Fotos: Zoonar, CBM

CHRIS

Nr. 4

cbm in Nepal

Der etwas andere
PANDA



Chanas und Buddha

Hilfe für die blinden Brüder



Steckbrief Nepal

Fläche: 147’516 km2 (mehr als dreimal so gross wie die Schweiz)
Bevölkerung: 29,2 Millionen (Schweiz: 9 Millionen)
Hauptstadt: Kathmandu
Klima: grosse Höhenunterschiede; trockenheisse Ebenen und kühles Hochgebirge
Tierwelt: Roter Panda, Yak, Schneeleopard
Amtssprache: Nepali

Fun fact:
8 der 10 höchsten Berge liegen in Nepal. Der mit 8’848 Metern höchste, der Mount Everest, heisst in Nepal Sagarmatha («Stirn des Himmels»).

China

Wow, hier sind die Berge aber hoch!

Mount Everest
Der höchste Berg der Welt

Nepal

Kathmandu
Hauptstadt

Indien

Swayambhu Stupa
Buddhistischer Tempel

Illustration: Inette Kreis, Oliver Sasse

CBM

Chris

Biene

Manni







Illustration: Oliver Sasse







*Spendonium ist das Wundermittel, mit dem die Helfer durch die Erde flutschen können.











Illustration: Oliver Sasse

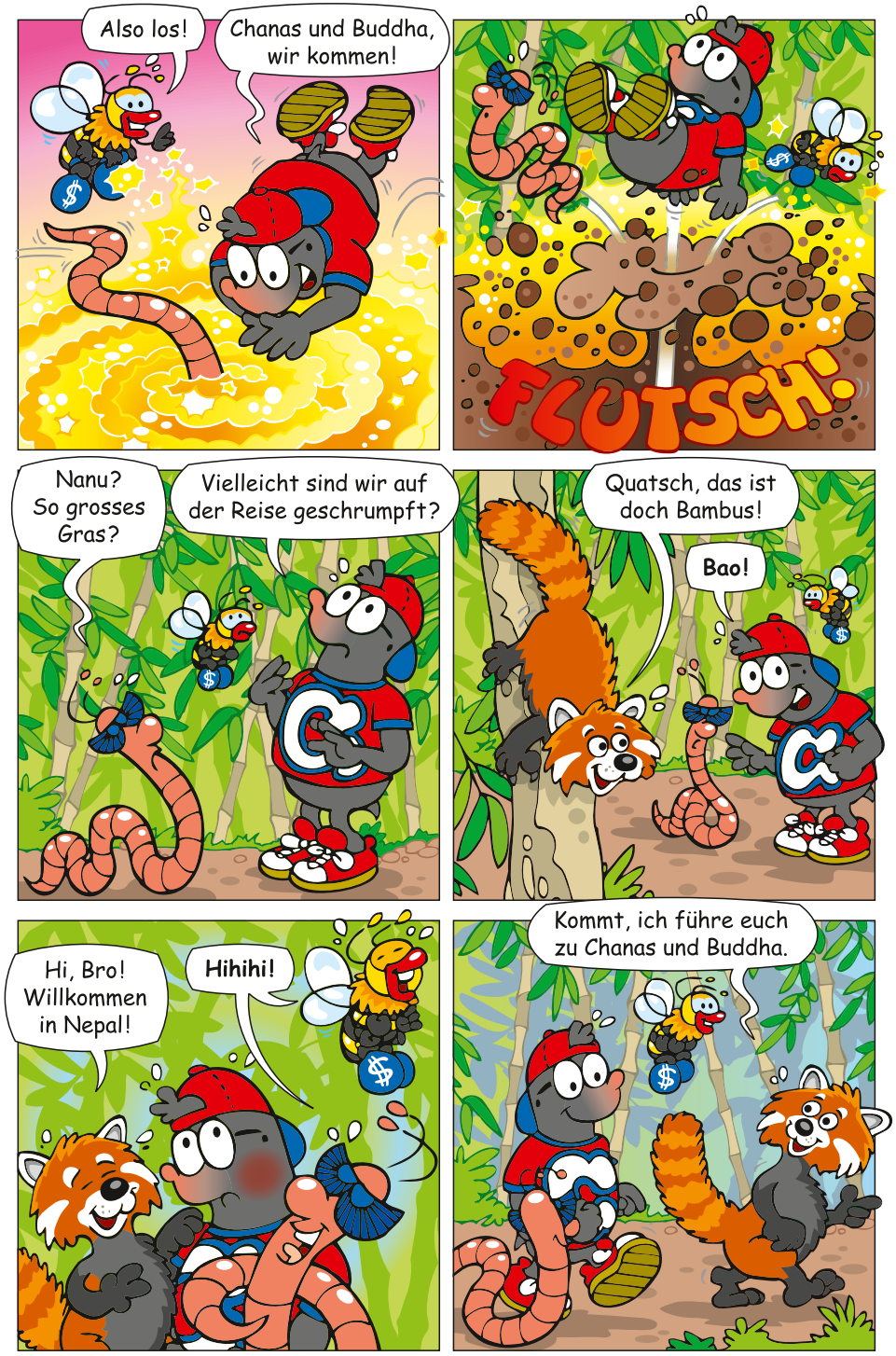


Illustration: Oliver Sasse



Das ist Chanas

Ich heisse Chanas [«Tsaanas»] und bin fünf. «Chanas» bedeutet «glücklicher Zufall». Ich höre gerne zu und kenne viele Geräusche ganz genau. Das ist wichtig, weil ich fast nichts sehe. Mein Bruder Buddha ist auch fast blind. Er ist neun, und «Buddha» bedeutet «weise, erleuchtet». Wir wohnen in der Nähe von Biratnagar. Das ist eine riesige Stadt an der indischen Grenze.



Foto: CBM

Zur Schule, das wär's!



Beide helfen einander. Stark!

Das Sonnenlicht blendet uns sehr. Wir drücken meist die Augen zu. Wenn es nicht blendet, sehen wir höchstens grobe Flecken. Auch Mama sieht nichts.

Ich spitze immer meine Ohren! Ich höre, wenn das Blechdach vor Hitze knarzt, oder wenn ein Huhn hin-aufflattert. Oder den Wind. Er pfeift, wenn er durch die Löchlein der Blechwand bläst. Am liebsten möchte ich aber zur Schule wie die anderen Kinder.



Einen Wurm wie mich, hört das Menschenohr nicht!



Den gelben Ball werfen wir mit voller Wucht zum Wellblechdach hoch. Das scheppert oben, und dann klatscht er am Boden auf. Wer den Ball zuerst schnappt, hat gewonnen!

Das «Gelbe-Ball-Spiel» merk' ich mir.

Fotos (3): CBM

Bald sehen wir!



Krass, die beiden sehen fast nichts mehr.



Uns besucht nie jemand. Aber jetzt ist ein Mann von der Klinik Biratnagar gekommen. Er heisst Sanjit [«Saandschit»]. Er schaut, wie gut wir sehen, und untersucht unsere Augen.



Sanjit sagt, wir haben trübe Linsen. Das sind so Scheibchen, in jedem Auge hat es eines. Dann begleitet uns Sanjit zur Klinik. Dort ersetzen sie die trüben Linsen mit klaren. Dann sehen wir und Mama endlich. Wir freuen uns sehr darauf!

Trübe Linsen nennt man «Grauer Star». Oder «Katarakt», was «Wasserfall» bedeutet.



Fotos (4): CBM



In der Klinik habe ich eine besondere Luft zum Schnaufen bekommen, und ich bin sofort eingeschlafen.

Freude herrscht: Bei allen ist die Operation gelungen!



Bis am nächsten Morgen haben wir diesen lustigen grünen Deckel auf, damit nichts ins operierte Auge kommt. Nicht lange, dann nimmt ihn der Pfleger ab. Ich sehe zuerst meine Finger. Nachher kontrolliert der Doktor, ob die neue Linse gut im Auge sitzt.



Jetzt geht's los!





Wir sind wieder zu Hause. Mit dem Ball macht es jetzt viel mehr Spass. Zum ersten Mal sehen wir ihn deutlich. Eigentlich habe ich zwei Bälle gehabt. Aber einer ist verloren gegangen, als ich noch blind gewesen bin. Die Brille haben wir nur, damit sie unsere Augen schützt. Nach der Operation sind sie noch viele Tage empfindlich.



Fotos (2): CBM





Rumalbern ist ebenfalls lustiger. Kleiner Nachteil: Mama sieht jetzt genau, was wir anstellen! Wir sind aber alle riesig froh, endlich zu sehen. Wir freuen uns sehr auf die Schule, und ja, jetzt geht es richtig los!

Der etwas andere PANDA

Heimlicher Star im Himalaya

Bär oder Katze?

Es ist schon verwirrend: Ist das nun ein Bär («Kleiner Panda») oder eine Katze? Der knuffige Star aus dem Himalaya hat verschiedene Namen.
Fest steht wohl, dass er gar nicht mit dem grossen Panda verwandt ist.
Eines haben beide aber leider gemeinsam:

Es sind bedrohte Tierarten.

Klettermaxe

Der kleine Kerl ist ein sehr geschickter Kletterer, der seine Nahrung hauptsächlich in den Bambuswäldern sucht. Junge **Bambussprösslinge** sind seine Leibspeise. Nur selten ergänzt er den Speiseplan mit Insekten. Wie ein Waschbär führt er die Nahrung mit den Vorderpfoten zum Mund, was besonders putzig aussieht.



Spezielle Trinktechnik

Der kleine Panda trinkt nicht, indem er mit der Schnauze ins Wasser taucht und auch nicht (wie Hunde) mit der Zunge, sondern er **taucht seine Pfote** ins Wasser und schleckt diese dann ab.

Staatstier mit Internet

Der kleine Panda ist das Staatstier des indischen Bundesstaates Sikkim.

Besser bekannt ist er allerdings als Namensgeber des Internet-Browsers **Firefox**, denn im Englischen ist das die Bezeichnung für den kleinen Panda. Allerdings sieht das Logo wirklich eher nach einem Fuchs aus …

Warum gefährdet?

Durch die Ausdehnung von menschlichen Siedlungen verliert der kleine Panda immer mehr an **Lebensraum**. Und leider wird er auch von Wilderern verfolgt, die sein schönes Fell wollen.

Kleine Pandas im Zoo

Im Zoo Zürich leben drei kleine Pandas und der Zoo Zürich beteiligt sich an einem **Zuchtprogramm**, um die Art zu erhalten.



QUIZ

1. Stimmt es, dass der kleine Panda mit dem grossen Panda verwandt ist? ja nein
2. Der kleine Panda ist ein ganz ausgezeichneter Kletterer. Richtig? ja nein
3. Sind Hamburger und Pommes Frites sein bevorzugtes Futter? ja nein
4. Hat der kleine Panda eine ganz besondere Art zu trinken? ja nein
5. Ist die englische Bezeichnung für den kleinen Panda «Firefox»? ja nein

Foto: Zoonar



Foto: Zoonar

Chris Ausmalspass

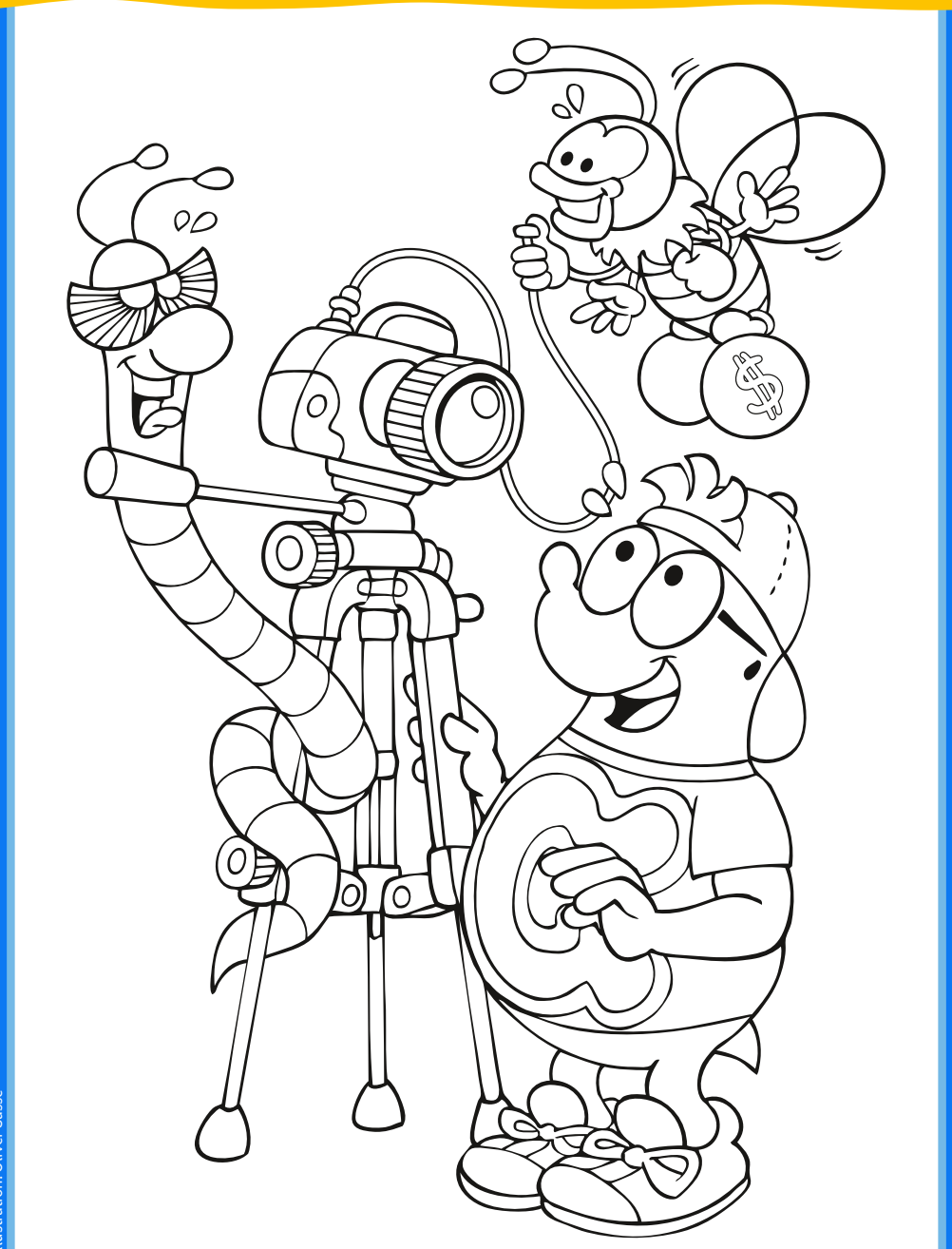


Illustration: Oliver Sasse

Roter Panda



Illustration: Inette Kreis

Spiele aus Nepal

Dandi Biyo



Illustration: Inette Kreis

Du brauchst:

- **Einen langen Stock, den Dandi**
  Der Dandi ist ca. 45 cm lang



- **Einen kurzen Stock, den Biyo**
  Der Biyo ist ca. 12 cm lang



- **Ein grosses Spielfeld**

Tipp: Anstelle des Biyo geht auch ein kleiner Ball.

So geht's:
Zieht auf euem Spielfeld mehrere Linien, jeweils etwa eine Schrittlänge voneinander entfernt. Am Anfang des Spielfelds markiert ihr ein Rechteck, in dessen Mitte ist das Schlagloch.

Ein Kind (der Schläger) schlägt mit dem langen Dandi den kurzen Biyo so weit wie möglich weg.

Sobald der Biyo fliegt, rennt der Schläger los. Währenddessen versuchen die Gegenspieler, den Biyo schnell zu fangen oder aufzuheben und ihn so rasch wie möglich ins Schlagloch zu bringen. Sobald der Biyo im Loch liegt, muss der Schläger sofort stehen bleiben. Je nachdem, wie viele Linien er bis dahin überquert hat, bekommt er mehr oder weniger Punkte.

Wichtig: Legt das Spielfeld vorher so fest, dass es lang genug ist. Der Biyo sollte niemanden treffen können, wenn er mit Schwung geschlagen wird. Die Fänger sollten zur Sicherheit eine Schutzbrille und Handschuhe tragen.

Viel Spass!



Schau dir unsere Website an!

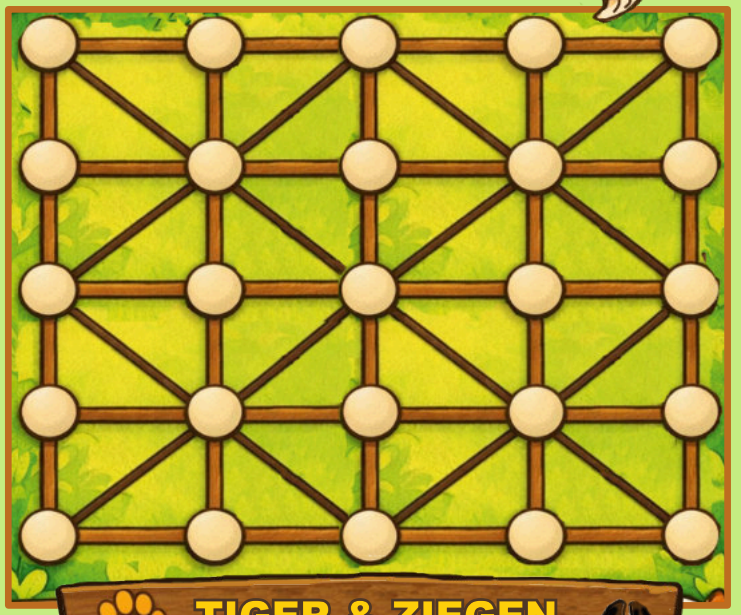
Dort findest du weitere Spiele und Poster.
www.cbmswiss.ch/chris

BAGH CHAL

Du brauchst:

- **Zwei Personen**
- **Spielfeld rechts ausschneiden oder einen Stift und ein Blatt (für draussen: Kreide), um das Spielfeld zu zeichnen.**
- **20 Steinchen für die 20 Ziegen**
- **4 Hölzchen für die 4 Tiger**





So geht's:
Eine Person spielt die 20 Ziegen, die andere die 4 Tiger. Die Tiger gewinnen, wenn sie die letzte Ziege gefressen haben. Die Ziegen gewinnen, wenn sie alle Tiger so einkesseln, dass keiner sich mehr bewegen kann.

Startaufstellung
Stelle die vier Tiger in die vier Ecken des Spielfelds. Die Spieler ziehen abwechselnd: Zuerst setzt der Ziegenspieler eine Ziege aufs Spielfeld. Danach bewegt der Tigerspieler einen Tiger. Dann wird wieder eine Ziege gesetzt – und so weiter.

Erst wenn alle 20 Ziegen gesetzt worden sind, dürfen auch sie sich bewegen.

Regeln
a. Tiger dürfen von Anfang an Ziegen fressen.
b. Eine Ziege darf sich nur auf einen benachbarten freien Punkt bewegen. Sie darf nicht springen – weder über Tiger noch über andere Ziegen.
c. Tiger bewegen sich ebenfalls von Punkt zu Punkt, dürfen aber zusätzlich springen.
d. Ein Tiger darf über eine Ziege springen, wenn direkt dahinter ein freier Punkt liegt. Die übersprungene Ziege gilt als gefressen.
e. Ein Tiger darf nicht über zwei Ziegen gleichzeitig springen.
f. Tiger dürfen nicht über andere Tiger springen.

ESSAD FINDET EINE NEUE HEIMAT



Essad auf einer Zeichnung von Ludwig Melzl



Essad beim Turnen (ganz links)

Vor über hundert Jahren gründete der Pfarrer Ernst Jakob Christoffel ein Blindenheim in Täbris im Iran. Essad war sein erster Schüler.



Mit vier Jahren erkrankte Essad an Typhus, einer schlimmen Darminfektion, und erblindete an den Folgen. So erging es vor rund 100 Jahren vielen Menschen, da es noch nicht so gute Medikamente gab wie heute. Doch damit nicht genug: Sein Vater schlug seine Familie, auch den armen Essad.

Essads Leben wendet sich zum Guten

So war es ein grosses Glück, dass Pfarrer Christoffel Essad fand und in sein Heim aufnahm. Hier brachte er blinden Jungen und Mädchen eine Menge bei wie das Lesen und Schreiben in Blindenschrift. Diese Schrift besteht aus sechs erhöhten Punkten, die sich mit den Fingerspitzen ertasten lassen. Mit den Fingerspitzen erfühlten sie auch eine Relief-Weltkarte, um Länder kennenzulernen. Möglichst jedes Kind erhielt eine Ausbildung in einem Handwerk. Christoffel sang mit seinen Schülerinnen und Schülern und turnte mit ihnen. Essad turnte besonders gern. Im Bild steht er ganz vorn.

Essad fühlte sich sehr wohl beim deutschen Pfarrer, den alle «Väterchen» nannten. Und alle hatten Essad gern. Ludwig Melzl, ein Mitarbeiter Christoffels, hat sogar eine Zeichnung von ihm angefertigt.

Essad wird zum Helfer

Als Pfarrer Christoffel in Isfahan ein neues Heim gründete, nahm er den begabten Jungen mit. Der junge Mann wurde Lehrer und durfte später in Täbris selbst blinde Jungen und Mädchen unterrichten. Leider musste das Blindenheim in Täbris im Zweiten Weltkrieg geschlossen werden. Doch Essad fand eine neue Aufgabe: Er wurde Seelsorger im amerikanischen Krankenhaus am Ort. Hier hat er viele Jahre kranke Menschen getröstet und ihnen Mut zugesprochen.



Das Blindenheim in Täbris



Christoffel und Lotte Müller (zweite von rechts) ertasten mit blinden Schülern verschiedene Modelle

LEBEN FÜR DIE ARMEN

Pfarrer Ernst Jakob Christoffel arbeitete unermüdlich, um das Leben von Menschen, die in Armut leben und eine Behinderung haben, zum Besseren zu wenden. Sein Motto lautete «die Tat der Liebe ist die Predigt, die jeder versteht». Im Jahr 2026 wäre er 150 Jahre alt geworden.



Pfarrer Ernst Jakob Christoffel
Gründer der Christoffel Blindenmission

Fotos: CBM

Wissenswert!

Die nepalesische Flagge



Wenn ihr euch schon einmal Flaggen angesehen habt, dann ist euch sicher aufgefallen, dass sie alle ähnlich sind – entweder rechteckig oder quadratisch, auf jeden Fall aber viereckig.

In Nepal ist das anders. Kein Land hat eine Flagge wie Nepal. Sie besteht nämlich aus zwei Dreiecken, die übereinander liegen. Das liegt daran, dass die beiden Dreiecke eigentlich Wimpel sind. Wimpel sind eine Art dreieckige Fahne. Die Spitzen der Wimpel stehen für den Himalaya mit seinen Bergspitzen.

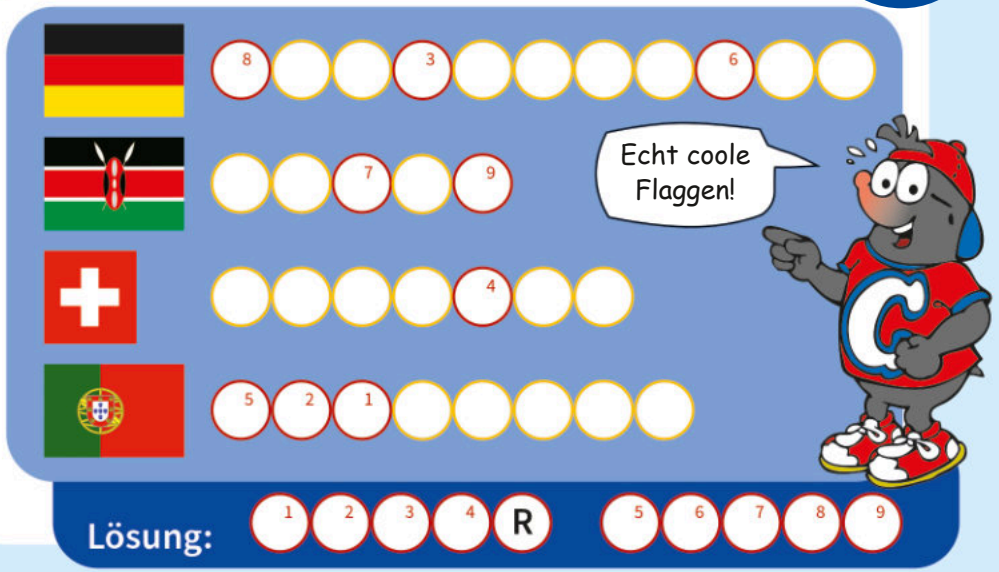
Auch Farben und Symbole haben eine Bedeutung!
Die nepalesische Flagge ist blau und rot. Das Blau steht für Frieden. Karminrot ist die Nationalfarbe Nepals. Halbmond, Stern und Sonne sind die Hoffnung, dass Nepal so lange existiert, wie die Zeichen am Himmel selbst.

Mach mit beim Flaggen-Quiz.

Tipp
ä, ö, ü werden in Rätseln ae, oe, ue geschrieben.

Findest du das Lösungswort heraus?

Die Buchstaben in den roten Kreisen verraten es dir.



Lösung auf Seite 29

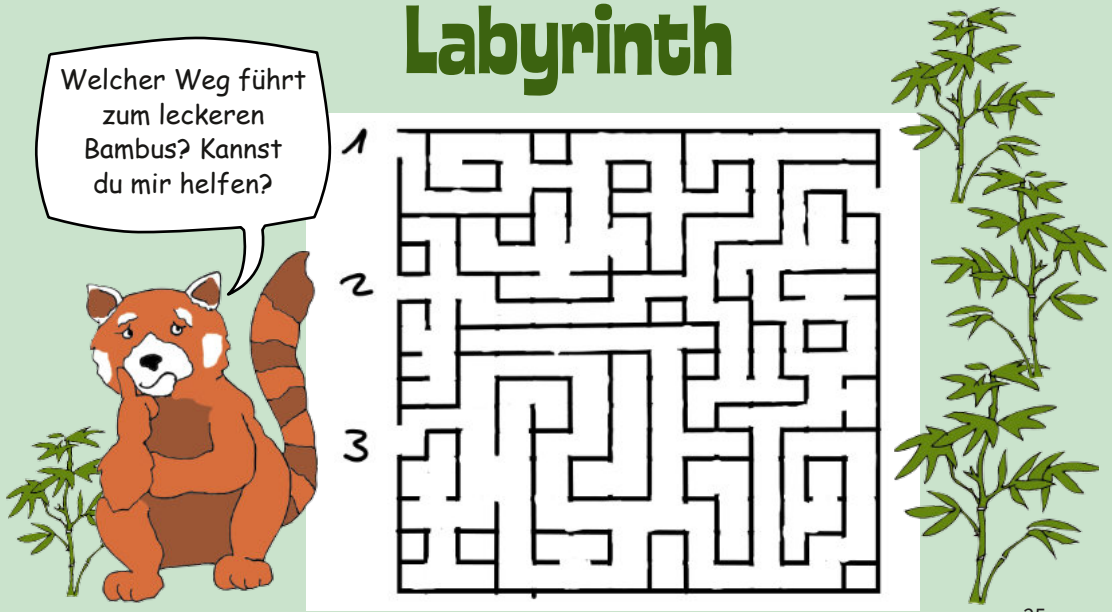
Finde 7 Fehler



Illustration: Inette Kreis, KI-unterstützt

Lösung auf Seite 29

Labyrinth

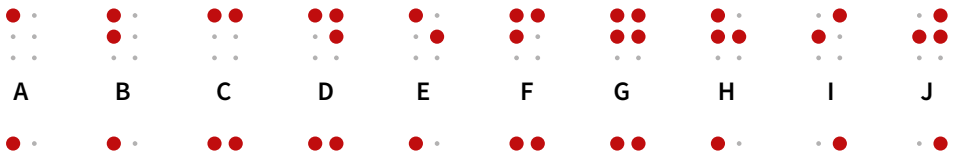


Das Braille-Alphabet



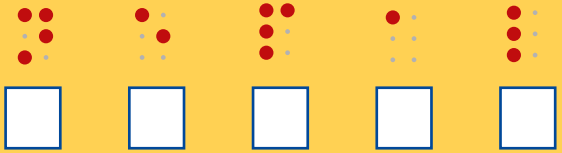
Schreibe mit der Blindenschrift

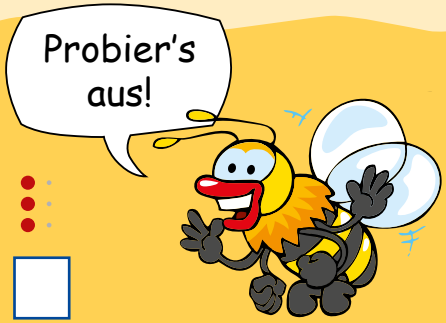
Die Braille-Schrift wird von Menschen genutzt, die sehr wenig oder gar nichts sehen.



Mit einem solchen Stift werden die Punkte von der Rückseite ins Papier gedrückt.

Kannst du das lesen?





Kannst du deinen Namen in Braille-Schrift schreiben?

Wissenswert!

Hilfsmittel

Kinder, die blind sind oder eine Sehbehinderung haben, brauchen Hilfe im Unterricht, aber auch in ihrem Alltag. Nur so können sie, wie jedes andere Kind auch, bei allem mitmachen und dabei sein. Hierfür gibt es verschiedene Hilfsmittel.

Mit diesen Helferlein kommst du locker blind durchs Leben:



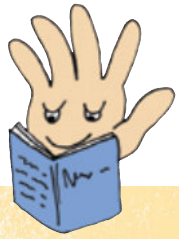
Scanner, der Farben sieht

Welche Farbe hat der Pulli? Die Farb-Scanner-App verrät es. Einfach Handy dranhalten und eine Stimme ertönt: rot!



Ball, den du hörst

Im Match den Ball verloren? Hör mal! Die Klingel in seinem Inneren verrät dir, wohin er rollt.



Finger, die lesen können

Lust zu lesen? Das können auch deine Finger – wenn sie die fühlbare Blindenschrift Braille zu fassen kriegen.



Stock, der fühlt

Blinde Menschen tasten sich mit einem Stock (Langstock) voran. Mit ihm erspüren sie unter anderem Treppen.



Uhr, die spricht

Kein Plan, wie spät es ist? Die sprechende Uhr sagt es dir auf Knopfdruck – und zu jeder Stunde automatisch.



Menschen, die helfen

Manche Kinder haben eine Person zur Seite, die ihnen hilft. Sie liest Aufgaben vor oder führt sie zum Klassenzimmer.

Illustration: CBM

Illustration: Inette Kreis

Kochrezept

Dal Bhat*

Leckeres Nationalgericht aus Nepal



Foto: CBM

Zutaten

für 4 Personen

- **250 g** rote Linsen
- **1** Knoblauchzehe, gehackt
- **1** Zwiebel, gewürfelt
- **1** rote Peperoni, klein geschnitten
- **1/2 TL** Kurkuma
- **2 TL** Kreuzkümmel
- **200 g** Reis (Basmati- oder Langkornreis)
- etwas Wasser, etwas Öl
- etwas Salz

So geht's:

Die Linsen 10 Minuten in Wasser einweichen. Kreuzkümmel in der Pfanne anrösten. Zwiebel, Knoblauch und Kurkuma dazugeben und in Öl andünsten.

Den Reis in einem separaten Topf nach Anleitung kochen.

Linsen und Peperoni mit ausreichend Wasser in die Pfanne geben – wenn nötig, Wasser nachgiessen.

Auf kleiner Stufe 20 bis 30 Minuten köcheln lassen, bis die Linsen breiartig weichgekocht sind. Mit Salz abschmecken.

Guten Appetit!



*Linsensuppe (Dal) mit Reis (Bhat)

Aus zwei wird eins

Setze die Bilder wie im Beispiel zusammen!

 +  = Schneckenhaus

 +  = ☐☐☐☐☐☐☐☐☐☐

 +  = ☐☐☐☐☐☐☐☐

 +  = ☐☐☐☐☐☐☐☐☐☐☐

 +  = ☐☐☐☐☐☐☐☐☐☐☐

Illustration: Inette Kreis



Lösungen

Seite 15 Roter-Panda-Quiz: ●●●●●

Seite 24 Lösungswort: Roter Panda

Seite 25 Finde 7 Fehler: Wolke zu viel, Schmetterling fehlt, rosa Blume zu viel, Hand auf Panda, Farbe des Ohrrings, Mütze des Jungen, Panda hat Augenbrauen

Seite 25 Labyrinth: Weg 3

Seite 29 Aus zwei wird eins: Blumentopf, Fussball, Fliegenpilz, Glacebecher



Drachen basteln wie in Nepal!

Du brauchst:
- grosses Papier (z. B. alte Zeitung)
- Streifen aus Papier, aus feinem Stoff oder Plastiksäcken
- 2 dünne Holzstäbe (z. B. Bambus, Hasel)
- starker und langer dünner Faden (zum Binden und als Drachenschnur),
- Schere, Farb- oder Filzstifte
- Leim

So geht's:
1. Stäbe zum Kreuz fest zusammenbinden.
2. Kreuz auf das Papier legen, die Drachenform anzeichnen. Dabei einen Kleberand stehenlassen. Ausschneiden.
3. An den Enden der Stäbe das Papier festkleben.
4. Streifen zu einem Schwanz zusammenbinden, ihn an der Unterseite des Drachens anbinden.
5. Drachenschnur anbinden.







Illustration KI unterstützt

Schickt uns eure Aktionen!

Danke!

Macht ihr mit eurer Klasse, Jubla-, Pfadi-, oder Jungschigruppe etwas für Kinder mit Behinderungen wie Chanas und Buddha? Wir freuen uns, wenn ihr uns von eurer tollen Aktion berichtet. Wir drucken sie dann gerne im CHRIS ab. Unsere Adresse findet ihr auf der letzten Seite!



Male ein Bild für Chris





Schick uns deine Zeichnung oder Witze und gewinne mit etwas Glück fünf Chris-Briefmarken.
Einfach per E-Mail an: info@cbmswiss.ch. Oder du schickst uns einen Brief: CBM Schweiz, Schützenstrasse 7, 8800 Thalwil.
Einsendeschluss ist der 31.12.2026.



www.cbmswiss.ch/chris

Gewinne Briefmarken



Julius



Karla



Andrin

Fotos (3): CBM



Witze

Lehrer: Dinesh, wieso kommst du so spät? Dinesh: Wegen des Glatteises, bei jedem Schritt vorwärts bin ich zwei Schritte zurückgerutscht. Lehrer: Wie bist du denn trotzdem in die Schule gekommen? Dinesh: Ich habe mich umgedreht.

Lehrer: Siya, du siehst heute so glücklich aus. Wieso? Siya: Mein Bruder kommt heute auf die Welt! Lehrer: Aber woher weisst du das? Siya: Letztes Jahr hat meine Mutter Bauchweh gehabt, und meine Schwester ist auf die Welt gekommen. Und heute hat mein Vater Bauchweh!

Samar: Herr Lehrer, was bringt es, wenn man viel lernt? Lehrer: Wer viel lernt, kommt einmal gross heraus. Samar: Dann kommen Elefanten so gross heraus, weil sie viel gelernt haben?

Lehrer: Mit der Nase riecht man, und mit den Füssen läuft man. Mura: Herr Lehrer, bei meinem Onkel ist das anders. Bei ihm läuft die Nase und die Füsse riechen.

Gewinnspiel

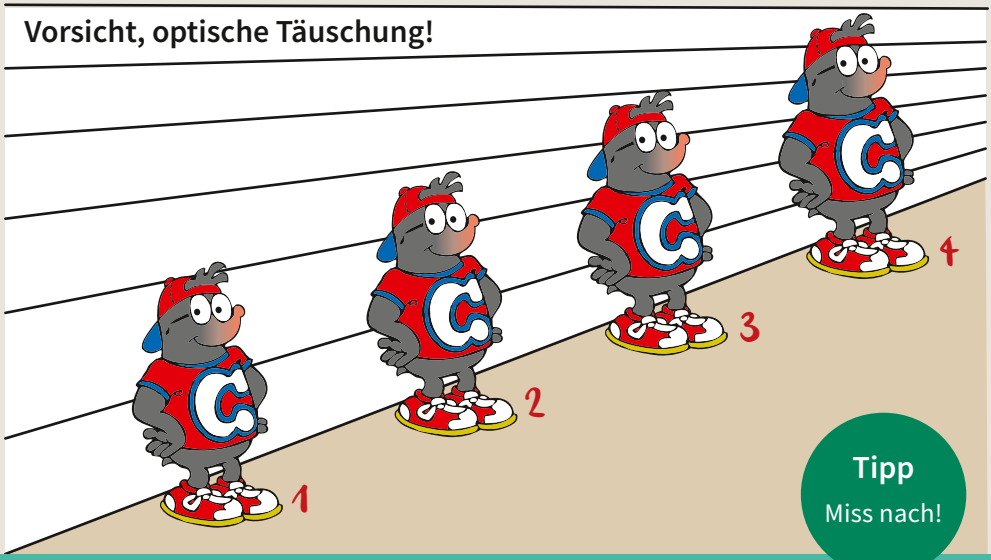
Weisst du welcher Chris der grösste ist?

Gewinne jetzt einen von drei Roten Pandas!



Foto: CBM

Vorsicht, optische Täuschung!



Tipp
Miss nach!

Teilnahme-Coupon

Welcher Chris ist der grösste? Kreuze an:

☐ **Chris 1** ☐ **Chris 2** ☐ **Chris 3** ☐ **Chris 4** ☐ **Alle vier sind gleich gross.**

Sende uns die Seite mit dem ausgefüllten Teilnahme-Coupon an die untenstehende Adresse. Du kannst uns die Lösung aber auch mailen an info@cbmswiss.ch. Mit etwas Glück gewinnst du einen von drei Roten Pandas. Einsendeschluss ist der 31. Dezember 2026. Bitte in DRUCKBUCHSTABEN ausfüllen.



Vor-, Nachname _____ Geburtsdatum (Angabe freiwillig) _____

Strasse, Nr. _____ PLZ, Ort _____

☐ Ich bekomme das Heft schon. ☐ Ich möchte das **CHRIS-Heft** kostenlos zugesandt bekommen.

Die uns anvertrauten Angaben verwenden wir für die Bearbeitung des entsprechend genannten Zwecks und im Rahmen der geltenden Gesetze. Wir geben im Rahmen unserer Geschäftsaktivitäten und -zwecke Personendaten nur dann Dritten bekannt, wenn dies für die Erfüllung des Zwecks erforderlich ist. Sie können jederzeit Einsicht in Ihre bei uns vorhandenen Personendaten anfordern und Ihre Daten ändern oder löschen lassen. Weiteres unter www.cbmswiss.ch/datenschutz

IMPRESSUM

CBM Schweiz, Schützenstrasse 7, 8800 Thalwil · Tel.: 044 275 21 71 · E-Mail: info@cbmswiss.ch · www.cbmswiss.ch
Spendenkonto IBAN: CH41 0900 0000 8030 3030 1 · **Herausgeberin und Verlag:** CBM Christoffel Blindenmission Schweiz
Konzeption: Harald Rothermel, www.rothermel-dtp.de · **Redaktion:** Stefan Leu · **Grafik:** Inette Kreis · **Illustration:** Oliver Sasse

CHRIS-Heft 4-CH • 2026/27