



Starješyny list

2020/14

W žiśowni „Villa Kunterbunt“ su swěšili ptaškowu swajźbu. Žiši, wótkubłaŕki, wótkubłaŕje, starjejše a druge góšći su měli rozwjaselec góžinku pši dwójorěcnem programje z Marion a Matom. Wóni su wiželi pupkowe graše „Kokoška Suse co na ptaškowu swajźbu hyš“.

Žiši su byli wufajnowane ako luštna šwita ptaškow. Se wě, až teke njejstej felowalej njewjesćinski pórík w dolnoserbskej drastwje a póbratš. Wóni su na cesnych městnach rědnemu programju slědowali.

Na kóńcu su wšykne zgromadnje znaty ptaškoswajźbowy spiw spiwali a k tomu luštnje rejowali.



wudaše: nalěše 2020/14
wudawaŕ: Serbske šulske towaristwo z.t.
Postowe naměsto 2
02625 Budyšin

tel.: 03591 550216/faks: 03591 550220

info@sorbischer-schulverein.de

www.sorbischer-schulverein.de

zagronitej redaktorke: Marja Jaworkowa/Monika Süßowa

tel.: 03591 550215

dolnoserbski pšeložk: H. Kutšankowa

fota: SŠT

© 2020 Serbske šulske towaristwo z.t./Sorbischer Schulverein e.V.

Lubej starjejšej,

co by dejało mójo góle do zastupa do šule wuměš, zawěšće cesto se pšašatej. Za rěčne zamóžności mamy mjazy drugim slědujuce orientaciske pomocy:

- Zakładne rěčne wuwise by dejało byś w głownem wotzamknjene.
- Samostatne twórjenje plurala słowow pórażijo se teke fonologiski pšecej lěpjej.
- Sady z głowneju a pódlarškeju sadoweju konstrukciju by dejali byś možne.
- Waju góle móžo swoje žyćenja dokradnje wugroniś a zamóžo teke telefoniski z partnerjami se rozgranjaś.
- Aktiwny słowoskład wopśimjejo něži 2.500 słowow a pasiwny něži 13.000 słowow, pórucenje k tomu namakajošo skóro teke w dolnoserbskej rěcy pód rubriku słowne lišćiny www.dyrdakojstwo.de.

Žycym Wam a Wašej celej familiji w mjenju pśedsedarstwa měrniwy cas a wóstańšo strowe.

Z pśijaznym póstrowjenim



Ludmila Budarjowa

pśedsedarka Serbskego šulskego towaristwa z. t.



Wopśimješe:

Celo jadnorje strowje se žywiś!, Njepśenjasliwosći zežywidłow, 3. žěl, dr. Ute Libšowa	2
Fachowe wobradowanje za Witaj-wótkubłački, Mila Zachariasowa	4
Dyrdakojstwo - Nowa web-strona w dolnoserbskej rěcy	7
Naš insektowy projekt, Witaj-žišownja „Villa Kunterbunt“ Chóšebuz	8
Wjelike łazenje na łuce, Tšojeńko, nic jano za žiši	10

Celo jadnorje strowje se žywiš!

Njepšenjasliwosći zežywidłow, 3. žěl, dr. Ute Libšowa

Žiši skjarže cesto na brjuch. Wósebnje kradu małe žiši pokazuju pšecej na brjuch, gaž jim něčo bóli. Samo typiske infekciske chórosći žiši pšecej w brjuše lokalizěruju, což pak se rozmějo, gaž wěmy, až jo naš "imunowy system" za wětšy žěl w brjuše. A to se wě, až ten jo teke pla gripy pominany.

Dajo pak teke druge zawiny za bóli w brjuše, a k tomu słušaju njepšenjasliwosći zežywidłow. Toś te su na kuždy pad daloko rozšyrjone. Lice se z tym, až něži tšešina wobydlařstwa nejmjenjej schylami šerpi pód njepšenjasliwosću zežywidłow.

Njezaměniš dejali njepšenjasliwosć zežywidłow z alergijami na zežywidła. Alergija na zežywidła

bazěrujo pšecej na imunologiskej reakciji z twórženim antišětkow a manifestěrujo se głownje na kóžy (alergiske ekcemy, kopšiwowa alergija). 25 % pacientow ma šěžkosći pši dychanju (smarkawa, astma), ale jano 10 - 20 % ma bóli w póžywařskem trakse (spinkanje w brjuše, rikanje, ganjanje, zatkanje). Mjaztym až se w žiśecem starstwje głownje alergi je na proteiny w krowinem mloku, jajach, pšenicy a zemskich wórješkach pokazuju, reagěruju młodostne a dorosćone pšedewšym na sad a wórjechy.

Wót wšych pacientow z chroniskimi bólami w žołdku a crjowach ma pak jano kradu mało (1,5 % pla dorosćonych, 8 % pla žiši) pšawu alergiju na zežywidła.

Napšešiwo tomu wobglědujo se pla 20 - 45 % pacientow z chroniskimi bólami w žołdku a crjowach njepšenjasliwosć zežywidłow ako zawina. Symptomy mógu byś podobne, na pš. rikanje, ganjanje, zatkanje, ekcemy kóže, ale teke napadojtosć k infekcijam, chroniska mucnosć abo (wósebnje w žiśecem starstwje) hyperaktiwita mógu se



pšez njepšenasliwość zeżywidłow wuwabiš.

Napšešiwu nejwěcej alergiskim reakcijam nastawaju bóli cesto teke akle někotare góžiny a samo dny pó jěži, su cesto njespecifiske a daju se z tym šěžko pširědowaš.

Nejwěcej njepšenasliwošćow zeżywidłow wuwabiju pšenica/gluten, mloko, jaja a wórjechy.

Diagnoza njepšenasliwošći zeżywidłow jo diagnoza wuzamknjenja, to groni, až ma gójc pši wšykných akutnych a/abo intensiwných bólach w brjuše pšepytowaš, lěc to njejsu snaž organiske zawiny.

Pši dłužko warnujucych se měnjecych a skerjej „lažkich” bólach móžo wobšyrne wopšašowanje za zeżywjeńskimi zwuconosćami, pó móžnosći na zaklaže pisneje dokumentacije jěže pšez 14 dnjow, ewentalne njepšenasliwošći wuzbadaš. Z wuwóstajenim toš tych zawinujucych faktorow móžo se relatiwnje



spěšnje pózdatne měnjenje wobwěsćiš abo wuzamknuš.

W šěžkich padach mógu speciellne pšepytowanja w laborje dalej pomagaš. Toš te pak dejali se akle cyniš, gaž se bóli njeglědajucy na konsekwentnu změnu zeżywjenja pšez dlejšy cas njejsu změnili a wše šulskomedicinske organiske zawiny se wuzamknuli su.

Napšešiwu zeżywidłowym alergi- jam, kótarež wětšy žěl cas žywnjenja wobstoje, mógu bóli pši njepšenasliwošći zeżywidłow pšez dlejšu konsekwentnu změnu zeżywjenja a snaž pšez pšidatnu stabilizaciju miljeja w crjowach cesto se zminuš, ale teke dotychměst njepšenasliwe zeżywidła mógu se reducěrowanje do jěžnego plana pšiwzeš.

Pšiducy pšinosk dej se zaběraš ze zapšimujucym pšašanim: “Smějomy žiši wegetariski abo samo weganje zeżywiš?”

Fachowe wobradowanje za Witaj-wótkubłački

Mila Zachariasowa



W lěse 1998 jo Serbske šulske towaristwo z. t. założyło přědnju Witaj-kupku za Dolnu Łužycu a wjele luži jo ten projekt imersiwnje metody statkownje pódpěrowało.

Wót apryla 1999 som wótkubłačka w toś tej žiśowni a pšewóžujom žiši kuždy žen w serbskej rěcy. Telik wjelerakego materiala za pšedšulski wobłuk w serbskej rěcy ako žinsa mamy, tencas hyšći měli njejsmy a tak jo dojšło k tomu, až som se weto raz pisak a cedlik do ruki wzela a někotare wěcy „serbski“ napisała.

Južo w lěse 2015 som želała ako wobradowačka za metodiske/didaktiske pšašanja za wótkubłački we Witaj-kupkach. Zgromadnje z wědomnostnej sobuželašečku Witaj-centruma Gundu Heyderoweju smej wuželałej praksy bliske pórucenja, kótarež su mě zmóžnili direktny kontakt. Tak som mógała

wótkubłački pši jich wšednem žele pšewóžowaš a pódpěrowaš.

Ako jo toś ta pódpěra za wótkubłački 2018 z rozdžělnych pšicy now wótpadnuła, su se serbske želowe wuměnjena zešpatnili. Pšez nowelěrowanje Serbskeje kazni w zwisku ze spěchowanim za Witaj-kupki w žiśownjach pšez ministarstwo jo se něnto zasej městno wutwóriło. Pšosbu za ten projekt jo Serbske šulske towaristwo z. t. pšewzeło a mě ten wažny nadawk pšepodało. Tak mam wót 01.10.2019 móžnosć, wótkubłački w Dolnej Łužycy w jich žele rěcnje a didakti-



ski pšewóžowaś a by kšěła dojspiś, až se nałożowanje rěcy w praksy pla wšych intensiwěrujo. Mjazytym jo licba wótkubłařkow w Dolnej Łužycy na něži 50 aktywnych powědařkow-wopłěwařkow w žišownjach narosła. Žěłowe wuměnjenja za nałożowanje serbskeje rěcy su kradu rozdźělne.

Mimo pšewóžowanja w praksy słuša k mójim nadawkam teke koordiněrowanje wěstych zarědowanjow, projektow z eksternymi pšidatnymi mocami, ako teke wužaržowanje zwiska z drugimi serbskimi organizacijami a nic na slědku z wjednicami jadnotliwych institucijow. Mam bėrow w Měście, w kótaremj gósci rada wuwitajom a se z nimi rozgranjam.

W praksy mógu pši pšewóžowanju powědařki ceło jadnorje raz „słownik“ w slězynje byś. Gaž wótkubłařku pši jeje wšednem žěle pšewóžujom, mógu jej z rěcnymi wobrotami abo jadnotliwymi wokablami na zaklaže swóich dlujkolětnych znašow malsnje pomagaś. Wažne pši pšewóžowanju jo teke mój rěcny pšikład. Korigěrowane wóspjetowanje jadnotliwych rěcnych zapšimješow móžo pomagaś, to rozmějuce słyšanje wótkubłařkow sensibilizěrowaś. Dalej jo teke notne, w měrnej wokolności wěstym słownym kupkam



a temam se hyšći raz pšiwobrošiś. Pši normalnem, cesto hektiskem a z informacijami pšepoľnjonom wšednem dnju ga njejo móžno, z poľneju koncentraciju na rěc žiwaś.

Ale nic jano jadnotliwe rěcne wobrot a situacije maju se wóspjetowaś, zgromadnje mógu se wótkubłařki teke kompletnje na pórucenje pšigotowaś. Móžo to teke byś zaměrne, kreatiwne pórucenje, cytański tekst, kótaryž se zwucujo we wugronjenju a pšizukowanju, pšigótowanje na ceły program abo na swěžeń. Wšykno to, což jo wšedny žeń w Kita a horše tak trjebne. Gaž se pórucenje pón ze žišimi do statka staja, ja jo teke rada pšewóžujom a za tym w reflexiwnem rozgronje na wšykno reagěrujom. How stoj sebjepóznaśe

na přednem městnje a rada póda-
wam teke pókiwy za dalšne zwu-
cowańske nadawki a dobru radu za
žěło.

Procujom se kradu wjele wót-
kubłařkow dojspiš a wjaselim se na
toš te nadawki a na dalšne organi-
zatoriske nastupnosći, kótarež se z
tych rozgronow wudawaju. How žo
mjazy drugim teke wó dobyše dalš-
nych wótkubłařkow za pówołanje w
našom regionje.

Mam zakładne wukubłanje za
graše z gitaru a som rejowařka w
Nimsko-serbskem ansamblu Chóše-
buz. Tak mógu teke na kulturnem
pólu pódpěrujucy sobu žělaš.

Wšykne te nadawki su wopšimješe
mójogo žěla ako fachowa wobrado-
wařka. Com pak na to pokazaš, až
njejsom kontrolerka abo wucabnica.
Som pšewózowařka, pózbužujom,
pódpěrujom a mógu pódwajaš wěs-
tosć. Wěm, až se z wjelikeju radosću a
ze statkom zasajžujom za zdžaržanje
serbskeje rěcy a wižim ako facho-
wa wobradowařka wjelgin dobru a
zmysłapołnu móžnosć to cyniš.



Sněgulka

Sněgulka zwón,
lužam to groń,
až šopte stynjaško
pšinjaso nalěto.
Sněgulka zwón,
lužam to groń!



Ptašack tšip-tšip,
zašwic pip-pip!
Natwař se gñězdaško
za twójo młóžetko.
Ptašack tšip-tšip,
zašwic pip-pip!

Wuchack huš-huš,
pilny něnt buž!
Pyšnučke jajcycka
położ do gñězdaška.
Wuchack huš-huš,
pilny něnt buž!

(pó melodiji: Winter ade)



Dyrdakojstwo

Nowa web-strona w dolnoserbbskej rěcy

W pedagogice wšednego dnja se rěčne zamóžnosći žiši pšez wjelgin wšakorake komunikaciske a rěčne góžby wubužuju, na pšikład pši twarjenju, grajkanju, baslenju, mólowanju a pši wobgłědowanju wobrazowych kniglickow. Rěčne kubłanje žiši słuša sobu k nejwažnejšym nadawkam žiśownje a pšedšule. Pšez wopisowanie, rozjasnjowanie, rozpšawjenje, pokazowanie twórje se situacije, w kótarychž se komunikatiwne kompetence žiši rozšyrjaju. Z how pšedlažecymi materialijami, grajnymi idejami a nadawkami mógu wótkublarje a wótkublarčki žiši w jich rěčnem a kognitiwnem wuwišu pódpěraš. Materialije su zapoložone do temow, kenž póchadaju ze žywjeńskego swěta žiši. Pšiswójenje wobšyrnego

słowoskłada móžo se na pšikład póstarcyš, gaž se tematiski orientěrowane projekty pšez wěcej dnjow abo tyženjow pšewjeduju. Ako pomoc mógu se teke wużywaš słowne liščiny, kenž se na wótpowědujucych temach w zakładnej šuli orientěruju. Ze słownymi liščinami mógu wótkublarčki, wótkublarje a teke starše žiši we wažnej fazy pšiswójenja rěcy pódpěrujucy pšewóžowaš.

Myslimy how teke na starjejšych, kótarež bydle we Łužycy abo teke zwenka njeje a kšě swójom žiśam serbsku rěč wustnje a pisnje z pomocu toš toho online-projekta posrědnis abo skšušis.

Mimo togo mógu sebje teke starjejše na toš tu wašnju gromaže ze swójom žiśimi serbsčinu pšiswójs.



Naš insektowy projekt

Witaj-żišownja „Villa Kunterbunt“ Chóšebuz



Mej smej kněni Büttnerowa a kněz Mahnkopf a žěłamej w pśedšulskej kupce. W našej Witaj-kupce smej pšašalej žiši w januarje: „Wó com comy w pśiducem tyženju powědaś abo co comy cyniš?“ Bruno jo naražił, aź dejali wó insektach powědaś. Žiši su se mógali za ideju zagóriś. Wóni su se dejali pla swóжих starzejšych napšašowaś a knigły wó toś tej te-

mje sobu pśinjasć. Smy informěrowali starzejšych a smy jich pšosyli wó pomoc.

Zgromadnje smy kšěli pśiduce pšašanja rozjasniś:

- Kótare insekty znajomy?
- Žo su insekty žywe?
- Co žeru insekty?
- Wjele smasawkow, kśidłow a nožkow maju někotare insekty?
- Su insekty wužytne abo škódnije?
- Kótare zwěrjeta žeru insekty?

Wše starzejše su pódpěrowali našu pšosbu. W pśiducem tyženju smy glědali do našych knigłow z insektami. To jo było wjelgin zajmne!

Žiši su wěželi, kótare zwěrjeta k insektam słušaju, na pśikład bruki, mjeteliki, muchy, pcołki, mroje, skócki, pšyce a libele. Wóni su mógali





wulicowaś a na wobrazach pokazaś, lěc ma ten insekt głowu, gruz, slězne šěło, kśidle, smasawce, fasetowej wócy, cycawy a šesć nogow.

Insekty su żywe na cełem swěće. Pśi nas móžomy je w góli, w lěsu, w zemi, we wóže, na póli, na łuce a teke we jśpě namakaś. Někotare insekty su žracki rostlinow a žeru łopjena, kwiśonki abo drjewo. Dalšne insekty su měsožracki a žeru druge insekty abo druge małe zwěrjetka.

Žiśi wěže něnto, až su pcołki, mjaateliki a tśmjela wužytne. Wóni woprošuju kwiśonki. Ptaški, žabki, ježe, kšety a njewjericki žeru wjele insektow. Kulkowe bruki škóže kulkowym rostlinam a pšyce cycaju kšej.

Žiśi su byli wjelgin kreatiwna a su

nakreslili z filcowymi pisakami luštne insekty ako bogowe kóniki. Ze słonego šěsta su żowća a gólcy pón mjaateliki wuformowali a je ze sokami wupyšnili. Žiśi su byli wjelgin gjarde na swóje twórby. Dokulaž njejsmy



mjaateliki ze słonego šěsta mógali jěść, su wóni hyšći druge mjaateliki stwóрили z twarogowego šěsta. Kuźde góle jo mógało je sobu domoj wześ.

Na kóncu smej dokumentěrowalej wšykne wuslědky z fotografijami a z tekstami za žiśi a starjejše. My smy wjele nawuknuli a žiśi, starjejše a wótkublarje su měli wjasele pśi projekće.



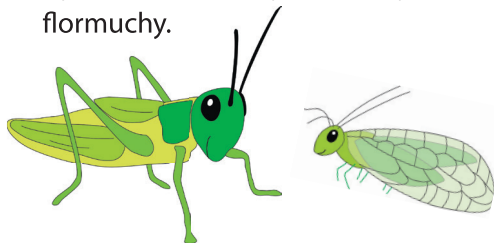
*Ines Büttnerowa, wótkublařka
Manuela Drinkmannowa,
wjednica*

Wjelike łazenje na łuce

Tšojeńko, nic jano za žiři

Jo był ředny nalětny źeń, ako jo na łuce we Wónychojcach wuderilo wjelike grakanje.

„To se wě, až ja som nejmalsnjejšy how na dalokej łuce”, jo cyrkał skóck. „Ja mógu taaak daloko skócyś.” Z wjelikim skokom jo pśizemjeł pla flormuchy.

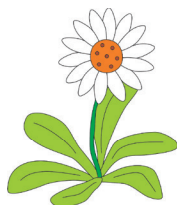
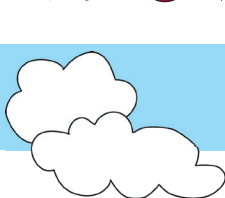


Flormucha jo kichotała: „Ja ale mam šesć nogow a styri kśidła! Pšešiwu mě njamaš zewšym žedneje šanse!”



„Ach, glědaj raz, złote wócko”, jo škjarcał pawk. „Ja ga mam dvě noze wěcej ako ty a mógu seši plasć a nitki tkaś!”

„Ejham”, jo kaškotała stonožka, „gaž źo pó nogach, to ga som ja bžez cwiblowanja nejłěpša!”



„Paperlapap”, jo kwicało słyńcko. „Comy gnaś na pšemoc! Prězy pla slinika jo start. Ten ga se njegnjo z flaka!”, jo słyńcko wusměšujucy da-kało a wšykne su se chachali měrne-mu slinikoju.

„Cil bužo stary dub na kšomje góle”, jo póstajiło złote wócko.

Krotko na to jo šesć narskich wob-žělnikow se zgromažilo pši startowej liniji. Pódlu na kšiwej wjerbje jo byr-cała zeba: „Ja som sudnik! Stakim na městna – gótowe – START!!!



Ehee, ehe”, jo wóna głosnje kaš-kotała. Na com drje jo se zasněb-nuła? A we tom su te wuškowne pės

cesćigłodne sportarje južo byzali pšec.

Skóck jo z wjelikimi skokami pšez dłužke zelene spjełka skokał a pawk jo na swóych dlužkich nitkach wisecy malsnje se pógibował wót kwětku ku kwětkuju.

„Na bok!”, jo stonožka se zadrěła a jo ze swójsimi wjelimi nogami byzała pšez wusoke spjełka.

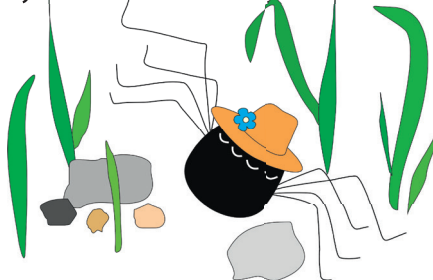
Oječko, kaki chaos, ako su jeje stugi se zdžergali a wóna jo zgubiła rownowagu.

Słyńcko jo górzejce w powěšću zgłosom se smjało, pjerwej až jo se dotyknuło pcołki, kótaraž jo zběrała nektar, a jo se waliło na zemju.



Skóck a pawk pak stej se dałej do kule. Ale co to jo było? Ako jo skóck z wjelikim skokom kšěł pawka za sobu wóstajis, jo se załapił w nitkach pawcyny a jo se pšestupił nogu. Něnto jo był pawk se swójsogo dobyša tak wěsty, až jo sebje žycył mału pšestawku a jo wše swóje wósym

nogow we měrje wupšestrěł do słyńca. – Krotko na to jo wusnuł.



Jano někotare góžiny pózdžej jo pómały slinik dolěžł ako dobyšař do cila a njejo se wósebnje žiwał: „Kaka škóda, nichten wěcej how.”



*z pšijašelnju dowolnošću pó Julia Meumann,
wózwajwone w žišećem casopisu GECKO*

**Moderny cłowjek jo wunamakał
nowy njepócynek: spěšnosť.**

Aldous Huxley

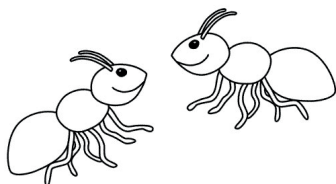
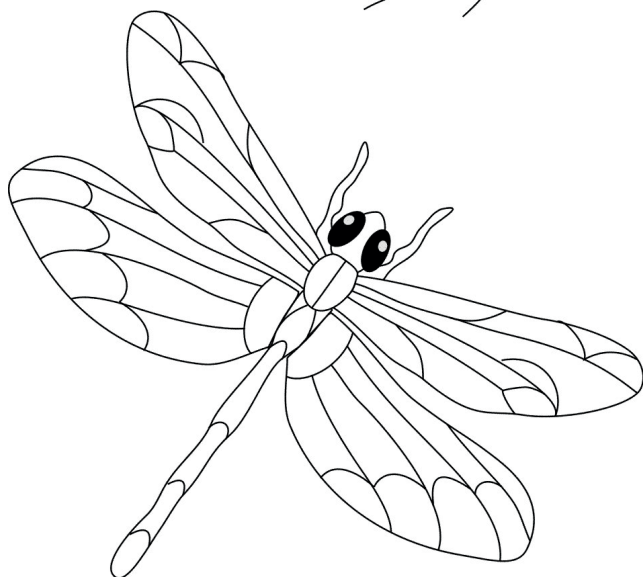
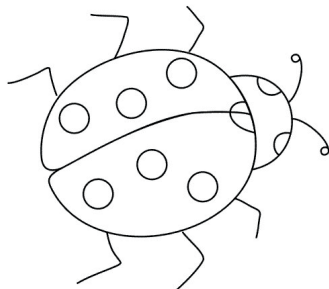
**Dajo wažnjějšego w żywjenju, ako
ceło jano pówušowaš spěšnosť.**

Mahatma Gandhi

**Licak žěła tak spěšnje,
dokulaž njemysli.**

Gabriel Laub

Słownik k insektam - Wör



Insekt/Insekten	-	ir
Grashüpfer	-	sl
Libelle/Libellen	-	li
Biene/Bienen	-	p
Fliege/Fliegen	-	rr
Schmetterling/e	-	rr
Käfer	-	b
Mücke/Mücken	-	p
Marienkäfer	-	sl
Maikäfer	-	rr
Wespe/Wespen	-	w
Hummel/Hummeln	-	ts
Ameise/Ameisen	-	rr
Stachel der Biene	-	p
Fühler/2 Fühler	-	si
Flügel	-	k:
Haufen	-	ki
Honig	-	rr
stechen	-	št
summen	-	b
nützlich	-	w
schädlich	-	šl
Bein/Beine	-	n
Panzer	-	šl
Kopf	-	g:
Brust	-	g
Hinterleib	-	sl
Nest	-	g
im Nest	-	w
tasten	-	p
beißen	-	ki
riechen/schnuppern	-	ci
Blut saugen	-	k:
Fleischfresser	-	rr
Pflanzenfresser	-	ži

’örterbuch zum Insektenprojekt

insekt/insekty

skóck/skócki

libela/libele

pcoťka/pcoťki

mucha/muchy

mjatelik/mjateliki

bruk/bruki

pšyca/pšyce

stýňcko/stýňcka

majski bruk/majske bruki

wósa/wóse

tšmjel/tšmjele

mroja/mroje

pcoťcyny štapc

smasawki/smasawce

kšídło/kšídle/kšídla

kopica/kopicu twariš

mjodnektar

štapiš

byrcaš

wužytny

škódnivy

nožka/nožki

škórpina

głowa

gruž

slězne šeto

gnězdo

we gnězdže

pšepšimowaš

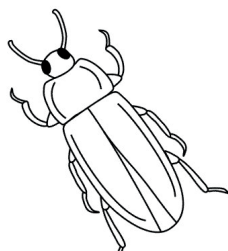
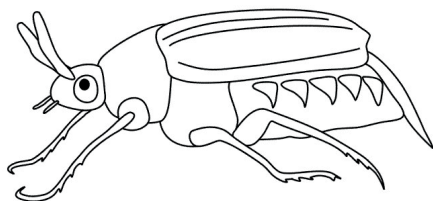
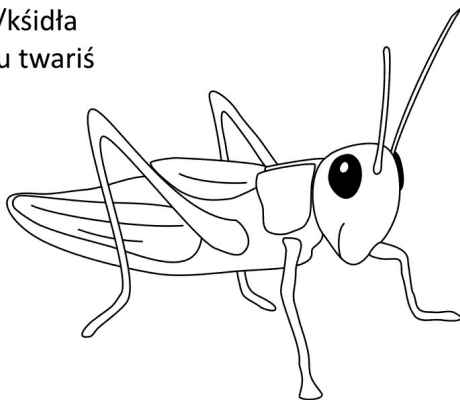
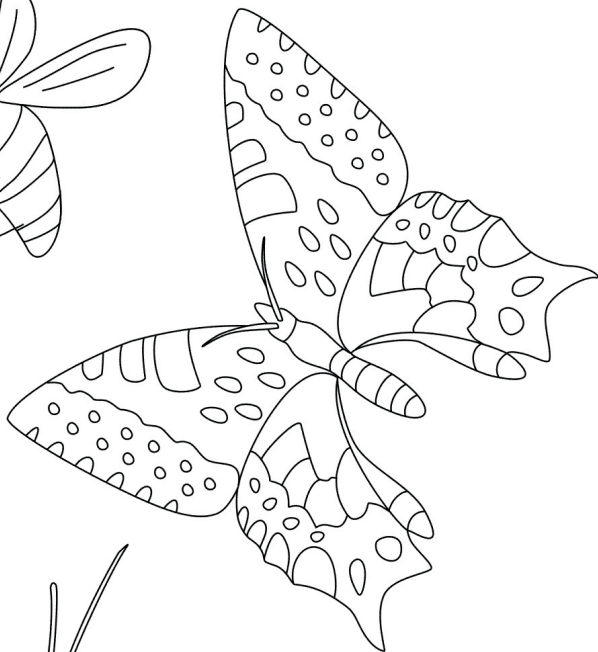
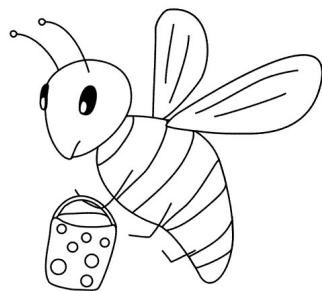
kusaš

cuš/nuchaš - wóni cuju/nuchaju

kšej cycaš - wóni cycaju kšej

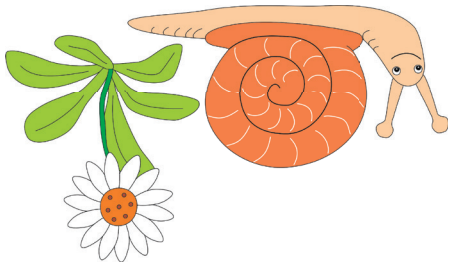
měšožracki

žracki rostlinow



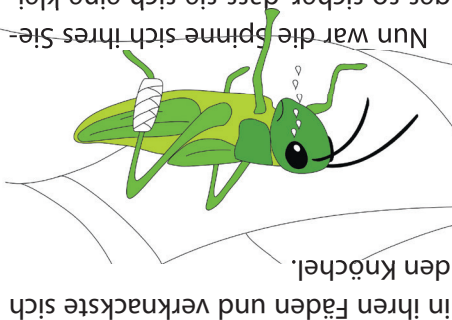
Rasende rennen offene
Falttüren ein.
Manfred Hinrich
Geschwindigkeit ist
kein Gradmesser für Können.
Friedrich Löchner

Mit freundlicher Genehmigung nach Julia
Meumann, erschienen in der Kinderzeit-
schrift GECKO



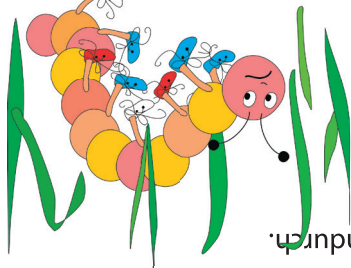
mand mehr da.“
nicht besonders: „Wie schade, nie-
rin durchs Ziel und wunderte sich
die gemütliche Schnecke als Siege-
Nur wenige Stunden später kroch
kurz darauf war sie eingeschlafen.

genüsslich in die Sonne streckte. –
ne Pause gönnte und alle acht Beine
ges so sicher, dass sie sich eine klei-
Nun war die Spinne sich ihres Sie-



in ihren Fäden und verknackste sich
den Knöchel.

Oje, was für ein Durcheinander, als
sich seine Schnürsenkel verfangen
und er das Gleichgewicht verlor.
Der Marienkäfer lachte laut oben
in der Luft, bis er eine ahnungslose
Biene beim Nektarsammeln streifte
und unsanft zu Boden stürzte. Zum
Glück schützte ihn sein harter Pan-
zer, nur ein Flügel war verknickt.
Der Grashüpfer und die Spinne
lieferten sich darauf ein spannen-
des Kopf-an-Kopf-Rennen. Aber,
was war das? Als der Grashüpfer die
Spinne mit einem riesigen Satz hin-
ter sich lassen wollte, verfiel er sich



hindurch.
nen zwischen den hohen Stängeln
ler und sauste mit seinen vielen Bei-
„Platz da!“, schrie der Tausendfuß-
Blume zu Blume.
schwind an ihren langen Fäden von
und die Spinne hangelte sich ge-
Sätzen über die langen Grashalme
Der Grashüpfer sprang in riesigen
gen Sportler los.
sausten die fünf übrigen ehrgeizi-
hatte er sich nur verschluckt? Schon
Ahää. Ahä“, er hustete laut, woran

Das große Krabbelwiesennen

Eine Geschichte nicht nur für Kinder



„Papperlapapp“, quitschte der Marienkäfer. „Wir werden ein Wettrennen veranstalten! Vorne bei der Schnecke ist Start, die wird sich schon nicht vom Fleck bewegen!“, gackerte er schadenfroh und alle lachten über die gemütliche Schnecke. „Das Ziel soll die alte Eiche am Waldrand sein“, bestimmte die Florfliege.

Kurz darauf versammelten sich die sechs aufgeregten Teilnehmer an der Startlinie. Nebenan auf der krummen Weide schmeterte der Buchfink: „Ich bin der Schiedsrichter! Also, auf die Plätze – fertig – LOS!!!“



Es war ein wunderschöner Frühlingstag, als auf der Krabbelwiese bei Schnirkelhausen wilde Streitereien entflammten.

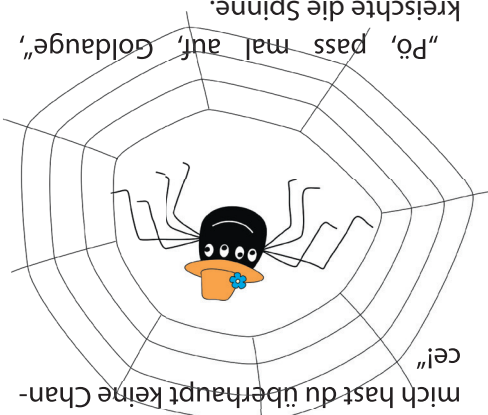
„Natürlich bin ich der Schnellste hier auf der ganzen weiten Wiese!“, zirpte der Grashüpfer. „Ich kann 5000 weit springen.“ Mit einem riesigen Satz landete er neben der Florfliege.

Diese kicherte: „Ich habe aber sechs Beine und vier Flügel! Gegen mich hast du überhaupt keine Chance!“

„Pö, pass mal auf, Goldauge“, kreischte die Spinne.

„Ich habe schließlich zwei Beine mehr als du und kann Netze knüpfen und Fäden spinnen!“

„Ähäm“, hüstelte der Tausendfüßler, „wenn es nach Beinen geht, gibt es ja wohl kaum Zweifel an meiner Überlegenheit!“



Ines Büttner, Erzieherin,
Manuela Drinkmann, Leiterin

Am Ende haben wir alle Ergebnisse mit Fotos und Texten für die Kinder und Eltern dokumentiert. Wir haben viel gelernt, und die Kinder, Eltern und Erzieher hatten Freude am Projekt.



Die Kinder waren sehr kreativ und haben mit Filzstiften fröhliche Insekten und Libellen gemalt. Aus Salzteig haben die Mädchen und Jungen dann Schmetterlinge geformt und diese mit Lin sen geschmückt. Die Kinder waren sehr stolz auf ihre Werke. Weil wir die Schmetterlinge aus Salzteig nicht essen konnten, haben sie noch andere Schmetterlinge aus Quarkteig gemacht. Jedes Kind konnte diese nach Hause mitnehmen.

Die Kinder wissen nun, dass Bienen, Schmetterlinge und Hummeln nützlich sind. Sie bestäuben Blumen, Vögel, Frösche, Igel, Maulwürfe und Eichhörnchen fressen viele Insekten. Kartoffelkäfer schaden den Kartoffelpflanzen und Mücken saugen Blut.

fresser und fressen andere Insekten und andere kleine Tiere.



Einige Insekten sind Pflanzenfresser und fressen Blätter, Blumen oder Holz. Weitere Insekten sind Fleisch-

Insekten leben auf der ganzen Welt. Bei uns können wir sie in der Heide, im Wald, in der Erde, im Wasser, auf dem Feld, auf der Wiese und auch im Zimmer finden.



Amisen, Grashüpfer, Mücken und Libellen. Sie konnten erzählen und auf Bildern zeigen, wo das Insekt Kopf, Brust, Hinterleib, Flügel, Fühler, Fassettenaugen, Mundwerkzeuge (Sugrüssel) und sechs Beine hat.

Unser Insektenprojekt

Witaj-Kindertagesstätte „Villa Kunterbunt“ Cottbus

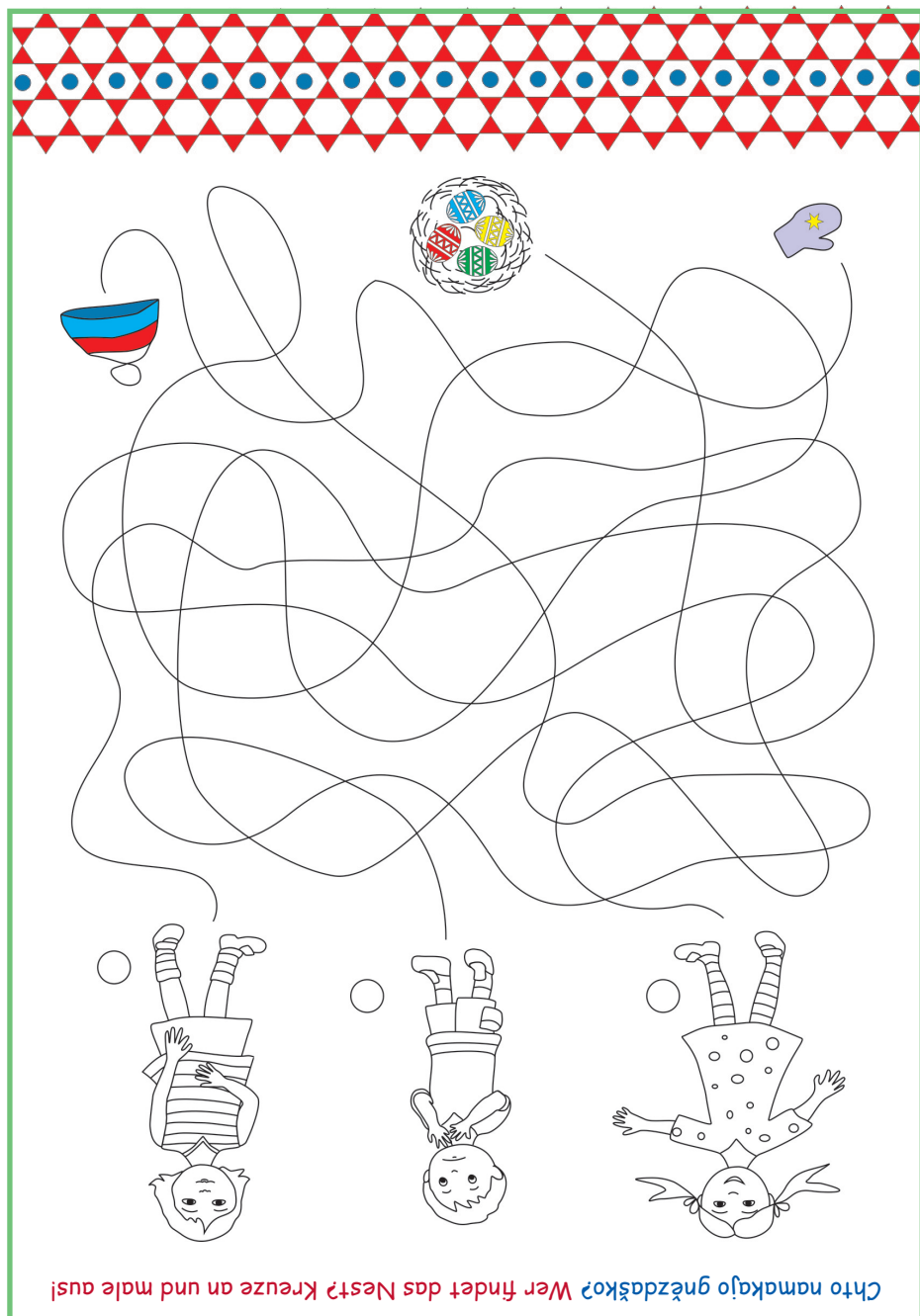


Wir sind knēni Būttnerowa a knēz Mahnkopf und arbeiten in der Vorschulgruppe unseres Kindergartens. In unserer Gruppe haben wir im Januar die Kinder gefragt: „Worüber wollen wir in der nächsten Woche sprechen oder was wollen wir machen?“ Bruno hat vorgeschlagen, dass wir über Insekten sprechen sollten. Die Kinder konnten sich für diese Idee begeistern. Sie sollten ihre Eltern befragen und Bücher zu diesem Thema mitbringen. Wir informierten die Eltern und baten sie um Mithilfe. Gemeinsam wollten wir folgende Fragen erkunden:

- Welche Insekten kennen wir?
- Wo leben Insekten?
- Was fressen Insekten?
- Wie viel Füher, Flügel und Beine haben einige Insekten?
- Sind Insekten nützlich oder schädlich?
- Welche Tiere fressen Insekten?

Alle Eltern haben unsere Bitte unterstützt. In der darauffolgenden Woche haben wir uns die Bücher über Insekten angeschaut. Das war sehr interessant!

Die Kinder wussten, welche Tiere zu den Insekten gehören, z. B. Käfer, Schmetterlinge, Fliegen, Bienen,



den Alltag, kann man nicht immer die volle Konzentration auf die Sprache lenken.

Doch nicht nur einzelne Redewendungen und Situationen sind zu wiederholen, man kann sich auch komplett auf ein Angebot gemeinsam vorbereiten. Das kann ein gezieltes, kreatives Angebot sein, ein Lesetext, der in der Aussprache und Betonung geübt wird, eine Vorbereitung auf ein ganzes Programm oder ein Fest. Alles das, was der Kita- und Hort-Alltag so braucht.

Wenn es dann zu der Durchführung des Angebotes mit den Kindern kommt, so bin ich gern bereit, auch das zu begleiten und im Nachhinein in einem Reflexionsgespräch auf alle Dinge einzugehen. Hier steht die Selbsterkenntnis im Vordergrund und gern gebe ich Hinweise zu weiteren Übungsaufgaben oder Empfehlungen für die Arbeit.

Ich versuche möglichst viele Erziehenden zu erreichen und auf mich auf diese Aufgaben und die weiteren organisatorischen Dinge, die sich aus den Gesprächen ergeben werden. Hier geht es unter anderem auch um die Gewinnung weiterer Erzieherinnen für unseren regionalen Berufszweig. Sehr gespannt bin ich also, wie sich dies al-

les entwickelt.

Ich habe eine Grundausbildung im Gitarrenunterricht und bin Tänzerin



im Deutsch-Sorbischen Ensemble Cottbus. So kann ich auch auf kulturellem Gebiet unterstützend mitwirken.

All diese Aufgaben sind Bestandteil meiner Arbeit als Fachberaterin. Doch ich möchte darauf hinweisen, dass ich keine Kontrollleurin oder Lehrerin bin. Ich bin Begleiterin, rege an, unterstütze und kann Sicherheit geben. Ich für mich weiß, dass ich mich voller Freude und Tatendrang für den Erhalt der s/w Sprache einsetze und sehe als Fachberaterin eine sehr gute und sinnvolle Möglichkeit, dies zu tun.

gleichzeitig sind weibliche und männliche Vertreter gemeint



gleitung der Sprecherin einfach mal das „Wörterbuch“ im Hintergrund sein. Wenn ich eine Erzieherin in ihrer tagtäglichen Arbeit begleite, so kann ich mit Redewendungen oder einzelnen Vokabeln aufgrund meiner langjährigen Kenntnisse schnell aushelfen.

Wichtig in der Begleitung ist auch, meine sprachliche Vorbildwirkung. Das korrigierte Wiederholen von einzelnen Sprach-Bausteinen kann helfen, das verstehende Hören der Erzieherinnen zu sensibilisieren. Des Weiteren ist es aber von Nöten, in einem ruhigen Umfeld auf bestimmten Wortgruppen und Themen noch einmal einzugehen. Denn in dem ganz alltäglichen, oft hektischen und informationsüberladenviert.

Neben der Begleitung in der Praxis gehört zu meinen Aufgaben auch die Koordination von bestimmten Veranstaltungen, Projekten mit externen Zusatzkräften, sowie die Verbindung zu anderen sorbischen/wendischen Organisationen und nicht zuletzt zu den Leiterinnen der einzelnen Einrichtungen. Ich habe ein Büro in der Stadt, in dem ich interessierte gern empfangen und in angenehmer Atmosphäre Gespräche führen kann.

In der Praxis kann ich in der Be-

tingsvolle Aufgabe. An dieser Stelle danke ich für das mir entgegengebrachte Vertrauen.

Inzwischen ist die Zahl der Erzieherinnen in der Niederlausitz auf ca. 50 aktive Sprecherinnen als Betreuungspersonen in Kindertageseinrichtungen angestiegen. Die Arbeitsbedingungen in Bezug auf die Anwendung der wendisch/sorbischen Sprache sind sehr unterschiedlich.

So habe ich die Möglichkeit, seit dem 01.10.19 diese Erzieherinnen in der Niederlausitz zu begleiten und möchte erreichen, dass sich die Anwendung der Sprache bei jedem einzelnen in der Praxis intensiviert.

Fachberatung für Witaj- Erzieherinnen und Erzieher

Mila Zacharias



Stift und Zettel zur Hand nahm und ein paar Dinge „serbski“ niederschrieb. Bereits 2015 war ich als Beraterin für methodische/didaktische Fragen für die Erzieherinnen in den Witaj-Gruppen tätig. Gemeinsam mit der wissenschaftlichen Mitarbeiterin des Witaj-Zentrums Gunda Heyder erstellten wir praxisnahe Angebote, die mir den direkten Kontakt ermöglichen. So konnte ich die Erzieherinnen in ihrer alltäglichen Arbeit begleiten und unterstützen. Nachdem 2018 diese Art der Unterstützung für die Erzieherinnen aus unterschiedlichen Gründen wegfiel, war dies eine Verschlechterung für die sorbischen/wendischen Arbeitsbedingungen. Durch die Novellierung des Sorben/Wenden Gesetzes in Verbindung mit einer Förderung des Ministeriums konnte jetzt wieder eine Stelle geschaffen werden. Den Antrag dieses Projektes übernahm der Sorbische Schulverein e.V. und übertrug mir diese Bedeutung es damals noch nicht und so kam es dazu, dass man doch mal solch vielfältiges Material für den Vorschulbereich, wie es jetzt gibt, geleitete.

Ab April 1999 war ich eine Erzieherin, die die Kinder jeden Tag in sorbischer/wendischer Sprache betreute. nach dem Prinzip der Immersion und die Kinder wurden tagtäglich mehr Erzieherinnen ausgebildet unterstützen. Mit der Zeit wurden viele Leute, die das Projekt tatkräftig ein e.V. ins Leben gerufen und es gab erste Witaj-Gruppe in der Niederlausitz durch den Sorbischen Schulverband. In Cottbus/Sielow wurde 1998 die



Gemeinsam Sorbisch lernen ist wie ein Abenteuer - dyrdakojstwo. Für einen gelungenen Schulstart und Erfolg in der Schule sind gute Sprachkenntnisse notwendig. Das gilt nicht nur für Muttersprachler, sondern auch für Kinder mit Sorbisch als Zweitsprache. Die vom Sorbischen Schulverein entwickelte Webseite www.dyrdomdej.de mit sorbischen Materialien und Ideen für die Praxis ist auch eine gute Hilfe für Eltern, die ihren Kindern die sorbische Sprache mündlich und schriftlich vermitteln oder die aneignen.

Außerdem können sich Eltern auf diese Art und Weise gemeinsam mit ihren Kindern die sorbische Sprache kindertagesstätten. der pädagogischen Arbeit in den Das entspricht dem Grundprinzip Sprachkenntnissen fördern können. und mit allen Sinnen Kinder in ihren her und Erzieherinnen ganzheitlich dig, mit denen Eltern sowie Erzie- Reime, Lieder und Spiele notwen- fördernde Materialien wie Bilder, tigen wollen. Deshalb sind sprach- vorhandenen Sprachkenntnisse fes-

Dyrdakojstwo
Die neue Webseite in niedersorbischer Sprache

zeichnung der gegessenen Nahrungsmittel über einen Zeitraum von 14 Tagen, mögliche Unverträglichkeiten eruieren. Durch Weglassen dieser vermuteten Auslöser kann relativ schnell die Vermutung bestätigt oder ausgeschlossen werden. In hartnäckigen Fällen können spezielle Laboruntersuchungen weiterhelfen, diese sollten aber erst erwogen werden, wenn trotz konsequenter Ernährungsumstellung über einen längeren Zeitraum die Beschwerden unverändert geblieben und alle schulmedizinischen organischen Ursachen ausgeschlossen sind. Im Gegensatz zu den Nahrungsmittell allergien, die meist lebenslang bestehen, kann bei einer NMUV durch längere konsequente Ernährungsumstellung und ggf. eliminierung zusätzlichen Stabilisierung des Darmmilieus häufig nicht nur eine Beschwerdefreiheit erreicht, sondern auch eine vorsichtige Zufuhr der bislang unverträglichen Nahrungsmittel in reduzierter Menge versucht werden. Der nächste Beitrag soll sich der spannenden Frage widmen: „Darf man Kinder vegetarisch oder sogar vegan ernähren?“

Kindern) eine echte Nahrungsmittelallergie. Eine Nahrungsmittelunverträglichkeit wird dagegen bei 20 – 45 % der Patienten mit chronischen Magen-Darm-Beschwerden als Ursache angesehen. Die Symptome können ähnlich sein, z.B. Blähungen, Durchfall, Verstopfung, Ekzeme der Haut, aber auch Infektanfälligkeit, chronische Müdigkeit oder (v.a. im Kindesalter) Hyperaktivität können durch eine NMUV ausgelöst werden. Im Gegensatz zu den meisten allergischen Reaktionen treten die Beschwerden aber oft erst mehrere Stunden bis sogar Tage nach dem Verzehr auf, sind oft unspezifisch und damit schwer zuzuordnen. Die häufigsten NMUV betreffen Weizen/gluten, Milch, Eier und Nüsse. Die Diagnose NMUV ist eine Ausschlussdiagnose, d.h. bei allen akuten und/oder starken Bauchbeschwerden ist immer ein Arzt zum Ausschluss von organischen Ursachen aufzusuchen. Bei lang andauernden, wechselnden und eher „leichteren“ Beschwerden kann eine ausführliche Befragung zu den Ernährungsgewohnheiten, möglichst auf der Grundlage einer schriftlichen Auf-

NMUV mit den Nahrungsmittelallergien (NMA). Eine Nahrungsmittelallergie beruht immer auf einer Immunologischen Reaktion mit Bildung von Antikörpern und manifestiert sich vorwiegend an der Haut (allergische Ekzeme, Nesselsucht). 25 % der Patienten zeigen Atembeschwerden (Schnupfen, Asthma), aber nur 10 - 20 % weisen Beschwerden im Verdauungstrakt auf (Bauchkrämpfe, Blähungen, Durchfälle, Verstopfung). Während im Kindesalter vorwiegend Allergien auf Kuhmilch-, Ei-, Weizen- und Erdsussproteine beobachtet werden, reagieren Jugendliche und Erwachsene vorrangig auf Obst und Nüsse.

Von allen Patienten mit chronischen Beschwerden im Magen-Darm-Trakt haben aber nur sehr wenige (1,5 % bei Erwachsenen, 8 % bei

„Bauchschmerzen“ sind eine häufige Klage bei Kindern. Besonders ganz kleine Kinder zeigen immer auf den Bauch, wenn ihnen etwas weht. Selbst die typischen Infektionskrankheiten werden von Kindern immer im Bauch lokalisiert, was aber verständlich wird, wenn man weiß, dass sich „unser Immunsystem“ zum größten Teil im Bauch befindet. Und dieses ist natürlich auch bei einer Grippe gefordert.

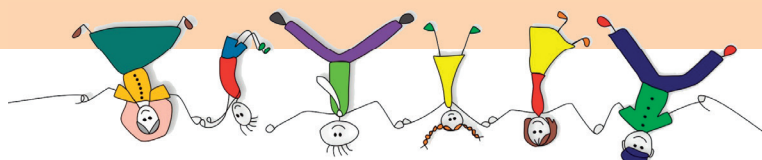
Allerdings gibt es auch noch andere Ursachen für Beschwerden im Bauchbereich und dazu gehören die Nahrungsmittelunverträglichkeiten (NMUV). Diese sind durchaus weit verbreitet. Es wird geschätzt, dass rund ein Drittel der Bevölkerung zumindest zeitweise unter einer NMUV leidet.

Nicht verwechseln darf man die



Einfach gesund ernähren! 3. Teil: Nahrungsmittelunverträglichkeiten (Dr. Ute Liebsch)

Inhalt:	
Einfach gesund ernähren! Teil 3: Nahrungsmittelunverträglichkeiten, Dr. Ute Liebsch	1
Dyrakojstwo - Die neue Webseite in niedersorbisch	3
Fachberatung für Witaj- Erzieherinnen und Erzieher, Mila Zacharias	4
Unser Insektenprojekt, Witaj-Kindertagesstätte "Villa Kunterbunt" Cottbus	8
Das große Krabbelwiesenserennen, Eine Geschichte nicht nur für Kinder	10



Vorsitzende des Sorbischen Schulvereins e.V.

Ludmila Budar

Ludmila Budar

Ihre

gesund!

Ich wünsche Ihnen im Namen des Vorstandes eine friedvolle Zeit und bleiben Sie
niedersorbischer Sprache demnächst unter www.dyrakojstwo.de
13000 Wörter, eine Empfehlung anhand von Wortlisten finden sie auch in
• Der aktive Wortschatz umfasst ca. 2500 Wörter und der passive umfasst ca.
• Ihr Kind kann seine Wünsche genau definieren und Telefongespräche führen.
• Sätze mit Haupt- und Nebensatzkonstruktionen sollten möglich sein.
immer besser:
• Selbständige Bildung der Mehrzahl von Wörtern gelingt auch phonologisch
abgeschlossen sein.
• Die grundlegende Sprachentwicklung sollte in der Regel vor Schuleintritt
Für sprachliche Fähigkeiten gibt es u. a. folgende Orientierungshilfen:
was sollte mein Kind vor Schuleintritt alles beherrschen, ist eine oft gestellte Frage.

Liebe Eltern,



Elternbrief

2020/14

