße
aus dem
Eltern-Kind-Zentrum,
Ihr Chefarzt
Dr. med. Sebastian Horn
und
Oberärztin Manuela Jäger
von der Kinderstation im
SRH Zentralklinikum Suhl



Leidenschaft
fürs Leben.

SRH Zentralklinikum Suhl

Gut für Kinder. Und Eltern.

Ob Frühgeborenes, Schulkind oder Teenager: In unserem Kinderzentrum sind junge Patientinnen und Patienten in den besten Händen. Auf zwei spezialisierten Stationen kümmert sich unser Pflege- und Ärzteteam mit Leidenschaft, Erfahrung und fachlicher Exzellenz um jedes Kind.

Und auch für Eltern sind wir eine starke Adresse: Unser Klinikum ist der größte Arbeitgeber der Region – gemeinnützig, verlässlich und mit vielen attraktiven Vorteilen.

Alle eure Vorteile



Vorteile eines eigenen Kinder-Gartenbeets

Ein eigenes Gartenbeet für Kinder bietet eine wertvolle Möglichkeit, Natur hautnah zu erleben und gleichzeitig wichtige Fähigkeiten zu entwickeln. In einer Zeit, in der digitale Medien den Alltag vieler Kinder bestimmen, schafft ein kleines Stück Erde eine direkte Verbindung zu natürlichen Prozessen. Schon beim Anlegen des Beetes übernehmen Kinder Verantwortung: Sie wählen Pflanzen aus, lockern die Erde, legen Samen in die vorbereiteten Reihen und gießen vorsichtig die ersten Saaten. Diese einfachen Schritte vermitteln ihnen ein grundlegendes Verständnis dafür, wie Leben entsteht und wächst.

Besonders motivierend sind die sichtbaren Erfolge. Wenn nach einigen Tagen die ersten zarten Keimlinge erscheinen, erleben Kinder unmittelbar, dass sich ihre Mühe auszahlt. Pflanzen wie Radieschen, Erbsen oder Kapuzinerkresse eignen sich besonders gut, weil sie schnell wachsen und kaum Pflegefehler übelnehmen. Für viele Kinder ist es ein beeindruckendes Erlebnis zu sehen, wie eine kleine Saatkugel innerhalb weniger Wochen zu einer Pflanze wird, die sie schließlich ernten und sogar essen können. Dadurch entwickeln sie oft ein größeres Interesse an gesunder Ernährung, denn selbst angebautes Gemüse schmeckt nicht nur besser, sondern erzeugt auch Stolz.

Neben dem Wissensgewinn fördert ein Kinderbeet zahlreiche Fähigkeiten: Feinmotorik beim Säen, Geduld beim Warten, Ausdauer beim regelmäßigen Gießen und Verantwortungsbewusstsein beim Umgang mit le-

benden Pflanzen. Gleichzeitig regt ein Gartenbeet die Fantasie an. Kinder gestalten bunte Pflanzschilder, planen neue Beete oder beobachten neugierig Insekten, die sich im Garten tummeln. Sie entdecken Regenwürmer, Marienkäfer und Schmetterlinge und begreifen, dass jedes dieser Tiere eine Aufgabe im Garten erfüllt.

Ein weiterer Vorteil liegt in der sozialen Komponente. Wenn Geschwister oder Freunde gemeinsam gärtnern, lernen sie zusammenzuarbeiten, Aufgaben zu teilen und Erfolge miteinander zu erleben. Auch im familiären Alltag schafft ein Kinderbeet schöne gemeinsame Momente: etwa beim Ernten der ersten Gurke oder beim Betrachten einer besonders hoch gewachsenen Sonnenblume.

Damit das Projekt gelingt, sollte das Beet kinderfreundlich geplant werden: überschaubare Größe, leicht zu pflegende Pflanzen und Werkzeuge, die gut in der Hand liegen. Ein sonniger Standort und lockere Erde erleichtern den Start zusätzlich. Wichtig ist zudem ein regelmäßiger, aber spielerischer Umgang mit dem Beet – es soll nicht wie Arbeit wirken, sondern Neugier und Freude fördern.

Insgesamt bietet ein eigenes Gartenbeet für Kinder eine einfache, aber äußerst wirkungsvolle Möglichkeit, Naturerfahrung, Lernen und Spaß miteinander zu verbinden. Es schafft Erinnerungen, die oft ein Leben lang bleiben, und legt vielleicht sogar den Grundstein für ein dauerhaftes Interesse an Pflanzen, Umwelt und nachhaltigem Denken.



Schon entdeckt

Warum haben Lügen „kurze Beine“?

Quelle: <https://mein-lernen.at>

Jeder kennt den Ausspruch der Eltern, doch was steckt dahinter?

Das Sprichwort „**Lügen haben kurze Beine**“ ist eine alte Redewendung, die darauf hinweist, dass Unwahrheiten schnell ans Licht kommen.

Es warnt davor, dass Unehrlichkeit kurzfristig Vorteile bringen mag, aber langfristig zu negativen Konsequenzen führt.

Die Redewendung ermutigt zu Ehrlichkeit, da Täuschungen nicht weit kommen und das Vertrauen schnell zerstört werden kann.

1. Herkunft des Sprichworts:

Das Sprichwort „*Lügen haben kurze Beine*“ stammt aus dem deutschen Volksmund und lässt sich bis ins 17. Jahrhundert zurückverfolgen. Es wurde genutzt, um darauf hinzuweisen, dass Lügen und Unwahrheiten nicht weit kommen – also schnell aufgedeckt oder entdeckt werden.

Die bildliche Vorstellung, dass Lügen „kurze Beine“ haben, verdeutlicht, dass sie nicht weit laufen können und schnell zum Stillstand kommen, sprich: ans Licht kommen.

Es handelt sich um eine weit verbreitete Redewendung, die auch in anderen Sprachen ähnliche Entsprechungen findet.

2. Bedeutung und Interpretation:

Die Redewendung „*Lügen haben kurze Beine*“ bedeutet, dass Lügen oder Täuschungen meistens nicht lange verborgen bleiben und schnell aufgedeckt werden.

Es impliziert, dass das Leben auf der Grundlage von Unwahrheiten oder Betrug langfristig keinen Erfolg hat, da die Wahrheit früher oder später ans Licht kommt.

In der Tiefe warnt das Sprichwort vor der Konsequenz von Unehrlichkeit und weist darauf hin, dass Täuschungen nicht von Dauer sind – sie haben keine „langen Beine“, um weit zu kommen.

3. Anwendung im Alltag:

Im Alltag wird das Sprichwort oft verwendet, um Menschen zu ermahnen, ehrlich zu sein und die Wahrheit zu sagen, da Lügen kurzfristig vielleicht Vorteile bringen, aber langfristig scheitern.

Eltern benutzen es häufig, um Kindern die Konsequenzen von Lügen aufzuzeigen. Es gilt auch im Berufsleben, wo Unehrlichkeit früher oder später zu Vertrauensverlust und negativen Folgen führt.

In Beziehungen wird es genutzt, um zu verdeutlichen, dass Vertrauen das Fundament jeder Bindung ist, und Lügen dieses Vertrauen schnell zerstören können.

4. Moralische und philosophische Botschaft:

Die moralische Botschaft des Sprichworts ist klar: Ehrlichkeit währt am längsten. Es warnt davor, kurzfristige Vorteile durch Lügen zu suchen, da diese früher oder später entdeckt werden.

Philosophisch erinnert es uns daran, dass die Wahrheit eine beständige Grundlage für menschliches Handeln ist. Lügen sind hingegen wackelige und instabile Fundamente, die unweigerlich zusammenbrechen.

Das Sprichwort hebt die Wichtigkeit von Integrität und Ehrlichkeit hervor und ermutigt dazu, aufrichtig zu sein, auch wenn es manchmal schwieriger oder unangenehmer ist.



Warum bringt der Osterhase die Eier und nicht das Huhn?

Quelle: <https://kinderzeitung.kleinezeitung.at>

Ostern ist für gläubige Christen das wichtigste Fest im Jahr. Sie feiern die Auferstehung Jesu. Aber was hat der Osterhase damit zu tun?

Warum bringt der Osterhase die Eier?

Der Hase hat zu Ostern viel zu tun: Er malt die Eier bunt an und versteckt sie für die Kinder. Natürlich macht das nicht wirklich der Osterhase. Aber: Der Osterhase ist ein Symbol des Frühlings. Ein Symbol ist so etwas wie ein Zeichen, der Osterhase ist also ein Zeichen für den Frühling. Die Aufgabe des Osterhasen als Eierbote hat er sich früher übrigens mit anderen Tieren geteilt: Auch der Fuchs, der Kuckuck, der Hahn und der Storch brachten die Ostereier.

Warum sind zu Ostern die Eier bunt?

Dieser Brauch ist noch viel älter als das Christentum. Das Ei ist ein Symbol für das neue Leben, das der Frühling bringt. Die Natur erwacht und die Vögel legen wieder Eier. Deshalb hängte man bunte Eier auf und verschenkte sie. Das war ein besonderes Geschenk, denn Eier waren früher sehr kostbar. Die Christen erinnern das Osterei außerdem an Jesus. Das Küken, das aus dem Ei schlüpft, steht für seine Auferstehung.

Woher kommt das Wort Ostern?

Lange vor der Geburt Jesu feierte man im Frühling ein Fest zu Ehren der Fruchtbarkeitsgöttin Ostara. So ähnlich wie „Ostern“ klingt auch das alte Wort „Eostro“. Das bedeutet Morgenröte. Niemand soll in der Osternacht schlafen, jeder soll wach bleiben bis zum Morgen, heißt es in alten christlichen Texten.

Was hat es mit dem Osterlamm auf sich?

Das Lamm ist für die Christen ein Tier, das für die Unschuld steht. Deshalb wird Jesus in der Bibel als „Lamm Gottes“ bezeichnet. Zu Ostern ist das Lamm ein Festessen. Besonders gut schmeckt es als Kuchen in Form eines Lämmchens.

Hat der Gründonnerstag etwas mit der Farbe Grün zu tun?

Nein, der Name „**Gründonnerstag**“ leitet sich nicht von der Farbe Grün ab, sondern von den alten Wörtern „grinen“ und „greinen“, was „klagen“ und „weinen“ bedeutet. Das bezieht sich auf das Klagen der Büsser, also Menschen, denen ihre Sünden leidtun. In den ersten Jahrhunderten nach

Christi Geburt war der Gründonnerstag nämlich **ein Tag, an dem die Menschen bei Gott um Vergebung für ihre schlechten Worte und Taten baten**. Am Gründonnerstag essen trotzdem viele Christen **grüne Speisen wie Spinat**. Am Abend des Gründonnerstags erinnern sich Christen außerdem an die Feier des letzten Abendmahls von Jesus mit seinen Freundinnen und Freunden.

Karwoche: Worum es dabei geht

In dieser Zeit erinnern sich Christen an das Leiden und den Tod Jesu. Das Wort Karwoche kommt aus dem Althochdeutschen. „Kara“ bedeutete „Klage“, „Kummer“ oder „Trauer“. Oft wird die Karwoche auch als „stille Woche“ bezeichnet. *Aber worum geht es an diesen Gedenktagen genau?*

Palmsonntag

Am **Palmsonntag** gedenken die Gläubigen des Tages, an dem Jesus nach Jerusalem kam. Er ritt auf einem Esel und das Volk jubelte ihm mit Palmzweigen zu. Deswegen gehen auch heute noch viele Leute an diesem Tag mit Palmbüschen in die Kirche.

Am Palmsonntag tragen viele Kinder ihre Palmbüschen wieder in die Kirche. Gläubige Christen erinnern sich so an den **Einzug von Jesus nach Jerusalem**. Damals sollen ihm die Menschen mit Palmzweigen zugewunken haben. Sie feierten ihn nämlich als ihren König.

Und heute? Weil Palmwedel in Österreich nicht wachsen, nehmen die Menschen andere Zweige. **Buchsbaum, Wacholder oder Eibe** zum Beispiel. „Oder **Palmkätzchen**“, sagt Experte Klaus Seelos. „Diese Zweige gelten nämlich als **Frühlingsboten** und blühen als erstes.“

Palmsonntag: Bloß keine bösen Geister!

In ihrem Aussehen unterscheiden sich die Buschen von Region zu Region.

Manche sind groß, andere klein. Hin und wieder werden sie mit Süßigkeiten bestückt oder mit bunten Bändern aufgemascherlt. Ist der Buschen dann aber endlich geweiht, gilt er überall als Schutz vor bösen Geistern. „Vor allem die bäuerliche Bevölkerung hat sich dadurch früher Glück für Mensch und Tier sowie eine **reiche Ernte** erhofft“, weiß Klaus Seelos. Deshalb läuft man auch heute noch nach der Kirche dreimal ums Haus, um Gottes Segen zu erbitten.

Und was ist mit dem Palmesel?

Diesen Spitznamen darf sich derjenige umhängen, der am Palmsonntag **als Letztes aufsteht** oder **als Letztes die Kirche betritt**. Dieser Brauch hat allerdings nichts mit Religion zu tun, sondern geht wohl auf ein paar lustige Scherzkekse zurück.



Aus der Tierwelt:

Was der „echte“ Osterhase alles kann

Sie können boxen, Haken schlagen und unglaublich hoch springen: Wie sich der echte Osterhase zu wehren weiß.

Im Rudel wirst du den Feldhasen nie antreffen. Er hoppelt am liebsten allein durch die Gegend. Allerdings erst, wenn die Sonne untergegangen ist. Dann sucht der Feldhase Futter, am liebsten grüne Pflanzen und Knollen – und trägt natürlich einmal im Jahr die Ostereier aus. Tagsüber versteckt er sich in Mulden.

Klein, aber gut ausgerüstet

Das Hasenweibchen bringt bis zu viermal im Jahr Junge auf die Welt. Die Kleinen müssen von Anfang an alleine zurechtkommen. Warum? Ihre Mutter würde mit ihrem Geruch Feinde anlocken. Junge Hasen riechen noch nicht so stark, deshalb werden sie von anderen Tieren nicht so leicht aufgespürt.

Das Kaninchen

Hasen können nur in der freien Natur leben. Als Haustier kannst du nur ein Kaninchen halten. Kaninchen sind viel kleiner als Feldhasen, werden bis zu zehn Jahre alt und brauchen viel Pflege. Das heißt: Ihr Gehege muss immer sauber sein. Außerdem solltest du immer zwei oder drei Kaninchen zusammen halten, denn wenn diese Tiere allein leben müssen, werden sie unglücklich.

Nichts wie weg

Von wegen Hoppel-Häschen: Feldhasen sind schnelle Läufer. Auf der Flucht vor einem Fuchs oder einem anderen Feind kann ein Hase bis zu 70 Kilometer in der Stunde zurücklegen. Dazwischen schlagen sie immer wieder ein paar Haken und weg sind sie. Außerdem sind sie Meister im Hochsprung: Dein lieber Osterhase kann bis zu zwei Meter hoch springen.

Der Osterhase auf dem Weg zum Boxkampf

Im Frühling machen sich die Männchen auf die Suche nach Weibchen, denn es ist Paarungszeit. Zu dieser Zeit sind die Langohren auch tagsüber unterwegs. Aber wehe, ein anderes Männchen kommt ihnen dabei in die Quere! Dann packen sie ihre Boxkünste aus. Wie sie das machen? Sie stellen sich auf die Hinterbeine und boxen mit den Vorderpfoten.

Osterhasen sind nicht dumm

Kennst du die Redewendung „Mein Name ist Hase, ich weiß von nichts?“ Wer jetzt denkt, dass Hasen dumm sind, liegt falsch. Das hat nämlich Viktor Hase gesagt. Vor 160 Jahren stand er vor Gericht. Weil er sich unschuldig fühlte, sagte er zum Richter: „Mein Name ist Hase, ich weiß von nichts!“



So hart sind Eier wirklich

Zu Ostern: Warum können Hühner beim Brüten auf Eiern sitzen, ohne dass diese zerbrechen?

Endlich ist es so weit! **Henne Lotti** ist alt genug, um Eier zu legen. Sorgfältig baut sie ein **wunderschönes Nest im Hühnerstall** und kurz darauf legt sie ihr **erstes Ei**. Stolz läuft sie laut gackernd durch den Hühnerhof, um allen von diesem aufregenden Ereignis zu erzählen. Da tritt Oberhenne Agathe auf sie zu und meint: „Damit sich im Ei ein Küken entwickeln kann, musst du dich auf dein Ei setzen und brüten.“ „Waaas? Ich muss mich auf dieses zerbrechliche Ei draufsetzen?“, erwidert Lotti erschrocken. Vorsichtig setzt sie sich auf ihr Ei und – siehe da – nichts passiert, nicht der kleinste Sprung entsteht im Ei! Auch als sie in den nächsten Tagen weitere Eier dazulegt, bleiben alle ganz, bis nach 21 Tagen das erste Küken die Schale von innen mit dem Ei-zahn aufbricht.

Möchtest du auch einmal Eier einem Härtetest unterziehen?

Das brauchst du:

- ↳ drei rohe Eier (eines als Reserve)
- ↳ eine Schüssel
- ↳ gerade Unterlage, zum Beispiel eine Tischplatte
- ↳ Bücher

Härtetest: So geht's

Nimm eines der Eier in deine Hand und versuche, es über der Schüssel zu zerdrücken.

Du musst mit allen Fingern gleichmäßig drücken! Das Ei ist gar nicht so zerbrechlich – oder? Falls es dir doch gelingen sollte, benötigst du ein weiteres Ei.

Anschließend schlage zwei der Eier über der Schüssel in der Mitte entzwei, sodass **gleich große Schalenhälften entstehen**. Aus Dotter und Eiklar kannst du mithilfe eines Erwachsenen eine köstliche Eierspeise kochen und dich stärken.

Setze die vier Eihälften mit der abgerundeten Seite nach oben auf eine gerade Unterlage. Achte darauf, dass der **Abstand zwischen den Eihälften nicht allzu groß ist**. Lege nun vorsichtig eines der Bücher auf die vier Eihälften. Beobachte, was passiert!

Staple weitere Bücher darauf. Wie hoch kannst du den Bücherturm bauen, ohne dass die Eierschalen zerbrechen?



Was steckt dahinter?

Eierschalen sind **0,2 bis 0,4 Millimeter dick** und bestehen zu einem Großteil aus **Kalk**. Aber nicht das Material ist für die Stärke der Eierschalen verantwortlich, sondern ihre **ovale Form**. **Das Gewicht der Bücher wird gleichmäßig über die Oberfläche des Eies verteilt**. Die gewölbte Form macht die Eierschale so **stabil**. Wir Menschen verwenden dieses Prinzip bei **Bauwerken**, wie zum Beispiel bei großen Stau Mauern oder Bogenbrücken.

Kinderkrimi: Der verschwundene Riko

Quelle: <https://www.raetseldino.de>

Eine Detektiv Rätselgeschichte

Privatdetektiv Robert FINDER hechtete eilig zur Tür rein und griff nach dem hartnäckig klingelnden Telefon. „Detektei FINDER, Robert persönlich am Apparat“, bellte er leicht atemlos in den Hörer. Am anderen Ende der Leitung meldete sich eine etwas spitze, weinerliche Frauenstimme. Ob er denn Zeit für einen neuen Auftrag habe. Ihr Kind sei verschwunden, schluchzte die Dame. Robert holte tief Luft. Ja, sicher. Für verschwundene Kinder habe er auf alle Fälle Zeit. Wann er denn zu einem ersten Gespräch vorbeikommen solle? Nach kurzem Hin und Her fand sich Robert dann schon eine Stunde später auf dem Weg zu der besorgten Dame wieder – und das an einem Sonntag! Dabei versuchte er, zumindest diesen einen Tag der Woche ganz privat und nicht als Detektiv zu verbringen. Aber wie so oft blieb es bei dem Versuch.

Er hielt vor einer piekfeinen, weiß gekalkten Villa, die inmitten eines so opulenten Gartens lag, dass Robert ihn schon fast einen Park nennen mochte. Hier war es mit Sicherheit auch ein Fulltime-Job, Gärtner zu sein. Er räusperte sich und drückte dann die Klingel mit der Aufschrift „von Piekenstein“. Robert grinste in sich hinein. Irgendwie passte der Name. Kurz darauf erschien ein nobler, etwas blasierter Butler am Gartentor und ließ ihn einzutreten. Er werde ihn sofort zu Madam bringen, teilte er Robert mit, verweigerte aber jeden weiteren Konversationsversuch. So dackelte Robert leicht irritiert hinter ihm her und sah sich auf dem Weg etwas um.

Eine Wiese mit einem kleinen, aber schicken Schlösschen – gerade groß genug für ein etwa achtjähriges Kind, um darin zu spielen. Ob es wohl dem vermissten Sohn gehörte? In Gedanken versunken war er wohl langsamer geworden, denn der Butler räusperte sich pikiert, als er am Eingang der Villa auf ihn warten musste.

Schnell folgte er dem Butler, bevor ihn dessen missbilligender Blick noch einmal traf. Die Villa war von innen gestaltet, wie es der Garten schon versprochen hatte: geschmackvoll und nur vom Feinsten. Von der Decke hingen opulente Kristalllüster. Trat man ein, schritt man über teuerste Perserteppiche, die jedes Geräusch von Schritten in der Empfangshalle einfach verschluckten. Große Fenster ließen auf der rechten Seite viel Licht herein und boten gleichzeitig einen atemberaubenden Ausblick auf die Künste des haus-eigenen Gärtners. Gegenüber der Haustür dominierte eine breite, geschwungene Festtreppe mit reich verzierten Geländern das Bild. Über diese Haupttreppe schwebte Robert eine schlanke Mittfünfzigerin in einem sündhaft teuren Kleid entgegen.

„Von Piekenstein. Sylvia Anna-Sophia von Piekenstein“, stellte sie sich vor und entbot Robert ihre Hand zum Kuss. Etwas ungenau küsste er denn auch die Hand der Dame. Das amüsierte Schmunzeln des Butlers über seine Unbeholfenheit entging ihm dabei aber nicht. „Am besten zeige ich Ihnen gleich Rikos Zimmer und sie fangen mit ihrer Arbeit an“, ergriff Frau von Piekenstein das Wort. Über Geld musste sie wohl auch nicht reden. Um sein Honorar machte sich Robert entsprechend wenig Sorgen. Eilfertig folgte er

ihr die Treppe hinauf und einen langen Flur entlang. An den Wänden hingen kaum Bilder von Familienmitgliedern. Dafür gab es umso mehr Bilder eines ... Nun ja, Hund mochte Robert das Tierchen nicht nennen. Offensichtlich war das das über alles geliebte Schoßtier der Dame von Piekenstein.

„Hier ist sein Zimmer“, schluchzte sie und gab Robert den Weg in ein großes, helles Zimmer frei. Der glaubte seinen Augen nicht zu trauen. Hundedeckchen, Hundekorbchen, Hundespielzeug. Das „Kinderzimmer“ war wohl eher ein Hundezimmer – und das verschwundene Kind dann wohl auch kein Mensch, sondern ein Hund. Sein Gesicht musste göttlich gewesen sein, denn der bisher noch recht reservierte Butler konnte sich ein amüsiertes Glucksen über Roberts Entsetzen trotz bester Ausbildung nicht verkneifen.

Es dauerte einen Moment, bis Robert seine Fassung wieder gewann. Den Butler strafte er mit einem bösen Blick, bevor er sich Frau von Piekenstein wieder zuwandte. „Seit wann ist Riko denn jetzt schon verschwunden?“, fragte er in möglichst professionellem Ton. „Lassen Sie mich mal überlegen“, erwiderte Frau von Piekenstein nachdenklich.

„Genau! Das war an dem Tag, bevor ich zum Frisör gegangen bin.“ „Und wann waren Sie beim Frisör?“, erkundigte sich Robert irritiert. Oh, das sei genau drei Tage nach ihrem Besuch bei ihrem Lieblingskürschner gewesen. „Und der war wann?“, bohrt Robert leicht ungeduldig nach.

Wenn sie sich recht erinnere, gab Frau von Piekenstein zurück, sei der wiederum fünf Tage nach Tantchens Geburtstag gewesen. Das wisse sie deshalb so genau, weil ihre älteste Tante an diesem Tag ihren Neunzigsten begangen hatte. „Und wann hatte die Tante wohl Geburtstag?“, seufzte Robert langsam leicht genervt. Der Geburtstag sei eine tolle Feier gewesen. Deshalb habe sie das Damenkränzchen zwei Tage später noch zu einem kleinen Umtrunk im örtlichen Café eingeladen.

Das mit dem Umtrunk sei ja nett, stöhnte Robert nun sichtlich entnervt, doch wann sei dieses vermaledeite Kaffeekränzchen denn nun gewesen. Warum er denn so gereizt sei, gab Frau von Piekenstein pikiert zurück. Vier Tage später sei sie bei ihrem Schneider vorstellig geworden und das sei ein Donnerstag gewesen, weil dieser Schneider eben nur Donnerstag für sie zu sprechen sei. Dann aber habe er auch den ganzen Tag für sie Zeit.

Robert stöhnte. Ihm schwirrte der Kopf. Vor wie vielen Tagen ist dieser verdammte Kö... äh ... dieser süße Hund jetzt genau verschwunden und welcher Wochentag war das?

Können Sie unserem Privatdetektiv Robert FINDER helfen und sagen, seit wann der Hund von Frau von Piekenstein verschwunden ist und an welchem Wochentag es genau war?

Die Lösung:

Der Hund von Frau von Piekenstein ist seit zwei Tagen verschwunden. Da heute Sonntag ist, war der Frisörbesuch am Samstag. Beim Kürschner war die Dame am Mittwoch vor dem Verschwinden des Hundes. Tantchens Geburtstag war am Freitag vor dem Kürschnerbesuch und die Kaffeeeinladung folgte damit am Sonntag. Beim Schneider konnte Frau von Piekenstein also nur am Donnerstag eingetroffen sein. Der Tag des Verschwindens von Riko ist daher der Freitag gewesen.



Kurze Rätsel für Schnelle Denker

Wer wird hier gesucht?

Wer war der Herrscher ohne Krone, der sein Volk durch das Rote Meer führte, mit Tafeln aus Stein, die göttlichen Inhalt trugen?

Die Lösung: Moses

Rätsel um ein Mauerwerk

Welches sehr lange Mauerwerk ist weltbekannt und wurde einst von einem Kaiser erbaut, der Angst vor dem Feind hatte?

Die Lösung: Die Chinesische Mauer

Rätsel aus der Geschichte

Wer fuhr mit drei Schiffen über das Meer und entdeckte ein Land, das niemand vorher kannte, doch er dachte, er sei ganz woanders angekommen?

Die Lösung: Christoph Kolumbus

Welche Gruselfigur wird hier gesucht?

Wer trinkt etwas, was er nicht selber besitzt und hätte er es, würde er es nie trinken?

Die Lösung: Ein Vampir

Knobelaufgabe knifflig

Was wird bis zum maximalen Volumen gefüllt und bleibt doch leer?

Die Lösung: Ein Luftballon

Worträtsel

Welche Personen sind auf einem Schiff gleichzeitig blind und können doch sehen?

Die Lösung: Blinde Passagiere

Familien-Rätsel

Familie Müller hat 4 Söhne und jeder von den Söhnen hat eine Schwester mit einem Kind. Wie viele Kinder hat Familie Maier?

Die Lösung: Die Anzahl der Kinder von Familie Maier geht aus der Frage nicht hervor! Daher kann man diese Rätselfrage nicht beantworten!

Bei diesem Rätsel, ganz leise nachdenken!

Was ist so zerbrechlich, dass selbst das Aussprechen der gesuchten Sache, diese komplett zerstören würde?

Die Lösung: Die Stille.

Personenrätsel

Du bist Pilot und startest am Morgen um 8.00 Uhr von Berlin in Richtung New York. Die amerikanische Metropole erreichst du 9 Stunden später. Wie heißt der Pilot mit Vorname?

Die Lösung: Es ist dein Vorname.

Erklärung: Du bist der Pilot!

Denke abstrakt

Ich kann dir alles, im umgekehrten Faktor zeigen, was du gerade in mir siehst. Aber ich kann dir niemals antworten. Wovor stehst du grade?

Die Lösung: Vor einem Spiegel.

Verwirrend und doch klar

Ich kann gebrochen werden, ohne dass mich jemand berührt oder dass ich überhaupt anwesend bin! Und doch kann mich jeder geben! Was bin ich?

Die Lösung: Ein Versprechen.

Wer oder was bin ich? - Knobelaufgabe

Ich werde nass, damit ein anderer nicht mehr nass sein muss. Wer oder was bin ich?

Die Lösung: Ein Handtuch

Zahlenrätsel

Welche Zahl ist die größte fünfstelligen Zahl, wenn jede Ziffer ungerade ist und nur einmal vorkommen darf?

Die Zahl lautet: 97531

Tierrätsel

Wie viele Herzen haben drei Kraken?

Die Lösung: Neun Herzen! Jeder Krake besitzt drei Herzen.

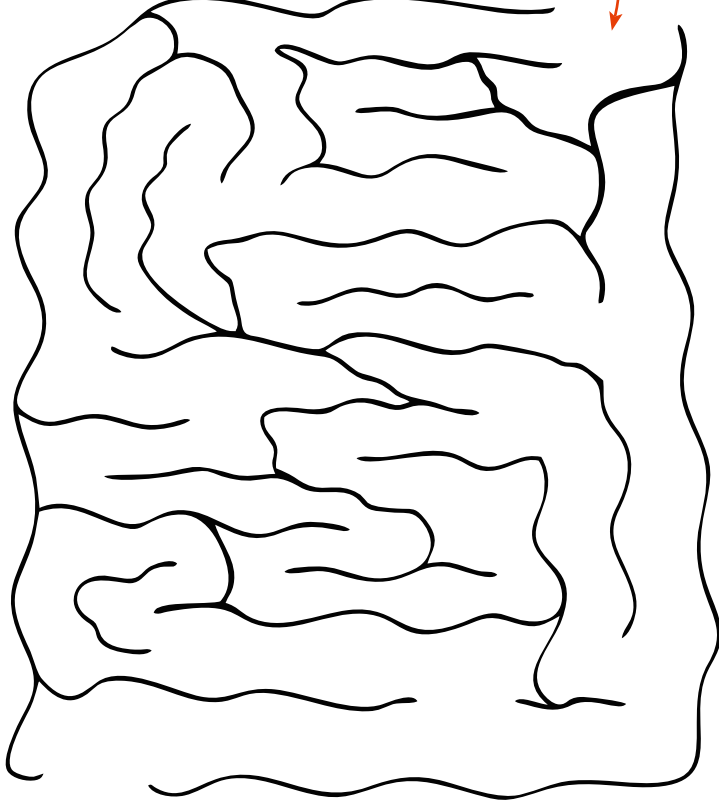
Rätselseiten



Kundgebung	▼	Menschen gewühl	▼	Beruf	▼	Pronomen	▼	Person	▼	Verhalten
	▶	Monat	▼	Wellen- reiter	▶	Auerochse	▼	Industrie- motor	▼	Pflanze
bis heute	▶			Koseform Oma	▼	Rhombus	▶			
Geome- trischer Körper	▶				▼	auf und ...	▶			
	▶					Gewohn- heit	▶			
verbindet Worte		Nadel- baum	▶					Gewässer	▶	
	▶	aus jenem	▼					Dezimeter		
	▶			farbenfroh			▶			Inselstaat im Pazifisch- en Ozean
Stadt in Frankreich	▶		▼					Großvater	▶	
Staat Süd- amerika	▶							Unter- grund- bewegung		
	▶									Einbal- samierte Leiche
sehr dringend		Gegenteil von aus	▶					Schwanz- lurch	▶	
	▶	Kalkge- stein	▼					Getreide		
	▶									
	▶			Artikel nicht genau bekannt	▶	Farbe	▶			
Abkürzung Arsen	▶				▼	Nachlass	▶			
Erlangen KFZ	▶			Deko Schmuck	▶			Ucker- mark KFZ	▶	
	▶			Abgabe	▶			Stimme	▶	
	▶	maßloses Verlangen	▶							künst- lerische Leitung
schmale Brücke	▶		▼			Frucht	▶			
runder Stock	▶					getrock- netes Gras	▶			
	▶			deutsch. Dichter	▶					Weltraum
	▶			Vergehen	▶					
Gebäude mit einem Tor	▶	Trage- tasche	▶			alte Erzählung	▶			
	▶	überrasch- ter Ausruf	▶			Abkürzung Sonntag	▶			
	▶							Fluss in Afrika	▶	
nicht weich	▶					Tasten- instrument	▶			



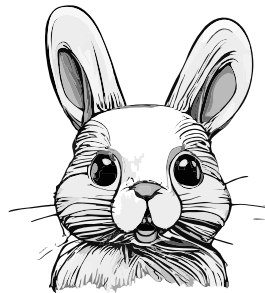
www.Raetseldino.de



Osterrätsel

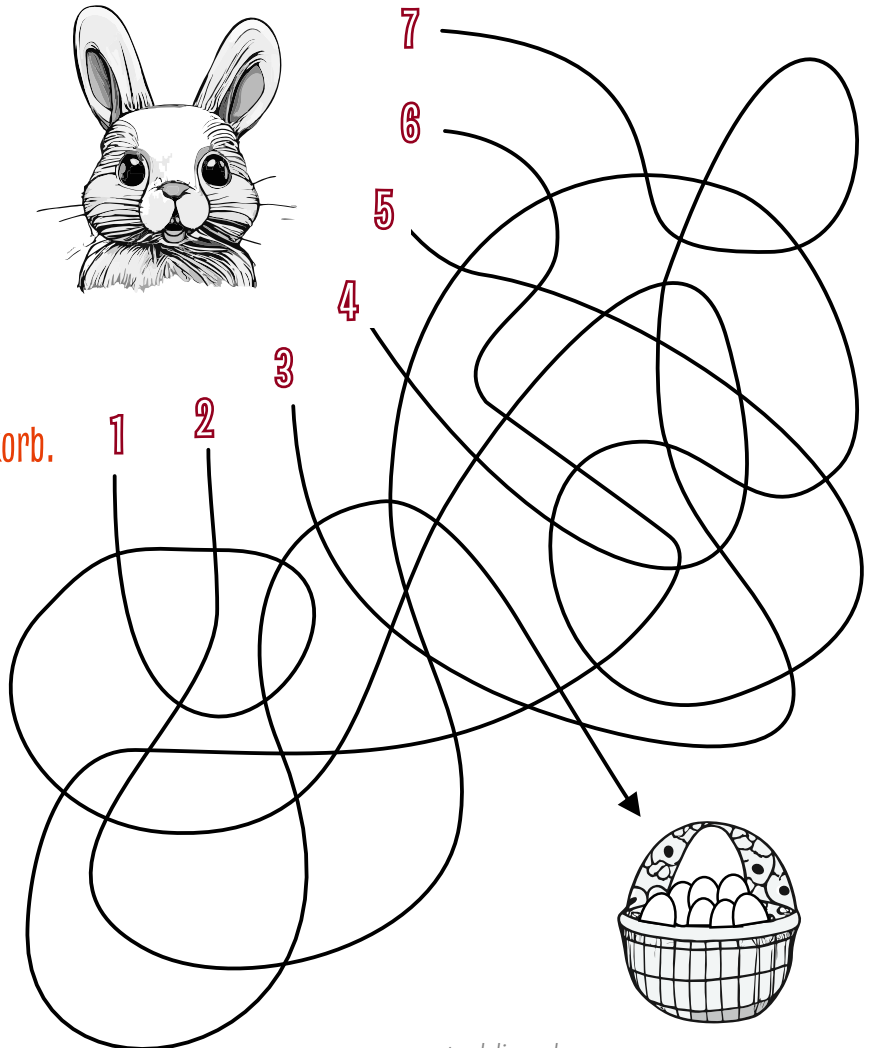
Finde den Weg durch das Labyrinth!

www.raetseldino.de

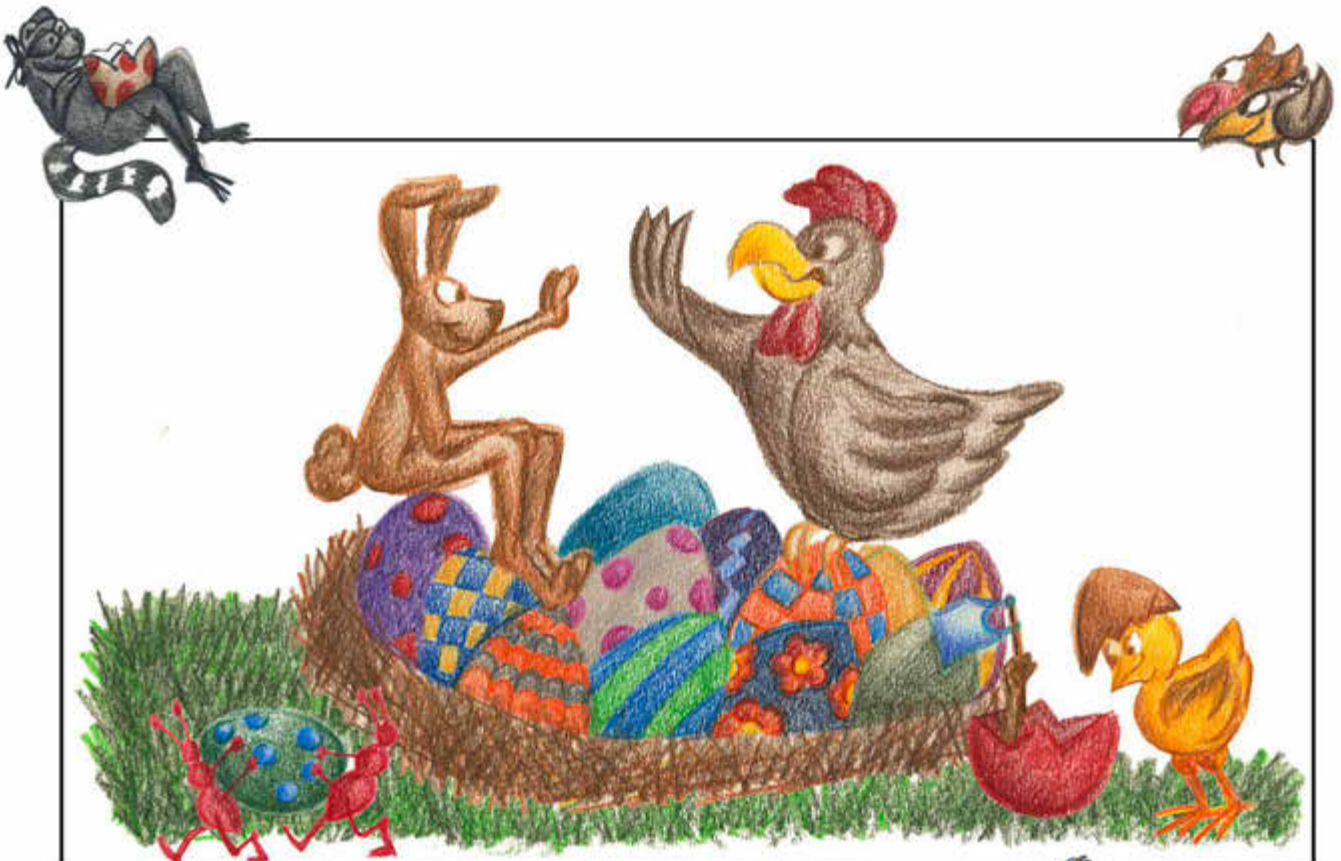
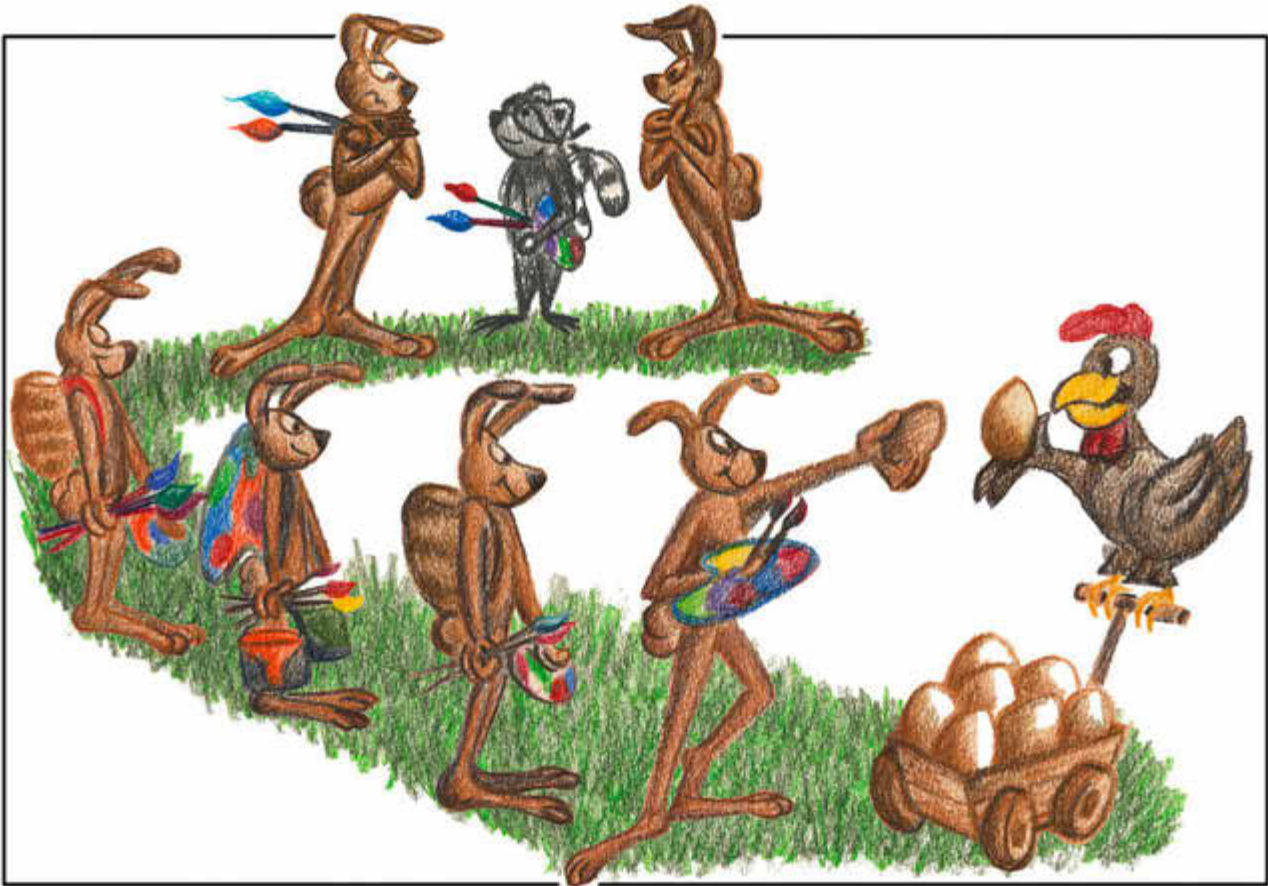


Osterrätsel

Finde den richtigen Weg zum Osterkorb.



www.raetseldino.de



Geschafft!

Rhon Rudi

Kinder schreiben uns / Kinderredakteure

Ein Lob auf die Kinderzeitung

– Ein kleines Blatt mit großer Wirkung

Die **Kinderzeitung** ist mehr als nur eine Zeitung für Kinder – sie ist ein täglicher Begleiter, ein neugieriger Entdecker und ein freundlicher Erklärer der Welt. Mit jeder Ausgabe öffnet sie eine Tür zu spannenden Themen, die Kinder interessieren, überraschen und inspirieren.



Ein besonderer Dank gebührt dem **LINUS WITTICH Verlag**, der diese Idee mit viel Herzblut und Fachwissen zu einem echten Schatz für Kitas, Schulen und Familien gemacht hat.

Und vor allem gilt das Lob **Herrn Reise**, dessen Engagement und wunderbare Idee den Grundstein für die Kinderzeitung gelegt hat. Sein Gespür dafür, was Kinder bewegt und wie man Wissen kindgerecht vermittelt, hat eine Zeitung entstehen lassen, die man nicht nur liest, sondern erlebt.

Die Kinderzeitung in der Kita – ein täglicher Höhepunkt

In vielen Kindertageseinrichtungen ist die Kinderzeitung längst mehr als nur Lektüre:

Sie ist ein festes Ritual, ein Moment der Gemeinschaft und ein Fenster zur Welt.

Im Morgenkreis liegt die aktuelle Ausgabe oft schon bereit.

Die Kinder sitzen gespannt im Kreis, manche lehnen sich neugierig nach vorne, andere blättern schon heimlich in den bunten Seiten.

- Gemeinsam entdecken sie neue Themen.
- Sie schauen Bilder an, die sie staunen lassen.
- Sie hören Nachrichten, die extra für Kinder erklärt werden.
- Sie stellen Fragen, diskutieren, lachen und lernen.

Die Zeitung wird so zu einem täglichen Start in den Tag – voller Gesprächsanlässe, Lernmomente und kindlicher Neugier. Sie regt dazu an, zu erzählen, zuzuhören und die Welt mit offenen Augen zu sehen.

Warum die Kinderzeitung so wertvoll ist

- Sie erklärt komplexe Dinge **einfach und verständlich**.
- Sie stärkt **Sprache, Wortschatz und Allgemeinwissen**.
- Sie macht Kinder zu aktiven **Mitdenkern**.
- Sie fördert **Interesse, Neugier und Weltverständnis**.
- Und sie zeigt: Nachrichten müssen nicht schwer sein – wenn man sie kindgerecht vermittelt.

Ein großes Dankeschön

Die Idee von Herrn Reise und die Umsetzung durch den LINUS WITTICH Verlag haben etwas geschaffen, das in vielen Kitas nicht mehr wegzudenken ist.

Die Kinderzeitung macht die Welt ein Stückchen verständlicher, bunter und freundlicher – jeden Tag aufs Neue.

Ein kleines Blatt Papier, das große Wirkung zeigt.

Ein Geschenk für Kinder – und für alle Erwachsenen, die mit ihnen die Welt entdecken.

Ihre treue Leserin A. Welsch aus einer Kita in Nordthüringen, die dort auch Erzieherin ist im Namen aller Kinder

Gedichte/Märchen/Lieder

Eine Kurzgeschichte aus dem Mittelalter

Die Abenteuer von Lina, dem Müller Mädchen

Vor vielen hundert Jahren, als es noch Ritter, Burgen und Kutschen gab, lebte ein Mädchen namens **Lina** in einem kleinen Dorf am Rand eines großen Waldes. Lina war zehn Jahre alt, trug ein einfaches Wollkleid und half ihren Eltern in der Mühle, die am Fluss stand.

Jeden Morgen weckte sie das Rattern des großen Mühlrads.

„Aufstehen, Lina! Die Körner mahlen sich nicht von selbst!“, rief ihr Vater.

Ein ganz normaler Tag – fast

Lina schüttete schwere Säcke mit Korn in den Trichter, fegte das Mehl zusammen und fütterte die Hühner. Doch an diesem besonderen Morgen entdeckte sie etwas Seltsames:

Vor der Mühle lag ein **kleiner Lederbeutel**.

Vorsichtig hob sie ihn auf. Darin befand sich ein **winziger hölzerner Ritter**, fein geschnitzt und bunt bemalt. Außerdem ein Stück Pergament:

„Wer diesen Ritter findet, möge ihm helfen, sein Zuhause zurückzuerlangen.“

Lina runzelte die Stirn. Ein Spielzeug, das sein Zuhause verlor?

Das klang nach einem Abenteuer – und Lina liebte Abenteuer.

Die Suche beginnt

Sie steckte den kleinen Ritter in ihre Tasche und lief ins Dorf. Zuerst fragte sie den alten Schmied.

„Hast du so etwas schon einmal gesehen?“

Der Schmied sah sich den Ritter an. „Das ist die Arbeit eines echten **Schnitzmeisters**. Vielleicht stammt er aus der Burg des Grafen.“

„Aus der Buurg?!“ Linas Herz klopfte.

Der Weg zur Burg

Die Burg war groß, mit hohen Türmen und einem tiefen Wassergraben. Normalerweise durfte Lina nur bis zum Tor, aber heute fühlte sie sich mutig.

Der Burgwächter beobachtete sie streng.

„Was willst du hier, Mädchen?“

Lina holte den kleinen Ritter hervor.

Der Wächter staunte. „Das ist das Lieblingsspielzeug des jungen Prinzen! Er hat tagelang danach gesucht.“

Er führte Lina in den Burghof. Dort stand ein Junge in feiner Kleidung, aber mit traurigen Augen. Als er Lina sah und den kleinen Ritter erkannte, begann er zu strahlen.

„Du hast Roderich gefunden!“, rief der Prinz und nahm die Figur behutsam entgegen, als wäre sie aus Gold.

Neue Freundschaft

„Wie kann ich dir danken?“, fragte er.

Lina wurde rot. „Ich wollte nur helfen.“

Der Prinz dachte nach. „Dann komm doch morgen wieder. Ich zeige dir die Burg – und vielleicht schnitzen wir gemeinsam eine neue Figur.“

Lina lächelte. Sie konnte es kaum glauben: Sie, ein Müller Mädchen, wurde in die Burg eingeladen!

Ein besonderer Moment

Auf dem Heimweg fühlte sie sich größer als jeder Ritter.

Sie hatte ein Abenteuer erlebt, jemanden glücklich gemacht – und vielleicht einen neuen Freund gefunden.

Und jedes Mal, wenn das Mühlrad sich drehte, dachte Lina daran, dass selbst ein ganz normaler Tag im Mittelalter zu etwas **Wundervollem** werden konnte.





Claudia und das kleine Nest im Tannengrund

Jeden Nachmittag ging Claudia denselben schmalen Weg in den Wald. Der Boden war dort weich und roch nach Moos und Tannennadeln. Die hohen Bäume rauschten leise, als würden sie miteinander flüstern. Claudia nannte diesen Ort den **Tannengrund**.

Eines Tages entdeckte sie etwas Besonderes. Ganz versteckt zwischen Farnen und Zweigen lag ein **kleines Nest**. Es war sorgfältig gebaut, rund und weich, und darin lagen fünf winzige Eier, bläulich und zerbrechlich. Claudia kniete sich vorsichtig daneben. Sie berührte nichts, sie schaute nur.

„Ich werde auf euch aufpassen“, flüsterte sie leise.



Von diesem Tag an kam Claudia **jeden Tag** in den Tannengrund. Sie setzte sich auf denselben Baumstumpf und beobachtete das Nest. Manchmal war die Vogelmutter da und wärmte die Eier, manchmal war sie unterwegs. Claudia wusste inzwischen: Man musste Geduld haben.

Die Tage vergingen. Der Wald veränderte sich langsam. Blumen öffneten ihre Blüten, Sonnenstrahlen tanzten zwischen den Bäumen, und Claudia hatte das Gefühl, dass im Nest etwas geschah.

Eines Morgens hörte sie ein ganz leises **Piep**.

Sie hielt den Atem an.

Ein Ei bewegte sich. Dann noch eines. Ganz vorsichtig platzten kleine Risse in den Schalen auf. Claudia sah zu, wie **fünf kleine Küken** nacheinander schlüpfen. Sie waren winzig, grau-gelb und wackelten auf ihren dünnen Beinchen. Ihre Schnäbel öffneten sich und sie piepsten so laut sie konnten.



Claudias Herz klopfte vor Freude. Sie lächelte, sagte aber nichts. Sie wusste: Dieser Moment gehörte den Küken.

Als sie nach Hause ging, drehte sie sich noch einmal um. Der Tannengrund war derselbe wie immer – und doch war er jetzt ein bisschen wunderbarer.

Denn Claudia wusste: Sie hatte ein kleines Wunder miterlebt.

Schulanfänger aufgepasst!

„WIR PACKEN DEINEN RANZEN!“

Wir möchten unsere Schulanfänger unterstützen!
Bringt einfach eure Materialliste von der Schule vorbei und wir stellen euch die Sachen zusammen und beschriften gleich alles!

Als Geschenk gibt es eine Zeichenbox und ab einem Einkaufswert von 50,00 € gibt es 10% Rabatt.

Natürlich bestellen wir auch für euch die Arbeitshefte und Schulbücher!

WIE FUNKTIONIERT ES?

1. Bücherzettel abgeben
2. Arbeitshefte/Bücher (mit der Maschine) fertig eingebunden
3. Abholen und ab in den Ranzen

Natürlich auch für alle anderen Klassen und Azubis!



Post & Schreibwaren

Jeannette Großmann

Hauptstraße 46, 99955 Herbsleben

Tel. 036041/56134, WhatsApp 01577-0887663

E-Mail:

Grossmann-Jeannette@t-online.de



Lillis Herzklopfen

- Eine Geschichte über die erste Liebe

In einem kleinen Dorf, direkt am Rand eines großen Waldes, lebte ein Mädchen namens Lilli. Lilli war acht Jahre alt, trug ihre Haare fast immer zu zwei Zöpfen geflochten und liebte es, mit ihrem kuscheligen Hund Wuschel Abenteuer zu erleben.

Eines Morgens, als der Frühling gerade anfing, die Welt bunt zu färben, gab es in der Schule eine Überraschung: **Ein neuer Junge war in Lillis Klasse gekommen.** Er hieß Ben, hatte Sommersprossen auf der Nase und ein Lächeln, das aussah, als würde gerade die Sonne aufgehen.

Lilli merkte sofort etwas Seltsames.

Jedes Mal, wenn Ben sie ansah, wurde ihr Bauch ganz kribbelig – so, als wären dort plötzlich **lauter kleine Schmetterlinge** unterwegs.

„Was ist denn nur mit mir los?“, fragte sich Lilli. Sie erzählte es Wuschel, als sie am Nachmittag auf der Wiese hinter dem Haus lag. Der Hund hörte aufmerksam zu, wie Hunde das eben tun, und legte den Kopf schief, als Lilli ihm erklärte, dass ihr Herz immer schneller schlug, wenn Ben in der Nähe war.

Am nächsten Tag bat die Lehrerin die Kinder, sich für ein Kunstprojekt zu zweit zusammenzutun. Lilli saß wie versteinert da.

Und dann passierte es: **Ben stellte sich neben sie.**

„Wollen wir zusammen malen?“, fragte er.

Lilli nickte, obwohl sie eigentlich *Jaaa!* rufen wollte.

Sie malten einen riesigen Regenbogen – Lilli malte die linke Hälfte, Ben die rechte. Und in der Mitte trafen sich die Farben wie von selbst.

„Sieht aus, als wären wir ein gutes Team“, sagte Ben und grinste.

Lilli fühlte sich, als würde sie schweben.

In den nächsten Wochen spielten die beiden in den Pausen zusammen Fangen, erzählten sich Witze und saßen manchmal nebeneinander auf der Schulbank. Lilli fand heraus, dass Ben Angst vor Spinnen hatte, Schokoladeneis liebte und richtig gut im Geschichten-Erfinden war.

Eines Tages, als die Sonne besonders warm schien, fragte Ben sie plötzlich:

„Lilli ... willst du meine beste Freundin sein?“

Lilli lächelte so breit, dass sie fast ihre Zöpfe spürte.

„Ja, sehr gern!“, sagte sie.

Und in diesem Moment wusste Lilli, dass das Kribbeln in ihrem Bauch nichts Gefährliches war.

Es war einfach nur **ein kleines Stück erste Liebe** – warm, freundlich und wunderschön wie ein Regenbogen nach dem Regen.



Die Geschichte vom schlauen Wald-Team

Eine Kindergeschichte mit Figuren

Tief in einem großen, grünen Wald lebte eine besondere Gemeinschaft.

Hier wohnten nicht nur Tiere, sondern auch **Bäume, Pflanzen und Pilze**, die alle miteinander befreundet waren – auch wenn man das nicht immer sofort sehen konnte.

Opa Eiche – der weise Baum

Mitten im Wald stand **Opa Eiche**.

Er war sehr alt, sehr groß und hatte eine tiefe, ruhige Stimme.

„Ich stehe hier schon seit über hundert Jahren“, sagte er stolz.

„Ich gebe Schatten, saubere Luft und ein Zuhause für viele Tiere.“

In seinen Ästen lebten Vögel, Eichhörnchen versteckten Nüsse in seiner Rinde und an heißen Tagen ruhten sich alle gern in seinem Schatten aus.

Doch Opa Eiche wusste:

Allein könnte er nicht leben.

Myki – der unsichtbare Pilz

Unter der Erde lebte **Myki**, ein kleiner Pilz mit einem riesigen Geheimnis.

Man sah nur seinen Hut, aber unter der Erde hatte er ein **langes Geflecht**, das wie viele dünne Fäden aussah.

„Ich verbinde den ganzen Wald“, flüsterte Myki.

„Ich bringe Wasser und Nahrung zu den Bäumen.“

Wenn Opa Eiche Durst hatte, half Myki ihm.

Und wenn ein Baum krank war, schickte Myki eine Nachricht durch die Erde.

Dafür bekam Myki etwas Süßes von den Bäumen:

Zucker aus Sonnenlicht

„So sind wir ein Team“, lachte Myki leise.

Lilli die Blume und Moos Max

Am Boden lebten **Lilli die Blume** und **Moos Max**.

Lilli liebte die Sonne, Moos Max mochte es kühl und feucht.

„Wir schützen den Boden“, sagte Moos Max.

„Damit er nicht austrocknet oder weggespült wird.“

Lilli nickte:

„Und ich bin Futter für Bienen und Käfer!“

Gemeinsam hielten sie den Waldboden gesund und weich.

Fips der Fuchs und seine Freunde

Zwischen den Bäumen lief **Fips der Fuchs** umher.

Er war neugierig und kannte jeden Winkel des Waldes.

Mit ihm lebten:

- **Reh Rosi**, die junge Pflanzen fraß
 - **Berti das Wildschwein**, das den Boden umwühlte
 - **Pia die Biene**, die Blüten bestäubte
 - **Willi der Vogel**, der Samen verteilte
- „Wir helfen dem Wald, sich zu erneuern“, erklärte Willi stolz.



Ein großer Sturm

Eines Tages kam ein starker Sturm.

Ein alter Baum fiel um und viele Tiere erschrecken.

„Oh nein!“, rief Lilli die Blume.

„Was passiert jetzt?“

Opa Eiche sprach ruhig:

„Hab keine Angst. Auch das gehört zum Wald.“

Aus Alt wird Neu

Der gefallene Baum blieb liegen.

Myki und seine Pilzfreunde kamen.

Käfer, Würmer und kleine Tiere halfen mit.

Langsam wurde der alte Baum zu **nährstoffreicher Erde**.

Bald wuchsen:

- neue Pflanzen
 - kleine Bäume
 - viele Blumen
- „Siehst du?“, sagte Myki.

„Im Wald endet nichts – es verwandelt sich.“

Das große Waldversprechen

Am Abend trafen sich alle Waldbewohner.

Opa Eiche sagte:

„Wir sind stark, weil wir zusammenhalten.“

Fips der Fuchs nickte.

Lilli und Moos Max lächelten.

Myki glühte zufrieden unter der Erde.

Und der Wald rauschte leise:

Gemeinsam sind wir ein Team.

Die Botschaft der Geschichte

Bäume geben Schutz

Pilze verbinden

Pflanzen schützen den Boden

Tiere helfen beim Wachsen

Der Wald lebt, weil alle zusammenarbeiten.

FAMILIENHIGHLIGHTS IN DER FESTHALLE ILMENAU



Der Kinderkreisel

13.06.2026
Einlass: **9:30 Uhr**
Beginn: **10:00 Uhr**



Freut euch auf einen bunten Markt rund ums Kind!

Mit Kinderkleidung, Spielsachen, Bücher, Babyzubehör, Umstandsmode und mehr. Nachhaltig, budgetfreundlich und mit viel Herz bekommen Lieblingsstücke hier ein zweites Leben. Parallel findet der Modeflohmarkt „Zweimalneu“ für Erwachsene statt. Stöbert entspannt nach Fashion, Accessoires und Schmuck.

Tickets vor Ort erhältlich.

Der Traumzauberbaum

27.09.2026
Einlass: **14:00 Uhr**
Beginn: **15:30 Uhr**



Ein geheimnisvolles Traumbblatt wirbelt die Lesenacht auf

Als das Ypsi verschwindet, beginnt eine abenteuerliche Reise voller Musik, Fantasie und Mitmachmomente. Gemeinsam mit dem Traumzauberbaum und seinen Waldgeistern erleben die Kinder eine zauberhafte, spannende Geschichte mit viel Herz.

ticket
shop
thüringen

eventim

Prof. Bummbastic

10.05.2026
Einlass: **15:00 Uhr**
Beginn: **16:00 Uhr**



Interaktive Wissenschaftsshow für Groß & Klein!

90 Minuten voller spektakulärer Experimente mit Professor Bummbastic: Wow-Effekte, Aha-Momente und viel Humor. Rauchringe, Wolken aus dem Nichts und Laserklänge! Keine Magie, sondern faszinierende Naturwissenschaft zum Staunen und Mitmachen.

ticket
shop
thüringen

eventim

Die Familienmesse

03.10.2026
Beginn: **11:00 Uhr**
Ende: **18:00 Uhr**



Die famFAIR Messe – von der Region für die Region!

Regionale Kleinunternehmen präsentieren kreative Produkte und Dienstleistungen für Familien von werdenden Eltern bis zu Kindern jeden Alters. Freut euch auf vielfältige Aussteller, Workshops und ein buntes Rahmenprogramm. Entdeckt lokale Angebote und erlebt einen abwechslungsreichen Familientag!

Tickets vor Ort erhältlich.

Festhalle Ilmenau
Naumannstraße 22
98693 Ilmenau

✉ festhalle@ilmenau.de
☎ 03677 600 840
📱 festhalle_ilmenau

Hier finden Sie unser aktuelles
Veranstaltungsprogramm:
www.festhalle-ilmenau.de

