



Für Eltern & Großeltern

Kneipp für Kinder



Gemeinsam den Wald entdecken

Text: Dr. Susanna Sklenar

Der Wald ist ein vielfältiger Lebensraum, der für kleine (und große) Naturdetektive beinahe unendliche Erlebnismöglichkeiten bereithält.

Der Wald ist Rückzugsgebiet für viele Tierarten und beherbergt speziell an diesen Lebensraum angepasste Pflanzen sowie etliche Pilzarten. Hasen, Rehe, Wildschweine, Füchse, Dachse und viele kleine Nager wie Eichhörnchen und Mäuse, aber auch zahlreiche Vogelarten und Insekten leben hier. Der Wald ist ein riesiges „Mehrfamilienhaus“ mit Wohnungen für Pflanzen und Tiere, die hier seit langem heimisch sind. Wer den Wald besuchen und erkunden will, sollte sich also zuvor darüber klar sein, dass er hier „Gast“ ist und sich auch dementsprechend verhalten. Es empfiehlt sich, folgende Regeln mit den Kindern zu besprechen:

1. Wir verhalten uns leise und rücksichtsvoll.
2. Wir lassen nichts im Wald liegen und nehmen unsere Abfälle wieder mit.
3. Wir behandeln Pflanzen mit Respekt, das heißt: Keine lebenden Äste und Zweige abbrechen, Pilze nicht zertreten, nicht auf eigene Faust Beeren oder Blumen pflücken (Gift!).
4. Wir sind kleinen Tieren gegenüber besonders rücksichtsvoll:

Wenn wir kleine Lebewesen unter die Lupe nehmen wollen, fangen wir sie mit der größtmöglichen Vorsicht und lassen sie hinterher wieder dort frei, wo wir sie gefunden haben.

5. Wir verabreden ein Zeichen, auf das hin wir wieder zum Ausgangspunkt zurückkehren.

Tipp: Spiel „Walddomino“

Material: Decke oder Bettleintuch, Taschen/Behälter zum Sammeln.

So geht's: Auf einer freien Fläche wird ein großes Tuch ausgebreitet. Dann ziehen die Kinder los und sammeln mindestens zehn verschiedene Gegenstände. Nach einer vereinbarten Zeit kehren alle zurück. Ein Kind beginnt und legt zwei Gegenstände nebeneinander auf das Tuch. Das nächste Kind versucht, an einen der Gegenstände einen zweiten, von derselben Art (z.B. Buchenblatt an Buchenrinde) oder des gleichen Typs (Birkenrinde an Buchenrinde) anzulegen.

Wer nicht anlegen kann, muss aussetzen. Wer als erster keine Gegenstände mehr übrig hat, gewinnt!



Wissenswert

Knie - das perfekte Scharniergelenk

Gerade im Sommer fallen viele Kinder hin und verletzen sich am Knie. In den meisten Fällen gibt es „nur“ einen blauen Fleck oder eine leichte Abschürfung. In jedem Fall aber werden unsere Knie im Laufe des Lebens ganz schön beansprucht. Hast du dir schon mal überlegt, wie großartig dieses komplex aufgebaute Gelenk ist, mit dessen Hilfe wir vielfältige

Bewegungen, wie z.B. Gehen, Laufen oder Springen, ausführen können? Als Scharniergelenk ist es hauptsächlich in einer Ebene beweglich, d.h. es kommt vor allem beim Beugen und Strecken zum Einsatz. Stabilität und Halt liefern ein umfassender Kapsel-Band-Apparat sowie eine Vielzahl von Muskeln und Sehnen.



Text: Maria Hammer

Ärger & Freude an einem Tag

Teil 6

Asma hat es heute eilig in den Kindergarten zu gehen. Für die Kinder, die im September in die Schule kommen, findet ein Abschiedsfest statt. Asma gehört auch dazu.

Zahira hat ihrer 6-jährigen Schwester die Haare ganz toll frisiert, sodass Asma in ihrem Lieblingsoutfit, das sie sich zu diesem Anlass angezogen hat, besonders hübsch aussieht. „Beeile dich Zahira, sonst kommen wir zu spät“, drängt das Mädchen ungeduldig. Sie schlüpft in ihre rosa Sportschuhe. „Autsch, was ist das, die Schuhe drücken, was ist da los?“ Sie probiert es noch einmal, doch die Schuhe fühlen sich am Fuß ganz anders als sonst an. Viel zu klein und eng. Zahira meint Kopf schüttelnd: „Ich glaube, deine Füße sind gewachsen!“

Asma ist fassungslos. „Nein, nein, das sind doch meine Lieblingsschuhe! Weißt du nicht mehr, Zahira, die habe ich mir am Bahnhof aussuchen dürfen, als wir nach Österreich gekommen sind.“ „Ja“, erwidert Asmas Schwester und denkt an die Ankunft am Bahnhof nach ihrer langen Flucht aus Syrien. Schon kullern Tränen über das Gesicht von Asma, sie ist traurig, aber auch wütend, weil ihr die Schuhe nicht mehr passen. Zahira lächelt, „ja, kleine Schwester, auch du wirst größer“ und meint dann: „Du hast ja noch die blauen Ballerinas von Kordula –

die passen sogar besser zum Kleid.“ „Ich will aber meine rosene Schuhe!“, schnauft Asma zornig und stampft mit dem Fuß auf.

Auf der Bank vor Asma liegt das hellblaue Lieblingstuch ihrer Schwester. Voll Ärger und Wut packt das Mädchen das Tuch und stopft es unter die Bank. So, wenn sie andere Schuhe anziehen muss, dann soll auch ihre Schwester ein anderes Tuch nehmen müssen, denkt sich Asma.

Wortlos zieht sie dann die neuen Ballerinas an, geht zur Tür und wartet. Zahira sucht ihr Tuch. Ohne Tuch kann sie nicht aus dem Haus gehen. Sie öffnet alle Laden, sucht im Kasten, schaut im Zimmer nach, ob es am Sessel hängt, doch das blaue Tuch scheint wie vom Erdboden verschluckt. Zahira seufzt: „Gut, dann muss ich ein anderes nehmen.“ Sie ist enttäuscht. Aber weil die Zeit drängt, bindet sie ein anderes Tuch um ihr Haar. Viele islamische Frauen verbergen ihr Haar unter einem Tuch, wenn sie aus dem Haus gehen. Zu Hause tragen sie es nicht.

Im Kindergarten geht es bereits turbulent zu. Viele Eltern sind da, Groß-

eltern und Geschwister der Kinder. Mit der Pädagogin haben die Kinder einige Lieder gelernt, die wollen sie nun vorsingen. Asma hat eine schöne Stimme und singt sehr gerne. Sie steht ganz vorne und singt begeistert mit. Dabei sieht sie ihre Schwester alleine an der Seite sitzen. Zahira ist traurig, das sieht Asma an ihrem Blick. Sicher ist sie traurig, weil sie ihr Tuch nicht gefunden hat – schließlich war es ein Geschenk ihres Verlobten Malek, denkt Asma und fühlt sich plötzlich gar nicht mehr fröhlich.

Das Fest geht weiter, es wird gegessen, gespielt und geplaudert. Auch Zahira unterhält sich mit einer jungen Frau, die sie zum Lachen bringt. Für einige Zeit vergisst Zahira, was sie bedrückt.

Auf dem Nachhauseweg nimmt Asma die Hand ihrer Schwester und sagt: „Bitte Zahira, schau nicht so traurig, ich habe dein Tuch versteckt, weil ich so verärgert war. Entschuldigung.“ Da drückt Zahira die Hand ihrer kleinen Schwester und meint: „Ach, das Tuch ist nicht der Grund. Ich muss an unsere Eltern denken, die nicht bei uns sein können. Sie werden zu

Schulbeginn im September nicht hier sein und haben auch nicht gehört, wie schön du gesungen hast.“

„Wirklich? Du bist nicht wegen

des Tuchs traurig? Ich kann ja ein Musikvideo machen und es ihnen schicken. Was meinst du?“

Nach dem Abendessen erzählen sie Malek und Asmas Bruder Amir von ihrem Plan, den Eltern ein Video zu schicken. Diese Idee gefällt den beiden sehr gut. Noch am selben Abend agiert Malek als Kameramann, Amir und Zahira begleiten ihre kleine Schwester mit selbstgebauten Musikinstrumenten und Asma singt jene Lieder, die sie im Kindergarten zum Besten gegeben hat. Das Musikvideo ist ein voller Erfolg und macht sich via Internet auch gleich auf die Reise nach Aleppo – zu den liebsten Menschen, die nicht bei ihnen sein können.



RÄTSEL Schnell & witzig

Welcher Ring kann schwimmen? (Rettungsring)

Was wird ein Mensch, wenn er ins Rote Meer springt? (Taus)

Welches Kätzchen ist kein Tier? (Palmkätzchen)

Wusstest du, dass ... ?

- das Kniegelenk das größte Gelenk im menschlichen Körper ist
- beim Treppensteigen das Kniegelenk um mehr als das Dreifache des Körpergewichts belastet wird

Auf dem rechten Bild haben sich 5 Unterschiede zum linken Bild versteckt. Findest Du sie?

Die Lösung bitte in eine Mail (office@kneippbund.at) oder auf eine Postkarte schreiben. Deine Mama, dein Papa, dein Opa oder deine Oma helfen dir, wenn du noch nicht schreiben kannst. Oder du schneidest das Rätsel aus, malst einen Kreis um die Fehler und steckst den Ausschritt in einen Briefumschlag. Vergiss bitte nicht, auch deinen Namen, die Adresse und dein Alter draufzuschreiben und eine Briefmarke draufzukleben. Dann bittest du deine Mama, den Brief an den Kneippbund, Kunigundenweg 10, 8700 Leoben, zu schicken.

Da stimmt doch was nicht ganz ...



Einsendeschluss ist der 31. August 2017.

Aus den richtigen Einsendungen werden 3 Sieger ausgelost.

1. Preis: Naturlexikon für Kinder; 2. und 3. Preis: lustige Dusch- und Sprudelbäder.