KATER MORITZ

EINES NACH DEM ANDEREN

So ist es richtig: Die Mädchen haben erst aufgeräumt. Jetzt ist genug Platz, um die Eisenbahn aufzubauen.

FÜR SCHLAUE FÜCHSE

A: Was hilft dir, fit und konzentriert zu bleiben?

1. Ich stehe rechtzeitig auf, damit ich in Ruhe frühstücken kann.
2. Ich packe meine Schultasche schon am Abend für den nächsten Tag.
3. Ich habe Tag und Nacht mein Handy an, damit ich keine Nachricht verpasse.
4. Ich gehe oft raus und treibe Sport.
5. Ich räume meinen Schreibtisch nie auf.
6. Vor dem Lernen lüfte ich das Zimmer.
7. Zu den Hausaufgaben schaue ich Fernsehen.

LECKERES NUSSBROT

Löse 2 EL Kokosfett oder Butter in 400 ml warmem Wasser auf. Verrühre die Flüssigkeit mit je 100 g Leinsamen, Nüssen, Sonnenblumen- oder Kürbiskernen, 150 g Haferflocken, 2 EL Chiasamen, 1 TL Salz, 1 EL Zuckerrübensirup und wichtig: 4 EL Flohsamenschalen. Fülle den Teig in eine mit Backpapier ausgelegte Backform. Lasse ihn zwei Stunden ruhen. Backe das Brot eine Stunde bei 175 Grad (Umluft).

Wusstest du: die Flohsamen stammen vom Wegerich, einer Heilpflanze.

BILDERRÄTSEL

B: Auf dem Teppich liegen viele Sachen herum. Was gehört wohin? Verbinde die Gegenstände.

Auflösungen im Spiegel lesbar A: ١, ٢, ٤, ٥ B: Ball ٥, Kleider ٢, Bücher ١, Malsachen ٤, Kuscheltier ٥