

Feder & Bernstein



Die Mitmachzeitschrift für Kinder



Ziel 3: Gesundheit und Wohlergehen

Der Waschbär

Viele
Mitmach-
möglichkeiten:

Du kannst schreiben,
malen, Ideen einschicken
und vieles mehr!

Vorwort

Liebe Leserin, lieber Leser, liebe Alle

Jetzt gibt es schon 10 Ausgaben von Feder & Bernstein! Diesmal geht es um Waschbären: Wo kommen sie her und warum sind sie Amerikaner? Außerdem haben wir uns mit der Pflanze Salbei beschäftigt. Was meinst Du? Interessiert Dich so ein Pflanzenportait? Wir fanden es spannend. Yuna hat diesmal auch etwas Spannendes erlebt. Ob wohl Gespenster im Garten ihr Unwesen treiben? Zu dumm, dass Yuna nicht selbst nachgucken kann, hat sie doch ihr Bein gebrochen...



Außerdem geht es um Ziel 3: Gesundheit und Wohlergehen. Dafür haben wir Menschen gefragt, was sie brauchen, um sich gut zu fühlen. Bei Action Medeor waren wir auch. Das ist eine Organisation, die Medikamente immer dahin schickt, wo sie gerade dringend gebraucht werden.

Natürlich gibt es auch wieder viele Rätsel und Machwasideen. Teste doch mal Pfützen oder miss den Regen...

Mach auch gerne bei unserer QR-Code Umfrage mit. So hilfst Du uns das Heft zu verbessern und kannst eigene Ideen vorschlagen. Außerdem kannst Du, wenn Du mitmachst, ein kleines Dankeschön bekommen. Scanne einfach mit einem Smartphone unten den Qr-Code neben dem Waschbären.

Möchtest Du auch einmal bei Feder & Bernstein mitmachen, schreib uns gerne an: federundbernstein@nabu-krefeld-viersen.de

Wir freuen uns über jede Einsendung. Es wäre schön, Dein Erlebnis oder Deine Werke in einer unserer nächsten Ausgaben abzdrukken!



Wer sind Feder & Bernstein eigentlich? Die beiden Freunde stellen sich auf der nächsten Seite kurz vor.



Mach mit!
Es ist ganz
leicht!



Ach, der Herbst ist schön. Ich verstehe gar nicht, warum manche Fplupfmänner* den Garten durchpflügen wollen. Die Laubhaufen machen sich doch Prima um sich darin zu verstecken oder Dinge darin zu entdecken. Das ist übrigens meine Leidenschaft: Dinge entdecken, erforschen, herausfinden... Eben alles was mein neugieriges Herz höher schlagen lässt. Ich bin Feder, eine wissbegierige Graureihe. Beste Freundin von Bernstein. Der ist ein kreativer Dichter und Träumer, aber das erzählt er euch am besten selbst...



Hu! Ich kann es nicht leugnen, der Herbst ist meine liebste Jahreszeit. Ich bin Bernstein, Rotkehlchen mit Liebe zur Kreativität. Ob ich Gedichte zwitschere oder den Krähen zuhöre, wenn sie Schauergeschichten erzählen, mein wirres Herz hüpfert vor Freude bei allem, was neu erfunden ist. Manch einem mag mein ewiger Frohsinn ein Dorn im Auge sein, doch ich kann einfach nicht anders, dafür ist die Welt zu schön. Und so hüpfte ich und singe, wie ein glücklicher Mistkäfer, wenn er frische Pferdeäpfel am Wegesrand erblickt.



*Fplupfmann, der (Das erste 'p' ist stumm): Der Fplupfmann pflügt den Garten.
Wortfindung von Finja (11 Jahre).

Feder & Bernstein

Mitmachheft

Hast Du auch mal Lust...

- ...eine Geschichte oder ein Gedicht zu schreiben?
- ...Rätsel zu erfinden?
- ...ein Comic oder einfach ein Bild zu malen?
- ...einen Artikel zu schreiben?
- ...ein Experiment zu machen?



...oder was auch immer, dann tu es doch einfach und schick uns Dein Ergebnis. Wir freuen uns über jede Einsendung. Feder überlegt sich dann, ob es in einem der nächsten Hefte abgedruckt wird.

Schreib einfach eine E-Mail an: federundbernstein@nabu-krefeld-viersen.de

Genauerer dazu gibt es auf Seite 24.

Doch jetzt viel Spaß beim Lesen, Blättern und Stöbern.



Inhaltsverzeichnis

Seite

6



Alles über den Waschbären

Waschbär, Waschbär, Waschbär...
Außerdem: Gedanken zur Nachhaltigkeit
Kinderbeiträge

Rätsel

Rätsel über Rätsel. Kannst Du alle lösen?



10

12



Pflanzenporträt: Der Salbei

Nutzung, Geschichte,
Hustenbonbons selber machen

Geschichten von Yuna

Gartengespenster



14

16



Ziel 3: Gesundheit und Wohlergehen

Was sind Gesundheit und Wohlergehen?
Warum kann nicht jeder gesund sein?...

Umfrage: Wann geht es Dir gut?

Wir haben alle möglichen Menschen gefragt: Wann geht es Dir gut? Und alle möglichen Menschen haben geantwortet...

„Mir geht es gut, wenn...“

18

20



Medikamente für die ganze Welt

Besuch bei Action Medeor in Tönisvorst, die
Medikamente überallhin verschickt

Machwasseite

Machwasliste, Liskas Lieblingsgebäck: Rosenkuchen,
Kastanienwaschmittel...



22

24



Mitmachseite

NABU-Mitmach-Aktion

Lösungen und Impressum

Lösungen der Seiten 10 und 11



26

Pilze gegen Mikroplastik

Mikroplastik – winzige Plastikteile, die von unserem Müll kommen – gibt es inzwischen überall. Auch in den Böden, in denen unser Gemüse wächst. Da verstopft es dann kleine Hohlräume, aus denen die Pflanzen sonst Wasser oder Luft bekommen können. Das schadet dem Wachstum und wir ernten weniger. Zwei junge Wissenschaftlerinnen, May Shin und Jiwon Choi, haben nun in einem Experiment herausgefunden, dass verschiedene Pilze den Pflanzen helfen können, trotzdem gut zu wachsen: Sie verbinden sich mit den Wurzeln der Pflanzen und helfen ihnen dabei, Nährstoffe aufzunehmen. Noch steht ihre Forschung am Anfang, aber sie könnte in Zukunft sehr wichtig für unser Essen werden!

Quelle: <https://www.snexplores.org/article/fungi-rescue-plant-growth-microplastic>

Kühe, die aufs Klo gehen

Diese Idee hatten Biologen aus Deutschland. Wenn Kühe einfach so in den Stall machen, entstehen durch chemische Reaktionen schnell ungesunde Gase wie Ammoniak, die die Umwelt verschmutzen. Deshalb wurden 10 Kälbchen trainiert, stattdessen in einen besonderen „Badezimmer-Stall“ zu gehen, wenn sie mal müssen. Belohnt wurden sie mit Leckerchen, deshalb hat das auch schnell geklappt. Damit man so etwas mit einem ganzen Stall voller Kühen üben kann, muss das Ganze aber noch einfacher werden. Vielleicht werden die Kühe in Zukunft durch Roboter trainiert auf Klo zu gehen. Verrückt!

Quelle: <https://www.snexplores.org/article/potty-training-cows-reduce-nitrogen-pollution>



Bild: Amarnath Shahu

Wieder mehr indische Tiger

Gute Neuigkeiten: Bei neuen Zählungen wurden sowohl in Indien als auch in seinem Nachbarland Bhutan mehr Tiger gezählt als zuvor. In Indien gibt es jetzt wieder über 3.600 Tiger in freier Wildbahn. Die Zukunft der Tiger war unsicher, weil der Lebensraum durch Zerstörung von Wäldern kleiner wurde. Am wenigsten der stolzen Raubkatzen gab es 2006: Da waren nur noch ungefähr 1.400. Aber Indien hat seitdem große Schutzprogramme gestartet, die nun auch tollen Erfolg zeigen.

Quelle: <https://www.zdf.de/nachrichten/-panorama/tiger-indien-bhutan-100.html>



Bild: FBN (CC BY-SA)

Alles über den Waschbären

Bild: Pearly-Peach (Pixabay)



Wie sie nach Deutschland kamen

Der Waschbär war bis vor knapp 100 Jahren nicht in Deutschland heimisch. Damals wurden die Tiere auf Pelzfarmen gehalten, weil die Menschen aus ihrem Fell Kleidung herstellten. 1934 setzten Pelzhändler am Edersee in Hessen zwei Waschbärenpaare aus. Das waren die ersten wilden Waschbären in Deutschland. Später konnten im zweiten Weltkrieg weitere Waschbären aus einer Pelzfarm in Brandenburg entkommen, sodass sich die Waschbären in Deutschland weiter vermehrten.

Nein, wir waschen nichts

Beim Namen des Waschbären könnte man denken, dass die Tiere besonders reinlich sind. Doch waschen sie ihre Nahrung wirklich so gründlich? Freilebende Waschbären bewegen ihre Nahrung mit den Vorderpfoten hin und her, um sie zu überprüfen und zum Beispiel größere Schmutzteile zu entfernen. Das sieht aus, als ob sie ihr Futter waschen würden. Das typische Waschen ihrer Nahrung mit Wasser machen vor allem Waschbären in Gefangenschaft, beispielsweise in Zoos. Es wird vermutet, dass sie dabei etwas imitieren, das sie in freier Wildbahn machen würden – die tastende Nahrungssuche nach Kleinlebewesen in Gewässern. Das Waschen ist also eigentlich kein natürliches Verhalten der Tiere, sondern hat mit ihrer Gefangenschaft zu tun.



Name: Waschbär (*Procyon lotor*)

Klasse: Säugetiere

Ordnung: Raubtiere (*Carnivora*)

Alter: in der Wildnis durchschnittlich 2-3 Jahre, in Gefangenschaft 20 Jahre möglich

Länge: 40- 70 cm

Schulterhöhe: 23-30 cm

Gewicht: 3,6-9 kg

Nahrung: kleine Tiere wie Fische, Kröten und Salamander; Eier, Insekten, Früchte, Nüsse, Getreide

Lebensraum: in Laub und Mischwäldern

Verbreitung: Nordamerika, Südamerika, Europa



Waldbewohner mit lustiger Maske

Waschbären erkennst du leicht an dem dunklen Fell um ihre Augen herum. Das sieht aus, als würden sie eine Maske tragen. Die Schnauze und die Ohren des Waschbären sind sehr hell. Das restliche Fell des Waschbären ist hauptsächlich graubraun und es ist sehr dicht. Der Schwanz von Waschbären ist schwarz und braun geringelt und buschig, außerdem ist er sehr lang. Waschbären fühlen sich in Laubwäldern und Mischwäldern wohl. Sie sind gute Kletterer und haben an ihren Pfoten fünf freistehende Finger mit scharfen Krallen. Die Tiere sind nachtaktiv und schlafen tagsüber, zum Beispiel in Baumhöhlen. In Regionen, in denen es im Winter sehr kalt wird, halten Waschbären Winterruhe. Waschbären leben in Kleingruppen. Männchen und Weibchen leben nicht zusammen, sie treffen sich nur zur Paarung.



Was Waschbären alles fressen

Waschbären sind sogenannte „Allesfresser“ – sie sind nicht wählerisch, wenn es um ihr Futter geht und nehmen, was sie bekommen können. Wenn sie in Wäldern leben, jagen Waschbären gern am Wasser und fangen Fische, Frösche und Krebse. Die Beute fangen sie mit den Vorderpfoten, indem sie im Wasser danach tasten. Sie fressen aber auch Nüsse, Beeren und andere Früchte. Leben sie in Städten, wühlen Waschbären gern in den Mülleimern der Menschen nach Essensresten oder holen sich zum Beispiel das Vogelfutter aus den Gärten oder Reste vom Komposthaufen. Im Winter futtern sie sich in freier Wildbahn eine dicke Speckschicht an, weil sie dann eine Zeit lang keine Nahrung finden. Dann fasten sie notfalls mehrere Wochen und holen sich die Energie aus ihren Fettpolstern.



Wilde Stadtbewohner

Auch wenn in einigen Großstädten bei uns in Deutschland Waschbären leben, bleiben sie Wildtiere. Sie sind keine Haustiere und sollten auch nicht als solche gehalten werden. Waschbären sind sogenannte Kulturfolger. Das sind Tiere oder Pflanzen, die den Menschen in Städte folgen, weil sie dort gute Lebensbedingungen finden. Waschbären leben zum Beispiel in Gärten oder Parks, ernähren sich von Lebensmittelresten aus dem Müll der Menschen und schlafen in Scheunen oder auf Dachböden. Normalerweise sind sie in Wäldern zu Hause. Weil sie aber in der Nähe der Menschen genug Futter und sichere Unterschlupfe finden, „folgen“ sie den Menschen in die Städte und Siedlungen.

Wie Waschbärwelpen wachsen

Der Nachwuchs von Waschbären heißt Waschbärwelpen. Sie werden im Frühling geboren, nachdem sie neun Wochen lang im Bauch ihrer Mutter herangewachsen sind. Sie sind anfangs noch auf ihre Mutter angewiesen, denn bei der Geburt sind sie blind und haben nur einen dünnen Flaum auf der Haut. Ungefähr zwei Monate lang werden sie von ihrer Mutter gesäugt, bis sie sich selbstständig mit Futter versorgen können. Im Herbst trennen sie sich dann von ihrer Mutter. Die Weibchen bleiben auch als erwachsene Tiere oft in der Nähe ihrer Mutter.



Der große Abdruck ist in Originalgröße also etwa 7 - 9cm lang und 6 - 7cm breit!

Fußabdruck der Vorderpfote





Bild: Katy Heejin

Was Waschbären fürchten

In Nordamerika sind es Füchse und Luchse, die auf Waschbären Jagd machen. Wie bei vielen Tieren ist aber der größte Feind des Waschbären der Mensch. Waschbären haben bei uns in Deutschland keine natürlichen Feinde. Bei uns sterben viele Tiere im Straßenverkehr, wenn sie nachts unterwegs sind. Außerdem werden viele Waschbären von Jägern getötet.



Bild: François Benoit

Was wäre, wär der Waschbär in der Lage uns zu sagen, was er denkt und fühlt? Könnte man noch sagen, er wäre eine Plage?



Waschbärplage in Städten

Die Stadt mit der höchsten und dichtesten Waschbärpopulation in Europa ist Kassel. In keiner anderen europäischen Stadt leben so viele Waschbären. Dort gibt es ungefähr 50 Tiere pro Quadratkilometer. Weil in Städten Mülltonnen durchwühlt und Gärten von Waschbären geplündert werden, gelten sie dort als Plage. Mit „Plage“ bezeichnet man ein Übel oder eine Last. Das bedeutet, dass einige Menschen es nicht gut finden, dass Waschbären in Städten leben. Die Tiere sind eigentlich scheu, werden aber auch schnell zutraulich. Sie lassen sich dann nicht so einfach verscheuchen, wenn ihr Besuch unerwünscht ist. Fühlen sie sich bedroht, kann es passieren, dass sie sich lautstark verteidigen und sogar ihre Krallen und Zähne einsetzen.



Steckbrief: Waschbär
 von Thea, Simon und Sina
 Ordnung: Raubtiere, Säugetiere
 Familie: Kleimbären
 Lebensraum: in mittel Nordamerika, Süd Kanada
 Europa in Laub- und Mischwäldern...
 Feinde: Menschen, Füchse, Koyoten
 Lebenserwartung: bis 15 Jahre



Gut gereimt Börrny!



Waschbärwissen

- Waschbären können nicht gut sehen, deswegen ertasten sie viel mit ihren Vorderpfoten und den Tasthaaren an ihrer Schnauze.
- Waschbären sind mit Pandabären und Nasenbären verwandt.
- In Amerika gibt es über 30 Waschbärarten, die man an ihrer Fellfarbe unterscheiden kann.
- Im Winter machen die Waschbären keinen richtigen Winterschlaf, sondern dösen nur. Wird es wärmer, werden sie aktiv.
- Waschbären geben verschiedene Laute von sich. Sie können knurren, kreischen, fiefen und keckern.
- Waschbären können ihren Kiefer nur auf und ab bewegen, nicht aber zur Seite.

Bild: Ali Kazal

Gedanken zur Nachhaltigkeit

Amelie, Fabienne, Ilona, Louisa, Marina und Sophie aus dem Spielecafé in Kaldenkirchen haben sich gefragt, was eigentlich Nachhaltigkeit für sie bedeutet. Das kam dabei heraus:

Nachhaltig ist...

- ...wenn etwas für das Heute produziert und dabei an Morgen und Übermorgen gedacht wird.
- ...nur so viel von einer Sache zu verbrauchen, wie in der Natur neu entstehen kann.
- ...an die Tiere, die Natur zu denken und an die Menschen, die die Dinge herstellen.
- ...die Teilnahme am Mädelsflohmkt.
- ...der Einkauf im Second Hand Laden.
- ...statt Wegwerfbecher, Mehrwegprodukte benutzen.
- ...eigene Trinkflaschen und Brotdosen.
- ...auf liebgewordene Dinge/Angewohnheiten verzichten.
- ...Klamotten ändern und reparieren anstatt wegzuwerfen.
- ...sich beim Shoppen zu fragen: brauche ich das wirklich.
- ...ein kleiner Nutzgarten, ein Hochbeet, eine Staude auf dem Balkon.
- ...der Einkauf von regionalem Obst und Gemüse der Saison.
- ...Fahrradfahren anstatt ein Elterntaxi zu benutzen.
- ...Upcycling statt neu zukaufen.
- ...Sich in Bewegung setzten, kreativ werden, neue Ideen entwickeln.

Spielercafé Kaldenkirchen
Das Spielercafé ist eine offene Jugendfreizeiteinrichtung im Nettetaler Ortsteil Kaldenkirchen.

Kontaktmöglichkeiten
Mail: ev.spielercafe@gmx.de

Wir alle sind gefragt, du und ich, sie und wir, reich und arm, ein jeder sollte tätig sein denn: Nachhaltigkeit ist für unsere Erde überlebenswichtig.



Bild: Spielercafé Kaldenkirchen

Eine Laptoptasche aus einem alten Handtuch und einer Landkarte genäht.

Eine Pfandkiste aus einem alten Sportkasten. Hat ihren Einsatzort in der Liebfrauenschule Mühlhausen.

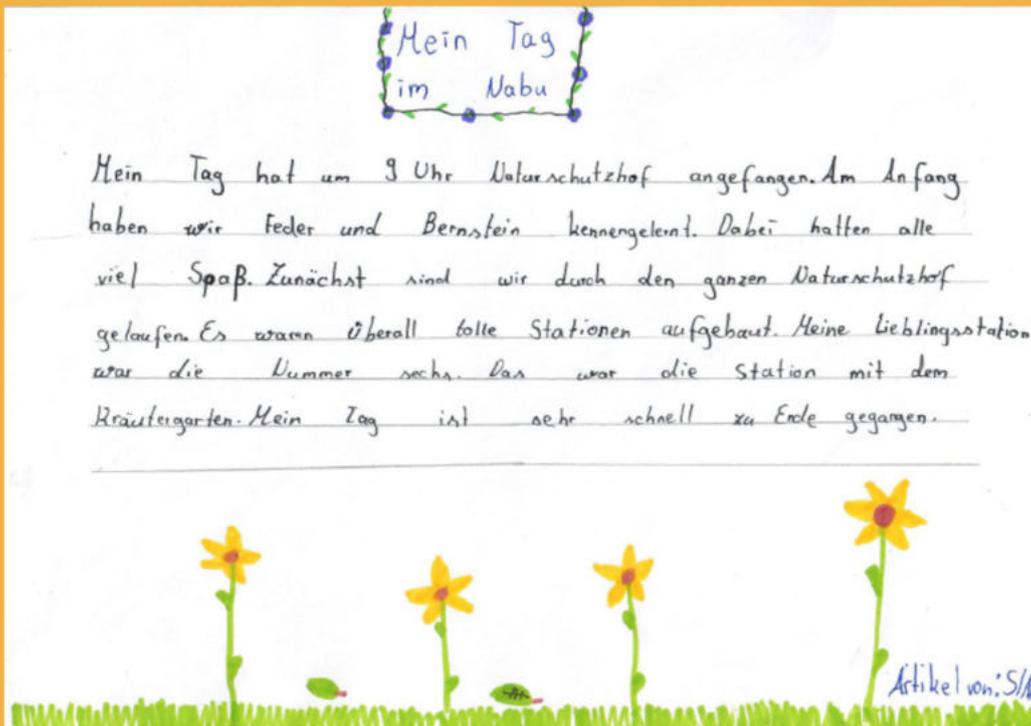


Bild: Spielercafé Kaldenkirchen

Bild: Claudia Osterloh

Ferienaktion auf dem Naturschutzhof

Sina hat einen kleinen Artikel geschrieben, als sie in den Sommerferien auf dem Naturschutzhof war. Da gab es eine Ferienaktion zu Feder & Bernstein, wo unter anderem der Steckbrief und die Waschbärzeichenanleitung auf Seite 8 entstanden sind.



Dieser Waschbär wurde in der Gegend von Bielefeld entdeckt.

1. Suchsel

Dieses Suchsel hat Mio bei einer Ferienaktion gemacht.

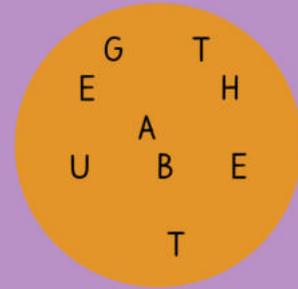
Findest du alle diese 11 von Mio versteckten Wörter?

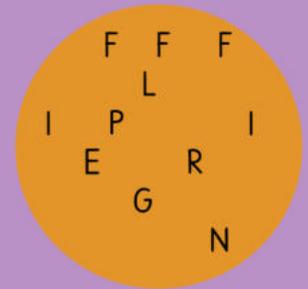
Waschbär, Libelle, Wasser, Medizin, Luft, Bäume, Natur, Heilkraut, Helm, Krankheit und Mio (Übrigens hat Feder noch 6 weitere Wörter gefunden, die Mio gar nicht eingeplant hat...)

W	M	E	M	H	E	I	L	K	R	A	U	T	B
S	A	A	N	S	E	M	S	A	N	S	U	M	Ä
A	O	S	A	O	A	B	H	A	S	S	L	L	U
O	B	F	C	C	L	V	U	I	D	F	V	B	M
I	K	Ü	D	H	I	R	D	X	W	D	G	V	E
Z	N	E	Q	W	B	M	I	O	C	K	E	N	E
Ö	H	J	V	R	E	Ä	X	R	F	R	S	A	T
C	S	F	D	U	L	M	R	U	T	A	N	N	I
Y	S	W	A	H	L	I	L	E	K	N	R	N	W
L	A	G	R	Z	E	J	U	M	M	K	B	H	N
U	M	E	D	I	Z	I	N	P	O	H	N	E	M
F	U	A	C	K	B	U	S	X	P	E	N	L	U
T	L	K	N	T	U	E	V	E	S	I	S	M	T
W	A	S	S	E	R	Ä	L	H	P	T	E	H	S

2. Buchstabensalat:

Welche Herbstfrüchte sind in den zwei Kreisen durchgeschüttelt worden?



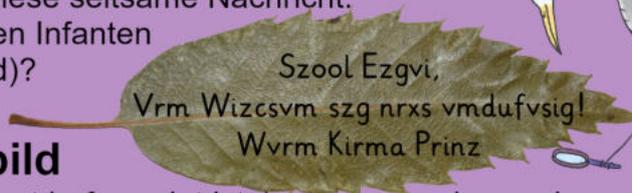


3. Prinzenrätsel

Der Zaunkönig vermisst seinen Sohn Kirma, den Prinzen.

Eines Morgens saß er nicht mehr im königlichen Nest, stattdessen lag dort diese seltsame Nachricht.

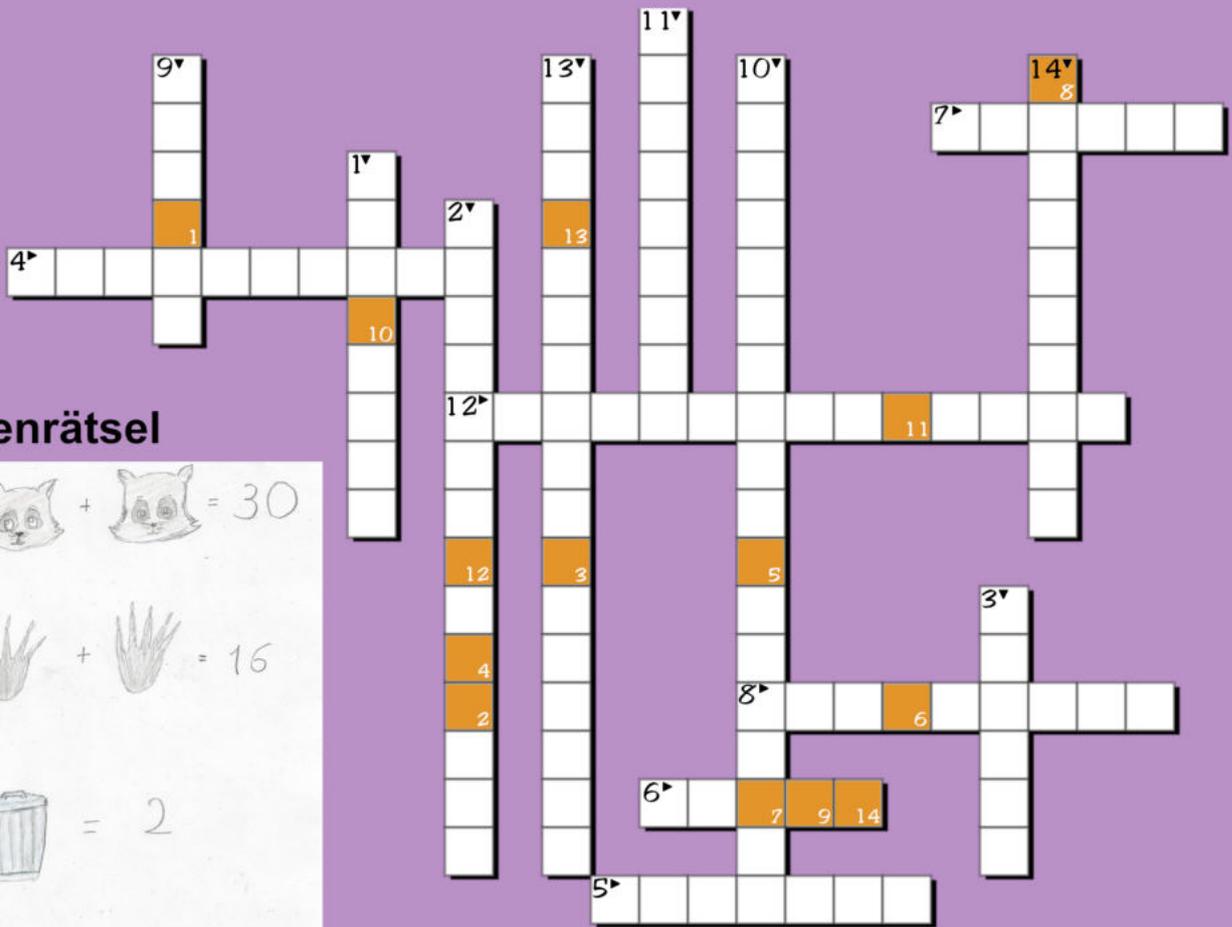
Findest Du den royalen Infanten (= das königliche Kind)?



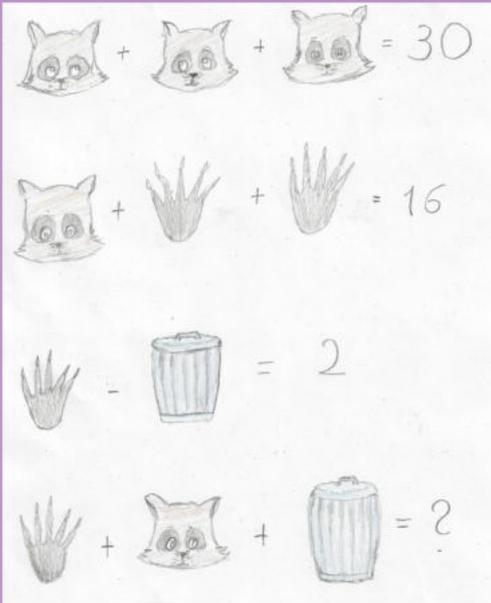
4. Fehlersuchbild

Wenn man so richtig gut befreundet ist, kann es passieren, dass man exakt gleichzeitig blinzelt. Genau das ist Feder und Bernstein passiert, als sie gerade gemütlich ins Dorf hinunter geschaut haben. Danach war irgendetwas seltsam anders. Findest Du alle 7 Fehler?

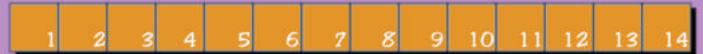




5. Rechenrätsel



6. Kreuzworträtsel



1. Wirft man etwas, während man ständig meckert, nennt man das wahrscheinlich einen... (Tier, welches Erdhügel hinterlässt)
2. Diese Blume sieht ein bisschen aus wie ein Krokus und blüht im Herbst.
3. Aus diesem orangen Gemüse kann man leckere Suppe machen.
4. Welcher Schmetterling heißt wie das Sehorgan eines männlichen Rinds?
5. Im Märchen Dornröschen schlafen auch noch diese Tiere an der Wand ein:
6. Wie wird ein Seeräuber auch genannt?
7. Wie nennt man eine brütende Henne? Es gibt auch eine essbare Pilzart, die heißt "Krause...".
8. Wenn Pilze im Kreis wachsen, nennt man das... (Zauberinnen + Fingerschmuck)
9. Zu welcher Jahreszeit passen diese Wörter: Krähenrufe, Farbenfest, Laubgestöber, Apfelduft
10. Wenn man Mineralwasser und gepresste Apfelsinenflüssigkeit vermischt, hat man leckere...
11. Kleber kennt jeder. Der einzige Unterschied zur Vogelart Kleiber ist ein...
12. Wie könnte man jemanden nennen, der immer genau um 19 Uhr ein Nickerchen macht? (Säugetierart)
13. Solche Figuren kann man aus all den ganzen Herbstfrüchten basteln.
14. Was wächst denn da? (Mehrzahl)



Bild: jhenning

Pflanzenportrait: Der Salbei

Name: Echter Salbei (*Salvia officinalis*)

Familie: Lippenblütler

Größe: bis zu 80 cm

Blütenfarbe: meistens violett, selten weiß oder rosa

Blätter: 2 - 9 cm lang, mit länglicher Form und ohne Zacken. Besonders auffällig sind die silbrigen Haare auf der Oberfläche, durch die das Blatt grau-grün aussieht.

Vorkommen: ursprünglich aus dem Mittelmeerraum, als Heil- und Gewürzpflanze überall in Europa verbreitet.



Bild: Joost J. Bakker IJmuiden

Nutzung: Salbei ist ein leckeres Gewürz. Aber er hat auch medizinische Wirkung: Besonders gut helfen Salbeiblätter gegen Halsschmerzen und Entzündungen. Sie schützen den Körper vor verschiedenen ansteckenden Krankheiten. Salbei wird auch bei Problemen mit starkem Schwitzen und Verdauungsproblemen genutzt. Sein wissenschaftlicher Name *Salvia* kommt sogar vom lateinischen Wort „salvus“, was heil oder gesund bedeutet. Mit moderner Forschung können wir nun auch im Labor einzelne Stoffe aus dem Salbei herausholen („extrahieren“) und sie für die Behandlung weiterer Krankheiten wie zum Beispiel Krebs nutzen.

Verwandte: Der Wiesen-Salbei wächst anders als der Echte Salbei bei uns wild. Die Pflanze ist jedoch kleiner, wächst nicht als Strauch und hat geringere Heil- und Würzeigenschaften als der Echte Salbei. Außerdem sind ihre Blüten dunkelviolett. Insgesamt gibt es über 850 unterschiedliche Arten Salbei, die auf fast allen Kontinenten zuhause sind. Viele davon werden als Heil- oder Zierpflanze genutzt.

Geschichte: Schon die alten Griechen und Römer kannten und nutzten Salbei als Gewürz und Medizin. Aus allen Teilen der Welt gibt es Schriften, die älter sind als 1000 Jahre und über Salbei berichten. Die Menschen haben also schon früh herausgefunden, was für eine gesunde Pflanze Salbei ist.

Lebensraum: Salbei mag trockene, sonnige Orte. Seine Blüten sind tolle Nahrung für Bienen, besonders für Hummeln.

Wusstest Du schon?

- Der Echte Salbei ist die Arzneipflanze des Jahres 2023.
- Im Mittelalter nutzte man Salbeiblätter auch für Liebeszauber.

So sehen Salbeiblätter aus...



Bild: wikimedia commons/Tiefnig0815, CC BY-SA 4.0



Bild: pixabay/Joa70

... und so die Oberfläche unter dem Mikroskop, Die Knubbel und Haare schützen das Blatt vor dem Austrocknen.

Hustenbonbons selber machen

1. Gib Thymian und Salbei in einen Mörser, vermische die Pflanzenteile gut und mörsere sie zu einem feinen Pulver.
2. Misch den Puderzucker dazu.
3. Stell eine Pfanne auf eine Kochplatte und erwärme sie auf mittlere Hitze
(Vorsicht: nicht zu heiß!).
4. Wenn die Pfanne warm ist, kannst du das Kräuter-Zucker-Gemisch hinzufügen. Es wird flüssig werden. Pass auf: Der flüssige Zucker ist sehr heiß.
5. Rühre die Mischung so lange, bis sie vollständig geschmolzen ist, also bis alles flüssig ist.
6. Füll die Flüssigkeit in eine Bonbonform und lass sie abkühlen.
7. Dann kannst du sie aus der Form lösen. Deine Bonbons sind fertig!



Foto: Selbstversorgerland

Gartengespenster

Traurig schaut Yuna in den nebligen Garten. Vor dem Fenster fallen braune Blätter hinab und tanzen im Wind. Ein grauer Herbsttag, so grau wie Yunas Stimmung. Yuna sitzt im Rollstuhl. Sie ist gestern vom Baum gefallen, weil dieser blöde Ast abgebrochen ist. Jetzt hat sie ein gebrochenes Bein. Es ist gar nicht so leicht im Rollstuhl zu fahren. Immer wenn Yuna jetzt runter ins Wohnzimmer möchte, muss sie Papa rufen, damit er sie die Treppe hinunterträgt. Yuna fühlt sich wie gefangen in ihrem Zimmer. Da klingelt die Tür. Liska ist da. Liska ist fünf Jahre alt und übernachtet heute bei Ihnen, weil Liskas Kindergarten morgen zu hat, aber Liskas Mama arbeiten muss. Sie und Mio, Yunas kleiner Bruder sind beste Freunde. Yuna hört Mio und Liska lachen und reden. Jetzt hört sie die Tür von Mios Zimmer, wie sie auf und zu geht. Yuna hat Liska sehr gerne, fast so gerne wie Lill, Liskas große Schwester. Papa ist gerade in seinem Arbeitszimmer und Mama ist nicht zuhause. Sie erforscht die Tiere der Nacht, denn Mama ist Biologin. Und gerade diese Nacht ist Mama unterwegs, um Füchse und Waschbären kleine Sender zu geben, um zu erfahren, wo die Tiere nachts gerne herumschleichen.



Draußen wird es langsam dunkel. Da klopft es an der Tür. Papa, Mio und Liska kommen herein sie haben einen Korb dabei. Liska läuft Yuna sofort in die Arme. Das ist dann doch irgendwie schön. Papa erklärt, dass sie einfach zu viert in Yunas Zimmer zu Abend essen möchten. Da wird Yuna ganz glücklich im Bauch. Wie schön, dass Yunas Papa immer so tolle Ideen hat. Das ist wie Picknicken, nur drinnen. Als alle gegessen und bettfertig gemacht sind, gehen sie in ihre Zimmer.

Yuna liegt im Bett und lauscht. Ob Liska und Mio noch wach sind? Ja, denn sie hört ein leises Murmeln aus Mios Zimmer. Aber sie hört noch etwas. Ein seltsames Gerumpel und Gepolter. Das kommt aber gar nicht aus Mios Zimmer, sondern aus dem Garten. Langsam richtet sich Yuna im Bett auf. Es ist ganz dunkel und Yuna tastet nach ihrem Rollstuhl. Mit Mühe und Not zieht sie sich auf den Rollstuhl und rollt vorsichtig zum Fenster. Ihr Fernglas steht auf dem Tisch. Damit schaut sie jetzt in die dunkle Nacht. Da draußen ist nichts.



Yuna streckt sich zum Fenster und öffnet es ganz leise, damit sie besser hören kann. Mit dem Fernglas sucht sie den ganzen Garten ab. Plötzlich poltert es furchtbar laut. Yuna zuckt zusammen und unterdrückt einen Schrei. Da unten am Geräteschuppen ist eine Tonne umgekippt. Einfach so. Yuna bekommt eine Gänsehaut. Was kann das sein? Ob da Gestalten hinter dem Schuppen lungern? Ob sie sich vielleicht gerade ganz klein machen und die Luft anhalten, damit sie niemand sieht? Wenn jetzt Einbrecher bei ihnen etwas klauen wollen? Gerade jetzt, wo Yunas Bein im Gips ist, Mama nicht da ist und Liska bei ihnen schläft? Yuna will Papa wecken, aber ganz leise, doch das geht nicht, weil Yuna nicht alleine die Treppe herunterkommt. Yuna wird ganz schlecht bei dem Gedanken. Was soll sie denn bloß tun? Leise rollt sie zu Mios Zimmer und öffnet die Tür. Da ist es ganz dunkel. Yuna hört Mio schnarchen. Aber auf der Matratze auf dem Boden erhebt sich eine kleine Gestalt.

„Liska, bist du wach?“, flüstert Yuna.

„Ja“, flüstert Liska zurück und schleicht leise zu Yuna.

„Was machst du? Kannst du auch nicht schlafen?“, fragt sie.

„Da ist was im Garten. Komm mal mit!“, wisperst Yuna ihr zu. Erschrocken reißt Liska die Augen auf, folgt Yuna aber leise tapsend in ihr Zimmer. Gemeinsam schauen sie nach draußen und Yuna zeigt stumm auf die umgekippte Tonne. Da raschelt es wieder. Und jetzt sehen die beiden etwas. Da huscht ein Schatten um den Schuppen. Yuna hat ihn ganz kurz gesehen, im Licht der Straßenlaterne. Aber das war kein Mensch. Da war ein weißes Gesicht, mit dunklen Augen. Yuna ist sich ganz sicher. Gibt es etwa doch Gespenster? Liska hat es auch gesehen.

„War das ein Geist?“, fragt sie mit zitternder Stimme. Yuna schüttelt den Kopf. Geister gibt es nicht. Oder? Lange starren die Beiden nach draußen.

Dann sagt Liska entschlossen: „Ich geh nachsehen!“ Yuna ist erschrocken und will Liska aufhalten. Aber manchmal ist Liska einfach Liska. Sie schleicht davon, kommt kurz darauf wieder und drückt Yuna ein Walkie-Talkie in die Hand.



„Warn mich, wenn du etwas siehst!“ Bevor Yuna noch was sagen kann, ist Liska schon die Treppe hinunter gehuscht. Sie ist echt ziemlich mutig und leise. Yuna rollt zurück zum Fenster und schaut hinaus. Das Walkie-Talkie rauscht leise in ihrer Hand. Da kommt leises Flüstern daraus hervor.

„Ich gehe jetzt in den Garten.“ Yuna erkennt Liskas Stimme. Mit dem Fernglas beobachtet sie einen Liska-großen Schatten, der aus der Gartentüre schleicht. Durch das Walkie-Talkie hört sie leise Liskas Schritte. Am Geräteschuppen ist nichts zu sehen. Yunas Herz pocht ganz wild. Wenn nun Liska etwas passiert? Doch sie kann nur in ihrem Zimmer im Rollstuhl sitzen und nach Draußen schauen. Durch das Fernglas sieht Yuna jetzt, wie Liska langsam zum Geräteschuppen tappt. Ein leichter Wind verweht ihre Haare. Die Geräusche der Nacht sind so unheimlich und seltsam still. Immer näher geht Liska zum Schuppen. Yuna hält es nicht mehr aus. Sie drückt den Walkie-Talkie-Knopf und flüstert: „Komm zurück!“ aber Liska reagiert nicht darauf. Warum sagt sie denn nichts? Jetzt sieht Yuna etwas aus den Augenwinkeln huschen. Direkt links vom Schuppen. Aber Liska kann es nicht sehen. Oh, Hilfe! Was soll Yuna bloß tun? Sie muss Liska retten! Immer näher schleicht der Schatten auf Liska zu. Da dreht sich Liska zur Gestalt und kreischt. Yuna sieht, wie Liska rückwärts stolpert. Der Schatten flüchtet, als Liskas Schrei ertönt. Jetzt kann Yuna genau erkennen, was es ist, was es die ganze Zeit war: Ein Waschbär! Liska rappelt sich auf und rennt zurück ins Haus. Als Liska die Treppe hochpoltert und Yuna in die Arme fällt müssen beide vor Erleichterung ganz schön lachen. Es war nur ein Waschbär! Und von dem ganzen nächtlichen Abenteuer hat sonst keiner etwas mitbekommen. Das glaubt einem aber auch niemand, dass so ein Waschbär in dunkler Nacht manchmal, wie ein kleines Gespenst aussehen kann...



- Christoph Hüsgens



Hast Du auch mal ein nächtliches Abenteuer erlebt? Schreib uns doch an: federundbernstein@nabu-krefeld-viersen.de



Ziel 3: Gesundheit und Wohlergehen

3 GESUNDHEIT UND WOHLERGEHEN



Was sind Gesundheit und Wohlergehen?

Gesundheit heißt, sich körperlich und geistig gut zu fühlen. Dies ist beispielsweise abhängig von Ernährung, seinem Umfeld, Hobbies und anderen Faktoren. Leider haben nicht alle auf der Welt die Chance auf körperliche und geistige Gesundheit, je nach Herkunftsland haben manche Menschen bessere Chancen als andere.

Wohlergehen hingegen ist für jeden etwas anderes, auch hier spielt die Herkunft eine große Rolle. Menschen aus reichen Ländern sagen vielleicht erst, dass sie sich wohlfühlen, wenn sie auf einem extraweichen Kissen in einem Wasserbett schlafen können. Andere fühle sich schon wohl, wenn sie nur ein Dach über dem Kopf oder genug zu essen haben. Wie unterschiedlich das ist, wann Menschen sich wohlfühlen, kannst Du auf Seite XX nachlesen. Wann fühlst Du Dich wohl?

Warum kann nicht jeder gesund sein und sich wohlfühlen?

Vielleicht fragst Du Dich, warum sich nicht jeder gesund und wohl fühlen kann. Das liegt daran, dass in vielen Ländern nicht einmal die Grundbedürfnisse wie Nahrung, Wasser, Kleidung oder ein Zuhause gewährleistet werden können. Dies sorgt nicht nur dafür, dass sich die Menschen nicht wohl fühlen, sondern hat auch einen schlechten Einfluss auf ihre körperliche und geistige Gesundheit. Wenn Du krank wirst, dann gehst du zum Arzt und wirst in den meisten Fällen schnell wieder gesund. Aber nicht alle auf der Welt haben Zugang zu Gesundheitsdiensten wie Medikamenten oder Impfstoffen. Deshalb kann nicht allen kranken Menschen geholfen werden.

Was sind das für 17 Ziele?

Die Nachhaltigkeitsziele (engl. Abkürzung: SDGs) sind 17 Ziele, die die UN bis zum Jahr 2030 erreichen möchte, damit die Welt eine bessere wird. Die UN (United Nations oder Vereinte Nationen) sind ein Zusammenschluss von 193 Ländern. Das sind fast alle Länder der Erde. Unter den 17 Zielen sind Themen wie 'Kein Hunger' oder 'Keine Armut' oder Naturthemen wie 'Leben unter Wasser' und mehr. Eines dieser 17 Ziele betrachten wir in jeder Ausgabe genauer.

Was kannst Du für Deine Gesundheit tun?

Es gibt ein paar Dinge, die Du tun kannst, um Deine Gesundheit zu stärken und um Krankheiten zu vermeiden. Du könntest regelmäßig draußen spielen, Du solltest dich ausgewogen ernähren, und Du solltest darauf achten, dass Du Dich vor Krankheitserregern schützt, also bei kaltem Wetter eine Jacke tragen oder die Haare abtrocknen, bevor Du rausgehst.



(Erklärvideo zu Ziel 3 für Kinder auf Youtube)

Wo fehlt medizinische Versorgung?

Während wir in Deutschland ein sehr gutes Gesundheitssystem genießen und eine durchschnittliche Lebenserwartung von 80 Jahren haben, haben die Menschen in Entwicklungsländern wie zum Beispiel Nigeria eine Lebenserwartung von nur 56 Jahren. Jeder fünfte aller kranken Menschen auf der Welt lebt in Afrika, jedoch weniger als jeder dreißigste Arzt, das heißt es gibt zu wenig Ärzte für zu viele kranke Menschen. Ein anderes Beispiel ist die Ukraine: Durch den Krieg dort mangelt es an Medikamenten, Krankenhäusern und Gesundheitspersonal, viele Leute sind verletzt und haben keine Chance auf Hilfe. Insgesamt haben weltweit rund eine Milliarde Menschen keinen Zugang zu einer angemessenen und bezahlbaren Gesundheitsversorgung. Trotzdem gab es in den letzten paar Jahren eine stetige Verbesserung der weltweiten Gesundheit durch Hilfsorganisationen, Vereine und die Zusammenarbeit verschiedener Länder. So hat sich zum Beispiel die weltweite Kindersterblichkeit von 1990 bis 2021 mehr als halbiert

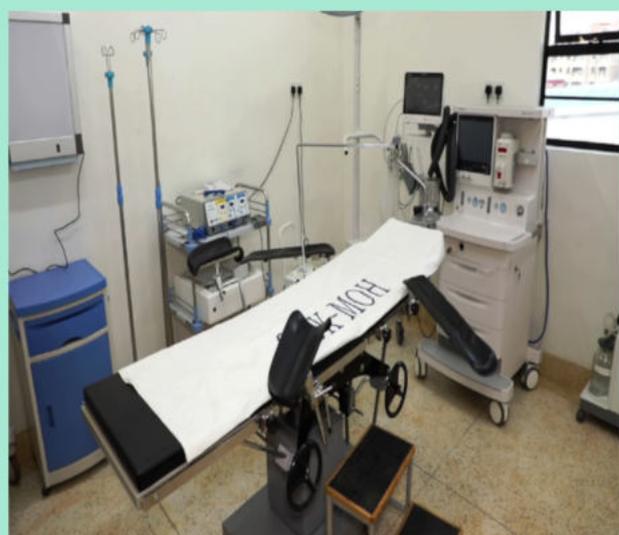
Was müssen wir tun?

Zuerst muss überall eine Gesundheitsversorgung bereitgestellt werden. Damit sind nicht nur alle Länder gemeint, sondern auch alle Gesellschaftsschichten. Die Gesundheitsversorgung muss deswegen für jeden bezahlbar sein, egal ob arm oder reich. Außerdem muss es eine gerechtere Verteilung der Medikamente und Impfstoffe geben, damit jeder Hilfe bekommt. Man sollte auch auf Umwelt- und Luftverschmutzung achten, diese haben einen sehr großen Einfluss auf unsere Gesundheit und unser Leben. Viele Menschen heutzutage richten sich nach dem One-Health-Ansatz. Dieser besagt, dass die Gesundheit der Menschen, der Tiere und des Ökosystems unmittelbar zusammenhängen. So wird zum Beispiel durch unser Handeln den Tieren oder der Umwelt geschadet, zum Beispiel wenn wir Wälder abbrennen um dort etwas zu bauen.

Vergleich Deutschland (links) und Kenia (rechts)



CC BY-SA 3.0, SterilAir AG



CC-BY-SA-4.0. Nioki n̄ari

Wann geht es Dir gut?

Hast Du schon mal darüber nachgedacht, was Du brauchst, damit es Dir gut geht? Je nach dem, wen Du das fragst, bekommst Du ganz unterschiedliche Antworten. Sich gut fühlen bedeutet also für jeden etwas anderes!

Feder und Bernstein haben sich mal umgehört, was die Menschen brauchen, damit sie sich gut fühlen. Hier findest Du ein paar Antworten.



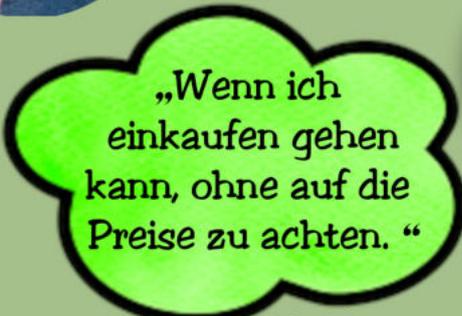
„Mir geht es gut, wenn ich mit Freunden oder Familie zusammen bin.“

Matthias (48)



„Mir geht es gut, wenn ich vertraute Menschen um mich herum habe und nicht allein bin.“

Albert (90)



„Wenn ich einkaufen gehen kann, ohne auf die Preise zu achten.“

Dennis (29)



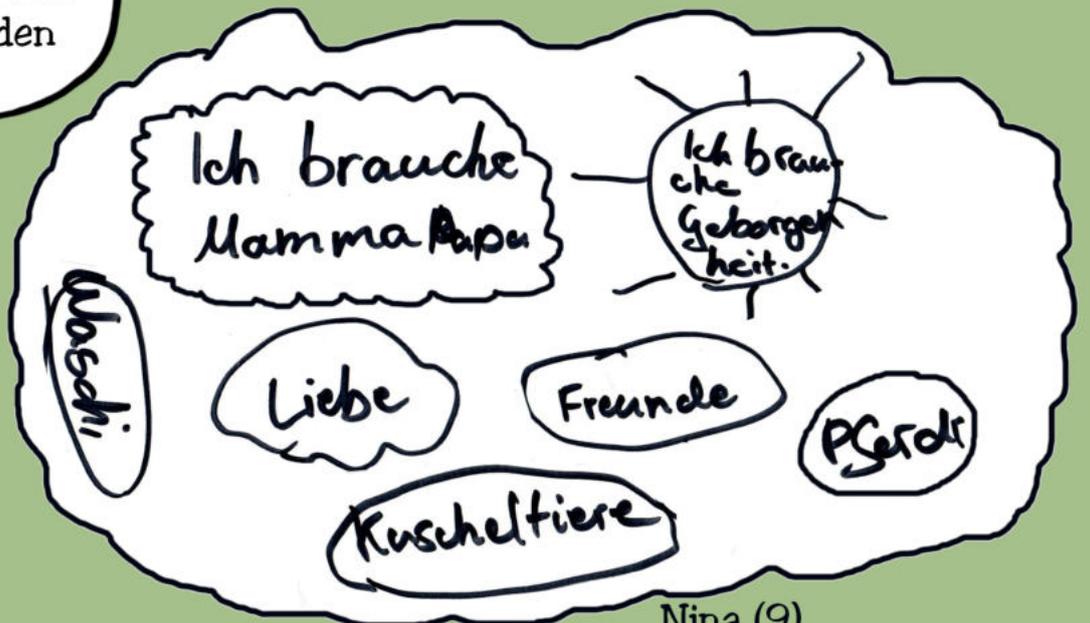
„Wenn mir in meinen Gedanken, meinen Gefühlen und meinem Körper nichts fehlt.“

Jannika (25)



„Mir geht's gut, wenn ich draußen in der Natur bin, oder Zeit mit Familie und Freunden verbringe.“

Liam (18)



Ich brauche Mami Papa

Ich brauche Geborgenheit.

Mami

Liebe

Freunde

Kuscheltiere

Pferde

Nina (9)

Essen, Trinken, Süß, Freunde

Nathalie (9)

„Mir geht es gut, wenn ich ein Vollbad nehme und dabei ein Buch lese.“

Regina (43)



„Mir geht es gut, wenn ich weiß, dass es anderen meinetwegen gut geht. Und, wenn ich etwas Leckeres esse.“

Axel (27)



„Mir geht es gut, wenn ich Sicherheit und eine sichere Umgebung habe.“

Helga (78)

„Mir geht es gut, wenn ich Beschäftigung und Aktivitäten habe und nicht stehen bleibe.“

Elisabeth (88)

„Zuhause.“

Amilia (5)

Computer

Caspar (9)

„Mir geht es gut, wenn ich bei der Familie bin, im Urlaub bin, oder Animes gucke.“

Jonathan (16)

„Mir geht es gut, wenn ich am Strand stehe und das Meeresrauschen höre.“

Selina (24)



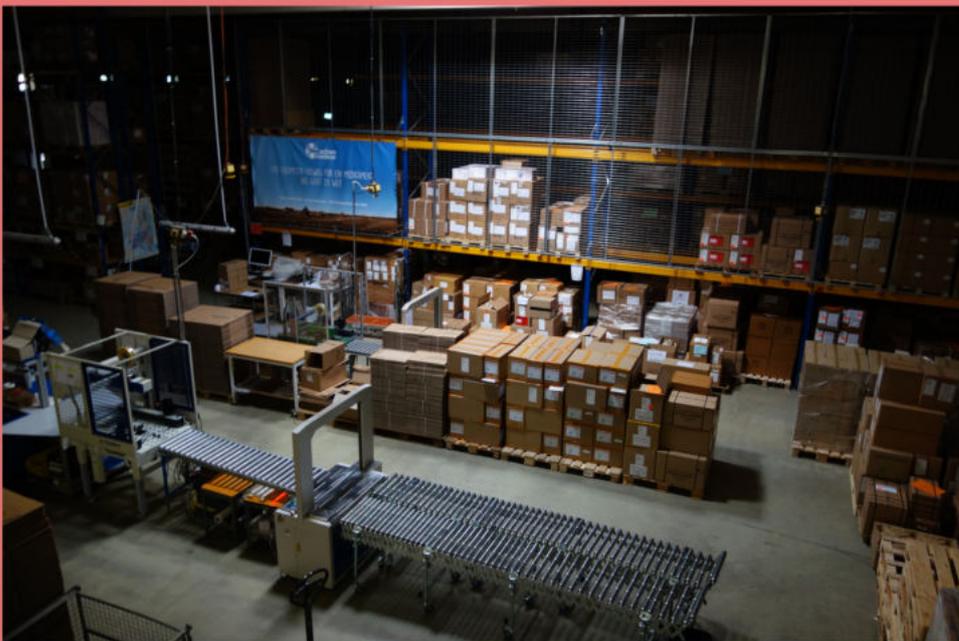
„Jetzt.“

Leni (3)

Medikamente für die ganze Welt

Das Team von „Feder & Bernstein“ besucht zusammen mit Lina und Timo aus der Jugendgruppe vom Naturschutzhof die Zentrale der Action Medeor in Tönisvorst. Von hier aus werden Länder in der ganzen Welt mit Medizin versorgt. Wie funktioniert das? Wir treffen uns mit Frau Wickerath. Sie stellt uns die Arbeit der Action Medeor vor.

Als erstes geht es in eine große Lagerhalle. Dort ist es kühl und die Regale stehen bis hoch oben voll mit Kartons. Darauf kann man die Namen der Länder lesen, in die die Pakete geschickt werden sollen. Frau Wickerath erklärt uns, dass die Lieferungen der Action Medeor in Länder in Asien, Afrika und Amerika geschickt werden, immer dahin, wo gerade besondere Notfälle herrschen. Im Moment sind das zum Beispiel die Türkei und Syrien, weil dort ein Erdbeben war.



Außer Medikamente schickt die Action Medeor aber auch medizinische Geräte, die zum Beispiel Menschen, deren Lunge krank ist, dabei helfen können, besser zu atmen. Es gibt sogar einen Koffer, mit denen Ärzte und Ärztinnen Zahnschmerzen unterwegs behandeln können – ganz ohne Zahnarztpraxis. Das ist besonders da wichtig, wo es nicht so viele Praxen und Krankenhäuser gibt. Die medizinischen Geräte sind auch extra stabil gebaut, damit sie nicht so leicht kaputt gehen, wenn sie in der Welt unterwegs sind.

Wir fragen nach, wie viele Pakete das Team der Action Medeor im Jahr verschickt. Normalerweise, erklärt Frau Wickerath, sind es ungefähr 400 t

Action Medeor

Gründung: 1963

Mitarbeitende: 86 + 65
Freiwillige

Name: „Medeor“ ist lateinisch und bedeutet „Ich helfe“.

Die Vision: Kein Mensch soll an einer behandelbaren Krankheit sterben!

Aber seit es den Krieg in der Ukraine gibt, ist es noch deutlich mehr geworden: Jetzt gehen alleine 480 Tonnen Medikamente und medizinische Geräte in die Ukraine. Das sind 4 LKWs in der Woche! Manchmal verschicken sie sogar komplette Rettungswagen. Gleichzeitig brauchen andere Länder aber ja weiterhin Unterstützung. Deshalb gehen zusätzlich noch 300 Tonnen in den Rest der Welt. Übrigens: Das Team der Action Medeor arbeitet sehr schnell. In 24 Stunden können sie an alle Orte der Welt Medikamente liefern.

Die Medikamente werden allerdings nicht in Tönisvorst hergestellt, sondern in China und Indien. Oft gehen sie von dort aus direkt in die Länder, in denen sie gebraucht werden. In dem großen Lager, das wir sehen, liegt also nur ein kleiner Teil!

Was ist ein „Generikum“?

Die Medikamente, die die Action Medeor verschickt, sind in großen Gläsern oder Boxen verpackt und heißen auch anders als die, die Du aus der Apotheke kennst. Das liegt daran, dass es „Generika“ sind. Das sind Medikamente, die vor mehr als 25 Jahren erfunden wurden. Nach dieser Zeit dürfen auch Firmen, die sie nicht erfunden haben, die Medikamente nachbauen. Man sagt, dass keine Lizenz mehr darauf liegt. Deshalb kann die Action Medeor die Medikamente viel günstiger machen, als wenn sie in der Apotheke einkaufen würde. Innerhalb von Europa dürfen solche Medikamente aber nicht verkauft werden – außer es herrscht Krieg, wie in der Ukraine.



Bild: Das Redaktionsteam beim Besuch

Die Action Medeor macht aber auch noch andere Dinge: Sie bildet zum Beispiel in der Elfenbeinküste Hebammen aus und verbessert im Nepal die Wasserversorgung. So wird verhindert, dass manche Krankheiten überhaupt erst auftreten. Und auch in Deutschland arbeitet das Team: Hier besuchen sie Schulen und Firmen, um zu erklären, wie wichtig eine gute medizinische Versorgung ist. Übrigens: Frau Wickerath hat uns erzählt, dass auch Kinder der Action Medeor helfen können: Man kann zum Beispiel mit seiner Schulklasse einen Sponsorenlauf organisieren oder Kuchen verkaufen, um die Arbeit zu unterstützen.

Wir haben uns mit Frau Wickerath noch ganz viel über Nachhaltigkeit und die 17 Nachhaltigkeitsziele unterhalten. Für uns war der Besuch auf jeden Fall ein sehr spannendes Erlebnis!

Machwas-Seite

Mach mal was!

Wenn Dir langweilig ist, gibt es auf der Machwas-Seite immer etwas zu tun: Rezepte zum Nachmachen, Bastelideen, Experimente und vieles mehr. Oder hak die Machwas-Liste ab. Irgendwas geht immer.



Die Machwas-Liste

In der Machwas-Liste stehen immer 12 Ideen zum Abhaken, wenn Du Lust dazu hast. Bei manchen Dingen brauchst Du vielleicht Hilfe, da kannst Du Deine Eltern fragen.

Wenn das Briefsymbol neben einer Idee steht, freuen wir uns, wenn Du uns ein Foto oder eine Datei schickst. (An federundbernstein@nabu-krefeld-viersen.de)

Wasch etwas mit Kastanien oder Efeu! (s. QR-Code)



Veranstatle eine Laub-Schlacht!

Mach eine Mini-Disco! Dafür brauchst du nur Musik und ein wenig Platz. Mit Geschwistern, Eltern oder Freundinnen und Freunden macht das tanzen natürlich noch mehr Spaß.

Miss den Regen! Stell an einem regnerischen Tag ein Gefäß nach draußen. Wie viel regnet es in einer Stunde oder während der Nacht? Mit einem Messbecher kannst Du vielleicht sogar unterschiedliche Tage vergleichen.



Sei ein Pilzfotograf! Im Herbst wachsen viele Pilze. Schnapp dir eine Kamera und versuch, möglichst viele zu fotografieren. Doch Achtung: Iss keine dieser Pilze, denn nur Experten können essbare Pilze sicher erkennen.



Bau eine Marmelbahn aus Klopapierrollen.



Druck dein eigenes Geschenkpapier. Aus Kartoffeln, aber auch mit vielen anderen Gegenständen kann man prima Muster auf Blätter drucken. Trocknen lassen und fertig ist das Geschenkpapier für Weihnachten. (Am 7.12 kannst Du auch gemeinsam mit anderen Kindern auf dem Naturschutzhof basteln. Näheres auf Seite 24)

- Teste alle Pfützen. Welche Pfütze in Deiner Nähe ist am tiefsten? In welcher kann man am Besten herumspritzen?



- Lern ein Lied auswendig, das Du noch nicht kennst.

Bastle dir selbst ein Blätter-Memory. Dafür sammelst und

- trocknest du immer zwei Blätter von einer Baumart. Wenn sie trocken sind, klebst du die Blätter auf gleich große Kartonstücke. Fertig ist das Memory!

- Sammle mehr schöne Wörter!



- Bau einen Drachen oder repariere deinen alten und lass ihn steigen!

Liskas Lieblingslingsgebäck: Rosenkuchen

Zutaten:

Für den Hefeteig:

500g Mehl

1 Päckchen Trockenhefe

60 g Zucker

1 Prise Salz

2 Eier

250ml Milch

50 g Butter

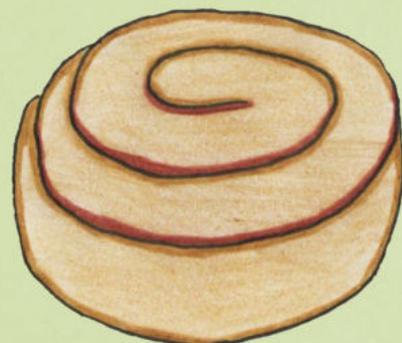
Außerdem:

250g Marzipan

125ml Milch

80g gehackte Mandeln

1 Eigelb zum bestreichen



Hefeteig:

1. Für den Hefeteig musst Du das Mehl sieben, die Zutaten mischen und verkneten und dann den Teig etwa eine Stunde gehen lassen.

2. Währenddessen muss Du das Marzipan in der Milch auflösen (am besten auf dem Herd in ganz niedriger Stufe).

3. Jetzt werden die Mandeln in der Pfanne leicht angeröstet.

4. Nach der Stunde Gehzeit wird der Teig nochmals durchgeknetet und dann rechteckig, etwa 1 cm dick ausgerollt.

5. Nun musst Du die Marzipancreme darauf verstreichen und die Mandeln darauf verteilen.

6. Jetzt rollst Du die Teigfläche wie eine Wurst auf und schneidest ca. 1cm dicke Scheiben davon ab.

7. Schließlich legst Du die Scheiben auf ein gefettetes Backblech und bpinselst sie bei Bedarf mit Eigelb.

8. Die müssen jetzt noch 15 - 20 Minuten im auf 180°C vorgeheizten Ofen backen.

Lecker!

Mitmachseite

Wir freuen uns über jede Einsendung. Wenn Du uns bei der nächsten Ausgabe helfen willst, siehst Du auf dem Zettel, was wir gebrauchen können.

Alles wie immer an:

federundbernstein@nabu-krefeld-viersen.de

oder per Post an:

NABU Naturschutzhof Nettetal
Sassenfeld 200
41334 Nettetal



Wenn Deine Einsendung ins Heft kommt, stehst Du im Impressum und bekommst Post von Feder & Bernstein mit einem kleinen Überraschungsgeschenk.

Mach mit!

Wenn Du das Federsymbol siehst, heißt das, dass Du mitmachen und etwas einschicken kannst!



Nächste Ausgabe

Themen für die nächste Ausgabe:

- Der Hecht
- SDG Ziel 9: Industrie, Innovation und Infrastruktur

Was wir für die nächsten Themen brauchen:

- Fotos und Bilder
- Geschichten, Berichte, Reportagen, Bastelideen, Rezepte
- Gedichte
- Comics mit höchstens 6 Bildern
- Sachtexte und was Dir noch dazu einfällt.



Was Du uns jederzeit schicken kannst:

- Ideen für Themen, die Machwas-Liste, Fragen:

Was wolltest Du immer schon mal wissen?

- Geschichten, Gedichte oder Sachtexte zu einem Thema Deiner Wahl
- Gemalte Bilder, Fotos
- Comics über Feder & Bernstein
- Ideen, um die Welt ein kleines bisschen besser zu machen und alles was Dir sonst noch so einfällt.

Redaktionstreffen

Wer Lust hat auch mal richtig an der Zeitschrift mitzuarbeiten und an einem Redaktionstreffen auf dem NABU Naturschutzhof Nettetal teilnehmen möchte, schreibt am Besten an federundbernstein@nabu-krefeld-viersen.de. Und wenn genug Interesse besteht, wird es wieder ein Redaktionstreffen geben.

Wir schicken Dir dann eine E-Mail, wenn ein Datum für ein Redaktionstreffen feststeht.

Bitte gib immer an, ob wir Deine Einsendung abdrucken dürfen. Und wenn ja, ob wir Deinen Namen als Autor/in dazuschreiben dürfen, in welcher Form auch immer.

Achtung! Schick uns keine Bilder, Fotos oder Werke, die Du nicht selbst gemacht hast. Also auch keine aus dem Internet. Denn zum Abdrucken in einem Heft braucht man immer die Erlaubnis der Erschafferin bzw. des Erschaffers.

NABU-Mitmach-Aktion

In jeder Ausgabe gibt es hier eine Mitmach-Idee vom Naturschutzhof Nettetal.



Weihnachten - aber nachhaltiger!

Jedes Jahr freuen wir uns über Geschenke unter dem Tannenbaum... und das ganze neu gekaufte Geschenkpapier landet direkt im Müll. Das muss nicht sein. Auf dem Naturschutzhof treffen wir uns am 07.12. von 15 bis 17 Uhr und gestalten selbst Geschenkpapier und Geschenkbander aus Wollresten. Sei dabei und verpack deine Geschenke in diesem Jahr mit Herz für die Umwelt. Du kannst gerne verschiedenes Altpapier wie Packpapier mitbringen.

Dabei sein können Kinder ab 6 Jahren. Meldet Euch bitte bis zum 03.12. über unsere Website naturschutzhof-nettetal.de an (Ihr könnt auch den QR-Code scannen und direkt zum Kalender gelangen).



Die nächste Ausgabe erscheint voraussichtlich im Juni mit diesen Themen:

9 INDUSTRIE,
INNOVATION UND
INFRASTRUKTUR



Bild: Marcel Einig von Pixabay

Echt?



Wie wärs mal mit dem Hecht?



Denk an den QR-Code im Vorwort (S. 2)! So hilfst Du uns die Zeitschrift zu verbessern!

1. Mios Suchsel (Seite 10)

W	M	E	M	H	E	I	L	K	R	A	U	T	B
S	A	A	N	S	E	M	S	A	N	S	U	M	Ä
A	O	S	A	O	A	B	H	A	S	S	L	L	U
O	B	F	C	C	L	V	U	I	D	F	V	B	M
I	K	Ü	D	H	I	R	D	X	W	D	G	V	E
Z	N	E	Q	W	B	M	I	O	C	K	E	N	E
Ö	H	J	V	R	E	Ä	X	R	F	R	S	A	T
C	S	F	D	U	L	M	R	U	T	A	N	N	I
Y	S	W	A	H	L	I	L	E	K	N	R	N	W
L	A	G	R	Z	E	J	U	M	M	K	B	H	N
U	M	E	D	I	Z	I	N	P	O	H	N	E	M
F	U	A	C	K	B	U	S	X	P	E	N	L	U
T	L	K	N	T	U	E	V	E	S	I	S	M	T
W	A	S	S	E	R	Ä	L	H	P	T	E	H	S

Die blauen Wörter hat Feder noch zusätzlich gefunden.

2. Buchstabensalat

Hagebutte, Pfifferling

3. Prinzenrätsel

Der Prinz ist auf Seite 23 versteckt. Er schreibt: "Hallo Vater, Ein Drachen hat mich entführt! Dein Prinz Kirma"

6. Kreuzworträtsel



Das Kreuzworträtsel besteht aus folgenden Wörtern:

- 1. HORIZONTAL: OCHSENAUGEN
- 2. HORIZONTAL: SELBENSCHEIT
- 3. HORIZONTAL: EXENRING
- 4. HORIZONTAL: FLIEGEN
- 5. HORIZONTAL: BLÄTTERBALLET
- 6. HORIZONTAL: GLÜCKE
- 7. VERTIKAL: HERB
- 8. VERTIKAL: WURST
- 9. VERTIKAL: KASCHUBEN
- 10. VERTIKAL: RING
- 11. VERTIKAL: BUCH
- 12. VERTIKAL: SIEBENSCHLÄFER
- 13. VERTIKAL: KASTANNE
- 14. VERTIKAL: BUCH

Lösungen der Rätsel

5. Rechenrätsel

Die Lösung ist 14



4. Fehlersuchbild



Schreib uns doch mal!



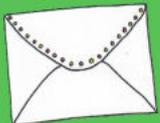
Wir freuen uns über Anregungen und Leserbriefe.

Was können wir verbessern? Was hat Dir gefallen? Was würdest Du Dir wünschen?



Schreibe eine E-Mail an:
federundbernstein@nabu-krefeld-viersen.de

Wir haben im Vorwort (S. 2) auch einen QR-Code zu einem Fragebogen abgedruckt. Wenn Du den scannst und die Fragen beantwortest hilfst Du uns das Heft zu verbessern!



Impressum

Feder & Bernstein-Mitmachheft 03/2023,
erschieden im November 2023

Herausgeber

NABU-Naturschutzhof Nettetal in seiner Funktion
als BNE-Regionalzentrum

Redaktion

Christoph Hüsgens

Ständige Mitarbeiter

Wiebke Esmann, Alina Martin, Silke Krome

Redaktionsadresse

NABU Naturschutzhof
Sassenfeld 200, 41334 Nettetal
Telefon 02153 89374

E-Mail, Internet

federundbernstein@nabu-krefeld-viersen.de
www.nabu-krefeld-viersen.de/federundbernstein

Gestaltung und Grafiken

Cover: SDG Icons von 17ziele/downloads.html; S. 2: Waschbär von Gordon Johnson (Pixabay); S. 5: Zettel von Christoph Hüsgens; Pinnwand von Master Tux & publicdomainpictures (Pixabay); Reißzwecken von publicdomainpictures (Pixabay); S. 6-8 Waschbärzeichnungen, Abdrücke von Lina Goldman; Zettel von Christoph Hüsgens; S. 10: Blatt von Christoph Hüsgens; Fehlersuchbild bearbeitet von Christoph Hüsgens; S. 11: Rechenrätsel von Lilly Malkus; S. 14, 15: Illustrationen von Christoph Hüsgens; S. 23 Drachen, Zettel von Christoph Hüsgens; Alle anderen Zeichnungen von Finja Fahnenbruck

Fotos

Coverfoto: Chris F (Pexels); Fehlersuchbild von Christoph Hüsgens, Leonhard Niederwimmer (pb), Manfred Antranias Zimmer (pb); S.20,21 Fotos von Redaktionsteam Feder & Bernstein; Alle anderen wie am Foto angegeben.

Texte

S. 5, 12, 13, 20, 21, 25 von Alina Martin; S. 6-8 von Silke Krome; S. 16,17 von Liam Matthew Bell, S. 2, 3, 4, 10, 11, 14, 15, Rückseitengedicht und Sonstige Texte und Sprechblasen von Christoph Hüsgens; Alle anderen wie am Text angegeben

Weitere Beiträge von

Liam Matthew Bell, Lilly Malkus und Lina Goldman, außerdem von Thea, Sina, Simon, Jonas, Mio, Amelie, Fabienne, Ilona, Louisa, Marina und Sophie

Auflage und Erscheinungsweise

500 Stück, Feder & Bernstein erscheint mehrmals im Jahr

Druck

HPZ Krefeld – Kreis Viersen gGmbH
Werkstatt Impuls Kempen
Heinrich-Horten-Str. 6 b
47906 Kempen
www.hpz-krefeld-viersen.de

Unser Dank geht an

Finja Fahnenbruck, Lina Goldman, dem Spielecafé in Nettetal, Action Medeor und Stephanie Wickerath, unsere Jungautoren Thea, Sina, Simon, Jonas, Mio, Amelie, Fabienne, Ilona, Louisa, Marina und Sophie außerdem für die Beantwortung unserer kleinen Umfrage geht ein Danke an Albert, Amilia, Axel, Caspar, Dennis, Elisabeth, Helga, Jannika, Jonathan, Leni, Liam, Matthias, Nina, Nathalie, Regina und Selina

Laubwirbelwetter

Halt kurz an und lausch'.
Hörst du den Wind in den Zweigen?
Sieh nur dieser Farbenrausch!
Die Blätter tanzen den Reigen.
Es ist Goldregenzeit!
Das Herbstfeuerwerk ist endlich bereit,
Und oben im Baum schlummert heimlich und still
ein Waschbär in wohliger Wonne.
Weil er nun am Tage nicht aufstehen will.
Er liebt nur den Mond, nicht die Sonne.

Bleib kurz stehen und schau'!
Im Wald tanzt gerade das Blätterballett.
Die Wiese, so nass von dem Tau.
Und alles wirkt so schön herrlich adrett
Es ist Brausewindzeit!
Der Himmel ist Krähen- und Drachenbereit.
Und oben im Baum räkelt sich müde und faul
ein Waschbär im Laubwirbelwind.
Er putzt sich verschlafen das fellige Maul
Weil Waschbären tagsüber Schlafmützen sind.

Doch du bist es nicht
Hast den Wind im Gesicht
Springst in Pfützen, die spritzen und in Haufen voll Blätter
Jeder Regenguss, jedes Laubwirbelwetter,
macht den Herbst doch in Wahrheit viel netter.

Die Sonne geht unter.
Du schläfst in der Nacht.
Manch einer wird munter,
der in der herbstlichen Pracht
genau weiß was er macht.
Er schnüffelt die Blätter, erfreut sich am Wetter
und tappst durch die Laubnebelnacht.