

ATLASIA KIDS



**DIE APOTHEKE
DER NATUR**

ATLASIA KIDS

Atlasia Kids™

Januar 2026 • Ausgabe 37
ISSN 2750-8501

Das Magazin Atlasia Kids erscheint jeden Monat bei Linemarketing GmbH Wilhelmstr. 29 A/2, 13593 Berlin.

Atlasia-Team (Deutschland)

Chefredakteur: Dr. Arhan Kardas
Verlagseditor: Yasin Cakir, MA
Übersetzung u. Lektorat: Aya Tuffaha, MA
Redakteurin: Gül Ekinçi, MA
Grafische Gestaltung: Onur Alka
Testleser: Yusuf Alka (13)

Atlasia-Team (USA)

Chefredakteur: Hasan Ahmet G., MA, MEd, PhD
Leitende Redakteurin: Zainab Sana Noor, MPub
Mitwirkende: Sumaira O., Maya Salem, Sarah Asad
Pädagogische Beraterin: Emma Malik, MEd
Redakteurin: Jasmine Baten
Grafische Gestaltung: BAY Design
Rechte und Genehmigungen: Ahmed G. Idil

Kontakt & Abonnements

Zum Bestellen, Bezahlen, Ändern Ihrer Adresse oder für andere Kundendienstleistungen wenden Sie sich bitte an uns: E-Mail: info@atlasia.de • Schreiben Sie an: Linemarketing GmbH, Wilhelmstr. 29 A/2, 13593 Berlin.

Die Zeitschrift Atlasia Kids ist eine Marke von Atlasia, 2021. Alle Rechte vorbehalten, einschließlich des Rechts auf Vervielfältigung im Ganzen oder in Teilen, in jeder Form.

Konzipiert für den Gebrauch im Klassenzimmer und zu Hause. Richten Sie Manuskripte und andere redaktionelle Beiträge an den Redakteur für Einsendungen. Legen Sie einen frankierten Rückumschlag bei, der nur für unsere Antwort bestimmt ist; Manuskripte werden nicht zurückgesandt. Alle Briefe und Wettbewerbsbeiträge werden zur Veröffentlichung angenommen und gehen in das Eigentum von Atlasia (DE) über. Die Autoren sind für alle in ihren Arbeiten gemachten Angaben verantwortlich. Kein Teil dieses Magazins darf ohne vorherige schriftliche Genehmigung des Herausgebers verwendet oder vervielfältigt werden.

Grün denken!

Heben Sie diese Ausgabe auf, um sie erneut zu lesen, oder geben Sie sie an einen Freund, eine Klasse oder eine Bibliothek weiter. Wenn sie zu abgenutzt ist, um noch gelesen zu werden, recyceln Sie sie bitte.

Zielgruppenalter: ab 7 Jahren



Magische Pflanzen? Sehen wir mal, ob sie meine mürrische Stimmung richten können!

Liebe Naturforscher,

habt ihr je über die unglaubliche Apotheke nachgedacht, die Gott überall um uns herum platziert hat? Von Schwarzkümmel zu Honig, die Natur ist voll mit Arzneimitteln, mit denen wir geheilt und genährt werden. Diese im Koran und Hadith erwähnten Pflanzen zeigen uns Gottes Fürsorge und Weisheit.

Zum Beispiel Schwarzkümmel: Prophet Muhammed (Fsmi) nannte ihn ein Heilmittel für „jede Krankheit außer den Tod“. Dieser winzige Samen ist dafür bekannt, die Immunität zu fördern und bei der Verdauung zu helfen. Dann ist da Honig, im Koran als heilendes Geschenk gepriesen. Er lindert Halsschmerzen, hilft Wunden zu schließen, verdirbt nie, und vielleicht ist da noch vieles mehr, was die Forschung entdecken wird!

Oliven, die im Koran als „gesegnet“ beschrieben werden, sind gesund für Körper und wohltuend für die Haut. Datteln und Granatäpfel, Früchte des Paradieses, beliefern uns mit Energie und Antioxidantien, während Knoblauch und Ingwer mächtige Gesundheitsverstärker sind.

Im Zoom-Artikel dieses Monats erforschen wir diese natürlichen Arzneimittel und ihre Vorteile.

Mögen diese Geschenke Gottes uns dazu inspirieren, Seine perfekte Schöpfung wertzuschätzen und uns darum zu kümmern.

Euer Atlasia-Team



**GESTALTE
DEINE
GLÜCKSHÜTTE**

FINDE DEINE DANKBARKEIT



**DAS VERTRAU-
ENSVOLLE HERZ:
PROPHET JAKOB**

Was ist in mir drin?

Spaßlasia

Entwirf deinen Traumort! Gestalte unter einem Motto stehende Hütten, die reflektieren, was dich beruhigt, entspannt, glücklich und stark macht.



Neunundneunzig

Erfahre, wie alles, was wir besitzen, ein Geschenk Gottes ist, das es mit anderen zu teilen gilt, und entdecke, wie diese Segen weise zu nutzen sind.

Werkzeugkasten

Schreiben



Malen



Hören



Ein Foto/
Video machen



Basteln



Spaß haben



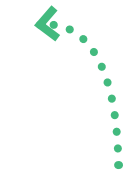
Theater
spielen

Senden



Selbsttest

Stelle dich einem Quiz, um zu sehen, wie dankbar du bist, indem du die kleinen und großen Freuden des Lebens anerkenntst. Finde heraus, ob du ein Dankbarkeitsprofi bist oder gerade erst anfängst!



10



12

Geschichten aus aller Welt

Begleite Bella, ein laut miauendes Kätzchen, während sie erfährt, dass ihr wahres Talent darin besteht, Freude und Gelächter nach Schnurrstadt zu bringen.



20

Erstaun-Muh

Folge der fleißigen Muh in ein Abenteuer, um Erstaun-Muh und seine Freunde zu retten, die auf mysteriöse Weise zum Mond hinaufgefliegen sind!



26

Tech High 5

Erforsche futuristische Gesundheitsvorsorgetechnik – von Telemedizin zu KI-Diagnosen und 3D-gedruckten Organen!

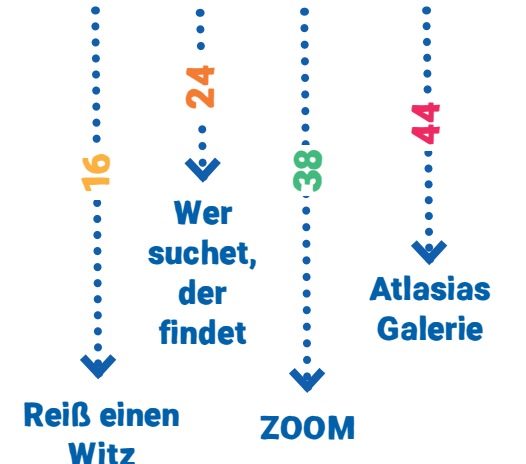
Erich Esels Interviews

Triff Lina und entdecke ihre musikalischen Bestrebungen, ihre Lieblingsmomente sowie die Freude, mit ADAMS BEAT zu singen.



40

38 KIDS





EL-WEERITH

DER EIGENTLICHE BESITZER VON ALLEM

الْوَارِثُ

Bittgebet an El-Weerith

O El-Weerith, Du eigentlicher Besitzer aller Dinge!

Alles, was ich habe, hast Du mir anvertraut.
Mach mein Herz weich und großzügig.
Mach meine Hände bereit zum Teilen.
Mach meine Worte freundlich und gut.
Nimm das Gute von mir an
und lass es anderen helfen.
Amin.

El-Weerith – Der eigentliche Besitzer von allem

In einem kleinen Dorf passierte jeden Tag etwas Neues. Händler riefen, Kinder lachten, und Vögel flatterten zwischen den Dächern. Dort lebte ein Mann namens Yusuf. Alle kannten ihn.

Denn er trug immer eine geheimnisvolle, rot bemalte, verschlossene Holzkiste auf dem Rücken. Die Kinder folgten ihm manchmal heimlich und flüsterten:

„Da muss ein Schatz drin sein! Gold! Edelsteine! Vielleicht eine geheime Karte!“

Eines Tages fasste ein Mädchen Mut und sprach ihn an:

„Onkel Yusuf, was bewahrst du in der Kiste auf? Bitte zeig es uns!“

Yusuf lächelte, setzte sich auf eine Bank und öffnete langsam die Kiste.

Darin lagen nur ein Stück Brot, eine alte Uhr, ein paar getrocknete Kräuter und ein Stift.

Die Kinder waren enttäuscht. „Aber ... das ist doch gar kein Schatz?“

Yusuf sah sie freundlich an.

„Wollt ihr wissen, wieso ich das bei mir trage?“

Das Brot erinnert mich daran, dass Essen ein Geschenk ist. Wenn wir teilen, wird es mehr.

Die Uhr zeigt mir, dass Zeit kostbar ist – wir sollten sie auch nutzen, um Gutes zu tun.

Die Kräuter benutze ich, um gesund zu bleiben. Aber auch um anderen zu helfen.

Und der Stift? Wissen ist wertvoll, aber wenn wir es teilen, wird es noch wertvoller.“

Er legte seine Hand auf die Kiste.

„Alles, was wir haben, bleibt nicht für immer bei uns. Gott ist El-Weerith – der eigentliche Besitzer von allem. Die wahren Schätze sind nicht die Dinge, die wir behalten,

sondern das Gute, das wir mit anderen teilen.“

DIE LOYALE GEFÄHRTIN DES PROPHETEN

Mein Name ist Saheela, und ich habe so viele unglaubliche Geschichten zu erzählen. Aber meine liebste ist eine, die mir meine Urgroßmutter erzählt hat. Sie handelt von einer ganz besonderen Kamelstute namens Qaswa. Die legendäre Kamelstute, die den Propheten (Fsmi) während der Hijra von Mekka nach Medina trug!

Die Reise begann in der goldenen Wüste. Es war heiß – so heiß, dass fast kein Stück Schatten zu finden war! Aber Qaswa machte das nichts aus, weil sie die freundlichste Kamelstute aller Zeiten war. Der Prophet sprach sanft zu ihr, streichelte ihren Nacken und stellte sicher, dass sie immer genug Futter und Erholung bekam.

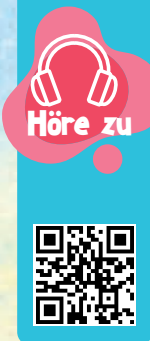
Die Wüste fühlte sich nachts, unter einem Himmel voller Sterne, magisch an. Schritt für Schritt trug Qaswa den Propheten näher an Medina heran. Meine Urgroßmutter sagte, als sie eintrafen, jubelte die Stadt und hieß sie mit offenem Herzen willkommen.

Selbst jetzt, so viele Jahre später, liebe ich es, mir vorzustellen, neben ihnen herzulaufen – die Wüstenbrise zu spüren, die Jubelrufe zu hören und jeden Moment jener unglaublichen Ankunft mitzuerleben.



Denk

Stell dir vor, an Qaswas Reise durch die Wüste teilzunehmen. Was würdest du auf dem Weg fühlen, sehen und hören?



Gestalte deine Glückshütte

Verwandle diese Hütten in deine Traumorte! Jede davon ist eine leere Leinwand für deine Vorstellungskraft!

Meine Hütte braucht ein „Bitte nicht stören“-Schild!



Traumhütte

Füge deiner Traumhütte besondere Gegenstände hinzu, die deine Persönlichkeit zur Schau stellen. Das könnte eine Zeichnung von deinem Haustier, dein Lieblingsspielzeug oder eine Collage aus lustigen Familienerinnerungen sein. Jedes Stück hilft dir dabei, deine einzigartige Geschichte zu erzählen!

Hütte der Ruhe

Was beruhigt dich? Zeichne es in diese Hütte.

Freudiger Rückzugsort

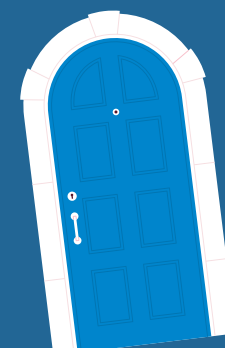
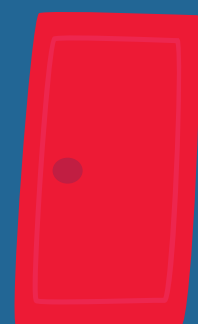
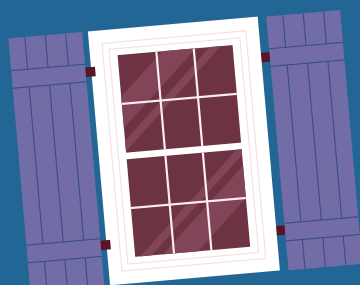
Fülle diese Hütte mit Dingen, die dich superglücklich machen!

Kraftstätte

Zeige in dieser Hütte, was oder wer dich stark macht.

Heilendes Refugium

Entwirf eine Entspannungszone mit Dingen, die dir helfen zu entspannen.



Höre zu



BELLA UND IHR GROßES MIAUEN

Im lebhaften Dorf Schnurrstadt, in dem jede Katze eine Geschichte zu erzählen hatte, lebte vor langer Zeit ein kleines Kätzchen namens Bella. Sie hatte einen Traum, der so groß wie ihre Stimme war – sie wollte die tollste Sängerin sein, die das Dorf je gekannt hatte. Das einzige Problem? Bellas Miauen war laut. SEHR laut.

Eines Abends beschloss Bella, dass es Zeit war zu üben. Sie stellte sich unter das helle Deckenlicht und nahm eine dramatische Pose ein.

„Miauuu! Mijiaauuuu!“, sang sie lauthals, während sie von rechts nach links schwang.

Papakater senkte mit zuckenden Schnurrhaaren seine Zeitung. „Bella, meine Liebe, bist du dir sicher, dass das Singen ist?“

Mamakatzte, die das Kätzchenbaby in ihren Armen wiegte, versuchte, ihr Lächeln zu verstecken. „Es ist ... ziemlich einzigartig, Schätzchen.“

Bella ignorierte beide. Sie war ein STAR. Sie drehte sich erneut und gab ein noch lauterer „MIAAAAU!“ von sich.

Milo, ihr älterer Bruder, verdrehte vor seinem Computer die Augen. „Bella, die Nachbarn werden denken, wir hätten eine Trompete zum Tee eingeladen.“

Aber Bella war das egal. „Eine Trompete? Pah! Ich wärme meine Stimme für das

morgige Konzert auf dem Dorfplatz auf!"

„Konzert?“, fragte Mamakatze mit gehobener Augenbraue.

„Ja!“, sagte Bella stolz. „Alle in Schnurrstadt werden mein wunderschönes Miauen hören und mich Bella die Brillante nennen!“

Am nächsten Morgen marschierte Bella mit im Sonnenlicht glänzenden Schnurrhaaren zum Dorfplatz. Katzen und Kater jeder Größe und Form hatten sich versammelt, fläzten sich mit in der Brise wehenden Schwänzen auf bunten Hügeln. Bella erklimm den höchsten Hügel, räusperte sich und rief: „Aufgepasst, ihr Anwesenden! Es ist Zeit für Bellas Bombastisches Miauen!“

Die Katzen und Kater blicken neugierig auf.

Bella begann. „MIIIAUUU! MIII-AUUU!“ Ihre Stimme hallte als Echo über die Hügel. Vögel flogen davon, und einige Kätzchen hielten sich die Ohren zu.

Mamakatze seufzte. „Leidenschaft hat sie.“

Papakater lachte in sich hinein. „Leidenschaft? Eher Lautstärke.“

Die Katzen und Kater im Publikum fingen an, ihre Stirnen zu runzeln. Einige gähnten, andere zuckten zusammen. Bella bemerkte das, aber anstatt aufzuhören, sang sie noch lauter, wobei ihr Schwanz wie eine Flagge hin- und herpeitschte. „Ich muss sie beeindrucken!“, dachte sie.

Dann passierte etwas Unerwartetes. Ein winziges graues Kätzchen in der Menge fing an zu kichern. Bella hielt verwirrt inne. Das Kätzchen miaute: „Ich finde, Bella klingt komisch – aber lustig!“

Schon bald machte es ein weiteres Kätzchen genauso, lachte und miaute mit. Dann noch eines. Und noch eines. Im Nu lachte und miaute die gesamte Menge zu Bellas Melodie. Sie schwangen ihre Schwänze hin und her und klopfen mit ihren Pfoten im Rhythmus auf den Boden.

Bella blinzelte. „Es ... gefällt euch?“

Eine golden getigerte Katze rief: „Dein Gesang braucht etwas Übung, aber du bringst uns zum Lachen! Das ist etwas Besonderes.“

Bella ging das Herz auf. Die lauteste zu sein, war vielleicht nicht das, was zählte. Andere zum Lächeln bringen? DAS war ein Talent.

Von jenem Tag an wurde Bella zu Schnurrstadts liebster Unterhaltungskünstlerin – nicht wegen ihres „perfekten“ Miauens, sondern wegen ihrer albernem Lieder und Drehungen, die alle Katzen und Kater zum Lachen und Schnurren brachten. Und Bella lernte: Ein Star zu sein, dreht sich nicht um Perfektion; es dreht sich darum, Freude zu verbreiten, mit einem Miauen nach dem anderen.



Veranstalte deine eigene Schnurrstadt-Talentshow! Halte Proben mit deinen Freunden ab, um den nächsten großen Miau-Superstar zu finden!

REIß 1 WITZ



- **In welchen Zug passt nur eine Person?**
In den Schlafanzug.
- **Gehen zwei Zahnstocher im Wald spazieren. Plötzlich kommt ein Igel vorbei. Sagt der eine Zahnstocher zum anderen: „Ich wusste gar nicht, dass hier ein Bus fährt.“**

INTERESSANTE INFOS

- Papageifische machen sich eine Blasendecke, um nachts sicher zu schlafen.
- **Quallen bestehen zu etwa 95–98 % aus Wasser!**
- Muslimische Gelehrte wie el-Biruni (973–1050) und el-Idrisi (1100–1165) haben vor etwa 950 Jahren mit erstaunlicher Genauigkeit die Welt kartiert und die Größe der Erde gemessen!



- **Wie waschen Geister ihre Haare?**
Mit Sham-buh.
- **Warum kann man ein Teleskop nicht belügen?**
Weil es immer den Durchblick hat!
- **Was ist vor dem Waschen sauber und nach dem Waschen schmutzig?**
Wasser

- **Warum hat der Bär einen Wecker im Wald versteckt?**
Damit der Winterschlaf nicht ewig dauert!
- **In der Schule fragt die Lehrerin: „Was ist flüssiger als Wasser?“ Lisa meldet sich und sagt: „Hausaufgaben, denn die sind wirklich überflüssig!“**



- **Was ist grün und schwebt im Weltall?**
Ein Salatellit!
- **Warum konnte das Handy nicht schwimmen?**
Weil es nicht wasserdicht war!

WIESO BRAUCHEN HUNDE WASSER?

Bleib gesund!

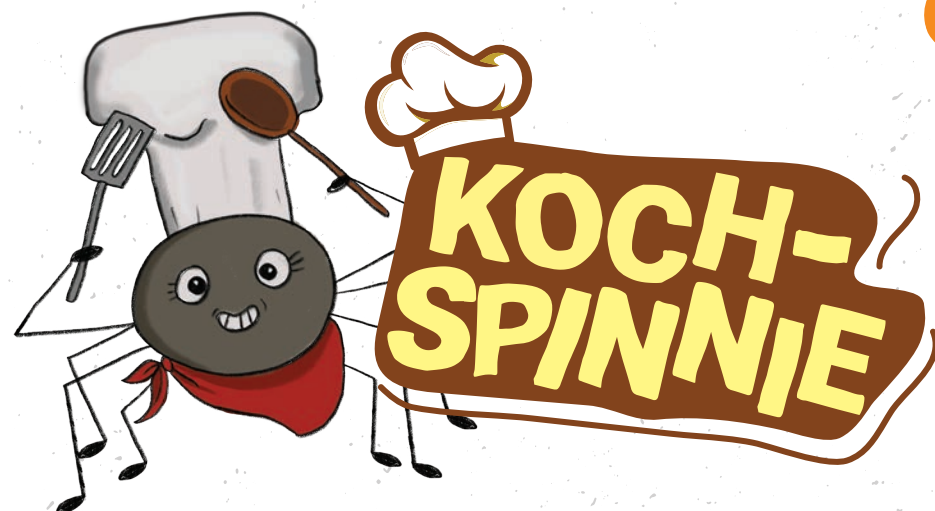
Wasser hilft sowohl Menschen als auch Hunden, das Blut zu reinigen und Abfallstoffe aus dem Körper zu spülen.

Auch Hunde brauchen Wasser!

- **Trinken:** Hunde benötigen Wasser, um ihren Körper kühl zu halten. Sie schwitzen nicht wie wir, sondern kühlen sich durch Hecheln ab – dafür ist ausreichend Wasser sehr wichtig.
- **Bewegung:** Damit Muskeln gut arbeiten können, braucht der Körper Flüssigkeit.

Bekommt ein Hund zu wenig Wasser, wird er müde, schwach und fühlt sich nicht wohl.





Aufgepasst! Dieses Rezept enthält Nüsse und Kokos. Vergewissere dich, dass es für alle sicher ist und niemand Nussallergien hat, bevor du es mit anderen teilst.

Zutaten:



1 Tasse Datteln, entsteint



1/2 Tasse Mandeln



1/2 Tasse Cashewkerne



1/4 Tasse ungesüßtes Kakaopulver



1/4 Tasse Kokosraspel

NUSSIGE SCHOKOKUGELN FÜR DEN ENERGIEKICK

SAG ZUERST BISMILLAH!

Legen wir los!

1

Alle Zutaten in einem Mixer verarbeiten, bis eine klebrige Masse entsteht.

2

Die Masse zu kleinen Kugeln rollen.

Diese kleinen Kugeln lassen mich den ganzen Tag lang hüpfen!



4

Genieße deine gesunden Naschereien!

3

Die Kugeln für 30 Minuten in den Kühlschrank stellen.



Teile diese leckeren Kugeln mit Freunden und Familie: eine süße, gesunde Nascherei, die alle lieben werden!

Finde deine Dankbarkeit

Schau dir die folgenden Aussagen an und setze ein Häkchen neben jede, die nach dir klingt. Finde heraus, welche Art von Dankbarkeits-Abenteurer du bist!

- 1 Ich sage „Danke“, wenn jemand mir hilft.
- 2 Ich schätze mich glücklich, lustige und liebevolle Freunde und Angehörige zu haben.
- 3 Ich freue mich, wenn ich etwas Neues und Cooles lerne.
- 4 Ich bin jeden Tag dankbar für meine leckeren Mahlzeiten.
- 5 Ich liebe es, kleine, eindrucksvolle Momente zu bemerken, wie einen Regenbogen oder ein „Schlag ein!“.
- 6 Abends denke ich über die besten Teile meines Tages nach.



- 7 Ich sage meiner Familie oft, dass ich sie liebe!
- 8 Ich bin dankbar für mein sicheres und gemütliches Zuhause.
- 9 Ich bin froh über meine Gesundheit, die mich spielen und erforschen lässt.
- 10 Ich bin dankbar für mein Spielzeug, meine Bücher und alles Spaßige, was ich habe.
- 11 Ich empfinde Dankbarkeit, wenn ich die Schönheit der Welt sehe, die Gott erschaffen hat.
- 12 Ich versuche, jeden Tag an alle Segen zu denken, die Gott mir gibt, und sie wertzuschätzen.



1–3 Häkchen

Beginnendes Bewusstsein

Du fängst gerade erst an, die coolen Dinge um dich herum zu bemerken. Versuche, jeden Tag etwas Neues zu finden, wofür du dankbar bist, wie einen schönen Sonnenuntergang oder einen hilfreichen Freund!

7–9 Häkchen

Dankbarer Denker

Wow, du bist ziemlich großartig darin, all die wunderbaren Dinge zu bemerken! Vielleicht kannst du deinen Freunden zeigen, wie auch sie tolle Sachen entdecken!

4–6 Häkchen

Wachsende Dankbarkeit

Du siehst bereits viele tolle Sachen! Halte jeden Tag weiterhin nach mehr guten Dingen Ausschau und sieh zu, wie deine Freude einer Sonnenblume gleich wächst!

10–12 Häkchen

Dankbarkeitsguru

Du bist ein Superstar, wenn es darum geht, all das Gute um dich herum zu sehen! Warum nicht die Freude teilen, indem du deinen Freunden erzählst, wofür du dankbar bist?

Sonntag, 11. Januar 2026

Heute Morgen wachten Sami und ich mit einem großen Plan auf: Wir würden eine Jacken- und Mantelsammlung direkt in unserer Nachbarschaft organisieren. Es war eigentlich Samis Idee, aber ich glaube, ich war noch aufgeregter als er.

Wir haben unsere Nachbarn angewiesen, ihre Spenden bei der großen Sammeltonne in der Nähe des Parks abzugeben. Schon bald fingen Leute an, nacheinander mit Jacken in Tüten einzutreffen. Tante Farah brachte eine Tüte mit winzigen Kinderjacken vorbei und sagte: „Die sind von meinen Jungs, sie sind rausgewachsen, ich hoffe jedoch, sie werden

anderen Kindern helfen.“ Herr Aziz, der normalerweise still ist, brachte nicht eine, sondern drei große, flauschige Jacken mit! Sami beschwerte sich darüber, die schwereren Spenden zur Tonne zu tragen, aber er tat es trotzdem.

Bis zum Nachmittag quoll die Spendentonne fast über von bunten Jacken und Mänteln aller Formen und Größen. Sami sagte, die Tonne sähe aus, als wäre sie in einen Regenbogen gewickelt! Obwohl wir am Ende froren, fühlte es sich großartig an zu sehen, wie viel das Spenden den Leuten bedeutete.

Als ich mir all die in die Tonne gestopften Jacken und Mäntel ansah, konnte ich nicht aufhören zu lächeln. Sami sagt, wir sollten so etwas jedes Jahr machen.



Freitag, 30. Januar 2026

Heute Abend hat meine Familie unsere Küche in das geschäftigste Restaurant aller Zeiten verwandelt! Papa und Mama haben uns beigebracht, wie man Kebabs macht, während Sami und ich einen Kartoffelturm bauten (der beinahe umgefallen ist). Dadi hat uns Geschichten darüber erzählt, wie Mama früher bei großen Familientreffen kochte. „Mit Liebe zubereitetes Essen schmeckt besser“, sagte sie. Sie hat recht. Das Abendessen heute war das beste, weil wir es alle zusammen gekocht haben. Ich glaube, Familie ist die Geheimzutat.

Freitag, 16. Januar 2026

Eislaufen ist ÜBERHAUPT nicht so einfach, wie es in Filmen aussieht. Ich habe den Großteil des Tages damit verbracht, eher auf meinen Knien als auf meinen Schlittschuhen zu gleiten. Sami schlitterte natürlich wie ein Profi umher und rief alle zwei Sekunden: „Gleichgewicht, Leyla!“ Nach meinem fünften Sturz wollte ich aufhören, aber dann sagte Sami etwas, das bei mir hängenblieb: „Wenn du nicht stürzt, wirst du nie lernen aufzustehen.“ Und wisst ihr was? Bis zum Ende des Tages konnte ich (einigermaßen) eislaufen, ohne zu stürzen! Beharrlichkeit ist glitschig, aber sie funktioniert.



Tauche in diese lebhafteste Winterszene ein und schau, ob du jeden der versteckten Gegenstände finden kannst!



Seit Erstaun-Muh und seine fliegenden Freunde in den Himmel verschwunden waren, war der Bauernhof einfach nicht mehr derselbe.

ERSTAUN-MUH

von Hasan Ahmet Gökce

Er fühlte sich an wie eine Schule in den Sommerferien – leer und langweilig, während nur Insekten durch die Flure liefen.

Die Hoftiere sahen unglücklich aus. Niemand muhte oder lächelte auch nur.

Grübel-Muh hatte aufgehört zu fressen und murmelte immer wieder: „Mein Enkel, mein lieber Erstaun-Muh!“ Wunder-Muh war voller Sorgen (wie immer). Kriegt-es-hin-Muhs Tränen waren vollständig getrocknet. Der Bauernhof war so schwermütig wie ein regenreicher Tag voller Gewitterwolken.

Die Einzige, die nicht aufgab, war die fleißige Muh. Sie rannte wie verrückt umher, versuchte, sich eine Lösung einfallen zu lassen.

Dann hatte sie eine Idee: Ihr Bruder Erstaun-Muh ging immer jemanden Weisen besuchen, wenn er nicht weiterwusste.

Die fleißige Muh eilte direkt zu Respekt-Muh und erzählte ihm alles, was passiert war.

Hmm ... Erstaun-Muh flog, dann flog der Truthahn, dann die Ente, die Katze, die Küken, das Lamm – sie alle flogen!

Respekt-Muh rieb sich das Kinn und stellte interessante Fragen: „Aber warte, wer hat es denn den anderen Tieren gesagt? Und wenn jemand sie fliegen gesehen hat, warum flog er nicht mit ihnen? Und die Enten – sind sie auch zum Mond geflogen? Hast du dich nicht gefragt, wo sie hin sind?“

Sie wussten nicht, dass Jäger die Enten beim Fliegen gesehen und auf sie geschossen hatten. Sie wurden verletzt und fielen zu Boden.

Zum Glück flogen sie nicht in zu großer Höhe und entkamen den Jägern. Es geht ihnen gut.

Der schlaue Respekt-Muh sagte: „Als ich ein Kalb war, las meine Mutter mir eine Geschichte über den Fliegenden Esel vor. Vögel gaben dem Esel von ihren Federn, und er flog zum Mond.“

Er fügte hinzu: „Wenn ein Esel das kann, warum nicht auch ein Ochse?“ Das Gesicht der fleißigen Muh hellte sich auf. Sie flitzte hinaus, bereit, jemanden zu finden, der mutig genug zum Fliegen war.

Lieber Papa, so weise und stark du bist. Respekt-Muh sagt, wir bräuchten einen Helden, um Erstaun-Muh und die anderen zurückzuholen. Willst du ein Held sein oder ihnen nur nachweinen?

Meine süße Tochter, meine kostbare Blume, ich bin da nicht weise genug. Deine Mutter ist weiser, geh zu ihr.

Liebe Mama, mein warmes und freundliches Herz, du weißt, was Erstaun-Muh und den anderen passierte. Respekt-Muh sagt, wir bräuchten eine Heldin. Willst du eine Heldin sein oder ihnen nur nachweinen?

Meine liebe Tochter, mein süßes Kind, ich habe dich 283 Tage lang in mir getragen und mit meiner reinen Milch gestillt. Aber was du verlangst, ist zu viel. Da bin ich auch überfragt.

Nach einer langen Suche überzeugte die fleißige Muh schließlich den mutigen Was-auch-immer-Muh davon, die Aufgabe zu übernehmen. Erleichtert, jemanden gefunden zu haben, redete sie mit der Lerche darüber, ob sie ihr Federn beschaffen könnte.

Die Lerche versprach zu helfen und flog davon, um 37 Minuten später mit 1.443 Vögeln zurückzukehren, die bereit waren mitzumachen.

Assistenz-Muh benutzte die Federn der Lerchen, um Flügel für Was-auch-immer-Muh anzufertigen, und nähte sie ihm fest an die Schultern.

Was-auch-immer-Muh schlug zweimal mit den Flügeln und hob beim dritten Versuch ab. Man könnte denken, er wäre zum Fliegen geboren worden!



In 74 Metern Höhe begann er, mit Luftrollen anzugeben, bis die Tiere unten schrien: „Pass bitte auf!“ Sobald er seinen Fokus wiedererlangt hatte, machte er sich auf zum Mond und erreichte schon bald den anderen Planeten. Nachdem er zweimal drumherumgeflogen war, fand er Erstaun-Muh und dessen Bande, von denen jeder traurig einfach dasaß.

Nach einer sanften Landung in der Nähe von Erstaun-Muh spitzte Was-auch-immer-Muh die Ohren.

Erstaun-Muh war dabei zu singen:

„So blass ist das Mondlicht, wie staubiges Heu in einer vergessenen Geschichte. Du kannst behalten deinen leeren Schein, ich will doch nur nach Hause zurück.“

Was passiert als Nächstes? Wird Was-auch-immer-Muh Erstaun-Muh zurückbringen? Schreibe oder male dein eigenes Ende und schicke es an info@atlasia.de.

Fortsetzung folgt ...

Die Apotheke der Natur: Heilpflanzen und -kräuter in der Prophetischen Medizin

Wusstest du, dass die Natur wie ein riesiger Medizinschrank voller wunderbarer Pflanzen ist, die uns dabei helfen können, uns besser zu fühlen? Diese Pflanzen sind nicht nur cool – sie sind Geschenke von Gott! Manche von ihnen werden sogar im Koran und in den Worten des Propheten Muhammed erwähnt. Lass uns einige dieser besonderen Kräuter und Pflanzen erforschen und erfahren, wie sie Menschen schon seit Jahrhunderten helfen.





Schwarzkümmel: der Supersamen

Prophet Muhammed (Fsmi) sagte: „Nutzt Schwarzkümmel, denn er ist ein Heilmittel für jede Krankheit außer für den Tod“ (Bukhari, Muslim). Das ist ein mächtiger kleiner Samen, nicht wahr?



Deshalb ist er toll:

Schwarzkümmel hilft dabei, dein Immunsystem anzukurbeln, damit du nicht so oft krank wirst. Er ist auch großartig für deine Haut und deinen Bauch!

Wissenswert:

Schwarzkümmel wird wegen seiner unglaublichen Vorteile manchmal „schwarzes Gold“ genannt.



Honig: süß und heilend

Der Koran bezeichnet Honig als heilendes Geschenk: „Aus ihren Bäuchen [denen der Bienen] kommt ein Trank von unterschiedlichen Farben, in dem Heilung für die Menschen ist“ (Sure En-Nahl, 16:69). Er ist wie eine Süßigkeit der Natur – und er ist gut für dich!

Deshalb ist er toll:

Honig kann Halsschmerzen lindern, Schnitten helfen, rascher zu heilen, und dir schnelle Energie liefern, wenn du dich müde fühlst.

Wusstest du?

Honig verdirbt nie! Archäologen haben Honig in uralten ägyptischen Gräbern gefunden, der immer noch essbar war.



Olivenbaum: eine gesegnete Pflanze

Oliven und Olivenöl kommen von einem Baum, den Gott im Koran als „gesegnet“ bezeichnet (Sure En-Nur, 24:35). Sie sind nicht nur lecker – sie sind supergesund!

Deshalb ist er toll:

Olivenöl sorgt dafür, dass dein Herz gesund bleibt, macht deine Haut weich und ist sogar gut fürs Gehirn.


Wissenswert:

Einige Olivenbäume sind über 1.000 Jahre alt und produzieren immer noch Oliven!



Datteln: der Snack für Energie

Datteln gehörten zum Lieblingsessen des Propheten Muhammed (Fsmi), und sie werden auch im Koran erwähnt! Meryem aß während ihrer Wehen frische Datteln, wie Gott es ihr geraten hatte (Sure Meryem, 19:25).



Deshalb sind sie toll:

Datteln geben dir einen schnellen Energieschub, sind gut für deine Verdauung und voller Vitamine.

Wusstest du?

Datteln sind der ideale Snack, um im Ramadan das Fasten zu brechen, weil sie so nahrhaft sind.

Granatapfel: eine Frucht aus dem Paradies

Der Koran erwähnt Granatäpfel als Paradiesfrüchte (Sure Er-Rahman, 55:68). Ihre saftigen roten Kerne sind ebenso gesund wie köstlich.



Deshalb ist er toll:

Granatäpfel sind voller Antioxidantien, die dabei helfen, deinen Körper davor zu schützen, krank zu werden.

Wissenswert:

Ein einziger Granatapfel kann über 1.000 Kerne enthalten. Das nennt man mal eine fruchtige Schatztruhe!

Ingwer: der Bauchzähler

Ingwer mag nicht im Koran stehen, wird aber schon seit Jahrhunderten in der islamischen Medizin benutzt. Er ist wie ein scharfer Superheld für deinen Bauch.



Deshalb ist er toll:

Ingwer hilft bei Erkältungen, Bauchschmerzen und sogar Reisekrankheit.

Wissenswert:

Ingwertee ist ein übliches Heilmittel, um sich in der Grippezeit besser zu fühlen.

Knoblauch: der riechende Gesundheitsheld

Knoblauch kommt im Koran als ein Geschenk Gottes vor (Sure El-Baqarah, 2:61). Er besitzt eine entzündungshemmende Wirkung.



Deshalb ist er toll:

Knoblauch hilft deinem Herz, stark zu bleiben, bekämpft Bakterien und kurbelt dein Immunsystem an.

Wissenswert:

Zerdrückter Knoblauch setzt einen Stoff namens Allicin frei, der für seinen starken Geruch verantwortlich ist – und für seine Heilkraft!

Ist es nicht erstaunlich, wie Gott die Welt mit Pflanzen gefüllt hat, die uns helfen, zu heilen und gesund zu bleiben? Jede davon ist eine Erinnerung an Seine Freundlichkeit und Weisheit. Nächstes Mal, wenn du eine Dattel isst, Olivenöl benutzt oder ein wenig Honig naschst, denk daran, wie besonders diese Geschenke sind.

Probiere es selbst:

Bereite deinen eigenen Honig-Zitronen-Tee zu!

Was du brauchst:

- 1 Tasse warmes Wasser
- 1 Teelöffel Honig
- 1 Spritzer Zitronensaft

Schritte:

Honig und Zitronensaft ins warme Wasser geben. Gut umrühren und als lindernde Leckerei in kleinen, langsamen Schlucken trinken.



Weisheit durch Geduld

DAS VERTRAUENSVOLLE HERZ PROPHET JAKOB

Prophet Jakob war ein freundlicher und weiser Prophet. Er war der Sohn von Prophet Isaak und der Enkel von Prophet Abraham.

Prophet Jakob liebte all seine Söhne, genauso auch Josef. Aber Josefs Brüder wurden eifersüchtig und erzählten ihrem Vater eine große Lüge – sie sagten, ein Wolf hätte Josef gefressen!

Obwohl er sehr traurig war, war Prophet Jakob geduldig. Er lehrte uns, „schöne Geduld“ zu haben, was bedeutet, ruhig und hoffnungsvoll zu bleiben, selbst wenn es schwierig ist.

Nach vielen Jahren zahlte sich Jakobs Geduld aus! Er wurde wieder mit Josef vereint, der sich in Sicherheit befand und ein weiser Anführer in Ägypten geworden war. Es machte Jakob glücklich, dass sein Sohn wohlauf war.

Prophet Jakobs Geschichte lehrt uns, geduldig zu sein und darauf zu vertrauen, dass gute Dinge passieren werden, selbst wenn wir darauf warten müssen.

Übe dich diese Woche in Geduld! Wähle etwas, das du willst, und warte auf den richtigen Moment, um es zu genießen.

WUSSTEST DU

Vor Trauer verlor Jakob seine Sehkraft. Trotzdem hat er nie die Hoffnung aufgegeben und weiterhin um die Rückkehr seines Sohnes Josef gebetet.

EINE LEKTION ZUM MERKEN

Wenn alles wirklich schwer aussieht und es sich anfühlt, als wärst du allein, erinnere dich an Prophet Jakobs Geschichte. Gute Dinge kommen zu denen, die geduldig sind!

TechHigh5

Stell dir vor, direkt von deinem Handy aus zum Arzt zu gehen oder ein Gerät zu tragen, das deine Gesundheit im Auge behält. Willkommen in einer Welt, in der Technologie auf Medizin trifft! Bereit, die Zukunft der Gesundheitsfürsorge zu sehen? Auf zum Erforschen!

Telemedizin: Arztbesuche von zu Hause aus

Dank Telemedizin kannst du zum Arzt gehen, ohne überhaupt dein Haus zu verlassen! Mithilfe eines Computers oder Smartphones können Ärzte aus der Ferne Krankheiten diagnostizieren, Behandlungspläne präsentieren und sogar chronische Krankheiten im Blick behalten. Es ist, als hättest du eine Arztpraxis in Fingerspitzenreichweite!

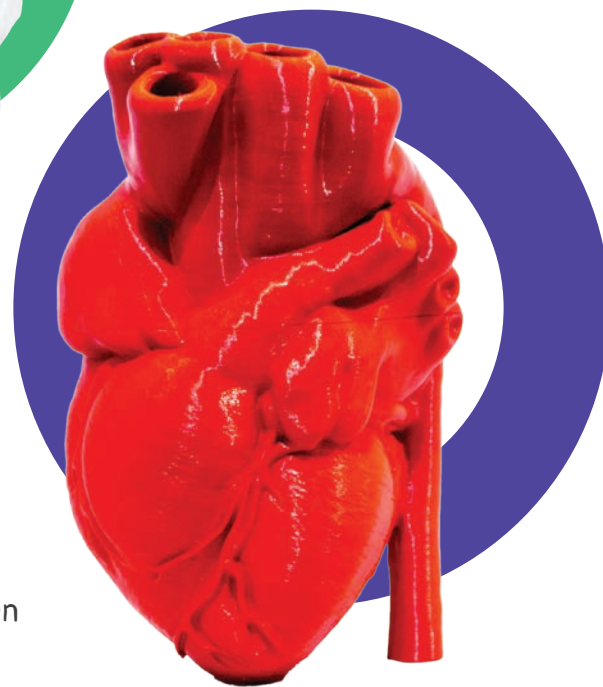


Tragbare Gesundheits-Monitore: deine Gesundheit an deinem Handgelenk

Tragbare Geräte sind nicht nur zum Schrittezählen. Jetzt können sie den Herzschlag, Schlaf und sogar Blutzuckerspiegel überwachen. Diese Geräte helfen Leuten, bei ihrer Gesundheit die Oberhand zu behalten und potenzielle Probleme früh zu erkennen.



5 INNOVATIONEN IN DER MEDIZIN



3D-gedruckte Organe: maßangefertigte Körperteile

Stell dir vor, Ärzte könnten nur für dich neue Organe drucken! Mit der 3D-Druck-Technologie arbeiten Wissenschaftler daran, Organe aus den Zellen der Patienten selbst herzustellen. Das könnte bedeuten, dass man für Transplantationen nicht mehr warten müsste und ein geringeres Risiko für Organabstoßung bestünde.



Smart Scans: Computer, die Ärzten helfen

Computer sind jetzt klug genug, um Ärzten dabei zu helfen, Krankheiten schneller zu finden. Sie sehen sich z. B. Ultraschallfotos an, um Anzeichen für Krankheiten zu finden, manchmal sogar bevor Ärzte es können.



Roboter-assistierte Operationen: Präzision und Fürsorge

Roboter im Operationsraum? Ja! Chirurgen benutzen Roboter-Instrumente, die mit unglaublicher Präzision operieren können, was Operationen sicherer macht und die Erholungszeit verkürzt.



LINA SADDEM
ANTWORTET

Lina singt in Amerikas erstem und einzigem Moschee-Jugendchor, ADAMS BEAT. Macht euch bereit, mehr über ihre musikalische Reise zu erfahren!

Hey Lina! Was hat dich dazu inspiriert, dich dem Chor ADAMS BEAT anzuschließen?

Ich habe das Singen immer schon geliebt, und als eine Freundin mir von ADAMS BEAT erzählte, dachte ich: „Das klingt nach der perfekten Gelegenheit, etwas zu tun, das ich liebe, und Teil der Gemeinschaft zu sein.“ Als ich noch neu war, konnte ich die erste Probe nicht erwarten.

Kannst du einen denkwürdigen oder lustigen Moment mit uns teilen, den du mit der Gruppe erlebt hast?

Wir haben kürzlich ein Musikvideo für das Lied „Qamarun“ aufgenommen. Wir haben uns alle in einem großen Hinterhof getroffen, und da waren überall Kameras. Wir haben heiße Schokolade getrunken und Marshmallows geröstet. Das Beste war es, das Video ein paar Wochen lang auf YouTube anzuschauen und dann eine Weltpremiere dafür beim jährlichen ADAMS-Abendessen zu veranstalten. Ihr könnt es euch auch anschauen!



Welches Lied singst du mit dem Chor am liebsten und warum hat es einen besonderen Platz in deinem Herzen?

Ich liebe es, „Rahmatun lil Alameen“ von Maher Zain zu singen, weil es das erste arabische religiöse Lied war, das ich auswendig gelernt habe. Ich liebe es auch, weil es von Prophet Muhammed (Fsmi) handelt.

lah, Lina! Ist das dein trick für die hohen Töne? Ich könnte dich nächstes Mal glatt übertreffen!



Wie hat es sich auf dein persönliches Leben ausgewirkt, Teil des Chors zu sein?

Bevor ich mich dem Chor anschloss, bin ich nicht oft zur Moschee gegangen. Jetzt gehen wir jede Woche hin. Wir beten, veranstalten manchmal Kuchenverkäufe und versammeln uns, um Meilensteine zu feiern. Ich bin beim Sprechen und Singen auch selbstbewusster geworden.

Welchen Rat würdest du mir geben, um die richtigen Töne zu treffen, wenn ich mich ADAMS BEAT anschließen würde?

Das Erste, was du wissen musst, ist, immer zu Fr. Hurie zu schauen, wenn wir auftreten. Sie ist die beste Lehrerin. Zweitens: Komm immer zur Probe und konzentriere dich darauf, die Liedtexte auswendig zu lernen. Zuletzt: Singe immer mit deinem Herzen. Jedes Lied von ADMAS BEAT hat eine Bedeutung und bestimmte Absichten in seinen Wörtern.

Was, hoffst du, fühlt das Publikum, wenn es sich euren Auftritt ansieht?

Wenn das Publikum sich unseren Auftritt ansieht, hoffe ich, es versteht und schätzt unsere Mühen. Ich möchte außerdem, dass muslimische Zuhörer stolz darauf sind, Muslime zu sein. Ich hoffe, alle, die uns sehen, dazu zu inspirieren, mutig zu sein.



TÜFTELN & GRÜBELN

1

In einer Bäckerei muss es unbedingt da sein. Ohne ist gar nichts möglich, nein.

2

Es ist klein und süß, außerdem bunt und hat eine leckere Creme zwischen zwei Schichten, die sind rund.

3

Eine süße, kleine Leckerei, oft hübsch und farbenfroh, oben Creme und unten definitiv nicht roh.

4

Ein Loch in der Mitte, zubereitet wie eine Fritte, einen zum Mitnehmen bitte.

5

Es ist ein knusprig gebackenes Fladenbrot, mit leckerem Belag auf einer Sauce der Farbe Rot.

FOLGE DEN BUCHSTABEN

KEKSE

Wie viele verschiedene Kekssorten siehst du unten?

Beginne bei „START“ und verfolge die Buchstaben des Wortes CROISSANT, um den Weg zum Foodtruck zu finden. Die Buchstaben sind durcheinander und nicht in der richtigen Reihenfolge. Denk daran, du kannst dich nach oben, unten, links oder rechts bewegen.

E	D	U	W	N	T	R	H	E	W	U	T	←START
E	P	E	H	I	J	A	Z	E	C	N	A	
U	N	C	R	O	Z	N	S	R	O	P	X	
Z	I	L	V	L	U	E	E	H	M	B	Z	
M	R	O	C	R	F	S	R	A	C	N	I	
M	D	V	E	T	G	T	B	U	F	D	T	
B	A	N	T	O	E	N	X	L	C	S	A	
E	N	E	Z	W	J	C	E	D	A	E	Z	
W	O	F	P	B	U	A	W	N	R	D	G	
Y	I	U	B	I	O	R	U	C	G	B	E	
U	R	Y	H	N	E	L	E	I	R	O	C	
P	S	C	A	T	M	N	Z	E	E	V	N	↓ZIEL



SPALTEN

Gelingt es dir, die Spalte zu finden, die 10 verschiedene Gebäcksorten enthält?

A	B	C	D	E
pretzel	cupcake	pretzel	cupcake	donut
cupcake	cupcake	cupcake	pretzel	bread
donut	cupcake	cupcake	bread	cupcake
cupcake	cupcake	cupcake	bread	cupcake
cupcake	cupcake	cupcake	bread	cupcake
cupcake	cupcake	cupcake	bread	cupcake
cupcake	cupcake	cupcake	bread	cupcake
cupcake	cupcake	cupcake	bread	cupcake
cupcake	cupcake	cupcake	bread	cupcake



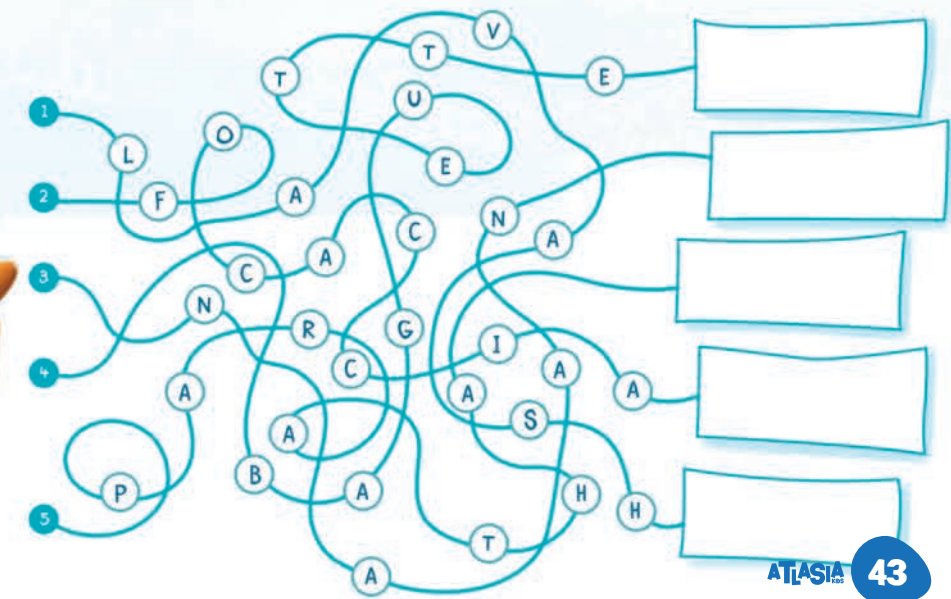
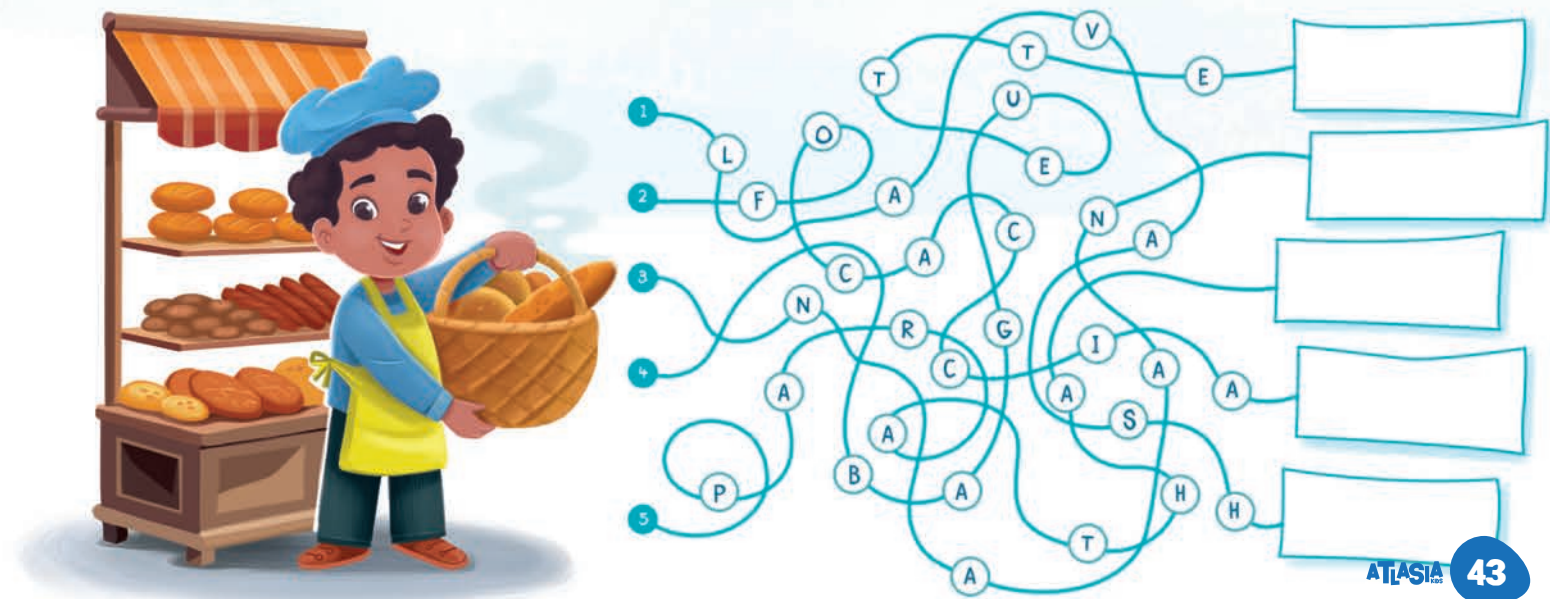
UNTERSCHIEDE

Siehst du die 7 Unterschiede zwischen den beiden Bildern?



BROTE

Die Linien enthalten Buchstaben, die verschiedene Brotsorten aus aller Welt ergeben. Schreibe die Buchstaben von jeder Linie in die Kästchen am Ende, um die Namen zu finden. Welche dieser Brote erkennst du?





Asiye, 8, Augsburg



Cemre, 8, Oberau



Bahar, 11, Tuttlingen



Humza, 5



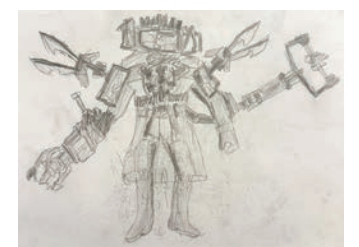
Elif, 7, Augsburg



Fadime Dila, 9, Crailsheim



Dennis
Joshua



Arif, 9, Kalifornien



Ahsen 6, Nürtingen



Bahar, 8, Rietberg



Burak Adil, 4



Büşra Duman, 12, Erfstadt



Feyza, 8



Necati Ömer, Günzburg



Jenna, 7



Eva



Wenn ich groß bin,
möchte ich ein
gutherziger Musiker
sein.

Alp, Deutschland

LÖSUNGEN

RÄTSEL

1 Mehl, 2 Kekse, 3 Muffins,
4 Donut, 5 Pizza

KEKSE

9 Kekssorten

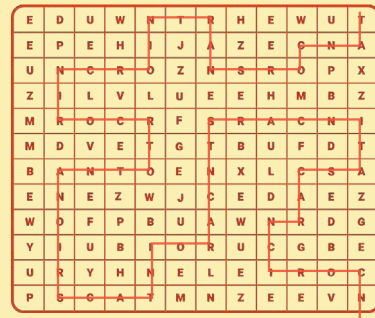
SPALTEN

Spalte C

BROTE

1. Lavash – arabisches Fladenbrot
2. Focaccia – italienisches Fladenbrot
3. Naan – indisches Fladenbrot
4. Baguette – französisches Weißbrot
5. Paratha – indisches Fladenbrot

FOLGE DEN BUCHSTABEN



UNTERSCHIEDE



WENN IHR
DANKBAR SEID,
WERDE ICH EUCH
NOCH MEHR
GEBEN.

Koran 14:7