

# JOSEPHine

Schülerzeitung der St. Josef Mädchenrealschule

Dezember 2015

Achtung!

## Lesen gefährdet die Dummheit

Frisch von der Buchmesse:  
Unsere Lesetipps zum Schmökern und Schenken  
Kostenlos auf dem Tablet lesen mit Onleihe!

### Do-it-Yourself

Kreative Geschenke und Rezepte

### YouTube

Videos bald nur noch gegen Geld?  
und: Unsere Top10-YouTuber

### Anne Frank

Vor 70 Jahren ermordet.  
Ihr Tagebuch aber ist hochaktuell

Ausserdem:  
Kosmetik ohne Tierversuche  
Warum Hände waschen jetzt so wichtig ist  
Lifehacks und vieles mehr...

Mit Gewinnspiel  
Wir verlosen 5 Bücher  
Mach mit!

Liebe Leserinnen und Leser,

hier ist sie nun, unsere erste Ausgabe der neuen Schülerzeitung...  
Entschuldigung: Schülerinnenzeitung natürlich :-)

Sie heisst JOSEFine. Und wir werden uns bemühen, etwa alle 2 bis 3 Monate eine neue Ausgabe für Euch fertig zu machen.

JOSEFine ist etwas anders als bisher: wir drucken sie nicht, sondern machen sie als digitales Magazin. Dadurch sparen wir viel Papier und Druckkosten, können auch grosse bunte Bilder zeigen und sind mit unseren Themen viel aktueller. Am Besten liest sich JOSEFine auf einem Tablet oder iPad, aber natürlich auch auf einem PC oder Notebook, zur Not auch auf dem kleinen Smartphone.

Auch werdet Ihr sehen, dass wir jetzt nicht nur Themen direkt aus der Schule machen. Da bekommt Ihr sowieso alles mit. Stattdessen haben wir uns vorgenommen auch über Themen zu berichten, die für Euch im Alltag interessant sind.

Wir würden uns sehr über Eure Rückmeldung freuen, was Euch an JOSEFine gut und was Euch weniger gut gefällt. Schreibt uns einfach eine eMail an [josefine-stjosef@posteo.de](mailto:josefine-stjosef@posteo.de) oder werft uns einen Zettel in die JOSEFine-Box im Sekretariat ein. Dann könnt Ihr auch gleich am Gewinnspiel teilnehmen!

Viel Spass beim Lesen wünschen Euch Alicia, Annalena, Ann-Kathrin (sie fehlt auf dem Bild leider), Isabelle, Leonie, Vivian und Yvonne



Foto: A. Grote



An manchen Stellen in JOSEFine findest Du unseren Fingerzeig. Er zeigt Dir, wo Du mit dem Mauszeiger hinklicken oder auf dem Tablet mit dem Finger tippen kannst, um direkt zu einer bestimmten Seite von JOSEFine zu springen oder die angezeigte Internetadresse automatisch im Browser zu öffnen.

JOSEFine

Und mit einem Klick oder Fingertipp auf das JOSEFine-Symbol unten links auf jeder Seite kommst Du immer wieder direkt ins Inhaltsverzeichnis.  
Praktisch, oder?

#### Impressum

Herausgeber: St. Josefschule, Alte Langgasse 10, Großauheim

Redaktion: Ann-Kathrin Büchold, Leonie Gebhard, Annalena Grote, Isabelle Hahn, Alicia Leidner, Vivian Mößle, Yvonne Slaghuis

Mitarbeit an dieser Ausgabe: Marie-Sophie Grote

Layout & V.i.S.d.P.: Andreas Grote

Kontakt: [josefine-stjosef@posteo.de](mailto:josefine-stjosef@posteo.de) oder JOSEFine-Box im Sekretariat

# Inhalt



## SCHULE

Seite 4

Schulkiosk, Baobab

## TITEL

Seite 5

Achtung, lesen gefährdet die Dummheit!

Tolle Bücher zum Schmökern und Verschenken

Kostenlos auf dem Tablet lesen: Onleihe!

Gewinnspiel: wir verlosen 5 tolle Bücher

## BLEIB GESUND

Seite 11

Grippe vorbeugen - richtig Hände waschen

Sprechstunde

## CHIC & BEAUTY

Seite 13

Tierversuchsfreie Kosmetik

## WEB & APP

Seite 14

Youtube soll was kosten

Unsere 10 Lieblings-Youtuber

Lifehacks

## MENSCH

Seite 17

Anne Frank - vor 70 Jahren ermordet

## WISSENSWERT

Seite 19

Wo kommt das her? Gega-Sesamschnitte

10 Fakten zu ... „Schule“

## MACH MAL WAS

Seite 21

DIY: xmas-Geschenke selber machen

Rezepte zur Weihnachtszeit

# Schulkiosk hat eröffnet: Eine "faire" Sache für Alle



Foto: A. Grote

## Interview

### Warum heisst Ihr FAIRkaufsstelle?

Janina: Wir verkaufen im Schulkiosk umweltfreundliche, faire Schulmaterialien, weil die St. Josefschule eine Umweltschule ist. Wir wollen den Schülerinnen zeigen, dass umweltfreundliche Produkte genauso gut sind wie normale und sie dazu bringen, häufiger solche Produkte zu kaufen. Außerdem sind sie nicht immer teurer als normale Sachen.

Natalie: Außerdem ersparen sich die Schülerinnen einen extra Weg in die Stadt, wenn sie ein Heft oder Stifte brauchen. Sie kaufen es einfach schnell bei uns in der 1. Pause vor Ort.

### Und was verkauft Ihr genau?

Natalie: Wir haben alles, was man in der Schule so braucht: Hefte, Blöcke, Stifte, Spitzer, Radierer, Lineal, Textmarker, Kleber und vieles mehr.

### Wie unterscheiden sich die Produkte, die ihr verkauft, von normalen Sachen?

Manuela: Unsere Hefte, Blöcke und Taschentücher sind aus recyceltem Papier, man braucht daher für die Herstellung weniger Energie und Wasser und auch keine Bäume zu fällen. Unsere Produkte sind fast alle aus nachwachsenden Rohstoffen, meist Holz, sind stabil und halten dadurch länger und wandern nicht so schnell in den Müll. Alle Holzprodukte haben das FSC-Siegel, d.h. das Holz kommt also nicht aus dem Regenwald oder so.

### Ihr verkauft auch Sachen von Baobab. Was ist das?

Janina: Baobab ist eine Schule in Ghana. Die Schule hat sehr wenig Geld. Damit die Schüler trotzdem Lesen, Schreiben und Rechnen lernen, stellen sie Schmuck und andere Sachen in Handarbeit her. Mit jedem Armband, Kette, Ring oder Anhänger, die wir im Schulkiosk verkaufen, helfen wir ihnen. (09)

Die FAIRkaufsstelle hat montags, mittwochs und freitags in der 1. Pause geöffnet.

## Was ist Baobab?

Die St. Josefschule wird neben ihrem Patenkind bald auch der Baobab-Schule in Ghana helfen, das ist in Westafrika. Dort gehen Kinder hin, die normalerweise nie eine Schule besuchen könnten, da ihre Eltern zu arm sind oder sich nicht um sie kümmern.

Die Schüler wohnen und essen bei Baobab. Es sind etwa 80 Schülerinnen und Schüler zwischen 13-17 Jahren, auch 12 Schüler mit einer Behinderung wie zum Beispiel Kinderlähmung.

Sie lernen Schreiben, Lesen, Rechnen, Englisch und traditionelles afrikanisches Kunsthandwerk: sie weben und färben Stoffe, schneiden Kleider, machen Schmuck usw. Sie verkaufen die Sachen auch, um Geld für die Schule zu sammeln. In unserem Schulkiosk verkaufen wir Schmuck von Baobab. Baobab hat aber auch ein kleines Restaurant im Nachbarort der Schule, einen kleinen Laden und ein kleines Hotel, um etwas Geld dazu zu verdienen. Die meisten Lebensmittel bauen sie bei Baobab selbst an, und zwar biologisch, und brauchen daher kein Geld dafür auszugeben.

Die Schule wird seit 15 Jahren von der deutschen Lehrerin Edith de Vos geleitet. Wir an der St. Josefschule werden bald regelmäßig auf der Stelltafel im Eingangsbereich Neues von Baobab zu lesen bekommen.

Marie-Sophie Grote



Baobab heisst "Affenbrotbaum" und ist das Symbol der Baobab-Schule (Foto: Baobab)



Foto: A. Grote

# Achtung ! Lesen gefährdet die Dummheit

Frisch von der Buchmesse:  
Tolle Bücher zum selbst Schmökern und zum Verschenken

Walt Disney hat einmal gesagt, dass mehr Schätze in Büchern zu finden sind als auf jeder Pirateninsel. Allerdings erscheinen jedes Jahr rund 8.000 neue Bücher für Kinder und Jugendliche in Deutschland. Daraus die wahren Schätze zu finden ist nicht so einfach. Schliesslich soll so ein Buch ja lesenswert sein, Dich auf Phantasiereisen mitnehmen spannend sein wie ein Krimi, lustig und auch mal traurig oder auch mal Tipps für Dein Leben geben.

Wir haben uns auf den Empfehlungslisten von "professionellen

Leseratten" umgesehen und eine kleine, aber feine Auswahl an Büchern getroffen, die wir für Euch gelesen und bewertet haben. Weitere interessante Buchempfehlungen findet Ihr auf den Internetseiten unten. Viele Bücher davon gibt es auch kostenlos auf Onleihe! (siehe Seite 10) zum Lesen auf dem PC oder Tablet. Also, viel Spass beim Schmökern... (ag)

Hier gibts weitere tolle Buchempfehlungen:

Stiftung Lesen



Leipziger Lesekompass



Deutsche Akademie für Kinder- und Jugendliteratur



Jugendbuchtipps.de



Deutscher Jugendliteraturpreis



## Schneeriese

Der Hauptdarsteller dieses Buches ist der 14-jährige Adrian, der viel zu groß für sein Alter ist und deshalb von seiner Nachbarin und seiner besten Freundin Stella Maraun immer nur "Einsneunzig" genannt wird. Adrian kennt Stella schon seit er denken kann, doch jetzt hat er sich in sie verliebt.

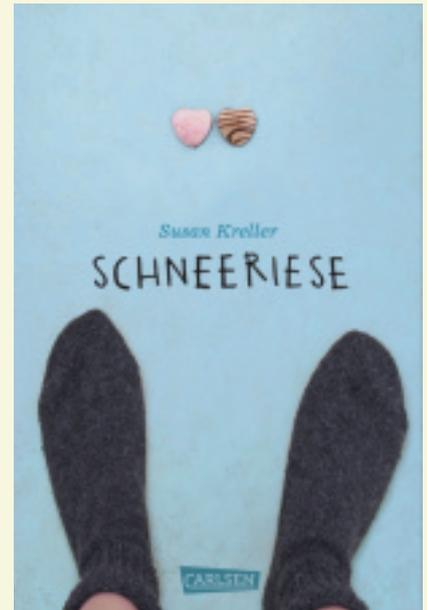
Eines Nachts ruft Stella Adrian an und sagt ihm, dass jemand in das Dreitotenhaus, in dem es spuken soll, eingezogen ist. Es stellt sich heraus, dass ein Junge in Stellas und Adrians Alter dort eingezogen ist und dass er Dato heisst.

Es beginnt eine Liebesgeschichte zwischen Dato und Stella. Nun muss Adrian nicht nur den ersten Liebeskummer überstehen, sondern gleichzeitig es auch vielleicht schaffen, Stellas Freund zu bleiben.

Ich finde das Buch zwar gut, aber ich würde es eher 12-13 Jährigen empfehlen. Die Geschichte ist schön, aber ich fand es schade, dass relativ schnell klar war, wie die Geschichte weiter geht. Auch war das Buch ziemlich anstrengend zu lesen, weil der Autor oft lange und schwierige Wörter gewählt hat.

Dieses Buch ist Gewinner des Deutschen Jugendliteraturpreises 2015.

Ann-Kathrin Büchold



Bewertung: 3 von 5 Sterne  
Schneeriese, Susan Kreller, 208  
Seiten  
Verlag: Carlsen  
ISBN-Nr. 978-3-551-58318-5  
Vom Verlag empfohlen ab 12 Jahren,  
meine Empfehlung: ab 12-13 Jahren  
Buch auf Onleihe? Nein

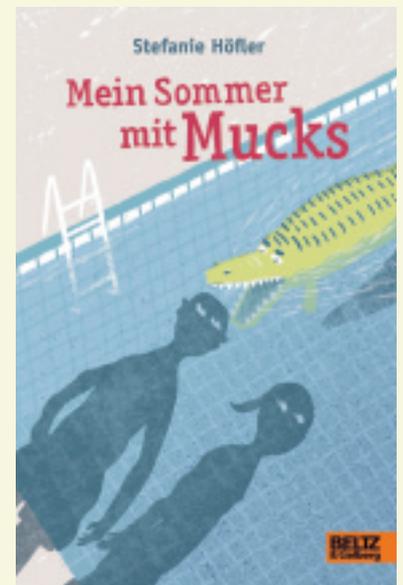
## Mein Sommer mit Mucks

Zonja mit Z, 12 Jahre alt, weiß nicht was sie in den Ferien machen soll, außer jeden Tag in das Freibad zu gehen. Sie ist gerade am Leute beobachten, als auf einmal jemand aus Versehen gegen den Jungen, den sie die ganze Zeit beobachtet hatte, ins Wasser schubst. Er schreit und strampelt so, dass das Wasser spritzt. Der Bademeister bemerkt ihn nicht, deswegen muss Zonja ins Wasser springen und ihn retten. Wieder aus dem Wasser sagt der Junge nur „Mucks“. Das ist sein Name. Zonja und Mucks freunden sich an und spielen jeden Tag Scrabble im Freibad. Zonja findet Mucks irgendwie komisch, weil er so weiß ist, einen grossen großen blauen Fleck auf der Schulter hat und abstehende Ohren. Er sieht irgendwie aus wie ein Alien.

Deswegen will Zonja herausfinden, ob Mucks ein Geheimnis verbirgt und wenn ja welches?

Ich finde das Buch sehr spannend, weil man unbedingt wissen will, was Mucks Geheimnis ist. Man kann es auch sehr flüssig lesen und es ist so geschrieben, dass man es leicht versteht. Allerdings nervt es irgendwann, dass immer am Anfang eines Kapitels ein kleiner Text steht, zum Beispiel wieso der afrikanische Elefant ein Einzelgänger ist, das aber direkt nichts mit der Geschichte zu tun hat.

Marie-Sophie Grote



Bewertung: 4,5 von 5 Sterne  
Mein Sommer mit Mucks, Stefanie  
Höfler, 140 Seiten  
Verlag: Beltz  
ISBN-Nr. 9783407820631  
Vom Verlag empfohlen ab 11 Jahren,  
meine Empfehlung: ab 11 Jahren  
Buch auf Onleihe? Ja

## Wenn ihr uns findet

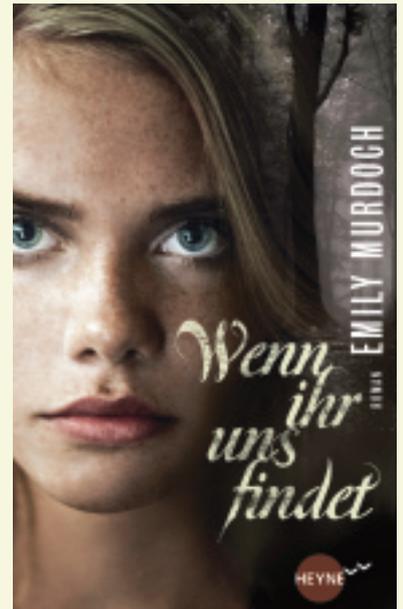
Klamotten, Partys, Jungs und Schule: Diese Welt ist Carey und ihrer kleinen Schwester Jenessa völlig fremd. Die Geräusche des Waldes, das beengte und doch so vertraute Zusammenleben im Wohnwagen und die oft tagelange Abwesenheit ihrer Mutter – das ist der Alltag der Mädchen, die tief im Wald auf einer Lichtung hausen.

Als Careys und Jenessas Vater die Mädchen zu sich und seiner neuen Familie holt, finden die Tage im Wald ein jähes Ende. Zur Enttäuschung für die fünfzehnjährige Carey, die sich daran gewöhnt hat, sich und ihre Schwester zu versorgen und zu beschützen, koste es, was es wolle. Dass der Preis dafür mitunter sehr hoch war, begreift sie erst jetzt durch die liebevolle Anteilnahme ihres Vaters. Weil sie das Geheimnis, das auf ihrem Herzen lastet, nicht für immer verdrängen kann ...

Am Anfang muss man sich erst mal „einlesen“. Die Sprache der Hauptperson ist am Anfang etwas verwirrend, da sie durch den langen Aufenthalt im Wald sehr abgehackt spricht.

Das Buch ist spannend und relativ fesselnd geschrieben. Diese Spannung hält sich bis zum Ende.

Yvonne Slaghuis



Bewertung: 4 von 5 Sterne  
Wenn ihr uns findet, Emily Murdoch, 304 Seiten  
Verlag: Heyne fliegt  
ISBN-Nr. 9783453534346  
Vom Verlag empfohlen ab 14 Jahren, meine Empfehlung: ab 12 Jahren  
Buch auf Onleihe? ja

## Rasend schnell + tierisch langsam

Wer weiß schon, dass die Riesenvogelspinne fast so lang ist wie ein Kaninchen, oder dass der kleinste Hirsch nicht viel grösser ist als ein Hase? Oder wollt ihr wissen, wer der kleinste Mann oder die größte Frau ist? Oder welches Tier den größten Schädel hat?

In dem Buch „Rasend schnell + tierisch langsam“ von Jürgen Brater werden insgesamt 60 solcher verrückter Gegensätze über den Menschen, die Tierwelt, aus dem Alltag, über die Technik und über Stadt, Land und Fluss beantwortet. Jeder Gegensatz wird auf einer Doppelseite im Buch gut erklärt, oft auch mit einigem Zahlenmaterial. Die Seiten werden durch die lustigen und bunten Bilder nicht langweilig. Die Erklärungen lassen sich flüssig lesen und die Auswahl an Gegensätzen ist

interessant für Mädchen und Jungs. Das Buch wird nicht gleich im Regal verschwinden, man wird es sicherlich öfter in die Hand nehmen, einfach nur so, um darin etwas Kurzes aber interessantes zu lesen.

Annalena Grote



Bewertung: 4 von 5 Sterne  
Rasend schnell + tierisch langsam, Jürgen Brater, 144 Seiten  
Verlag: Beltz  
ISBN-Nr. 9783407753953  
Vom Verlag empfohlen ab 10 Jahren, meine Empfehlung: ab 10 Jahren  
Buch auf Onleihe? Nein

## Titel

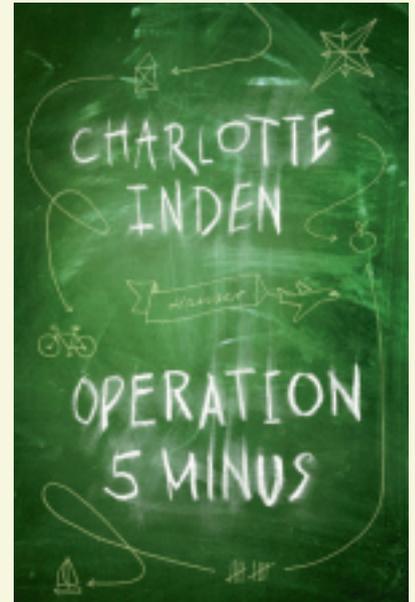
# Operation 5 Minus

Was hilft gegen schlechte Noten? Die Tochter vom Mathelehrer entführen! Das alles wäre nicht passiert, wenn der 12jährige Matze rechnen und Latein könnte, denn in beiden Fächern steht er auf einer glatten Fünf, oder eher noch auf einer 5 Minus (daher der Titel des Buches). Wenn sich das nicht ändert, bleibt er sitzen und wird von seinem Vater in ein Internat abgeschoben. Doch immer, wenn Matze über seinen Büchern sitzt, macht es bei ihm einfach nicht klick. Und dann hat sein bester Freund Gogol diese verrückte Idee, nämlich dass die drei zusammen mit ihrem Freund Jo die hübsche Tochter des Mathelehrers, Laura, entführen und ihn damit erpressen, damit Matze noch eine 4 kriegt und nicht sitzen bleibt. Doch die Entführung läuft nicht glatt, Laura wird verletzt, muss

ins Krankenhaus und Gogol flieht. Die Freundschaft der drei wird auf eine harte Bewährung gestellt.

Das Buch ist gut geschrieben und man versteht sofort, was gemeint ist. Es lässt sich eigentlich ganz flüssig lesen. Allerdings hat es das Buch bei mir persönlich nicht wirklich geschafft, eine grosse Spannung zu erzeugen.

Alicia Leidner



Bewertung: 2 von 5 Sterne  
Operation 5 Minus, Charlotte Inden,  
176 Seiten  
Verlag: Hanser  
ISBN-Nr. 9783446246294  
Vom Verlag empfohlen ab 11 Jahren,  
meine Empfehlung: ab 11 Jahren  
Buch auf Onleihe? Ja

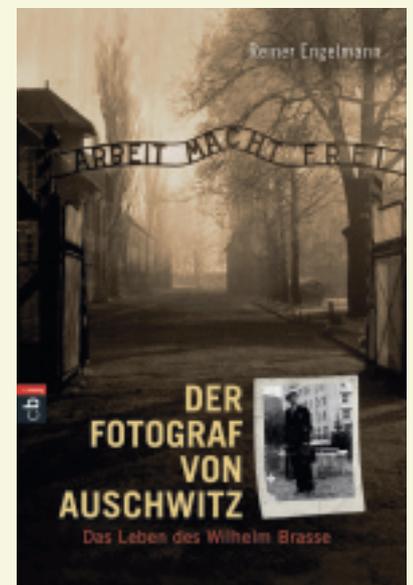
# Der Fotograf von Auschwitz

Der Fotograf von Auschwitz, das ist Wilhelm Brasse, der am 1.9.1940 ins Lager Auschwitz gebracht wird. Das Buch schildert das Leben von dem Fotografen und beginnt mit seiner Kindheit: Er wächst in Polen als Sohn einer polnischen Mutter und eines deutschen Vaters auf. Er absolviert eine Ausbildung zum Fotografen und wird später als Häftling Nr. 3444 Lagerfotograf, weil er von den Nazis in diesen Arbeitsdienst eingeteilt wird. Dort muß er KZ-Insassen fotografieren, denen die Todesangst ins Gesicht geschrieben steht. Menschen, die kurz darauf von der SS umgebracht werden, deren Gesichter Brasse aber nie vergessen wird. 1945 solle Brasse alle Fotos verbrennen. Dies tut er nicht, denn er möchte dieses unfassbare Verbrechen gegen die Menschlich-

keit dokumentieren und mit seinen Bildern dazu beitragen, dass so etwas Schreckliches sich nicht noch einmal wiederholt.

Das Buch hat kurze, leicht verständlich geschriebene Kapitel, das ich beim Lesen positiv empfand. Es ist kein Buch, das man am Stück lesen kann oder will. Es ist ein Buch, das man immer wieder zur Seite legen muß. Es zeigt einem das Leben in diesem Lager aus der Sicht des Fotografen, das Grauen, das Menschen dort erleben mussten. Aber es ist ein Teil Geschichte, die niemand vergessen darf. Ein erschütterndes Dokument. Kleiner Kritikpunkt: dem Buch hätten ein paar Bilder mehr gut getan.

(ag)



Bewertung: 4 von 5 Sterne  
Der Fotograf von Auschwitz, Reiner Engelmann, 192 Seiten  
Verlag: cbj, ISBN-Nr. 3570159191  
Vom Verlag empfohlen ab 13 Jahren,  
meine Empfehlung: ab 15 Jahren  
Buch auf Onleihe? Ja

## Titel

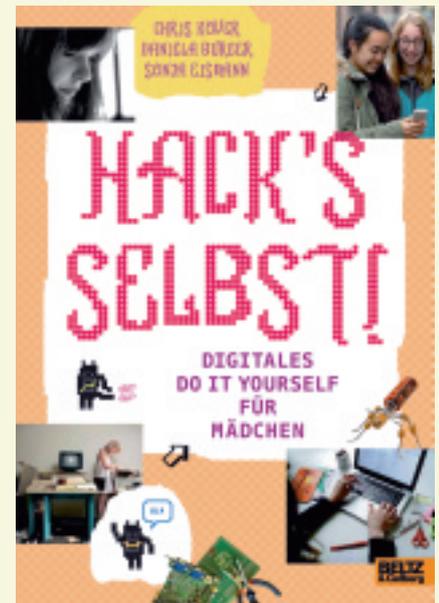
# Hack's selbst! Digitales Do It Yourself für Mädchen

Mädchen wollen nur häkeln und basteln? Nein. In diesem Buch geht es um digitale Sachen zum Selbstmachen. Verschiedene Autoren zeigen auf jeweils etwa 2-3 Seiten wie man programmiert, ins Internet sendet, am Computer kreativ wird, seine Daten besser schützt und vieles mehr. Ausserdem, wie lange das Umsetzen der Idee dauert, was man dazu braucht und wieviele Leute mitarbeiten sollten.

Das Buch erfordert allerdings teilweise schon etwas Vorwissen im Umgang mit Computern und ist irgendwie eine unorganisierte Ansammlung von Ideen. Teilweise sind die "Hacks" auch schon etwas abgefahren: einen Controller für die Spiele-Console aus einer Banane

nachzubauen ist schon krass. Gut fand ich, dass im Buch zu dem Erfinder eines Hacks jedesmal eine kurze Geschichte steht. Man muss beachten, dass nicht nur das Buch Geld kostet. Zwar kosten die allermeisten Hacks wie zum Beispiel einen Blog oder eine Foto-Collage am PC erstellen, ein Youtube-Video hochladen oder eine Online-Petition starten nichts weiter. Der Bau eines eigenen Megafons zum Beispiel braucht jedoch Materialien für 18 Euro.

Vivian Möble



Bewertung: 2,5 von 5 Sterne  
Hack's selbst!, Christina Köver u.a.,  
144 Seiten  
Verlag: Beltz&Gelberg  
ISBN-Nr. 9783407754103  
Vom Verlag empfohlen ab 13 Jahren,  
meine Empfehlung: 11-16 Jahre  
Buch auf Onleihe? Nein

## Blätterrauschen

Als es an einem stürmischem Herbstnachmittag an der Hintertür vom Leseclub der Buchhandlung "Blätterrauschen" klopft, ahnen Oliver, Iris und Rosa nicht, dass sie bereits mitten in einem großen Abenteuer stecken. Denn der Junge an der Tür, der erst mal nur auf Englisch auf sie einredet, kommt aus der Zukunft und sagt, ihre Bücherei sei nur ein Teil in seinem Computerspiel. Als jedoch noch Verfolger in Trenchcoats auftauchen, wird es ernst. Die vier

fliehen in eine Scheune, wo sie zufällig eine Zeitmaschine finden. Zusammen reisen sie gegen ihren Willen durch die Zeit. Sie geraten in eine gefährliche Zeitschleife.

Das Buch ist gut geschrieben, so dass sich der Leser gut in die Geschichte hinein versetzen kann. Wer allerdings schon einmal eine Geschichte mit Zeitreisen gelesen hat, den erwartet hier nicht viel Neues.

Leonie Gebhard



Bewertung: 3,5 von 5 Sterne  
Blätterrauschen, Holly-Jane Rahlens,  
320 Seiten  
Verlag: rororo  
ISBN-Nr. 9783499216862  
Vom Verlag empfohlen ab 11 Jahren,  
meine Empfehlung: ab 11 Jahren  
Buch auf Onleihe? Nein

# onleihe



Foto: onleihe.net

## Kostenlos schmökern!

Neue und alte Bücher auf dem PC, Tablet und Smartphone lesen.

Von Marie-Sophie Grote

Über Onleihe! kannst Du Dir rund um die Uhr über das Internet kostenlos Bücher, Musik, Hörbücher, Zeitungen oder Zeitschriften auf deinen PC, Notebook, Tablet oder Handy herunterladen. So brauchst Du zum Ausleihen nicht zur Bücherei gehen. Abgeben musst Du das Ausgeliehene natürlich auch nicht. Nach zwei Wochen kann man es dann einfach nicht mehr lesen oder hören, egal ob man schon fertig ist oder man noch ein paar Tage braucht. Auch an Freunde weitergeben kannst Du es nicht. Die können es sich aber selbst runterladen.

Damit Du Onleihe! nutzen kannst, musst Du bei einer Bücherei Mitglied sein, die bei Onleihe! mitmacht. Das ist zum Beispiel die Stadtbibliothek in Hanau, aber auch ganz viele andere. Dann kannst Du auf [www.onleihe.net](http://www.onleihe.net) loslegen. Auf dem PC oder Notebook brauchst Du zum Lesen nur das Programm „Adobe Reader“. Auf dem Tablet oder Smartphone brauchst zum Ausleihen die Onleihe!-App und zum Lesen noch die App „Bluefire-Reader“. Fertig. Auf der Internetseite von Onleihe! findest Du alle Informationen, damit es klappt. Du musst für Onleihe! keinen

einziges Cent bezahlen. Onleihe! ist nämlich fast dasselbe wie eine Bücherei, nur dass man es über das Tablet, iPhone oder Computer macht. Und es ist völlig legal. Aber wie bei einer richtigen Bücherei kann ein Buch auch gerade von jemand anderem ausgeliehen sein. Dann kannst Du Dich vormerken lassen. Dafür gibst Du Deine E-Mail Adresse ein und wenn es wieder frei ist, dann wirst Du benachrichtigt und kannst es herunterladen.

Infos unter [www.onleihe.net](http://www.onleihe.net)



## Gewinnspiel

Wir verlosen 5 Exemplare unserer Buchempfehlungen. Alles was Du tun musst um Mitzumachen ist folgende Frage zu beantworten:

Wie viele Sternchen  (inklusive diesem) haben sich in JOSEFine versteckt?

Schicke Deine Antwort (unbedingt Name und Klasse mit angeben!) bis spätestens Freitag, 18.12.2015 per eMail an [josefine-stjosef@posteo.de](mailto:josefine-stjosef@posteo.de) oder wirf die Antwort auf einem Blatt Papier mit Deinem Namen und Klasse in die JOSEFine-Box im Sekretariat.

Redaktionsmitglieder und Mitarbeiterinnen von JOSEFine dürfen nicht mitmachen. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.

# Tschüss Erkältung

Warum gutes Hände waschen gerade jetzt so wichtig ist

Von Isabell Hahn

Im Winter ist unser Immunsystem geschwächt. Außerdem sind im Winter viel mehr Bakterien und Viren unterwegs, welche unterschiedliche Infektionskrankheiten auslösen können. Auch ist man im Winter häufiger mit mehreren Leuten in geschlossenen Räumen zusammen. Das macht es den Viren nur noch leichter sich zu verbreiten.

Die meisten ansteckenden Krankheiten werden über die Hände übertragen, z.B. Magen-Darm-Infektion, die echte Grippe oder eine Erkältung. „Wichtig ist daher, sich nicht mit ungewaschenen Händen ins Gesicht zu fassen“, sagt Birte Mertens von der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung in Köln. „Falls nämlich Viren oder Bakterien an den Händen kleben, können diese so zu den Schleimhäuten von Mund, Nase oder Augen gelangen und in den Körper eindringen“.

Außerdem sollte man vor erkrankten Personen mindestens einen Meter Abstand halten.

Mit sorgfältigem Hände waschen lassen sich diese Krankheiten aber verhindern (siehe Bild rechts):

- die Hände mit lauwarmem Wasser nass machen

- gut einseifen und verreiben

- gründlich abspülen und

- gut abtrocknen.

Das senkt den Anteil der Bakterien und Viren auf bis zu ein Tausendstel. Untersuchungen haben gezeigt, dass sich durch Hände waschen die Ansteckungsgefahr fast halbiert.

Ist man selbst erkältet, dann wäre es besser statt in die Hand zu niesen sich besser ein Taschentuch oder die Armbeuge vor Mund oder Nase zu halten. So werden die eigenen Bakterien und Viren nicht über die Hand weiter verbreitet.

Weitere Informationen unter:  
[www.infektionsschutz.de/haende waschen](http://www.infektionsschutz.de/haende-waschen)



## Hände verbreiten Krankheitserreger. Richtig waschen schützt.



Hände unter fließendes Wasser halten



Seife\* 20 bis 30 Sekunden in den Händen verreiben



Auch zwischen den Fingern



Dann gründlich abspülen



Sorgfältig abtrocknen

\*oder möglichstes Handreinigungsmittel

WIR GEGEN VIREN

ROBERT KOCH INSTITUT



BZgA  
Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung

[www.wir-gegen-viren.de](http://www.wir-gegen-viren.de)

# Sprechstunde

mit Frauenärztin H. Schöfer, Großauheim

Ihr habt Fragen an unsere Expertin? Dann schreibt uns eine eMail an [josefine-stjosef@posteo.de](mailto:josefine-stjosef@posteo.de) oder werft eure Frage (wenn ihr wollt auch ohne Name) in den JOSEFINE-Kasten im Sekretariat ein.



Foto: H. Schöfer

## Wann sollte ich das erste Mal zum Frauenarzt gehen?

Nur weil man zu einer jungen Frau heranwächst und die ersten Periodenblutungen auftreten, muss man noch nicht gleich zum Frauenarzt/-ärztin gehen. Aber gerade in der Pubertät entdeckt man natürlich vieles Neues und Ungewöhnliches, das meist schon mit einem kurzen Gespräch geklärt werden kann. Zum Beispiel Fragen wie: Was kann ich gegen Menstruationsbeschwerden machen? Ist es normal, wenn meine Blutungen noch unregelmäßig kommen? Darf ich schon Tampons benutzen? Oder auch: Welche Verhütungsmethode passt zu mir? All diese Fragen kann man schon mal mit dem Frauenarzt/-ärztin besprechen, ohne befürchten zu müssen, gleich untersucht zu werden. So verliert man schnell die erste Scheu und gewinnt Vertrauen. Aus diesem Grund bieten viele Frauenärzte/-ärztinnen eine Teenagersprechstunde an, um mit der Mutter oder auch der besten Freundin ungezwungen mal dort hin zu gehen. Und manchmal ist es einfacher zu einer Frauenärztin zu gehen, die als Frau ganz gut nachempfinden kann, wie man sich als junges Mädchen mit Beschwerden fühlt.

## Mit welchen Beschwerden sollte ich unbedingt zum Arzt gehen?

Junge Mädchen haben eher selten Beschwerden, die einen Besuch beim Frauenarzt/-ärztin erforderlich machen. Ein häufiger Anlass ist aber zum Beispiel Schmerzen bei der Periodenblutung oder wenn eine Menstruation über einen längeren Zeitraum

nicht regelmäßig kommt, oder bis zum 16. Lebensjahr gar nicht kommt. Auch unklare Unterbauchschmerzen sollten in der Pubertät abgeklärt werden. Seltener sind Beschwerden im Intimbereich wie Jucken, Brennen oder Rötung oder neu aufgetretener starker Ausfluss, er könnte ein Hinweis auf eine Entzündung in der Scheide oder der äußeren Geschlechtsorgane sein.

## Für was genau ist diese Impfung gegen Gebärmutterhalskrebs?

Der Gebärmutterhals verbindet die Gebärmutter mit der Scheide. Er ist besonders anfällig für Infektionen mit einer besonderen Art von Viren, die man Humane Papilloma Viren nennt, oder einfach HPV. Übertragen werden HPV-Viren beim Sex. Wenn die Schleimhautzellen des Gebärmutterhalses mit HPV-Viren in Kontakt kommen, kommt es zu einer Infektion, die aber von unserem Immunsystem bekämpft wird und wieder verschwindet. Manchmal bleibt diese Infektion jedoch bestehen und es kann mit der Zeit Krebs am Gebärmutterhals entstehen. Durch die HPV-Impfung kann sich unser Körper mit seinem eigenen Immunsystem besser gegen diese Viren schützen. Die Impfung ist vergleichbar mit all den anderen Schutzimpfungen, die wir im Laufe unserer Kindheit bekommen. Da es wie bei jeder Schutzimpfung natürlich mögliche Nebenwirkungen gibt, solltest Du Dich auf alle Fälle mit Deinen Eltern vorher beim Arzt informieren und beraten lassen. Die Impfung erfolgt zwischen dem 9. - 18. Lebensjahr sinnvollerweise vor

dem ersten Sex. Trotz der Impfung muss man als Erwachsene regelmäßig jährlich zur Krebsvorsorge zum Frauenarzt, da die Impfung noch nicht gegen alle HPV-Viren schützt.

## Ich bin 13 und häufig auch schon tagsüber müde und schlapp. Kann das an der Pubertät liegen?

Gerade in der Pubertät gibt es für Deinen Körper viele Veränderungen: Wachstum, Entwicklung des Körpers, hormonelle Umstellungen und auch die damit verbundene emotionale und psychische Entwicklung sind eine erhebliche Belastung für einen jungen Menschen. Bist Du ständig müde, hast keinen Antrieb oder bist lustlos, dann kann aber auch eine Erkrankung dahinter stecken. Dann solltest Du mit Deinen Eltern beim Kinder- oder Hausarzt vorbeischauen. Er kann zum Beispiel mit einer Blutuntersuchung ablesen, ob deine Schilddrüse richtig arbeitet, ob Du vielleicht durch lang anhaltende oder starke Periodenblutungen einen Eisenmangel hast oder Du durch Deine Ernährungsgewohnheiten einen Mangel an bestimmten Nährstoffen hast. Wichtig ist, dass Du genug schläfst, Dich gesund mit Obst und Gemüse ernährst, ausreichend trinkst und regelmäßig mal aus Deinem Zimmer kommst und dich an der frischen Luft bewegst. Dann bleibst Du fit.



# Tierversuchsfreie Kosmetik

Tiere müssen nicht leiden, damit wir schön und gepflegt sind !

Von Yvonne Slaghuis

Seit dem Jahr 2013 sind in ganz Europa Tierversuche für Kosmetikprodukte verboten. Doch für neue Modetrends, neue Farben oder neue Produkteigenschaften testen viele Firmen immer noch an Tieren und nutzen dazu Schlupflöcher im Gesetz aus oder testen in Ländern außerhalb Europas. Sie testen an Affen, Ratten oder Kaninchen, ob der neue Stoff giftig ist, ob er die Augen oder die Haut reizt, ob er Allergien oder Krebs auslöst.

Immer mehr Hersteller verzichten bewusst auf Tierversuche. Ihre Produkte sind nicht unbedingt teurer und sind auch in ganz normalen Geschäften und Drogerien zu kaufen.

Um die Zahl an Tierversuchen zu senken, sollte man tierversuchsfreie Kosmetik kaufen. Wir stellen an dieser Stelle jedes mal in JOSEFINE Beispiele für Produkte vor, die ohne Tierversuche entwickelt wurden.

Welche Firmen auf Tierversuche verzichten zeigen Euch folgende Apps:

App: "Animals Liberty - Wer macht was" (gibt es im App-Store für iPhone/iPad und Android Smartphones/Tablets)

App: "Kosmetik ohne Tierversuche" (nur für Android Smartphones/Tablets)

Weitere Informationen zu Tierversuchen in der Kosmetik erhaltet Ihr auch von der Tierschutzorganisation PETA:

[www.kosmetik.peta.de](http://www.kosmetik.peta.de)



## Diese Produkte sind tierversuchsfrei:

Produkt: Shampoo  
Hersteller: Balea  
(Eigenmarke der Drogerie dm)  
Zu kaufen bei: dm  
Preis: ca 2€

Produkt: Schminke  
Hersteller: Rival de Loop  
(Eigenmarke der Drogerie Rossmann)  
Zu kaufen bei: Rossmann  
Preis: ca 4€

Produkt: Deo  
Hersteller: CD  
verschiedene Düfte  
Zu Kaufen z.B. bei DM, Rewe,  
Rossmann  
Preis: ca 3€



Foto: Wikipedia, CC0

## Bald nur noch gegen Bezahlung?

Für ein YouTube ohne Werbung kann man seit Kurzem bezahlen, zumindest in den USA. Was ändert sich für normale Nutzer? Und kommt YouTube Red auch nach Deutschland? Die wichtigsten Fragen und Antworten.

Von Vivian Möble

### YouTube Red? Was ist das eigentlich?

YouTube Red ist ein neues Bezahlangebot von YouTube. Wer 9,99 US-Dollar im Monat zahlt, kann sich die Videos des Portals künftig ohne Werbeunterbrechungen ansehen.

Exklusiv für Red-Nutzer gibt es auch die Option, bei Videos nur den Ton abzuspielen, man kann sich jetzt ein Video also auch im Hintergrund anhören und dabei etwas anderes mit seinem Smartphone machen. Alternativ lassen sich Videos auch in unterschiedlichen Qualitäten speichern und später ohne Internetverbindung auf dem Smartphone oder Tablet ansehen - eine praktische Funktion, etwa für Flugreisen oder Bahnfahrten. Red soll man nicht nur auf dem Computer, sondern auch auf dem Tablet und Handy nutzen können.

### Kann man YouTube weiter kostenlos nutzen?

YouTube betont ausdrücklich, das YouTube Red eine Premiumvariante von YouTube ist, kein Ersatz. Normales YouTube soll es weiter geben, aber eben mit Werbung. Im Prinzip ähnelt YouTube Red also dem Streaming-Dienst Spotify: Wer zahlt, der ist die Werbung los und bekommt den Offline-Modus. Einen weiteren wichtigen Unterschied gibt es bei YouTube Red: die Exklusivhalte. Ab dem nächsten Jahr will YouTube im Stil von Netflix oder Amazon Prime Instant Video exklusive Filme ins Programm nehmen, die nur die Red-Kunden sehen können. Wer bezahlt bekommt exklusive Videos wie z.B. "Scare PewDiePie". PewDiePie, nach den Abonnentenzahlen zufolge der beliebteste YouTuber überhaupt, soll hier in furchteinflößende Situationen

geraten, die von seinen Lieblingsvideospiele inspiriert sind. Produziert wird die Sendung von Mitgliedern des Teams, die auch "The Walking Dead" machen. Interessant klingt auch eine Virtual-Reality-Serie von MatPat vom Kanal The Game Theorists. Bei dieser Sendung mit dem Arbeitstitel "360 Project from MatPat of Game Theory" soll überprüft werden, wie viel Unsinn und wie viel Wissenschaft hinter Ideen aus Videospiele steckt. Auch der Kanal "CollegeHumor" plant ein Exklusivformat für YouTube Red.

Weitere Informationen zu YouTube Red:  
[www.youtube.com/red](http://www.youtube.com/red)



# Unsere 10 Lieblings Youtuber

Wir haben diskutiert, gestritten, abgestimmt - und das ist dabei herausgekommen: die 10 beliebtesten Youtuber der JOSEFINE-Redaktion.

Von Ann-Kathrin Büchold



## Ungespielt

Genre: Gaming & Lifestyle

Abonnenten: über 1,5 Mio.

Beschreibung: Ungespielt ist ein Let's player d.h. er spielt Spiele (vor allem Minecraft). Das kommentiert er in einer lustigen Art und Weise.

## BibisBeautyPalace

Genre: Lifestyle & Beauty

Abonnenten: über 2 Mio.

Beschreibung: BibisBeautyPalace macht unter anderem Challenges, Tags und Beauty Tricks und Tipps. Sie hat seit neustem auch eine eigene Beauty-Marke, welche „Bilou“ heißt (steht für „Bibi loves you“).

## Julien Bam

Genre: Comedy & Lifestyle

Abonnenten: fast 1,5 Mio.

Beschreibung: Julien Bam ist vor allem für seine Tanz- und Slowmotion-Videos bekannt. Man findet auf diesem Kanal auch Tags, Challenges und Vlogs.

## PewDiePie

Genre: Comedy & Gaming

Abonnenten: über 35 Mio.

Beschreibung: Ein englisch sprachiger YouTuber (der bekannteste weltweit), der Let's plays sowie auch challenges und Comedy Videos macht.

## TwinTV

Genre: Youtube News & Comedy

Abonnenten: über 250 Tausend

Beschreibung: Auf TwinTV findet man die WWW-Show (World Wide Wohnzimmer). Dort sagen sie ihre Meinung gegenüber Youtubern und nehmen diese meist auf die Schippe.

## Apecrime

Genre: Comedy & Musik

Abonnenten: über 2,5 Mio.

Beschreibung: Auf dem Kanal „Apecrime“ findet man vorwiegend Comedy Videos. Diese werden von Jan, Andre und Cengiz produziert. Ein bekanntes Format der Gruppe heißt Let's draw.

## Creepypastapunch

Genre: Horror

Abonnenten: über 150 Tausend

Beschreibung: Wenn man Horrorgeschichten und Mythen mag, wird diesen Youtube Kanal lieben! Ps. Nichts für schwache Gemüter!

## Paluten

Genre: Gaming

Abonnenten: Über 1 Mio.

Beschreibung: Paluten macht (ähnlich wie Ungespielt) Let's plays und hat ein Maskottchen, welches ein Schwein namens Edgar ist.

## Lefloid

Genre: News

Abonnenten: 2,8 Mio

Beschreibung: Lefloid führt ein Format namens „LeNews“, in dem er Nachrichten für Jugendliche macht.

## Kelly missesvlog

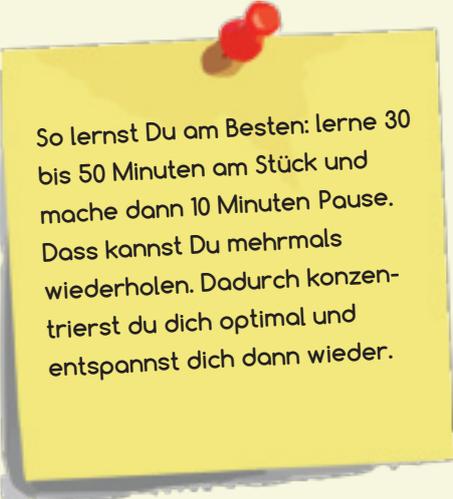
Genre: Comedy

Abonnenten: über 1 Mio.

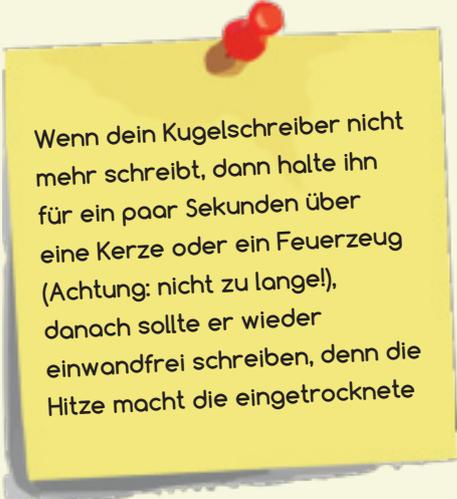
Beschreibung: Kelly macht unter anderem Vlogs (wer hätt's gedacht?:D) und kommentiert die Kommentare unter ihren Videos.

# Lifehacks

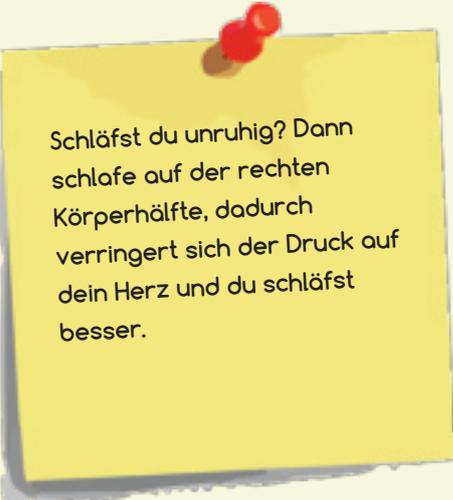
Kleine Probleme im Alltag brauchen nicht immer eine grosse Lösung. Oft reicht schon ein einfacher Trick. Von Yvonne Slaghuis



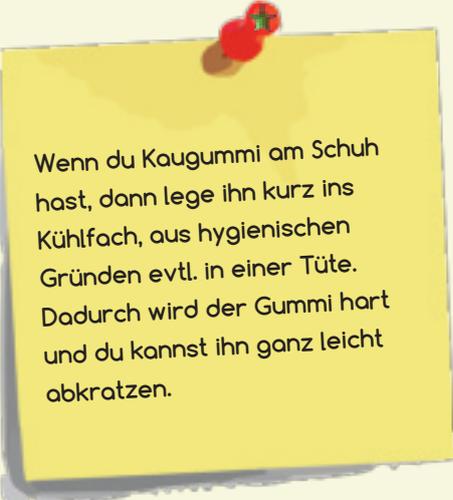
So lernst Du am Besten: lerne 30 bis 50 Minuten am Stück und mache dann 10 Minuten Pause. Das kannst Du mehrmals wiederholen. Dadurch konzentrierst du dich optimal und entspannst dich dann wieder.



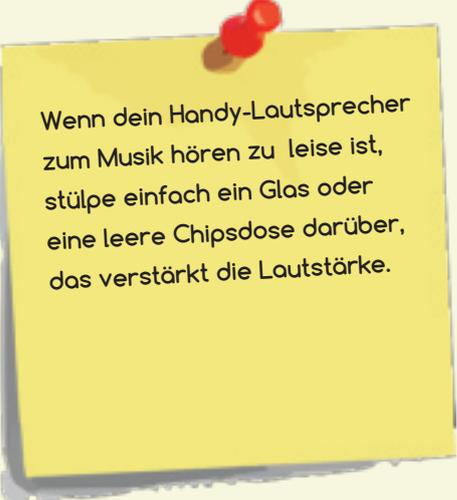
Wenn dein Kugelschreiber nicht mehr schreibt, dann halte ihn für ein paar Sekunden über eine Kerze oder ein Feuerzeug (Achtung: nicht zu lange!), danach sollte er wieder einwandfrei schreiben, denn die Hitze macht die eingetrocknete



Schläfst du unruhig? Dann schlafe auf der rechten Körperhälfte, dadurch verringert sich der Druck auf dein Herz und du schläfst besser.



Wenn du Kaugummi am Schuh hast, dann lege ihn kurz ins Kühlfach, aus hygienischen Gründen evtl. in einer Tüte. Dadurch wird der Gummi hart und du kannst ihn ganz leicht abkratzen.



Wenn dein Handy-Lautsprecher zum Musik hören zu leise ist, stülpe einfach ein Glas oder eine leere Chipsdose darüber, das verstärkt die Lautstärke.

Noch mehr Lifehacks auf Youtube



## Mensch

"Ich will nicht umsonst gelebt haben (...). Ich will den Menschen (...) Freude und Nutzen bringen. Ich will fortleben, auch nach meinem Tod"

Anne Frank, 5. April 1944

"Wie herrlich ist es, dass niemand eine Minute zu warten braucht, um damit zu beginnen, die Welt langsam zu verändern"

Anne Frank, 26. März 1944

Einmal wird dieser schreckliche Krieg doch vorbeigehen, einmal werden wir doch wieder Menschen und nicht nur Juden sein"

Anne Frank, 11. April 1944

Foto: Wikipedia CC0

# Das Mädchen mit dem Tagebuch

Anne Frank ist ein ganz normales Mädchen. Berühmt wollte sie werden, Schriftstellerin und Journalistin. Durch ihr Tagebuch wurde sie tatsächlich weltbekannt. Aber erst, nachdem sie ermordet wurde.

Von Annalena Grote

Anne Frank war ein lebensfrohes, intelligentes und lustiges Mädchen. Sie ist erst 15 Jahre alt, als Hitler und die Nazis sie ermorden, nur weil sie Jüdin ist. Und das war genau vor 70 Jahren. Anne Frank war eins von 1,5 Millionen ermordeten jüdischen Kindern. Sie ist heute noch durch ihr Tagebuch weltweit bekannt.

Anne Frank wird 1929 in Frankfurt am Main geboren. Als sie 4 Jahre alt ist muss sie mit ihrer Schwester Margot und ihren Eltern Otto und Edith Frank nach Amsterdam fliehen, weil die Nazis in Deutschland für die Juden immer gefährli-

cher werden.

In Amsterdam geht Anne wie ein normales Mädchen in die Schule. Zu ihrem 13. Geburtstag bekommt Anne ein Tagebuch und fängt gleich an zu schreiben. Inzwischen sind die Nazis auch in Holland. Um den Nazis zu entkommen verstecken sie sich im Hinterhaus von Otto Franks Firma. Zusammen mit der befreundeten Familie van Pels und dem Zahnarzt Fritz Pfeffer leben sie zwei Jahre im Versteck.

Damit sie nicht hungern, bringen ihnen Helfer heimlich Nahrung und neueste Informationen. Die Helfer Miep Gies, Johannes Kleiman, Victor

Kugler und Bep Voskuil sind alle Mitarbeiter in der Firma von Annes Vater. Es ist auch gefährlich und ein Risiko für die Helfer, denn sie könnten jeden Moment entdeckt werden.

In den 2 Jahren müssen die Versteckten immer leise sein, sie dürfen nur in bestimmten Zeiten auf Toilette gehen und dürfen niemals das Haus verlassen. Sie haben keinen Blick nach Draussen, weil die Fenster abgedeckt sind, damit sie von Draussen niemand sieht. Außerdem ist es sehr eng in dem kleinem Versteck.

# Mensch

In der ganzen schweren Zeit lässt Anne ihre Wut, Trauer und Hoffnung in ihrem Tagebuch heraus. Sie schreibt aber nicht nur über den Krieg. "Anne schreibt auch von ganz typischen Problemen des Erwachsenwerdens – sei es die erste Liebe oder der Stress mit den Eltern und der Schwester", sagt Eva Berendsen von der Bildungsstätte Anne Frank in Frankfurt.

Am 4. August 1944 werden sie von einem Unbekannten verraten. Man weiß bis heute nicht wer es war. Sie werden von der Polizei aus dem Versteck geholt, getrennt und in verschiedene Konzentrationslager gebracht. Anne und Margot bekommen im Konzentrationslager Bergen-Belsen die Krankheit Typhus und sterben im Januar 1945 daran. Bis auf Otto Frank werden auch alle anderen Versteckten von den Nazis ermordet. Annes Vater überlebt und veröffentlicht nach dem Kriegsende Annes Tagebuch. Es wurde bis heute in 70 Sprachen übersetzt.

## Das Anne Frank Haus in Amsterdam heute

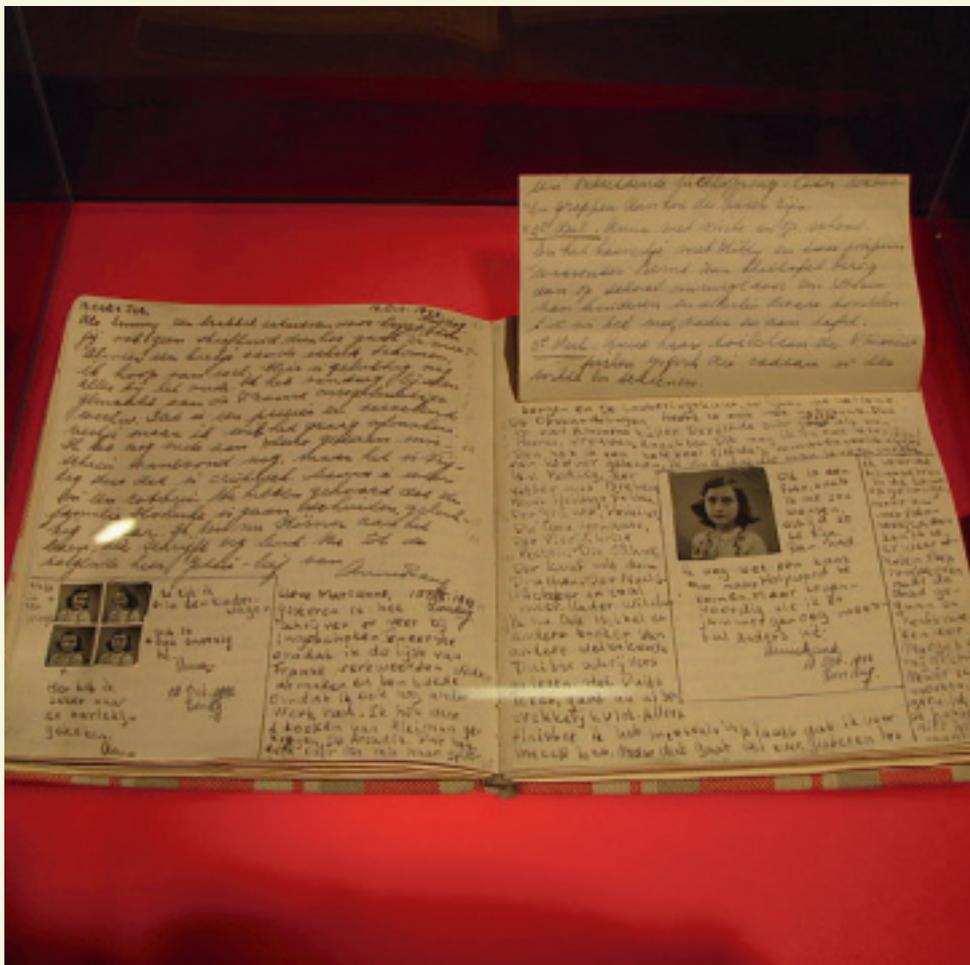


Foto: XRay CC BY-SA4.0

Das Schicksal von Anne Frank ist auch heute noch aktuell. Anne wurde diskriminiert und ermordet, weil sie Jüdin war. Auch heute werden viele Menschen diskriminiert: Homosexuelle, Alte, Flüchtlinge, Arme, Ausländer, Dunkelhäutige, Frauen, Menschen mit Behinderung oder Kranke und viele mehr. Auch die Terroristen in Paris

töteten viele andere Menschen, nur weil sie an einen anderen Gott glauben.

Für Eva Berendsen von der Bildungsstätte Anne Frank ist Annes Tagebuch daher auch heute wichtig. "Es ist sehr persönlich und bewegt junge Menschen auch noch 70 Jahre nach ihrem Tod, sich mit der Geschichte damals auseinander zu setzen, aber auch mit Fragen zu Rassismus und Diskriminierung heute".



Weitere Informationen zu Anne Frank findest Du im Internet unter

[www.annefrank.org](http://www.annefrank.org)



[www.annefrankguide.net](http://www.annefrankguide.net)



Oder besuche die Anne Frank-Begegnungsstätte in Frankfurt in der Hansaallee 150. Sie ist an jedem Sonntag von 12 – 18 Uhr geöffnet.



DVD-Tipp: "Meine Tochter Anne Frank"

Foto: Heather Cowper CC BY-SA2.0

Anne Franks Tagebuch

# Wer stellt das eigentlich her?

In unserer Cafeteria gibt es immer mehr Produkte aus fairem Handel zu kaufen, z.B. mit dem FairTrade-Siegel oder von der Gepa. Aber wer stellt diese Produkte eigentlich her, wie sehen die Gesichter hinter den Produkten aus, die wir kaufen und essen? Dieser Frage gehen wir hier nach.

## Diesmal: Der Barrita Bio-Sesamriegel von der Gepa

Von Alicia Leidner

Den Sesam für den Riegel liefert die Export-Organisation Del Campo aus Nicaragua (Südamerika). Für Del Campo bauen etwa 3.600 kleinere Bauernfamilien Sesam an, den Del Campo dann zu fairen Preisen zum Beispiel an die Gepa ins Ausland verkauft. Die Bauern haben dadurch ein höheres Einkommen. Del Campo unterstützt die

Bauern auch bei der Umstellung auf ökologischen Anbau von Sesam. Nicaragua zählt nach wie vor zu einem der ärmsten Länder Südamerikas. Außer Sesam kommen auch Produkte wie Kaffee, Rindfleisch, Hülsenfrüchte und Erdnüsse aus Nicaragua.



Foto: Del Campo

Kleinbauern von Del Campo bei der Sesamernte



Der Bio-Zuckerrohr kommt aus Paraguay. Etwa 1.750 Kleinbauern haben sich zu der Kooperative Manduvirá zusammengeschlossen, um ihr Zuckerrohr zu fairen Preisen in 20 Ländern zu verkaufen. Früher mussten sie ihr Zuckerrohr in einer 100 Kilometer entfernten Mühle verarbeiten lassen und dafür bezahlen. 2014 konnte sich Manduvirá endlich den Traum von einer eigenen Zuckermühle erfüllen. Das war nur durch den fairen Handel möglich. Dadurch können sie das frisch geerntete Zuckerrohr noch schneller verarbeiten, das ist besser für die Qualität des Zuckers. Ausserdem

sind durch die eigene Mühle bei Manduvirá 200 neue Arbeitsplätze entstanden. Durch das höhere Einkommen durch den fairen Handel konnte Manduvirá eine Gesundheitsstationen mit Arzt und Zahnarzt bauen, die Bauern können ihren Kindern Schuluniformen und Bücher kaufen, sie konnten durch den fairen Handel ihre Häuser renovieren, einen Stromanschluss und Zugang zu fließendem Wasser erhalten.



Foto: Oxfam

Ein Zuckerbauer von Manduvirá in Paraguay

## 10 Fakten über... Schule

von Yvonne

● Unser aktuelles Schulsystem funktioniert quasi wie ein Fabrikfließband aus dem 19. Jahrhundert: ein starres Raster, ohne Chance für Kreativität

71 % aller Schulen in Deutschland besitzen einen Videorekorder,  
75% einen Röhrenfernseher und  
62% einen Kassettenrekorder  
Nur 7% aller Schulen besitzen ein Tablet-Computer

Jeder vierte Lehrer geht gesundheitsbedingt in den Vorruhestand.  
Die Mehrheit wegen psychischer Probleme

● Geschätzt leiden in Deutschland 600.000 bis 1,2 Millionen Schülerrinnen und Schüler an Schulangst. Das entspricht 5 bis 10 Prozent aller Kinder und Jugendlichen in Deutschland.

Ein Vergleich aller Studien aus den vergangenen 30 Jahren zum Thema "Schulschwänzer" hat gezeigt, dass rund 50% der häufigen Schwänzer später in ihrem Leben unter psychischen Störungen leiden.

Der Konstanzer Bildungsforscher Prof. Dr. Guido Schwerdt untersuchte eine Online-Highschool aus den USA. Sein Ergebnis: Digitales lernen kann gut funktionieren. Die Schüler schnitten in fast allen Disziplinen besser ab als Schüler in normalen Oberschulen.

● Viele Schüler in Simbabwe oder Lesotho haben keine Hefte oder Bücher. Doch die Handyabdeckung in Lesotho beträgt 87%. Deswegen haben Christopher Pruijsen und App-Designerin Danielle Reid das Start-Up „Sterio.me“ gegründet: Hausaufgaben per Handy.

Die Intelligenz eines Menschen ist nur zu einem Drittel für den Bildungserfolg verantwortlich. Die anderen zwei Drittel beruhen auf Motivation und Fleiß.

Weltweit gehen 5 Millionen Mädchen und jungen im Grundschulalter nicht zur Schule. 63 Millionen Jugendliche haben die Schule vorzeitig abgebrochen oder nie begonnen.

● Der Bildungsforscher Ehrenhard Skiera meint, dass sich drei Viertel aller europäischen Schulen noch immer nicht an den Bedürfnissen der Schüler ausrichten, sondern stur am Lehrplan.

Quelle und noch viel mehr Wissenswertes unter <http://bit.ly/faktastisch>





Foto: A. Grote

## Do-It-Yourself Weihnachtsgeschenke

Wisst ihr noch nicht, was ihr Freunden oder Familie schenken könnt? Hier sind ein paar Ideen zum Selbermachen.

Von Leonie Gebhard

### Freundschaftsarmband

Ihr braucht:

Gliederkette mit kleinen runden Gliedern (Erbskette) in Gold, ca. 18-20 cm lang

1 Verschluss

Ca. 32 offene Ösen, Ø 5 mm, in Gold

Gemusterte Kordel, ca. 25 cm, Ø 3mm

Rund- und Flachzange

Pomponborte, ca. 25 cm

Schere

2-Komponenten-Klebe

Und so geht's:

Mit den Schmuckzangen öffnet ihr die Ösen. Die Pomponborte mit den Ösen im Abstand von ca. 5 mm (das ist ca. jedes 2. Kettenglied) mit der Gliederkette verbinden. Ösen schließen. Zum Schluss die Pomponborte abschneiden und beide Stoffenden mit Spezialkleber fixieren. Dann die Kordel durch alle geschlossenen Ösen des Armbandes fädeln. Die beiden Enden der Kordel verknoten und mit Kleber fixieren. Den Verschluss an die Gliederkette klemmen.

### Badekugeln

Ihr braucht:

30 g Kakaobutter

70 g Sheabutter

3 Tropfen Parfümöl nach Wahl und ein Esslöffel Mandelöl

Und so geht's:

Schmelzt Kakaobutter und Sheabutter in einem Wasserbad bis sie sich auflösen und verrührt sie gut. Gebt dann entweder Parfümöl und Mandelöl oder Badezusatz hinzu und rührt es schnell unter. Verteilt die Mischung auf die Förmchen. Ich habe die nur ca. zur Hälfte vollgeschüttet, diese Menge reicht für ein Bad. Zum Aushärten stellt ihr die Form am besten in den Kühlschrank.

Damit die Badekugeln nicht zerbrechen wenn ihr sie aus der Form holt, löst ihr sie erst vorsichtig von allen Seiten und stellt sicher dass sie richtig kühl sind. Notfalls könnt ihr sie kurz ins Tiefkühlfach stellen. Fertig!

## Süsse Kuschteltiere (Wollowbies)

Wollowbies sind kleine Wolltiere, die ihr mit Hilfe von einem Set selbst häkeln könnt. Diese Sets kosten jeweils 9,99€ und bringen alles mit, was ihr dazu braucht: eine Anleitung, die jeweils passende Menge Wolle, einer Häkelnadel und Füllwatte.

Als Figuren gibt es z.B. Willi Weihnachtsmann, Rudi Rentier, Elli Einhorn, Sören Schneemann, Schantall Schaf und Piet Pinguin.

Leonie und Yvonne haben für Euch Piet Pinguin und Schantall Schaf getestet: Die Häkeltiere sehen fertig süß aus, allerdings schafft man das nur mit etwas Übung. "Wir beide finden, dass sich die Sets nicht gut für Häkel-Anfänger eignen, sie sind eher etwas für Fortgeschrittene". Die Anleitung ist eher etwas komplizierter und Anfänger würden es nicht verstehen. Deswegen sollte man für dieses Set schon etwas Erfahrung haben.

Hersteller: TOPP

Website: [www.topp-kreativ.de/wollowbies](http://www.topp-kreativ.de/wollowbies)

## Gebrannte Mandeln

Ihr braucht:

125 ml Wasser  
200g Zucker  
200g ungeschälte Mandeln  
1 EL Vanillezucker  
½ TL Zimt

So geht's:

Ihr gebt Wasser, Zucker, Vanillezucker und Zimt in eine beschichtete Pfanne lasst diese Zutaten kurz aufkochen. Die Mandeln dazu geben und weiterkochen lassen, zwischendurch umrühren. Die Mandeln kochen lassen, bis das Wasser verdunstet ist und die Mandeln von Zucker überzogen sind. Jetzt so lange weiter rühren bis der Zucker karamelisirt. Sobald alle Mandeln gleichmäßig überzogen sind, die heißen Mandeln zum abkühlen auf ein Blech mit Backpapier legen.

## Holz-Tafel

Ihr braucht:

Eine Baumstammscheibe  
Tafellack  
Kreide

Und so geht's:

Bemalt die Holzscheibe mit Tafellack, so dass ein Rand bleibt und lasst sie gut trocknen. Wenn die Scheibe getrocknet ist könnt ihr noch einen netten Spruch drauf schreiben. Und fertig ist die Holz-Tafel!

## Glitter-Leinwand

Ihr braucht:

Eine Leinwand  
Papier oder Zeitung zum unterlegen  
Glitzer (bekommt man in Bastelläden)  
Und eine Vorlage aus dem Internet (Ihr könnt das Symbol auch frei Hand malen)  
Eine Schere  
Bastelkleber  
Einen Pinsel

Und so geht's:

Ihr legt eure Leinwand auf das Papier oder die Zeitung, dann druckt ihr euch eine hübsche Vorlage aus dem Internet aus oder malt einfach etwas Schönes! Ihr schneidet die Vorlage aus (so dass das Innere rausgeschnitten wird) und dann malt ihr die Vorlage ab. Ihr streicht nach und nach ein wenig Bastelkleber auf die Leinwand (in das Motiv) und danach streut ihr den Glitzer auf die Fläche mit dem Kleber, das macht ihr jetzt so lange bis euer Glitter Bild fertig ist!

Mach mal was

# Leckeres zum Advent

## Yvonnas Schwarz-Weiss-Gebäck (ca. 70 Stück)

Das brauchst Du:

Heller Teig:  
100g Zucker  
200g Butter  
1 Ei  
300g Mehl  
1 Prise Salz

Dunkler Teig:

100g Zucker  
200g Butter  
1 Ei  
300g Zucker  
30g Kakaopulver  
1 Prise Salz

So gehts:

Butter, Zucker und Salz mischen und das Ei hinzugeben, dies vermengen und das Mehl dazu mischen (beim Dunklen Teig vorher das Kakaopulver ins Mehl vermischen).

Die zwei Teige für ca. 2 Stunden in den Kühlschrank legen.

Von jedem Teig die Hälfte nehmen. Diese jeweils ausrollen und in Streifen schneiden. 3 Streifen (abwechselnd hell/dunkel/hell) nebeneinander legen, darauf dann weitere 3 Streifen legen (abwechselnd dunkel/hell/dunkel). Dies dann ca. 5 mal wiederholen. Das mit dem ganzen halben Teig machen und dann für ca. eine halbe bis eine Stunde in den Kühlschrank legen.

Die anderen beiden Teighälften ausrollen und übereinanderlegen. Diese dann zusammenrollen und in Scheiben schneiden.

Die ersten Kekse aus dem Kühlschrank holen und in Scheiben schneiden.

Die Kekse auf ein Backblech legen und bei 190°C für ca. 15 Minuten backen.

Quelle: Brigitte.de



Foto: Usien CC BY-SA3.0

## Vivians Vanillekipferln (ca. 70 Stück)

Das brauchst Du:

200 Gramm Mehl  
80 Gramm Zucker  
175 Gramm Butter (kalt)  
2 Eigelb  
100 Gramm Mandeln (geschält, gemahlen)

Vanilleschoten-Mark (von 1 Vanilleschote)

1 Prise Salz

10 Päckchen Bourbon-Vanillezucker (zum Wälzen)

So gehts:

Mehl, Zucker, Butter-flöckchen, Eigelb, Mandeln, Vanille-mark und Salz mit dem Hand-rührer, dann mit den Händen zu einem glatten Teig verkneten. Aus dem Teig 2 lange Rollen formen und in Frischhalte-folie für ca. 2 Stunden in den Kühlschrank legen.

Den Backofen auf 180 Grad, Umluft 160 Grad, vorheizen. Die Teigrollen

aus dem Kühlschrank nehmen und in je 35 Scheiben schneiden. Jedes Teigstück zuerst zu einer Kugel, dann zu einer etwa 5 cm langen, an den Enden spitz zulaufenden kleinen Rolle formen und auf mit Backpapier ausgelegte Backbleche legen. Dabei die kleinen Rollen zu einem Hörnchen biegen.

Vor dem Backen noch einmal kurz in den Kühlschrank stellen. Die Kipferln im Backofen etwa 15 Minuten backen (die Kipferln sollen hell bleiben).

Den Vanillezucker in einen tiefen Teller geben. Die Kipferln vom Backblech nehmen und noch warm mit 2 Teelöffeln vorsichtig im Vanillezucker wälzen und auf Kuchengitter abkühlen lassen. Dabei vorsichtig arbeiten, da die Kipferln sehr mürbe sind. Die Kipferln auf einem Kuchengitter ganz abkühlen lassen.

Quelle: Brigitte.de



Foto: Claudi Walther-Dornieden CC BY-SA2.0