



JAHRESZEITEN IN DER ARKTIS



POLARTAG UND POLARNACHT

In der Arktis ist es im Sommer monatelang hell, auch nachts! Dafür ist es im Winter monatelang dunkel, es dämmt höchstens ein bisschen. In der Antarktis, der Region rund um den Südpol, ist es genau andersherum.

POLARKREISE

Polartag und Polarnacht gibt es in der Arktis nur nördlich des Polarkreises. Das ist eine gedachte Linie, die einmal rund um die Erde läuft. Sie grenzt das Polargebiet von der übrigen Erde ab. Auch im Süden gibt es einen Polarkreis.

GENEIGTE ERDE

Ist es bei uns hell, hat sich unser Teil der Erde zur Sonne gedreht. Die Erde ist dabei ein kleines bisschen gekippt. Dadurch ist der Nordpol in den Sommermonaten so zur Sonne geneigt, dass die Sonnenstrahlen 24 Stunden am Tag die gesamte Region erreichen. In der Polarnacht im Winter aber erreichen sie den Nordpol nicht.

WIE LANGE DAUERT DIE POLARNACHT?

Am Nordpol dauert die Polarnacht fast sechs Monate. Je weiter wir uns vom Nordpol entfernen, desto kürzer ist sie.

UND JETZT DU!

POLLIS LICHTERREIM

Ergänze die Reime von Pollis Lichterreim durch Bewegungen. Vorschläge findest Du bei der passenden Zeile. Du kannst Dir auch eigene Bewegungen überlegen!



SO FUNKTIONIERT ES:

Am Nordpol ist es kalt und weit,
im Schnee macht sich Bär Polli breit.
Mal scheint die Sonne, hell und klar,
dann ist es Tag, ein halbes Jahr!
Polartag heißt: Es bleibt stets hell,
die Sonne scheint auf Pollis Fell.
Doch dreht sich unsere Erde weiter,
macht sich auch das Dunkel breiter.
Die Sonne kommt dann nicht mehr an-
„Auch gut!“, denkt sich Polli dann.
Polarnachts sitzt er so im Dunkeln,
nur Sterne leuchten, glitzern, funkeln.

Arme reiben
Auf den Boden legen, Arme ausbreiten
Mit Armen Kreis über den Kopf zeichnen
Gesicht in Sonne halten
Hand schützend über Augen halten
Übers Fell streicheln
Um dich selbst drehen
Augen zuhalten
Kopf schütteln
Daumen hoch
Augen zuhalten
Hände über dem Kopf auf und zu machen

WENN VÖGEL ZIEHEN



LICHT ODER NAHRUNG

Die Küstenseeschwalbe Nala gehört zu den Zugvögeln. Wenn sie im Herbst die Arktis verlassen, folgen sie dem Licht und der Wärme, weil es an wärmeren Orten mehr Nahrung gibt. Denn Insekten, Krebse und kleine Fische in der Arktis halten Winterruhe oder ziehen sich geschützt zurück.

INSTINKTE

Wenn es länger dunkel ist, das Wetter sich ändert, sie weniger Nahrung finden und ihre Instinkte es ihnen sagen, brechen die Zugvögel auf. Mit ihrem inneren Kompass spüren sie das Magnetfeld und achten auch auf Sonne und Sterne, Flüsse und Gebirge. So wissen sie, in welche Richtung sie fliegen sollen.

REKORDHALTERIN

Küstenseeschwalben fliegen von der Arktis in die Antarktis und wieder zurück. Sie nutzen die Luftströmungen und legen jedes Jahr bis zu 90.000 Kilometer zurück. Kein anderer Zugvogel fliegt eine so weite Strecke. So erleben sie jedes Jahr zwei Sommer und sehen mehr Tageslicht als jedes andere Tiere auf der Welt.

BEOBACHTUNG

Hast Du schon einmal Zugvögel am Himmel gesehen? Schau genau hin: Welche Formen bilden sie am Himmel? Und wie klingen sie?

UND JETZT DU!

WINTERSNACK FÜR VÖGEL

DU BRAUCHST:

- 300 g Vogelfutter (z.B. Sonnenblumenkerne, Hanf und Mohn, gehackte Erdnüsse und Nüsse, Haferflocken, Sesam, Leinsamen oder Rosinen)
- 300 g Butterschmalz oder Rindertalg (pflanzliche Alternative: Kokosöl)
- etwas Sonnenblumen- oder Rapsöl
- Tontöpfe, Ausstechförmchen und Backpapier oder alte Tassen
- Kordel



SO FUNKTIONIERT ES:

- Schritt 1:** Erwärme das Fett in einem Topf, bis es fast flüssig ist. Achtung, nicht kochen! Gib dann einen kleinen Schluck Sonnenblumen- oder Rapsöl dazu, das macht die erkaltete Masse später weiterhin geschmeidig.
- Schritt 2:** Gib Dein Vogelfutter hinzu und verrühre alles gut. Lass die Masse dann etwas abkühlen.
- Schritt 3:** Befülle Deine Förmchen.

Tontöpfe: Nimm einen Stock, der durch das Loch im Tontopf passt. Knote dann den Faden außen an den Stock, das ist die Aufhängung. Befülle den Tontopf mit der Masse und drücke sie fest. Wenn die Masse erkaltet ist, kürzt Du den Stock unten auf etwa 10 cm. Daran können sich die Vögel festhalten.

Ausstechförmchen: Leg die Ausstechförmchen auf ein mit Backpapier belegtes Blech. Befülle sie mit der Masse und drücke sie fest. Stecke einen kleinen Ast in die Mitte. Wenn die Masse später kalt ist, kannst Du ihn vorsichtig herausziehen und einen Faden durchziehen als Aufhängung.

Alte Tassen: Fülle die Tassen mit der Masse und lasse sie erkalten. Binde den Faden als Aufhängung an den Henkel.

Nur noch aufhängen, und dann die Vögel beim Füttern beobachten!



WITZE, WITZE, WITZE

Kennst Du das? Sich zu verabschieden kann traurig sein. Zum Beispiel nach einem schönen Spielenachmittag mit Deiner Freundin oder Deinem Freund. Auch wenn wir uns auf das freuen, was vor uns liegt, wie etwa einen Urlaub, kann der Abschied schwerfallen.

Doch Eddy weiß, was da sehr gut helfen kann. Witze erzählen! Hilft Dir das auch?



Polli ist beim Spielen hingefallen.
Seine Mama fragt aufgeregt:
„Polli – ist Deine Nase noch ganz?“
Polli antwortet: „Ja, Mama, keine Sorge.
Die zwei Löcher waren vorher auch
schon drin!“

Eine Mama fragt ihr Kind:
„Warum hast Du denn Deinen
Teddybären ins Eisfach gelegt?“
Darauf antwortet das Kind:
„Na, weil ich so gerne einen
Eisbären hätte!“

Laufen zwei Streichhölzer
durch den Wald. Kommt ihnen
ein Igel entgegen. Sagt das
eine Streichholz zum
anderen Streichholz:
„Ich wusste gar nicht, dass
hier Busse fahren!“

Ein Affe kommt von einem
Ausflug nach Hause.
„Ich bin heute vom Mangobaum
gefallen!“, erzählt er seinem Papa.
„Hoch?“, fragt dieser.
„Nein“, antwortet der kleine Affe.
„Runter natürlich!“

UND JETZT DU!

DEM LICHT HINTERHER

Bastel Dein eigenes Spiel!

Polli, Eddy und Nala machen sich auf den Weg, die Küstenseeschwalben und damit das Licht zu suchen. Komm mit!



DU BRAUCHST:

- mehrere Mitspielende
- das ausgedruckte Spielbrett
- Stifte
- Spielfiguren (oder Steine, Knöpfe oder ähnliches)
- einen Würfel

SO FUNKTIONIERT ES:

Spielvorbereitung:

Druckt das Spielbrett aus und malt es in den Farben Eurer Wahl an. Sucht Euch jeweils eine Spielfigur aus und stellt sie auf das Startfeld. Hinweis: Wenn Ihr keinen Drucker habt, könnt Ihr das Spielfeld auch gemeinsam nachzeichnen und ausmalen!

Spielregeln:

Ihr würfelt der Reihe nach. Die Person, die als nächste Geburtstag hat, beginnt. Zieh die gewürfelte Augenzahl. Kommst Du auf ein Aktionsfeld, musst Du noch etwas tun:

- **Kraft-Arm:** Du bist satt und voller Energie: Gehe noch ein zusätzliches Feld nach vorn!
- **Mond:** Du machst eine Ruhepause. Einmal aussetzen!
- **Straßenbahn:** Du kannst ein Stück mitfahren und darfst gleich noch einmal würfeln!
- **?:** Du hast Dich verlaufen. Gehe ein Feld zurück.

Ziel: Wer zuerst das Zielfeld erreicht hat, hat das Licht gefunden und gewonnen! Auf die schwarzen Kreise mit den Zahlen müsst Ihr in dieser Spielvariante gar nicht achten.

Spielvariante:

Ihr könnt auch kooperativ, also im Team, spielen. Als „Team Licht“ tretet Ihr gemeinsam gegen die Figur „Dunkelheit“ an. Gewonnen habt Ihr, wenn alle im Ziel (Antarktis) sind, bevor die „Dunkelheit“ dort ankommt. Die „Dunkelheit“ bewegt sich erst dann, wenn jemand auf einem Feld mit schwarzem Kreis landet. Dann rückt die „Dunkelheit“ um die angegebene Zahl vor.

Gute Reise!



1

2

3

4

5

6

7

16

15

14

13

12

11

10

9

8

17

18

19

20

21

22

23

24

25

34

33

32

31

30

29

28

27

26

35

36

37

38

39

40

41

42

43



48

47

46

45

44



EINE KRONE AUS LICHT

ANGELEHNT AN DAS LUCIA-FEST IN SCHWEDEN



DER LICHTERKRANZ

Während unsere Geschichte in Schweden spielt, erinnert sie an wahre Ereignisse, die sich vor langer Zeit im heutigen Italien zugetragen haben. Dort half ein Mädchen namens Lucia vielen Menschen in Not, die sich in Höhlen versteckten und sehr arm waren. Um die Hände frei zu haben und sich trotzdem in der Dunkelheit zurechtzufinden, setzte sie sich einen Lichterkranz auf den Kopf.

DAS LUCIA-FEST

Heute wird die Erinnerung an die Heilige Lucia in einigen Ländern gefeiert. Das wohl bekannteste Lucia-Fest findet am 13. Dezember in Schweden statt. Es wird daran erinnert, wie wichtig es ist, sich zu kümmern und anderen zu helfen.

DIE WINTERSONNEN- WENDE

Dieses Lichterfest findet am kürzesten Tag des Jahres statt. Es wird damit auch gefeiert, dass die Tage wieder länger werden und das Licht langsam wieder zurückkehrt. Es gibt übrigens auch eine Sommersonnenwende, *Midsommar*: Der längste Tag des Jahres!

UND JETZT DU!

LUSSEKATTER

DU BRAUCHST FÜR 12 PORTIONEN:

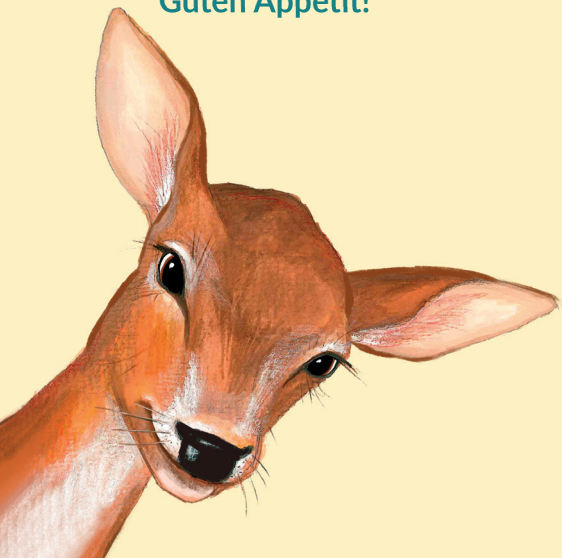
- 1 Messerspitze Safran oder alternativ 1/2 TL Kurkuma
- 1 Würfel frische Hefe
- 60 g Zucker
- 200 ml Milch
- 1 Ei (getrennt)
- 80 g weiche Butter oder Margarine
- 1 Prise Salz



SO FUNKTIONIERT ES:

- Schritt 1:** Verrühre Hefe und Zucker mit 2 EL warmen Wasser.
- Schritt 2:** Gib den Safran oder Kurkuma zur leicht erwärmten Milch.
- Schritt 3:** Gib nun Mehl, Salz, das Eigelb, Safranmilch (oder Milch mit Kurkuma) und zum Schluss die warme Butter hinzu und knete den Teig ein paar Minuten lang, wenn möglich mit einer Küchenmaschine.
- Schritt 4:** Decke den Teig mit einem Küchenhandtuch ab und lass ihn 60 Minuten lang an einem warmen Ort gehen.
- Schritt 5:** Knete den Teig noch einmal durch und teile ihn in 12 Teile. Rolle aus jedem Teil eine lange Rolle, etwa 20 cm lang. Diese rollst Du dann zu einem „S“ ein, das erinnert an eine eingerollte Katze, und lege sie auf ein Backblech mit Backpapier.
- Schritt 6:** Nimm die Rosinen und drücke je eine in die Kringel. Bepinsle den Teig mit dem Eiweiß.
- Schritt 7:** Gib die Teilchen in den Backofen und stelle ihn auf 180 Grad Ober-/Unterhitze (Umluft: 160 Grad) ein.
- Schritt 8:** Backe die Lussekatter ohne Vorheizen für 15 Minuten.

Guten Appetit!



Süße Teilchen aus Licht

Für kurze Zeit im Jahr gibt es in Schweden rund um den Lucia-Tag die sogenannten Lussekatter, übersetzt „Lucia-Katzen“. Zusammen mit Pfefferkuchen sind sie das typische Gebäck für das Lichterfest. Hierfür wird Safran in den Hefeteig gegeben: Dieser macht den Teig gelb und steht für das Licht.

DU MÖCHTEST MEHR WISSEN???

5

BUNTE POLARLICHTER

FARBENFROHE MAGIE

Polarlichter können in grün, pink, blau, violett und rot am Himmel leuchten. Im Norden heißen die Polarlichter Nordlichter (Aurora Borealis), im Süden Südlichter (Aurora Australis).

LEUCHTENDE LEGENDEN

Früher gab es viele Geschichten über die Polarlichter. Sie zu sehen, konnte ein gutes oder auch ein schlechtes Zeichen sein. Die Geschichte vom Feuerfuchs wird in Finnland erzählt. Dort sind die Lichter sogar danach benannt: „Revontulet“, das bedeutet „Feuerfuchs“.

SONNENWIND

Die Sonne stößt immer wieder Teilchen aus, den sogenannten Sonnenwind. Trifft dieser Sonnenwind auf die Luft, die unsere Erde umgibt, fängt sie an zu leuchten. So entsteht das Polarlicht.

LICHT IM DUNKEL

Am besten sind Nordlichter in den Wintermonaten zu beobachten. Aus einem ganz einfachen Grund: weil es länger dunkel ist.



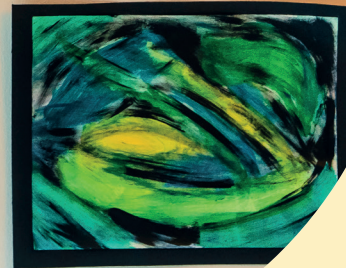
UND JETZT DU!

LASS DEN HIMMEL BUNT ERSTRAHLEN!



DU BRAUCHST:

- Papier
- Wasserfarbe
- Pinsel
- Schwamm



SO FUNKTIONIERT ES:

- Schritt 1:** Male bunte Flächen oder Streifen in Deinen liebsten Polarlichtfarben auf das Papier. Nimm wenig Wasser, denn die Farben sollen kräftig sein. Lass die Farbe gut trocken.
- Schritt 2:** Mit Schwamm oder Pinsel und dunkler Farbe (schwarz und dunkelblau) füllst Du nun die Lücken. Überstreiche auch die Ränder, so sieht es richtig echt aus!
- Schritt 3:** Wenn alles trocken ist, kannst Du noch mit einem kleinen Pinsel strahlende Sterne überall auf Dein Bild tupfen.

Fertig sind Deine eigenen Polarlichter für die Wand!



DU MÖCHTEST MEHR WISSEN???

6

DER MOND IST AUFGEANGEN

KREISE ZIEHEN

Die Erde umkreist in einem Jahr die Sonne. Und der Mond umkreist unsere Erde. Dafür braucht er ungefähr 28 Tage und wendet der Erde immer die gleiche Seite zu.



KREIS ODER SICHEL

In dieser Zeit erscheint er als Neumond (kaum sichtbar), als zunehmender Mond (Sichel rechts), als runder Vollmond und als abnehmender Mond (Sichel links, wie ein kleines a wie abnehmend).

SUPERMOND

Während der Mond die Erde umkreist, ist er manchmal näher an uns dran als in anderen Nächten und daher größer. Manchmal ist seine Größe aber auch nur eine Täuschung, nämlich wenn er nah am Horizont scheint.

LEUCHTKRAFT

Der Mond leuchtet gar nicht von alleine, sondern spiegelt einen kleinen Teil (etwa 10% im Vollmond) des Sonnenlichtes zur Erde.

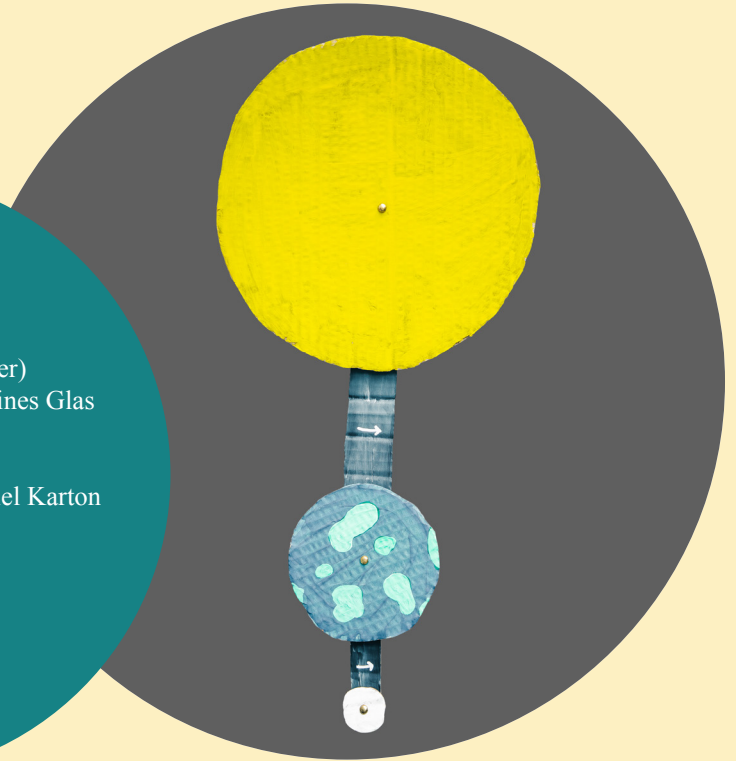
UND JETZT DU!

BASTLE EIN TELLURIUM

Was dreht sich um was und auch noch um sich selbst? Dein Tellurium zeigt es Dir. So bringst Du Sonne, Erde und Mond in Dein Zimmer!

DU BRAUCHST:

- Pappe oder Karton (schau einmal im Altpapier)
- Teller, Untertasse und kleines Glas
- Bleistift
- Schere
- festere Pappe, zum Beispiel Karton (10x2 cm und 30x3 cm)
- Lineal
- Locher
- 3 Musterbeutelklammern
- Farben



Zwei Punkte sind wichtig:

1. Lass Dir von einer erwachsenen Person beim Basteln helfen.
2. Das Größenverhältnis, also wie groß Sonne und Mond im Vergleich zur Erde sind, und wie der Abstand zueinander ist, ist hier nicht so wichtig. Es geht um die Bewegung der drei Himmelskörper!

SO FUNKTIONIERT ES:

- Schritt 1:** Lege Teller, Untertasse und Glas auf die Pappe. Umkreise sie mit dem Bleistift und schneide sie aus.
- Schritt 2:** Male den größten Kreis gelb an (Sonne), den mittleren Kreis blau und grün (Erde) und den kleinsten Kreis weiß (Mond).
- Schritt 3:** Zeichne mit Lineal und Bleistift einen Streifen der Größe 10x2 cm und einen Streifen der Größe 30x3 cm. Schneide sie aus und male sie dunkelblau oder schwarz an. Du kannst später noch kleine Sterne aufmalen.
- Schritt 4:** Mach mit dem Locher je ein Loch an die Enden der Streifen.
- Schritt 5:** Verbinde mit der ersten Musterbeutelklammer die Sonne mit dem langen Streifen und mit der zweiten Klammer die Erde mit beiden Streifen. Mit der dritten Klammer verbindest Du den Mond mit dem kurzen Streifen.
- Schritt 6:** Male je einen Pfeil auf die Pappstreifen (entgegen dem Uhrzeigersinn).

LICHT UND GEFÜHLE



LICHT UND FREUDE

Licht kann Aufregung oder Freude fördern und wir können uns bei Licht gut konzentrieren.

LICHT UND ANGST

Bei wenig Licht oder in der Dunkelheit fühlen wir uns unwohl und wir bekommen manchmal sogar Angst.

TIERE IM DUNKELN

Vielen Tieren geht es wie uns Menschen. Andere Tiere fühlen sich in der Dunkelheit sehr wohl. Zum Beispiel Stella, die sehr gut sehen und riechen kann. Aber auch Tiere, die tagsüber schlafen, also nachtaktive Tiere, wie Eulen, Füchse oder Fledermäuse.

LICHT ALS TRICK

In Filmen oder im Theater wird Licht benutzt, um Gefühle auszudrücken oder eine Stimmung zu gestalten.

UND JETZT DU!

LICHTPUNKTE FANGEN

EIN BEWEGUNGSSPIEL



Für dieses lustige
Bewegungsspiel brauchst Du
eine Taschenlampe und
mindestens noch eine
weitere Mitspielerin oder
einen weiteren Mitspieler.



SO FUNKTIONIERT ES:

Ist es draußen schon dunkel? Dann macht einmal das Licht aus. Ansonsten könnt Ihr auch den Raum mit Vorhängen oder Rollläden verdunkeln.

Fühlt einmal in Euch hinein: Wie fühlt sich die Dunkelheit an?

Und jetzt bringt Ihr wieder Licht ins Dunkel:
Eine Person hat eine Taschenlampe und lässt das Licht durch den Raum wandern oder macht einzelne Lichtpunkte. Versucht, das Licht zu fangen!
Ihr könnt auch Musik anmachen und zusammen mit dem Licht tanzen!

Vertreibt die Dunkelheit und habt Spaß!





TAGESZEITEN

DIE ERDE DREHT SICH

Die Erde dreht sich um die Sonne, aber auch um sich selbst. Daher zeigt immer nur eine Hälfte der Erde zur Sonne. Dort ist dann Tag. Bei der Hälfte, die im Schatten liegt, ist Nacht. Nachts ist es dann auch kälter, weil die Wärme



LANGE UND KURZE TAGE

Da die Erde etwas gekippt ist, sind die Tage an manchen Orten in den verschiedenen Jahreszeiten länger oder eben auch kürzer. Die Nordhalbkugel ist in den Wintermonaten von der Sonne weggekippt, daher sind die Tage kürzer und die Nächte länger. Im Sommer ist es genau andersherum, weil sich die Nordhalbkugel zur Sonne neigt. An den Polen gibt es darum Polartag und Polarnacht. Am Äquator, der Linie, die die Erde in eine Süd- und eine Nordhalbkugel teilt, sind die Tage immer gleich lang, etwa 12 Stunden.

BLAUE UND GOLDENE STUNDE

Wenn wir einen Sonnenaufgang sehen, ist das der Moment, in dem sich unser Ort aus dem Schatten in den Schein der Sonne dreht. Die Stunde vor dem Sonnenaufgang wird „blaue Stunde“ genannt, die Stunde danach die „goldene Stunde“. Das Licht ist dann ganz besonders.

UND JETZT DU!

BASTLE EINEN HEISSLUFTBALLON



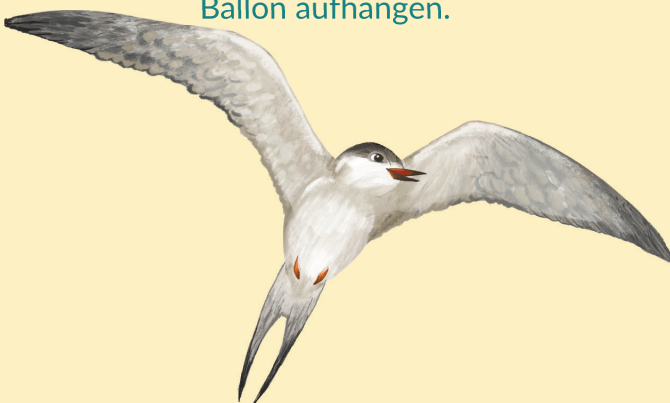
DU BRAUCHST:

- Schere
- Kleber
- Bleistift
- 6 Blätter
- Kordel
- Toilettenpapierrolle
- Locher



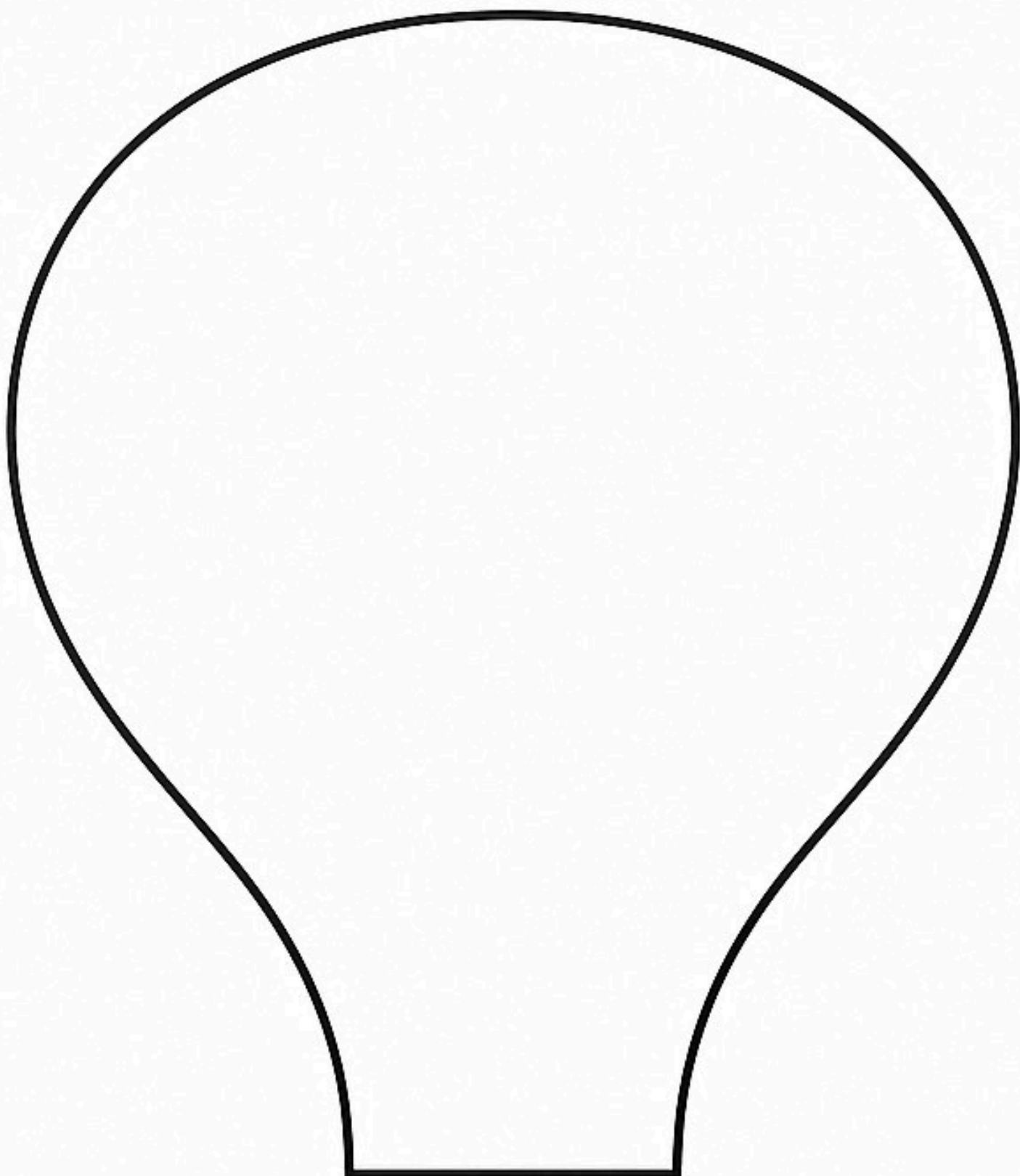
SO FUNKTIONIERT ES:

- Schritt 1:** Male die Form eines Heißluftballons auf die sechs Papiere. Nutze dafür die Schablone auf der nächsten Seite. Schneide die Formen aus. Wenn Du möchtest, kannst Du sie noch anmalen oder bekleben. Knicke sie längs in der Mitte.
- Schritt 2:** Klebe je eine halbe Seite an die nächste halbe Seite. Verbinde die letzte Seite mit der ersten.
- Schritt 3:** Schneide nun ein Stück der Toilettenpapierrolle ab, das wird Dein Korb. Auch diesen kannst Du bemalen oder bekleben.
- Schritt 4:** Lass Dir nun helfen: Nimm den Locher und mache gegenüber voneinander zwei Löcher in den Korb. Lege dann den Ballon flach hin und mache unten und oben ein Loch.
- Schritt 5:** Verknöte ein Stück Kordel an einem der Löcher im Korb, führe die Kordel dann durch das Loch unten am Ballon und anschließend durch das zweite Loch am Korb. Mache auch dort einen Knoten. Führe nun ein längeres Stück Kordel durch das Loch oben im Ballon und verknöte die Enden miteinander. Jetzt kannst Du den Ballon aufhängen.



Tipp:

Als Papier kannst Du auch Reste von Geschenkpapier nehmen oder dünne Verpackungen. Gestalte Deinen Ballon so, wie er Dir gefällt!





EINZIGARTIGE FARBEN



LICHT IST BUNT

Die Sonne strahlt Licht aus. Für unser Auge ist das Licht einfach hell. Tatsächlich aber sind im Sonnenlicht alle Grundfarben enthalten: Rot, Orange, Gelb, Grün, Hellblau, Indigo und Violett.

SONNE TRIFFT REGEN

Wenn Sonnenlicht auf einen Regentropfen trifft, bricht das Licht und die einzelnen Farben werden in einem Regenbogen sichtbar. Den können wir übrigens am besten sehen, wenn wir die Sonne im Rücken haben.

KREIS AUS FARBEN

Ein runder Regenbogen wie in der Geschichte ist nur aus der Höhe sichtbar. Auch sehr selten gibt es Halos, das sind regenbogenfarbige Ringe um Vollmond oder Sonne. Sie gelten als Zeichen dafür, dass das Wetter bald schlechter wird.

VIelfalt, FRIEDEN UND FREIHEIT

Der Regenbogen wird oft als Symbol verwendet. Er steht dafür, dass die Menschen leben und lieben können, wie und wen sie möchten. Dass wir alle anders und einzigartig sind. Der Regenbogen ist ein Symbol für Freiheit und Frieden. Für Glück und noch vieles mehr.

UND JETZT DU!

REGENBOGEN AUF, REGENBOGEN ZU



DU BRAUCHST:

- blaue Pappe, etwa 15x20 cm
- weißes Papier (DIN A4, also 20x30 cm)
- gelbes Papier oder gelb angemaltes Papier
- Wasserfarben oder Stifte
- Klebstift
- kleines Glas (etwa 5 cm Durchmesser)
- Bleistift



SO FUNKTIONIERT ES:

- Schritt 1:** Lege die blaue Pappe quer vor Dich hin und knicke sie dann in der Mitte, sodass eine Karte entsteht.
- Schritt 2:** Knicke das weiße Papier einmal längs in der Mitte und schneide es an der Knickkante durch. Klebe den zweiten Streifen an den ersten Streifen dran, sodass ein langer Streifen von etwa 10x40 cm entsteht.
- Schritt 3:** Male nun von oben nach unten die Farben des Regenbogens quer in geraden Streifen. Lass die Farben trocknen.
- Schritt 4:** Falte Dein Regenbogenpapier von der kurzen Seite ausgehend wie eine Ziehharmonika. Dafür knickst Du einen Streifen (etwa 1 cm) ein, drehst das Blatt um, knickst wieder einen Streifen und so weiter.
- Schritt 5:** Klebe das eine Ende des gefalteten Papiers auf die linke Seite der aufgeklappten Karte, das andere Ende auf die rechte Seite.
- Schritt 6:** Schneide eine Wolke aus dem weißen Papier aus und klebe sie in die Karte. Du kannst auch Watte zu einer Wolke formen. Male oder klebe Regentropfen auf.
- Schritt 7:** Aus dem gelben Papier kannst Du nun Sonnenstrahlen ausschneiden. Für den Kreis der Sonne stellst Du das Glas auf das Papier und malst mit dem Bleistift einmal rundherum. Schneide ihn aus und klebe nun die Sonne auf.

Klappe die Karte auf und Dein bunter Regenbogen erscheint!



LICHT IST FREUDE

ANGELEHNT AN DAS LICHTERFEST DIWALI, DAS UNTER
ANDEREM IN INDIEN GEFEIERT WIRD



EIN LEUCHTENDES FEST

Das hinduistische Lichterfest Diwali wird in ganz Indien und mittlerweile auch weltweit gefeiert. Diwali heißt übersetzt „Lichtermeer“, denn überall werden kleine Öllämpchen (Diyas) aus Ton aufgestellt oder auf Papierbooten auf Flüsse gesetzt.

DAS GUTE SIEGT ÜBER DAS BÖSE

Überall feiern, tanzen und musizieren Hindus und freuen sich, dass das Licht stärker ist als die Dunkelheit und in den Geschichten ihrer Götter das Gute über das Böse siegt.

BUNTE BLUMEN

Viele Menschen schmücken ihre Häuser mit Blumen oder legen Muster (Rangoli) aus Blumen und buntem Pulver vor die Häuser, um den Besuch willkommen zu heißen.

FÜNF TAGE FEIERN

Diwali findet im Oktober oder November statt, das genaue Datum hängt vom Mond ab. Fünf Tage lang feiern die Menschen und jeder Tag hat eine eigene Bedeutung.

UND JETZT DU!

BUNTE LÄMPCHEN FÜR DAS LICHTERMEER



DU BRAUCHST:

- 1/2 Tasse Wasser
- 1/2 Tasse Salz
- 1 Tasse Mehl
- Acryloder Wasserfarbe
- Teelicht



SO FUNKTIONIERT ES:

Schritt 1: Verknete die Zutaten miteinander.

Schritt 2: Nimm etwas Teig und forme Kugeln daraus. Platte diese dann etwas und drücke vorsichtig mit einem Teelicht eine Mulde hinein. Forme, wenn Du möchtest, an einer Seite eine kleine Spitze.

Schritt 3: Lass den Teig trocknen. Das kann bis zu drei Tage dauern.

Schritt 4: Male Deine Förmchen dann so an, wie sie Dir gefallen. Dabei kannst Du eine Farbe wählen oder mit mehreren Farben Muster malen.

Schritt 5: Wenn die Farbe getrocknet ist, kannst Du das Teelicht wieder hineinsetzen und Deine Lämpchen erstrahlen lassen.



Teelichter gibt es auch als Solarlichter oder mit wiederaufladbaren Batterien. Diese sind sicherer als Teelichter mit offener Flamme.

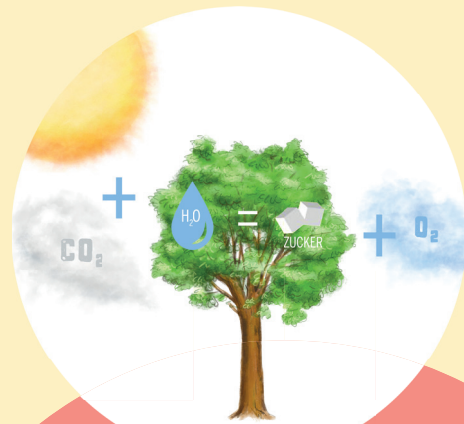
LICHT IST LEBEN



DIE ERDATMOSPHERE

Unsere Erde ist von einer Schutzhülle umhüllt, der Atmosphäre. Darin sind verschiedene Gase, zum Beispiel Sauerstoff oder Kohlenstoffdioxid (CO_2).

CO_2 entsteht zum Beispiel, wenn wir Auto fahren, fliegen oder Strom verbrauchen, etwa beim Heizen oder Herstellen von Dingen. All diese Gase sind wichtig, aber nur in bestimmten Mengen, ansonsten gerät unsere Erde aus dem Gleichgewicht.



PHOTOSYNTHESE

Pflanzen wachsen mit drei Zutaten: Sonnenlicht, Wasser und CO_2 .

Dabei entsteht Traubenzucker, den brauchen die Pflanzen zum Wachsen. Außerdem gibt die Pflanze Sauerstoff ab, den Menschen und Tiere zum Atmen brauchen. Wir nennen diesen Vorgang Photosynthese.

Pflanzen stellen also zum Wachsen ihre Nahrung selbst her.
Praktisch, oder?

UNSER FREUND, DER BAUM

Bäume ziehen CO_2 aus der Luft und speichern es. So helfen sie dabei, das Gleichgewicht der Gase zu bewahren. Außerdem bieten Bäume vielen Tieren Nahrung und Lebensraum und helfen, das Klima auf der Erde zu schützen.

WOHLFÜHLSONNE

Unser Körper kann mithilfe der Sonne das Vitamin D herstellen, das für verschiedene Funktionen im Körper wichtig ist. Sonnenlicht trägt auch dazu bei, dass wir uns wohl fühlen.

UND JETZT DU!

NELKENMUSTER

HEILENDE KRÄFTE

Viele Pflanzen haben heilende Kräfte. So auch getrocknete Nelkenblüten. Sie helfen auch gegen Zahnschmerzen. Dafür werden sie zwischen Wange und Zahn eingeklemmt oder es wird auf ihnen gekaut.



DU BRAUCHST:

- Nelken
- Orangen

SO FUNKTIONIERT ES:

Stecke die Nelken in die Orangen und tauche den Raum in adventliche Düfte. Du kannst sie wild durcheinander verteilen oder verschiedene Muster kreieren, zum Beispiel Sterne. Hmm, duftet das festlich!





EIN FLUSS AUS LICHTERN

ANGELEHNT AN DAS LICHTERFEST LOY KRATHONG IN THAILAND



EINE BESONDERE VOLLMONDNACHT

Das gesellige Lichterfest wird in einer bestimmten Vollmondnacht gefeiert.

Es wird gegessen, getrunken und gefeiert, es gibt festliche Umzüge und traditionelle Zeremonien.

BANANE ODER BROT

Loy Krathong heißt übersetzt „auf dem Wasser treibendes, kleines Floß“. Millionen Flöße mit Kerzen, Räucherstäbchen und Blumen werden zu Wasser gelassen. Sie werden aus Bananenblättern in Form einer Lotusblüte gebaut. Manche Flöße werden aus Brotteig gebacken, diese können dann von den Fischen aufgegessen werden.

LOSLASSEN

Die Flöße stehen für die Befreiung der Seele von schlechten Gedanken und Eigenschaften. Dafür legen manche etwa eine Haarsträhne von sich auf ein Floß.

Gleichzeitig ehren die Menschen die Wassergöttin und danken ihr.

NICHT NUR IN THAILAND

Das Fest wird unter anderem Namen auch in anderen asiatischen Ländern wie Laos, Myanmar, Kambodscha oder Sri Lanka gefeiert.

UND JETZT DU!

BLÜTENLICHTER BASTELN

DU BRAUCHST:

- festeres Papier (gemustert oder einfarbig)
- Bleistift
- Schere
- Lineal
- Stifte
- Kleber
- Teelicht

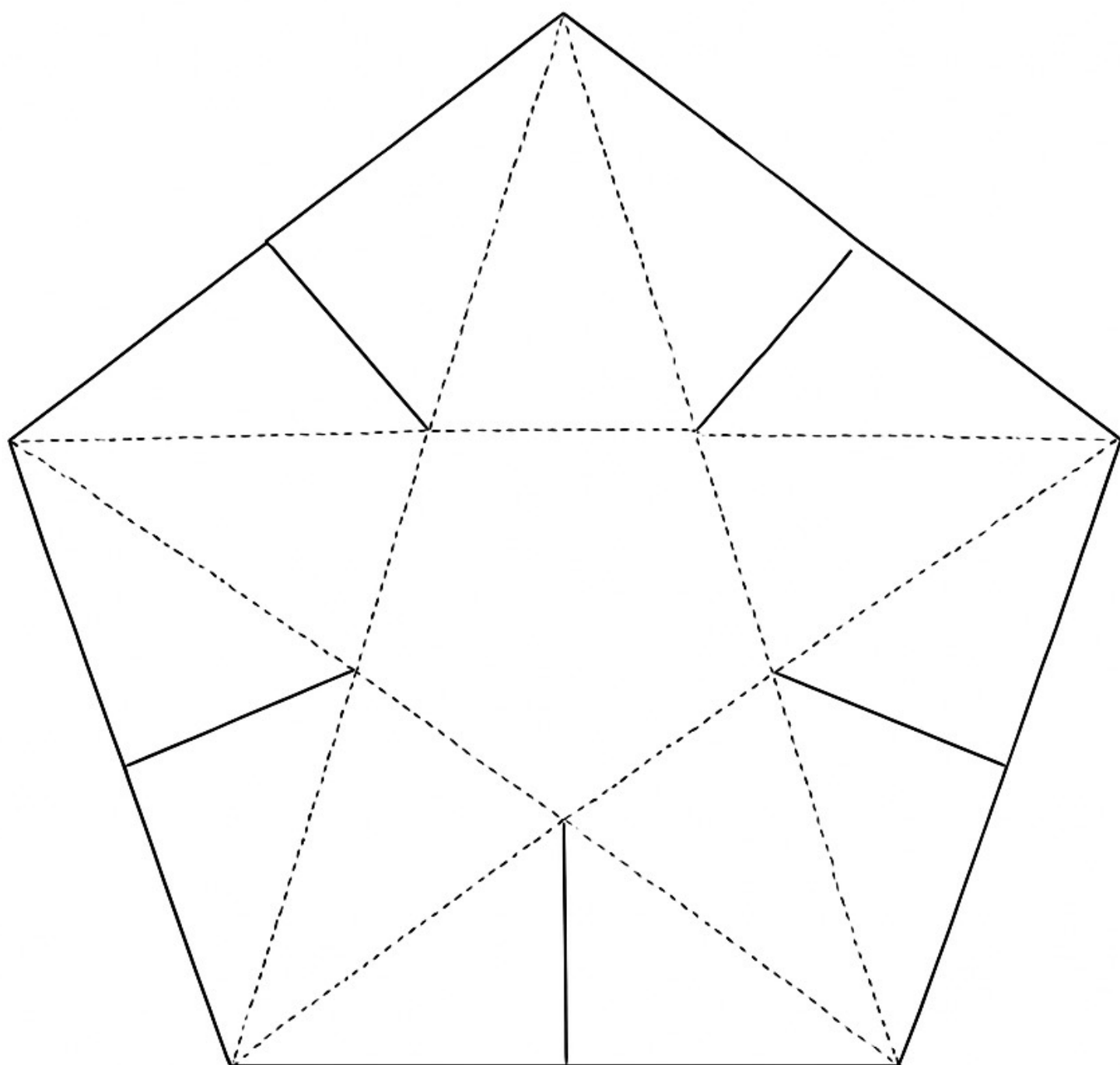


SO FUNKTIONIERT ES:

- Schritt 1:** Schneide ein Fünfeck aus, die Seiten sollten jeweils etwa 9 cm lang sein. Dafür kannst Du auch die Vorlage (siehe nächste Seite) nehmen.
- Schritt 2:** Wenn Du ein einfarbiges Papier hast, kannst Du es in Deinen Lieblingsfarben anmalen.
- Schritt 3:** Nimm das Lineal und lege es an zwei Eckpunkte. Führe die geschlossene Schere am Lineal entlang, so entsteht eine Knickkante. Wiederhole das mit allen Ecken, sodass ein Sternmuster entsteht (gestrichelte Linie).
- Schritt 4:** Knicke das Papier an den Knickkanten um und falte dann das Papier wieder auf.
- Schritt 5:** Schneide zwischen den Sternzacken vom Rand bis zur „Sternecke“ ein (dicke Linie).
- Schritt 6:** Schiebe die Schnittkanten bzw. die einzelnen Blütenblätter überlappend aufeinander und klebe sie zusammen. Halte die Stelle fest, bis der Kleber trocken ist oder nutze Wäsche- oder Büroklammern dafür.

Nun kannst Du Dein Teelicht hineinstellen und das schöne Licht genießen!

Teelichter gibt es auch als Solarlichter oder mit wiederaufladbaren Batterien. Das künstliche Licht ist sicherer als ein Teelicht mit offener Flamme.





MAGISCHES LEUCHTEN



MAGIE ODER ALGEN?

Was das Meer zum Leuchten bringt, sind klitzekleine Algen, das sogenannte Plankton.

BEDROHTES PLANKTON

Zu bestimmten Jahreszeiten und wenn es viel Nahrung gibt, gibt es an einigen Orten besonders viel Plankton. Bewegt sich das Wasser, durch Wellen, Boote, schwimmende Tiere oder Menschen, fühlt sich das Plankton bedroht. Dann knipst es die Taschenlampe an und schreckt damit die Gefahr ab.

BIOLUMINESZENZ

Dieses Leuchten von Lebewesen wird Biolumineszenz genannt. Dabei reagieren verschiedene Stoffe miteinander. „Bios“ bedeutet im Griechischen „Leben“, „lumen“ bedeutet im Lateinischen „Licht“.

LEUCHTENDE NAMEN

Manche Planktonarten haben tolle Namen wie „Nachtlaternchen“ und „Dinoflagellaten“.

UND JETZT DU!

DEINE MAGISCHE ZAUBERKRAFT

DU BRAUCHST:

- Stock aus dem Garten oder Wald
- dickeren Stoff, Filz, Pappe, Tannenzapfen oder Moosgummi
- Bänder, Wolle, Filzkugeln, Farbe oder andere Dekoration



SO FUNKTIONIERT ES:

- Schritt 1:** Schneide zwei Kreise oder Sterne aus Deinem Stoff oder anderem Material aus.
- Schritt 2:** Klebe sie aneinander, mit dem Stock dazwischen, und lass den Kleber trocken. Du kannst den Stoff auch aneinandernähen.
- Schritt 3:** Wenn Du möchtest, kannst Du Deinen Zauberstab nach Deinen Wünschen dekorieren.

Jetzt kannst Du Dir tolle Zaubersprüche ausdenken!

Liebes Licht, hell und fein,
komm und mach das Dunkel klein!

Funkel, strahle, kleiner Stern,
Dein Licht ist hell in Nah und Fern.

Was ist Deine
innere Leuchtkraft?

Was macht Dich besonders aus?



WENN WIR ETWAS VERLIEREN

ALLES WIRD GUT!

Mara hat dank Nala ihren Schlüssel zurückbekommen. Was für ein Lichtblick!
Ein Lichtblick ist ein Zeichen, dass alles wieder gut werden kann. Ein Lichtblick kann sein, wenn wir etwas wiederfinden oder uns jemand hilft, aber auch ein nettes Wort zum Trost, ein Lächeln oder eine dicke Umarmung!



WER SUCHET, DER FINDET

Hast Du schon einmal etwas verloren?
Wie hast Du es wiedergefunden?
Ein erster Gedanke kann bei der Suche sein:
Wo habe ich es das letzte Mal gesehen
und was habe ich damit gemacht?

HILFE VON OBEN

Im Christentum gibt sogar einen Heiligen, der sich um verlorene Dinge kümmert.
Der Heilige Antonius von Padua.
Im Buddhismus, vor allem in Japan, kann Jizō helfen, im Hinduismus wird Ganesha, der elefantenköpfige Gott, um Unterstützung gebeten.

DEIN LICHTBLICK

Hast Du auch einmal gedacht, dass Du etwas nicht schaffst, und plötzlich kam Dir jemand zu Hilfe oder Du hast selbst die Lösung gefunden?

UND JETZT DU!

SCHENKE LICHTBLICK-MOMENTE

Auch Du kannst auf unterschiedliche Art und Weise ein Lichtblick für andere sein!

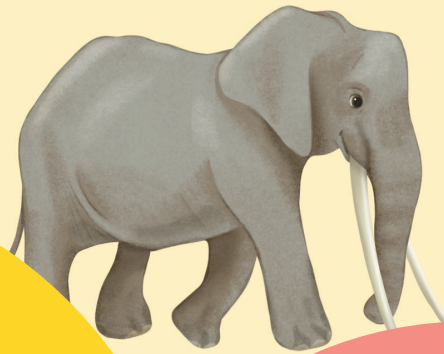
- Mache jemandem ein Kompliment.
- Schnappe Dir Deinen Lieblingsmenschen und tanze los, mit oder ohne Musik.
- Erzähle allen Leuten, die Du triffst, einen Witz.
- Umarme Deine liebsten Menschen und lache mit ihnen.
- Finde etwas, das Du gern verschenken würdest. Was ist es? An wen möchtest Du es verschenken? Warum hast Du die Person so gern? Warum passt es zu der Person?

Denke Dir noch mehr
Lichtblick-Momente aus und
verschenke sie!





TIERISCH BESONDERS



LÄNGSTE SCHWANGERSCHAFT

Elefantenmamas sind fast zwei Jahre lang schwanger. Damit halten sie den Weltrekord für die längste Schwangerschaft im Tierreich! Das Elefantenkalb entfernt sich die ersten acht Jahre kaum von der Mutter.

FASTENZEIT

Wenn eine Eisbärenmutter die Geburtshöhle mit ihrem Jungtier verlässt, hat sie etwa acht Monate lang nichts gegessen und lebt von ihrem vorher angefüttertem Fett. Das braucht sie sogar auch, um überhaupt schwanger zu werden.

EIERLEGENDES SÄUGETIER

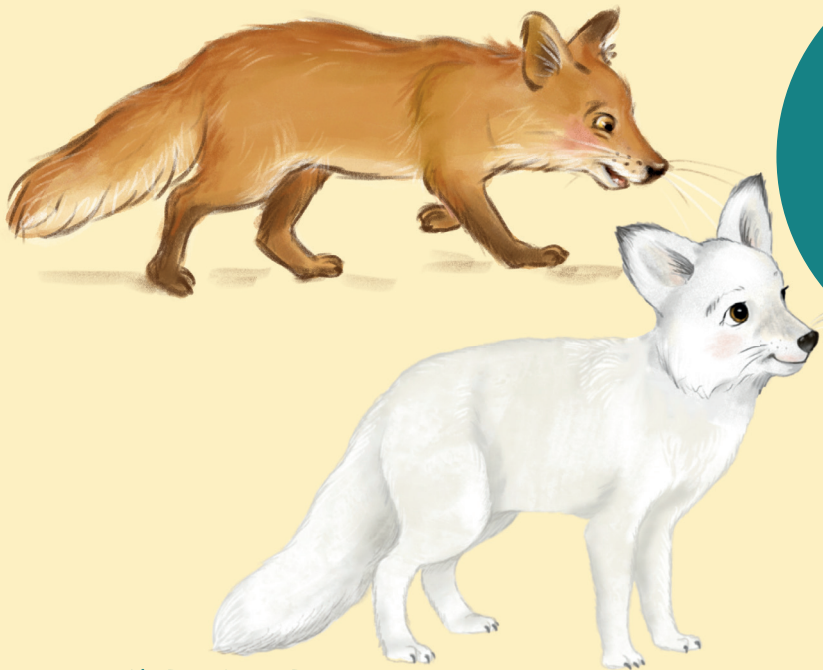
Das in Australien lebende Schnabeltier ist eine süße Mischung aus Ente und Biber. Und das weltweit einzige Säugetier, das Eier legt.

SCHWANGERER PAPA

Seepferdchenweibchen legen die Eier direkt in die Bauchtasche des Männchens. Dort befruchtet das Männchen die Eier und bringt nach etwa zwei Wochen klitzekleine Seepferdchen zur Welt.

UND JETZT DU!

TIERPÄRCHEN FINDEN



DU BRAUCHST:

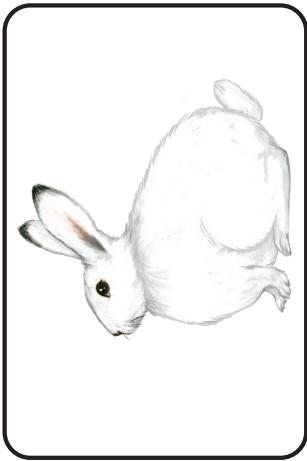
- ausgedruckte Bilder-
- karten
- Pappe
- Schere
- Kleber

SO FUNKTIONIERT ES:

- Schritt 1:** Klebt die Karten auf Pappe und lass den Kleber trocknen.
Schritt 2: Schneidet die Karten aus.
Schritt 3: Mischt die Karten und legt sie verdeckt auf den Tisch.
Abwechselnd deckt Ihr je zwei Karten auf und versucht, die zueinander gehörenden Tierpärchen zu finden.
Habt ihr ein Pärchen gefunden, dürft Ihr es behalten.
Ansonsten deckt ihr die Karten wieder zu.

Viel Spaß beim Spielen!







COOL BLEIBEN IM TIERREICH

GANZ SCHÖN HEISS!

Wie heiß es im Sommer ist, hängt davon ab, wo auf der Erde wir uns befinden. In Deutschland kann es im Sommer um die 40 Grad heiß werden. Dann kommt besonders viel Hitze von der Sonne bei uns an. Puh! Auf der Sonne kann es übrigens bis zu 6.000 Grad Celsius heiß werden, eine unvorstellbare Temperatur!



ROSA BRILLE

Brillenpinguine können nicht schwitzen. Sie haben aber einen nackten Fleck über den Augen, der aussieht wie eine Brille. Zieht Wind über die Stelle, kühlt dort das Blut ab und kühlt dann den restlichen Körper.

SCHICKE FRISUR

Viele Tiere wechseln ihr Fell, wenn es wärmer oder kälter wird. Börje, Polli, Nala und Stella, auch viele andere Tiere wie Otter, Murmeltiere, Katzen oder Hunde wechseln einmal oder sogar zweimal im Jahr ihre „Kleidung“.

SONNENMILCH

Die Haut von Flusspferden gibt eine Flüssigkeit ab, die wie Sonnenmilch wirkt! Was machst Du, wenn Dir im Sommer warm ist?

UND JETZT DU!

In diesem Bild haben sich
8 Brillen versteckt.
Kannst Du sie finden?
Schau ganz genau und
kreise sie ein!

VERSTECKTE BRILLEN



ANFLÖSUNG:





GEMEINSCHAFT UND ZUSAMMENHALT

GEMEINSCHAFT

„Gemeinsam sind wir stark!“

Das fühlen auch die Tiere in
unserer Geschichte.

Wenn alle mitmachen und helfen,
können wir viel mehr schaffen.

So tragen wir alle etwas
zur Gruppe bei.



PUZZLE

Wir sind alle einzigartig. Wir sind alle
genau so richtig, wie wir sind. Wir haben
unterschiedliche Stärken und können
uns gegenseitig ergänzen, so wie viele
Puzzleteile ein großes Bild ergeben.

Gemeinsam sind wir eine große
Pinguinkolonie!

AUCH STREITEN KANN WICHTIG SEIN

Es klingt erst einmal komisch, aber Streiten
ist auch wichtig. Danach können wir einander
oft besser verstehen. Wichtig ist, dass wir uns
gegenseitig im Streit nicht weh tun und dass
wir uns danach wieder vertragen.

DA IST JEMAND

„Du bist nicht allein“ ist nur ein kleiner
Satz. Er hat aber eine große Bedeutung.
Denn wenn wir Gemeinschaft und
Zusammenhalt fühlen, fühlen wir uns
sicher. Und das ist sehr wichtig.

UND JETZT DU!

FLÜSTERPOST

In unserer Geschichte spielen die Tiere Flüsterpost, um eine wichtige Nachricht zu verbreiten. Und es funktioniert. Richtig lustig wird es aber, wenn sich die Worte oder Sätze in der Flüsterkette verändern und am Anfang niemand weiß, was am Ende herauskommt!

DU BRAUCHST:

- mehrere Personen (je mehr mitspielen, desto lustiger wird es)



SO FUNKTIONIERT ES:

Denk Dir einen Satz oder ein Wort aus. Flüstere Deine Idee dem nächsten Kind ins Ohr. Dieses flüstert das, was es gehört hat, ins Ohr des nächsten Kindes und so weiter. Das letzte Kind sagt laut, was es verstanden hat. Lasst Euch überraschen! Danach fängt ein anderes Kind an.

Wichtig: Wiederholungen sind nicht erlaubt. Ihr gebt das weiter, was Ihr verstanden habt.

Viel Spaß!





FREUNDSCHAFT FÜR IMMER!



FREUNDSCHAFT WELTWEIT

Amistad (Spanisch)
Dostluk (Türkisch)
Ystävyys (Finnisch)
Persahabatan (Indonesisch)
Vänskap (Schwedisch)
Ubungane (Zulu, wird in Südafrika
gesprochen)
Friendship (Englisch)

TAG DER FREUNDSCHAFT

Der 30. Juli ist der internationale Tag der Freundschaft. Dabei wird die Freundschaft zwischen zwei Personen gefeiert, aber auch zwischen Ländern und Kulturen. Freundschaft sollten wir aber nicht nur einen Tag im Jahr feiern, sondern das ganze Jahr über!

FREUNDSCHAFT IST GLÜCK

Einen Freund oder eine Freundin zu haben, ist ein großes Glück. Es gibt uns ein schönes Gefühl. Gemeinsam erleben wir schöne Momente oder sogar kleine Abenteuer. Wir sind mutiger und füreinander da und bringen uns gegenseitig zum Lachen! Hast Du auch jemanden, der sehr wichtig ist für Dich?

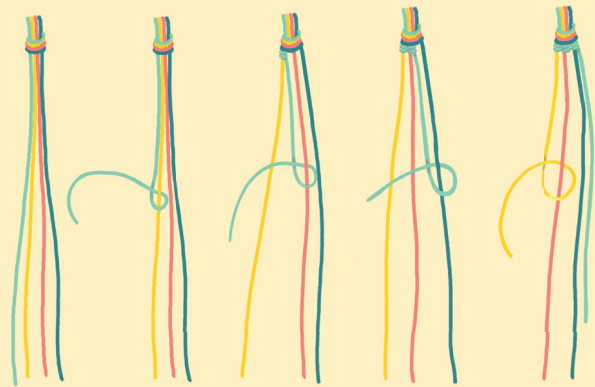
UND JETZT DU!

FREUNDSCHAFTS- ARMBAND



DU BRAUCHST:

- Wolle in vier verschiedenen Farben



SO FUNKTIONIERT ES:

- Schritt 1:** Schneide vier Wollfäden bei einer Länge von ca. 60 cm ab und verknote sie an einem Ende miteinander. Lass dabei ca. 5 cm Wolle überstehen, die brauchst Du später für den Knoten um Dein Handgelenk.
- Schritt 2:** Nimm eine Sicherheitsnadel und befestige sie in dem Knoten und dann an einem Kissen. Das Kissen kannst Du zwischen Deine Knie klemmen.
- Schritt 3:** Ordne die Fäden nebeneinander an. Nimm den Faden ganz links und lege ihn über den zweiten Faden. Führe ihn durch die Schlaufe und ziehe einen Knoten. Wiederhole dies, sodass zwei Knoten entstehen. Hast Du dicke Wolle ausgewählt, reicht auch ein Knoten.
- Schritt 4:** Knote mit derselben Wollfarbe weiter. Knote nun also den Faden um den mittleren Faden und danach um den letzten Faden.
- Schritt 5:** Fange dann wieder ganz links mit der nächsten Wollfarbe an und wiederhole alle Schritte.
- Schritt 6:** Wenn Du die Länge geknüpft hast, die um Dein Handgelenk passt, machst Du einen Knoten. Verschließe nun das Band am Handgelenk, indem du beide Enden mit einem Doppelknoten miteinander verknotest.

Du kannst es behalten oder einem Freund oder einer Freundin schenken!



SOLARENERGIE

KRAFT DER SONNE

Sonne, Wind und Wasser haben viel Kraft. Diese Kraft kann in Strom umgewandelt werden. Das passiert bei der Sonnenergie in großen schwarzen Platten auf Dächern oder Feldern, den Solarzellen. Auch Windräder sind für die Stromerzeugung da.



STROM IM ALLTAG

Für Licht, Heizung und elektrische Geräte brauchen wir Strom. Auch wenn etwas hergestellt wird, zum Beispiel Spielzeug oder Kleidung, wird Strom gebraucht.

STROMSPAREN

Je nachdem, aus welcher Energiequelle unser Strom kommt, entsteht mehr oder weniger CO₂, wenn wir Strom verbrauchen. Entsteht der Strom bei der Verbrennung von Kohle oder Gas, entsteht viel CO₂. Bei Strom aus Wind, Sonne oder Wasser wenig. Zu viel von dem Gas CO₂ schadet unserer Umwelt. Achte daher darauf, so wenig Strom wie möglich zu verbrauchen.

DIE UMWELT SCHÜTZEN

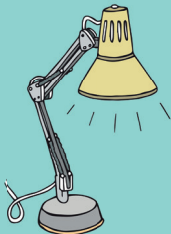
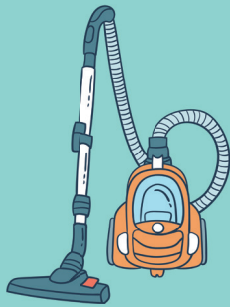
Du kannst viel tun, um die Umwelt zu schützen: Licht ausschalten, Heizung runterdrehen, Ladegerät aus der Steckdose ziehen und noch vieles mehr! Machst Du mit?

UND JETZT DU!

WOFÜR BRAUCHEN WIR STROM?

Welche Geräte bei Dir zu Hause verbrauchen Strom?
Umkreise das Bild.

Male in den weißen Kreis ein weiteres Gerät, das Strom verbraucht.



Wieviel Geräte zählst Du bei
Dir zu Hause, die Strom verbrauchen?
Trage die Zahl hier ein:



EINE MITTEILUNG FÜR DICH

Eddy und Polli sind überrascht, für was Menschen alles Strom brauchen. In Lesedis Haus entdecken sie viele Lampen und Geräte mit den unterschiedlichsten Funktionen. Aber am spannendsten ist der leuchtende Kasten mit Onkel Erik! So mit ihm zu sprechen ist nur mit Strom möglich.

LICHTSIGNALLE

Früher wurden manchmal Lichtsignale als Sprache genutzt. Dafür wurden mit einem Spiegel Sonnenstrahlen eingefangen und mit bestimmten Bewegungen als Lichtblitze verschickt. Diese Blitze konnten dann „gelesen“ werden.



SCHRIFT

Als dann die Schrift erfunden wurde, konnten die Menschen ihre Ideen und Gedanken aufschreiben und auch miteinander teilen. Auf Steinen und später in Briefen.

TELEFON

Viel später gab es das Telefon, mit dem die Menschen sich auch über große Entfernungen hören konnten. Um ein Telefon zu benutzen, wurde Strom nötig!

INTERNET

Das Internet hat sehr verändert, wie wir miteinander kommunizieren. E-Mails und SMS, Sprachnachrichten, Emojis und auch das Telefonieren mit Bild: Heute ist alles möglich. Was wird noch kommen?

Wie teilst Du Deinen Freundinnen und Freunden etwas mit, wenn Ihr nicht am selben Ort seid?

UND JETZT DU!

ICH KANN DICH HÖREN!

Aus Konserven kannst Du ganz einfach dieses Dosentelefon herstellen. So kannst du bestehende Materialien wiederverwenden und brauchst nichts neu kaufen.

DU BRAUCHST:

- 2 leere und saubere Konservendosen ohne scharfe Kanten, alternativ 2 Plastikbecher
- Schnur, zum Beispiel Geschenkband (mindestens 4 Meter lang)
- Hammer und Nagel
- Klebeband
- nach Wunsch Farben und Papier

Eddy und Polli sind überrascht, weil sie mit Erik sprechen können, der ganz schön weit weg ist. Schafft Ihr das auch? Aber ganz ohne Strom? Probiert es aus und baut Euch ein Dosentelefon!



SO FUNKTIONIERT ES:

Lasst Euch von einer erwachsenen Person helfen!

- Schritt 1:** Klebt die scharfen Kanten der Dosen vorsichtig mit Klebeband ab.
Schritt 2: Macht mit Nagel und Hammer ein Loch in die Mitte des Dosenbodens.
Schritt 3: Führt den Faden durch das Loch und macht innen einen Knoten. Die Dosen sind nun durch die lange Schnur verbunden.
Schritt 4: Ihr könnt die Dosen auch bekleben oder bemalen.
Schritt 5: Stellt Euch so weit auseinander, dass die Schnur gespannt ist. Sprichst oder flüsterst Du in eine Dose, wird die Schnur in Schwingungen versetzt und der Schall so auf die andere Dose übertragen. Mit dem Ohr an der Dose kann Dein Gegenüber also verstehen, was Du gesagt hast.

Viel Spaß!

EIN LICHT GEHT AUF

WISSENSCHAFT

Die Wissenschaftlerinnen und Wissenschaftler auf unserem Schiff sammeln Informationen, um die Ozeane zu verstehen und besser schützen zu können. In den Wasserproben können sie „lesen“, wie es den Ozeanen geht. Der größte Teil der Ozeane ist noch unerforscht!

OZEANE

Die Ozeane sind sehr wichtig für unsere Erde. Sie tragen dazu bei, dass es unserer Erde gut geht: Sie speichern Gase aus der Atmosphäre und regeln die Temperatur und das Wetter.

PLASTIK IN DEN MEEREN

Unsere Meere sind voll mit Plastik. Manche Plastikteile sind so kleingerieben, dass wir sie kaum noch erkennen können. Tiere verwechseln Mikroplastik mit Nahrung und werden davon krank.

NATURSCHUTZ

Plastik gehört nicht in die Natur, weder an Land noch im Wasser. Sei achtsam und schmeiß Deinen Müll nicht in die Natur, sondern in den Mülleimer.



UND JETZT DU!

FINDE DEN NORDSTERN!

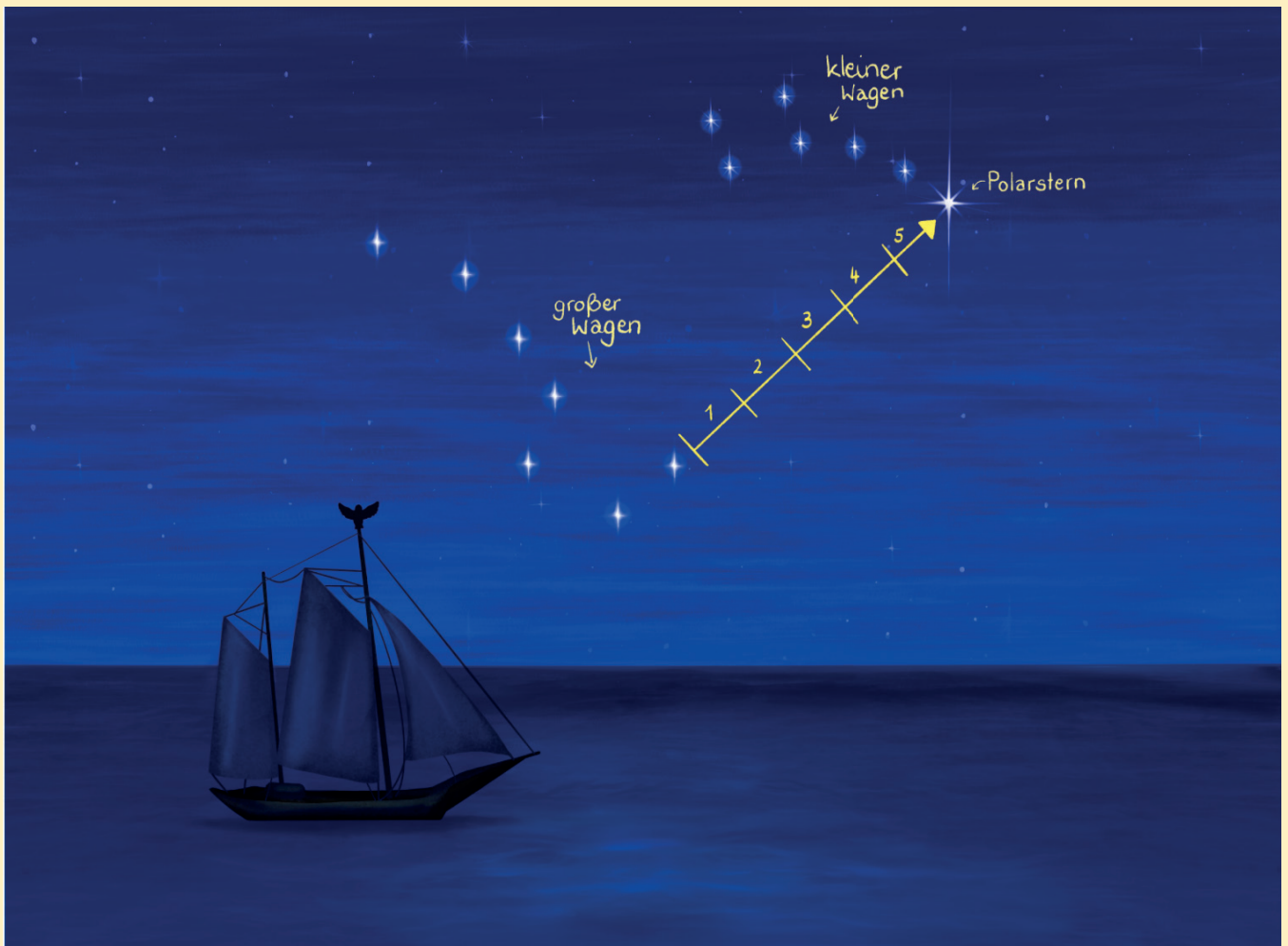
SO FUNKTIONIERT ES:



Der große Wagen ist eines der Sternbilder, die am Nachthimmel leicht erkennbar sind. Suche ihn und verlängere die hintere Achse fünfmal. Der helle Stern, der dort auf Dich wartet, ist der Nordstern!

Der Nordstern ist wiederum Teil der Deichsel des kleinen Wagens, also der Teil, an dem ein Wagen oder ein Anhänger gezogen wird.

Um den Polarstern, auch Nordstern genannt, zu finden, muss es dunkel und der Himmel klar sein.



UND JETZT DU!

STERNENTRAUM

DU BRAUCHST:

- Toilettenpapierrollen
- Band oder Kordel
- Stift
- Schere
- Lineal
- Klebestift
- Holzperlen und/oder Farbe, Dekoration



SO FUNKTIONIERT ES:

- Schritt 1:** Drück die Rolle flach zusammen.
- Schritt 2:** Miss mit dem Lineal etwa 1,5 cm breite Streifen ab und markiere sie mit dem Stift.
- Schritt 3:** Schneide die Streifen auseinander.
Insgesamt habt Ihr sechs Streifen. Diese reichen für zwei Sterne.
- Schritt 4:** Schneide ab der Mitte der Streifen bis zum äußeren Rand Spitzen in die Streifen. Achtung: Dabei muss die Spitze geschlossen bleiben!
- Schritt 5:** Nimm nun drei Streifen, schiebe sie ineinander, sodass ein Stern entsteht, und gib etwas Kleber zwischen die Streifen in die Mitte. Lass den Kleber trocknen. Du kannst Deinen Stern auch anmalen oder dekorieren!
- Schritt 6:** Nimm nun einen Faden und fädle Deinen Stern auf. Wenn Du möchtest, kannst Du noch eine Holzperle aufziehen.

Jetzt kannst Du Deine Sterne aufhängen!





HEIMAT IST FÜR ALLE ANDERS

UNSER ZUHAUSE

Unser Zuhause kann unsere Heimat sein. So ist es zum Beispiel für Polli, dessen Heimat die Arktis ist. Und für Lotta, die mit ihren Eltern auf einem Bauernhof lebt. Dort sind die für sie wichtigsten Menschen und sie fühlt sich mit dem Ort verbunden. Aber unser Zuhause und unsere Heimat können sich auch unterscheiden.



IST HEIMAT EIN ORT?

Für viele Menschen ist Heimat viel mehr als nur ein Ort. Sprache, Lieblingsmenschen, Essen, Natur, Gerüche, Feste... All das und mehr kann uns mit unserer Heimat verbinden. Vor allem aber: ein ganz besonderes Gefühl!

HEIMAT IN DER FREMDE

Viele Menschen leben weit weg von dem, was sie als ihre Heimat betrachten, ob es nun ein Ort ist oder etwas anderes. Das ist oft nicht leicht und sie fühlen sich erst einmal fremd. Mit der Zeit aber bringen viele ein Gefühl von Heimat in die Fremde, auf ganz unterschiedliche Wege. Und die Fremde fühlt sich dann manchmal nicht mehr ganz so fremd an.

HEIMAT ÄNDERT SICH

Das, was wir als unsere Heimat bezeichnen, muss nicht für immer gleich bleiben. Es kann sich im Laufe des Lebens verändern. Es kann auch eine ganz neue Idee von Heimat entstehen.

UND JETZT DU!

EIN BESONDERES BUCH



DU BRAUCHST:

- Pappreste, je etwa 10x15 cm
- Stifte, Kleber, Fotos...
- Locher
- Wolle



SO FUNKTIONIERT ES:

- Schritt 1:** Schneide die Pappen auf die gleiche Größe zu, zum Beispiel 10x15 cm.
- Schritt 2:** Lass die Seiten zeigen, was Dir wichtig ist: Du kannst Deine Lieblingsorte oder Lieblingsmenschen malen, Fotos einkleben, Farben wählen, die Du besonders magst und vieles mehr.
- Schritt 3:** Mache mit dem Locher zwei Löcher in die Pappen und verbinde sie mit einem Stück Wolle.

Fertig ist Dein ganz besonderes Buch!





VORFREUDE AUF DAS GROSSE FEST

KRIBBELN IM BAUCH

Die Zeit vergeht wie in Zeitlupe, wir haben kaum noch Geduld, und in unserem Bauch blubbert es vor Aufregung. Die Vorfreude ist riesig! Und schon bald wird unser Warten belohnt.

ADVENTSKRANZ

Am Adventskranz sehen wir, wieviel Zeit schon vergangen ist. Je mehr Kerzen brennen, desto näher rückt das Weihnachtsfest. So kann das Warten ganz gemütlich werden.

ADVENTSKALENDER

Am Adventskalender sehen wir es noch deutlicher: Wie viele geschlossene Türchen warten noch auf Dich? So wird das Warten versüßt, denn jeder Tag bringt eine kleine Überraschung mit sich.

VORBEREITUNG

Was gehört für Dich zur Vorbereitung auf ein Fest dazu?
Rezepte, Lieder, Dekoration?
Was ist Dir besonders wichtig?



UND JETZT DU!

Liebe Eltern,

diese Lichtmeditation kann zu einem abendlichen Ritual werden. Sie kann den Kindern helfen, nach aufregenden Tagen zur Ruhe zu kommen. Gleichzeitig werden Konzentrationsfähigkeit und Körperbewusstsein geschult. Lest den Text leise und ruhig vor. Ihr könnt auch mit einem Ball über die genannten Körperteile rollen oder diese leicht drücken. Das kann die Entspannung fördern. Ihr könnt auch eine leise Meditationsmusik anmachen.

Viel Freude dabei!

LASS DAS LIGHT HEREIN



EINE LICHTMEDITATION

An manchen Tagen passiert so viel, dass unser ganzer Körper kribbelt vor Aufregung. Manchmal ist das ein tolles Gefühl! Und manchmal ist es so viel, dass unser Körper gar nicht mehr aufhören kann zu kribbeln. Das kann auch anstrengend werden und unsere Gedanken sind überall. Sollen wir einmal gemeinsam ein goldenes Licht in unseren Körper schicken, das uns hilft, ein bisschen Ruhe in die Aufregung zu bringen? Ja? Bist Du bereit?

Lege Dich gemütlich auf den Rücken. Decke Dich zu, wenn Du möchtest. Schließe Deine Augen. Spanne nun Deinen ganzen Körper an, werde steif wie ein Brett und zähle bis fünf. Eins, zwei, drei, vier, fünf. Lasse nun die Spannung los.

Strecke Deine Beine und Arme aus und lege sie ab, fühle Deinen Kopf auf dem Kissen. Lege nun Deine Hände auf Deinen Bauch und spüre, wie Deine Hände beim Einatmen von Deinem Bauch hochgedrückt werden und beim Ausatmen wieder heruntergehen.

Stelle Dir nun vor, wie ein warmes, goldenes Licht langsam auf Dich zuschwebt. Es umhüllt Dich sanft und fühlt sich an wie eine weiche, helle Wolke. Du spürst das Licht nun auch in Deinem Körper. Dir wird warm und Du fühlst Dich wohl.

Du merkst, dass das Licht sich verändert. Es ist nun genau in Deinem Bauch. Direkt unter Deinen Händen. Spüre, wie sich das Licht in Deinem Bauch anfühlt. Du spürst, wie die Wärme des Lichtes auch in Deine Hände übergeht und sich auf Deiner Haut ausbreitet.

Dann wandert das Licht nach unten. Es wandert über Deinen Popo bis in Dein Bein und bewegt sich langsam weiter nach unten, Deinen Oberschenkel entlang bis hin zum Knie. Dann wandert es Dein Bein weiter hinab bis zu Deinem Fuß. Langsam wandert es durch alle Zehen und springt dann in einem weichen Bogen auf Deinen anderen Fuß. Nun geht das Licht alle Zehen Deines anderen Fußes entlang, bis es sich durch Deinen Fuß zu Deinem Bein bewegt. Dein unteres Bein entlang, über das Knie, den Oberschenkel entlang, über Deinen Popo wieder in Deinen Bauch. Hier verweilt es einen Moment und breitet sich wieder aus. Spüre die Wärme des Lichtes in Deinem Bauch.

Nun bewegt sich das Licht in Deine Hände und fließt in jeden einzelnen Finger. Dann wandert es langsam Deinen Arm hinauf. Überall, wo es war, hinterlässt es eine Spur der Wärme. An Deiner Schulter angekommen, bewegt es sich langsam in Deine Brust. Auch dort bleibt es für einen Moment und Du spürst, wie das Licht Dich ganz leicht fühlen lässt und Dein Atem regelmäßig fließt.

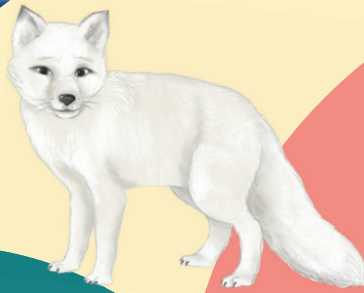
Das goldene Licht wandert nun in Deinen Kopf. Es umhüllt Deine Gedanken mit dem warmen, hellen, goldenen Licht und lässt sie leicht werden. Spüre, wie sich das Licht sich in Deinem Kopf ausbreitet. Es berührt Deinen Mund, Deine Nase, Deine Augen. Es wandert zu Deinen Ohren und in Deinen Nacken. Spüre die Wärme des goldenen Lichtes.

Jetzt wandert das Licht zurück. Erst in die Schulter, dann in den Oberarm, über den Ellbogen und den unteren Arm bis in Deine Hand. Es fließt in jeden Finger und dann von Deinen Fingern wieder in Deinen Bauch. Dort verweilt es und breitet sich noch einmal in Deinem gesamten Körper aus, sodass Du wieder das Gefühl hast, von dem hellen, weichen, warmen Licht umhüllt zu sein. Spüre die Wärme und die Leichtigkeit des Lichtes in Dir.

Bedanke Dich bei dem Licht und lade es ein, bald wiederzukommen. Bedanke Dich bei Dir selbst, dass Du Dich gemeinsam mit dem Licht auf eine Reise begeben hast.



ZUSAMMENSEIN



WIR

Feste leiten uns durch das Jahr und bringen uns viel Vorfreude und Kribbeln im Bauch. Gemeinsam zu feiern stärkt das Wir-Gefühl und schafft Erinnerungen. Manchmal müssen wir weite Wege zurücklegen, um gemeinsam feiern zu können.

FESTE GIBT ES ÜBERALL

Es gibt Feste, die werden an vielen Orten auf der ganzen Welt gefeiert. Dabei gibt es viele Ähnlichkeiten, aber auch Unterschiede. Weihnachten ist ein Beispiel dafür. Trotz des gleichen Grundes für das christliche Fest gibt es in jeder Region Besonderheiten und eigene Traditionen. So gibt es in Bolivien *Panetones*, das sind süße Weihnachtskuchen aus Hefe. Im Libanon schmücken Kinder die Krippe und legen sogar ein eigenes Krippengärtchen mit echten Pflanzen an! Und manche Menschen feiern Weihnachten erst am 7. Januar.

UNTERSCHIEDLICHE FESTE

Feste sind eine schöne Gelegenheit, besondere Anlässe zu feiern, wie Geburtstage oder Jahreszeiten. Feste können eine Verbindung zu einem religiösen Ereignis haben oder vermitteln unterschiedliche Werte, wie Dankbarkeit, Zusammenhalt oder Teilen.

JEDES FEST IST ANDERS

Jedes Fest ist anders und jede Familie auch. So hat Deine Familie vielleicht ganz andere Traditionen als die Familie Deiner Freundin oder Deines Freundes. Warum sind Feste wichtig für Dich? Was findest Du am Feste feiern besonders schön? Welches ist Dein Lieblingsfest und warum?

UND JETZT DU!

WIR-SIND-WIR- ERZÄHLGLAS



DU BRAUCHST:

- Marmeladenglas
- Farben (Finger- oder Acrylfarben)
- gedruckte oder aufgeschriebene Aussagen und Fragen



SO FUNKTIONIERT ES:

Gestaltet Euer Wir-sind-wir-Glas, wie es Euch gefällt. Schreibt dann die Aussagen und Fragen auf und legt sie in das Glas. Ihr könnt Euch auch noch viele weitere Fragen und Aussagen ausdenken. Jede Person zieht nacheinander einen Zettel. Beantwortet einzeln oder gemeinsam die Fragen. Vielleicht überraschen Euch die Antworten oder Ihr erinnert Euch an etwas, an das Ihr lange nicht mehr gedacht habt.

Das alles verbindet Euch!

- Was war unser schönstes Erlebnis?
- Was war besonders lustig?
- Das mag ich an Dir! Das mag ich an mir!
- Das würde ich gern noch einmal zusammen unternehmen.
- Diese Musik hören wir gerne zusammen.
- Wie sind wir als Familie?
- Wer hat als nächstes Geburtstag? Beschreibe die Person.
- Dahin würde ich gern einmal mit Euch in den Urlaub fahren/Das würde ich gerne im Urlaub einmal machen.
- Darum feiere ich gerne mit meiner Familie.
- Welches Familienfest feiern wir besonders gerne? Warum?
- Welches Spiel macht uns besonders viel Spaß?
- Das mag ich an unserer Familie.
- Das macht jede und jeden von uns besonders.
- Wer gehört alles zu unserer Familie?
- Wenn wir ein neues Fest erfinden würden, was und wie würden wir dann feiern?
- Wir malen uns.