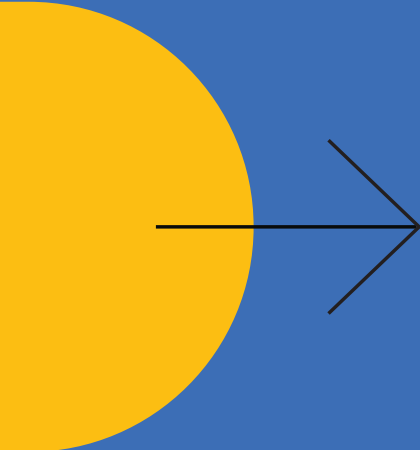




Unterrichts- *material*

Grundschule

Äthiopien
entdecken

Äthiopien entdecken 2026

Erstellt von:

HIGH FIVE 4 LIFE - die junge Initiative von Menschen für Menschen (highfive4life.de)

Illustrationen: Archiv MFM, FreeVectorFlags.com

Fotografien: Rainer Kwiotek, Andreas Hofweber

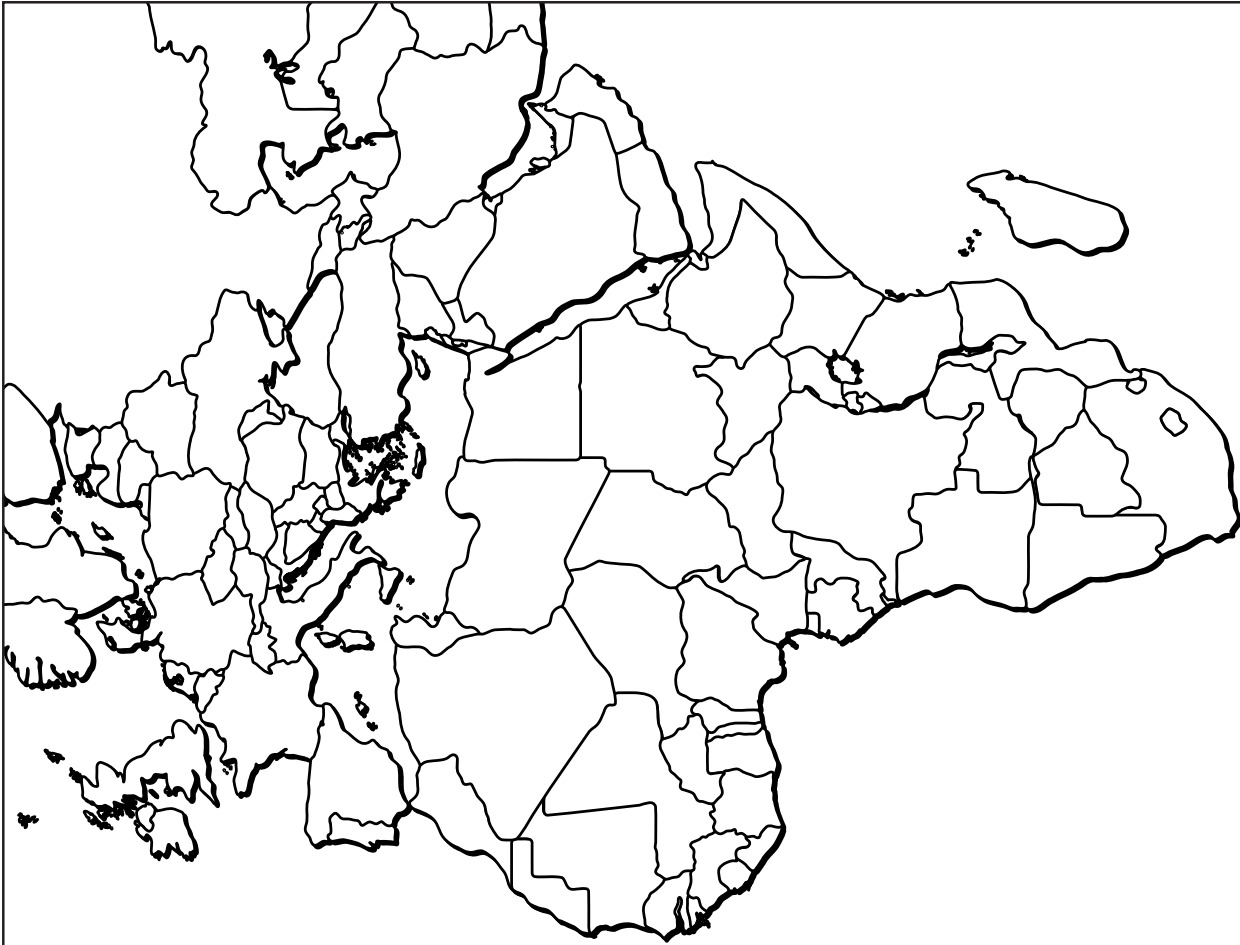
Stiftung Menschen für Menschen – Karlheinz Böhm's Äthiopienhilfe | Brienner Straße 46 | 80333 München
Tel. (089) 38 39 79-0 | Fax (089) 38 39 79-70 | info@menschenfuermenschen.org | www.menschenfuermenschen.de | Ust-IdNr.:
DE234432381
Spendenkonto: Stadtparkasse München | IBAN: DE64 7015 0000 0018 1800 18 | BIC: SSKMDEMM | Stichwort: H54L
Spender:innen-Betreuung Tel.: (089) 38 39 79-79
Stiftungsvorstand: Dr. Sebastian Brandis (Sprecher) | Benjamin Freiberg | Vorsitzende des Stiftungsrats: Dr. Ingrid Sollerer

Inhaltsverzeichnis

Unsere Welt	4
Äthiopien entdecken	5
Lesegeschichte	7
Erzähl mal!	9
Bastelidee	10
Spielidee	11
Zeichnen	12
Wir lernen Amharisch	13
Rezepte	14



Unsere Welt



Aufgaben

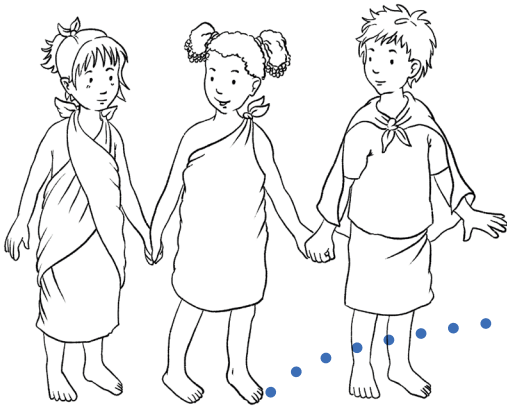
- 1.** Kannst du Afrika auf der Weltkarte finden? Male es blau an.
- 2.** Findest du Äthiopien auf der Karte? Male es rot an.
- 3.** Kannst du Deutschland finden? Male es grün an.
- 4.** Welche anderen Länder erkennst du noch?
- 5.** In Äthiopien gibt es viele spannende Tiere. Male ein Tier, das dort leben könnte!



Äthiopien entdecken

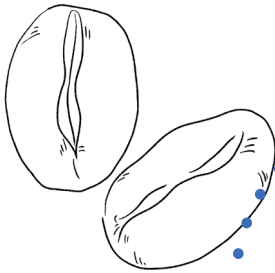
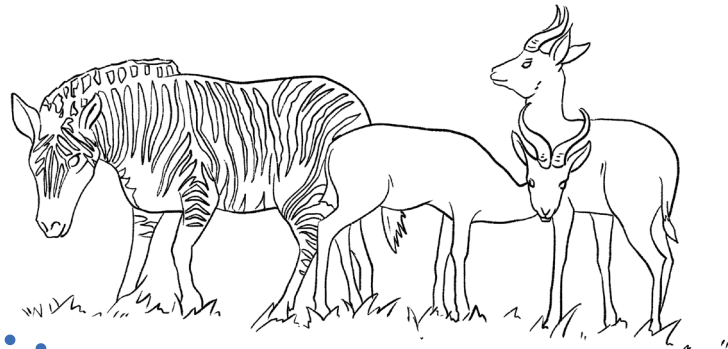
Start.....

Äthiopien ist etwa drei Mal so groß wie Deutschland.



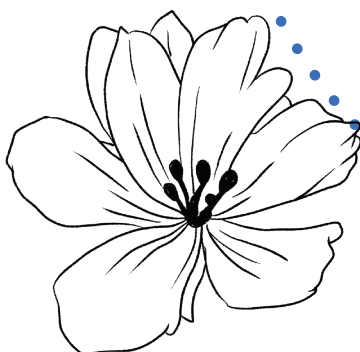
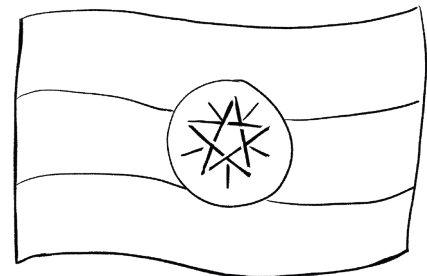
In Äthiopien leben sehr viele Kinder und junge Menschen. Die meisten Menschen in Äthiopien sind unter 25 Jahre alt und leben auf dem Land.

In Äthiopien gibt es hohe Berge, grüne Regenwälder, Savannen und sogar Wüsten. Dort leben viele verschiedene Tiere. Zum Beispiel Löwen, Giraffen, Zebras, Elefanten, Geparden, Paviane und Krokodile.



Das Heimatland des Kaffees! Dort wurde zum ersten Mal Kaffee zubereitet und getrunken.

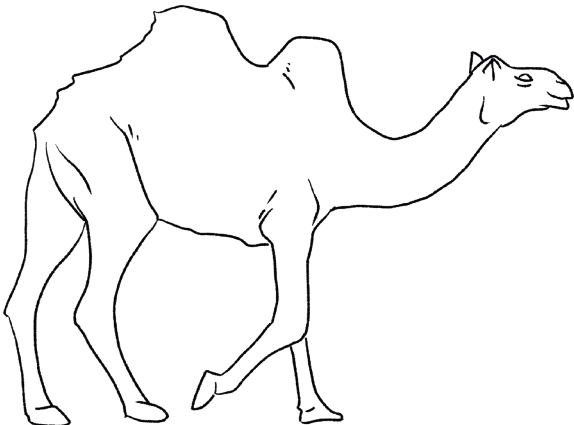
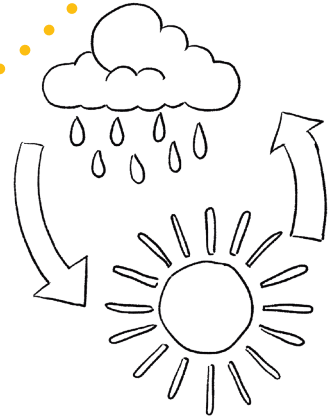
Die äthiopische Flagge ist grün, gelb und rot. In der Mitte ist ein gelber Stern auf blauem Hintergrund.



Die Hauptstadt ist Addis Abeba. Das bedeutet "neue Blume".

Äthiopien entdecken

In Äthiopien gib es zwei Jahreszeiten. Eine Regenzeit und eine Trockenzeit. Wenn bei uns Winter ist, ist es in Äthiopien warm und sonnig. Und wenn bei uns Sommer ist, regnet es dort oft.

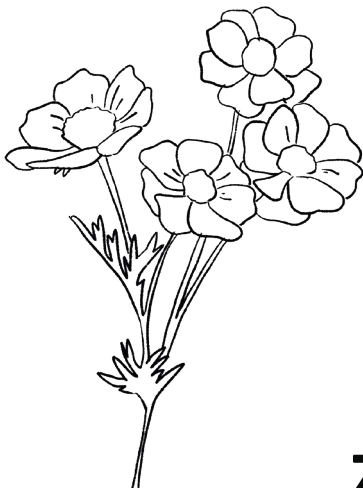


Die Danakil-Wüste in Äthiopien ist der heißeste Ort der Welt. Doch auch hier leben Menschen und Tiere, wie zum Beispiel Kamele.

Langstreckenlauf ist sehr beliebt in Äthiopien. Einige der besten und berühmtesten Marathonläufer kommen von dort.



Der äthiopische Kalender hat 13 Monate. Die Uhrzeit in Äthiopien geht so: Wenn es hier 6 Uhr ist, beginnt dort der Tag mit 0 Uhr.



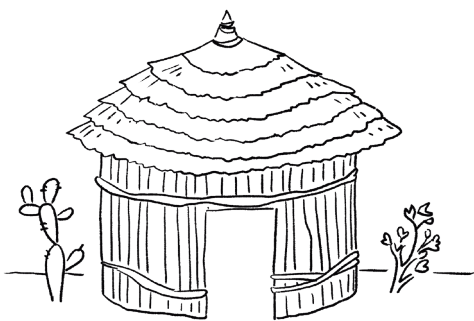
Neujahr wird am 11. September gefeiert, wenn nach der Regenzeit alles wieder blüht. An diesem Tag ziehen Kinder von Haus zu Haus, singen Lieder und verteilen gelbe Blumensträuße. Dafür bekommen sie kleine Geschenke oder Süßigkeiten.

Ziel

Nemas Leben



Das ist Nema. Sie ist acht Jahre alt. Sie wohnt mit ihren Eltern und sechs Geschwistern in einem Rundhaus aus Lehm in einem Dorf in Äthiopien.



Nemas Familie hat einen runden Raum für alle, auch für die Tiere. Darin gibt es eine Küchenecke mit Feuerstelle am Boden und ein kleines Eck für die Vorräte.



Jeden Morgen steht Nema auf und kehrt das Haus. Zum Frühstück isst die Familie zusammen Sauerteigfladenbrot, genannt Injera. Dazu gibt es eine Soße aus Linsen. Nemas Eltern trinken noch einen Kaffee aus einer Tonkanne.



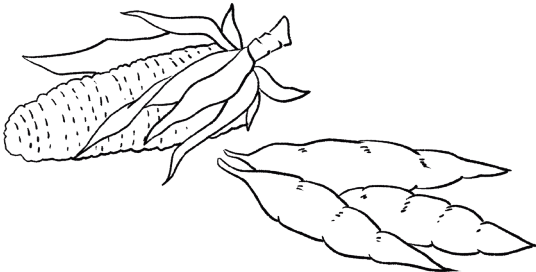
Nach dem Frühstück wandert Nema barfuß mit anderen Mädchen aus ihrem Dorf zu einer Wasserstelle. Der Weg ist weit. Es dauert eine Stunde bis sie angekommen sind.



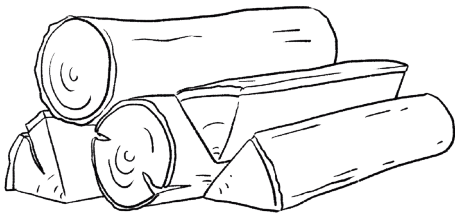
Sie tragen schwere Kanister, die sie mit dreckigem Wasser füllen und den weiten Weg zurücktragen müssen.

Oft wiegt ein Kanister soviel, wie bei uns 20 volle Milchpackungen. Das macht Nema jeden Tag. Auch am Wochenende, sonst hätte ihre Familie nämlich kein Wasser.

Nemas Leben



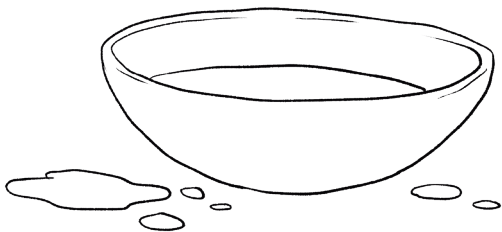
Mittags geht Nema zu ihrer Mutter aufs Feld und hilft ihr bei der Arbeit. Sie gräbt und hackt, wie ihre Mutter, in dem steinigen Boden. Ihre Mutter trägt ihre kleine Schwester dabei in einem Tuch auf dem Rücken gebunden. Tief gebückt säen und ernten sie Mais, Süßkartoffeln und Hirse.



Nema kann diese Arbeit gar nicht leiden, denn die Sonne ist oft so heiß und sie fühlt sich schwach vor Hunger. Am Nachmittag machen sie sich endlich auf den Heimweg. Bis sie ihre Hütte erreichen, sammeln sie Feuerholz. In großen Stapeln auf dem Rücken schleppen die zwei das Holz nachhause.



Nema hilft ihrer Mutter beim Kochen. Abends, wenn ihr Papa und die Brüder mit den zwei Schafen und dem Ochs von der Weide kommen, wird gegessen. Alle sind sehr hungrig und hoffen, dass es heute für alle reichen wird.



Später wäscht sich Nema an einer kleinen Schüssel mit kaltem Wasser, das sie am Morgen an der Wasserstelle geholt hat.



Es wird das ganze Jahr über früh dunkel in Äthiopien. Auf dem Land gibt es oft kein elektrisches Licht, deshalb gehen die Menschen dort früh schlafen. Nema ist meistens so müde, dass sie sich auf die Strohmatte zwischen ihrer Mutter und Brüdern legt und sofort einschläft.

Erzähl mal!



Leben

Dein Name _____

Schreibe oder male auf!

Hast du ein eigenes Zimmer oder teilst du dir das Zimmer mit deinen Geschwistern?



Wie viele Menschen wohnen mit dir zusammen?



Was gibt es bei dir in der Wohnung oder im Haus?



Gibt es einen Unterschied zwischen deinem und Nemas Tag?



Gibt es eine Gemeinsamkeit zwischen deinem und Nemas Tag?



Was gibt's bei dir zu Hause zum Abendessen?

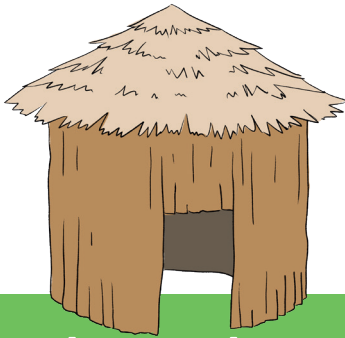


Was würdest du Nema gerne einmal fragen?



Bastelidee

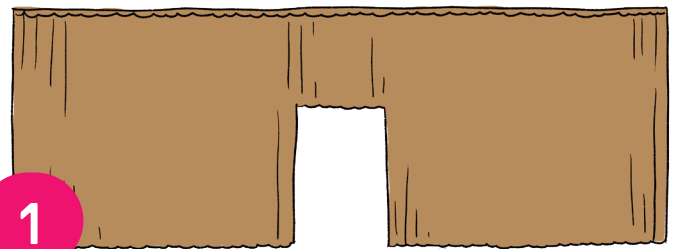
Wir bauen ein äthiopisches Rundhaus.



Du brauchst:

- Ein Stück Wellpappe 29x10 cm
- Ein festes Tonpapier ca. 18x18 cm
- Etwas Stroh oder Heu
- Lehm oder Ton (wenn verfügbar)
- Schere, Kleber, Pinsel
- Braune Farbe

Auf dem Land in Äthiopien wohnen viele Menschen in runden Häusern. Sie heißen Gojo Bet. "Bet" bedeutet "Haus" in Amharisch, einer Sprache in Äthiopien. Die Häuser sind oft aus Lehm, Holz und Stroh gebaut.

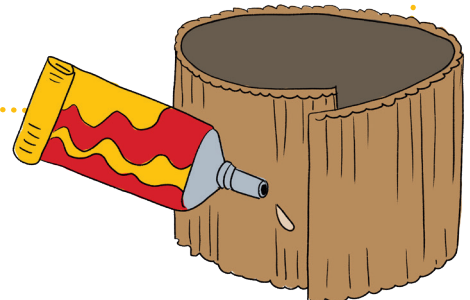


1

Schneide ein großes Rechteck aus der Wellpappe. Denk daran, auch ein kleines Rechteck für die Tür auszuschneiden.

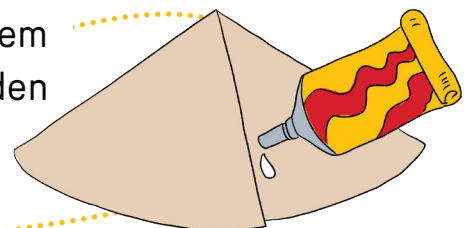
2

Zeichne einen Kreis auf das Tonpapier und schneide ihn aus. Dann schneide den Kreis an einer Stelle ein – so wie die Striche es zeigen.



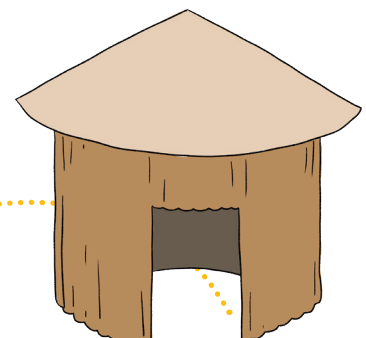
3

Forme den Kreis zu einem Dach und klebe die Enden zu.



4

Beklebe zum Schluss das Dach mit Stroh und Heu und schmiere die Wände mit Lehm ein.



Fertig ist dein äthiopisches Rundhaus!

Wir spielen äthiopisches Kästchenhüpfen.

Ein Spiel, das du ganz sicher kennst, wird auch in vielen afrikanischen Ländern gespielt. Es heißt Kästchenhüpfen – und ist dort genauso beliebt wie bei uns. Aber es gibt einen kleinen Unterschied:

Auf dem Land in Äthiopien malen die Kinder das Spielfeld nicht mit Kreide auf die Straße, sondern ritzen es einfach mit einem Stöckchen in den Sand.

Und anstelle eines Spielchips nehmen sie oft einfach einen kleinen Stein.



SO GEHT'S

1

Spielfeld aufmalen oder einritzen.

2

Das erste Kind wirft den Stein in das Montagsfeld und hüpf auf einem Bein nun alle Kästchen durch, außer bei zwei nebeneinanderliegenden Kästchen, da darfst du mit beiden Füßen landen.

3

Auf dem Rückweg wird der Stein wieder aufgenommen.

4

Nun geht es von Wochentag zu Wochentag.

SA	SO
FR	
MI	DO
DI	
MO	

5

Wer in das Steinchenkästchen hüpf oder eine Linie betritt, gibt den Stein dem nächsten Kind in der Reihe weiter.

6

Wer zuerst alle Wochentage schafft, hat gewonnen!



Male aus und denk dir was aus!

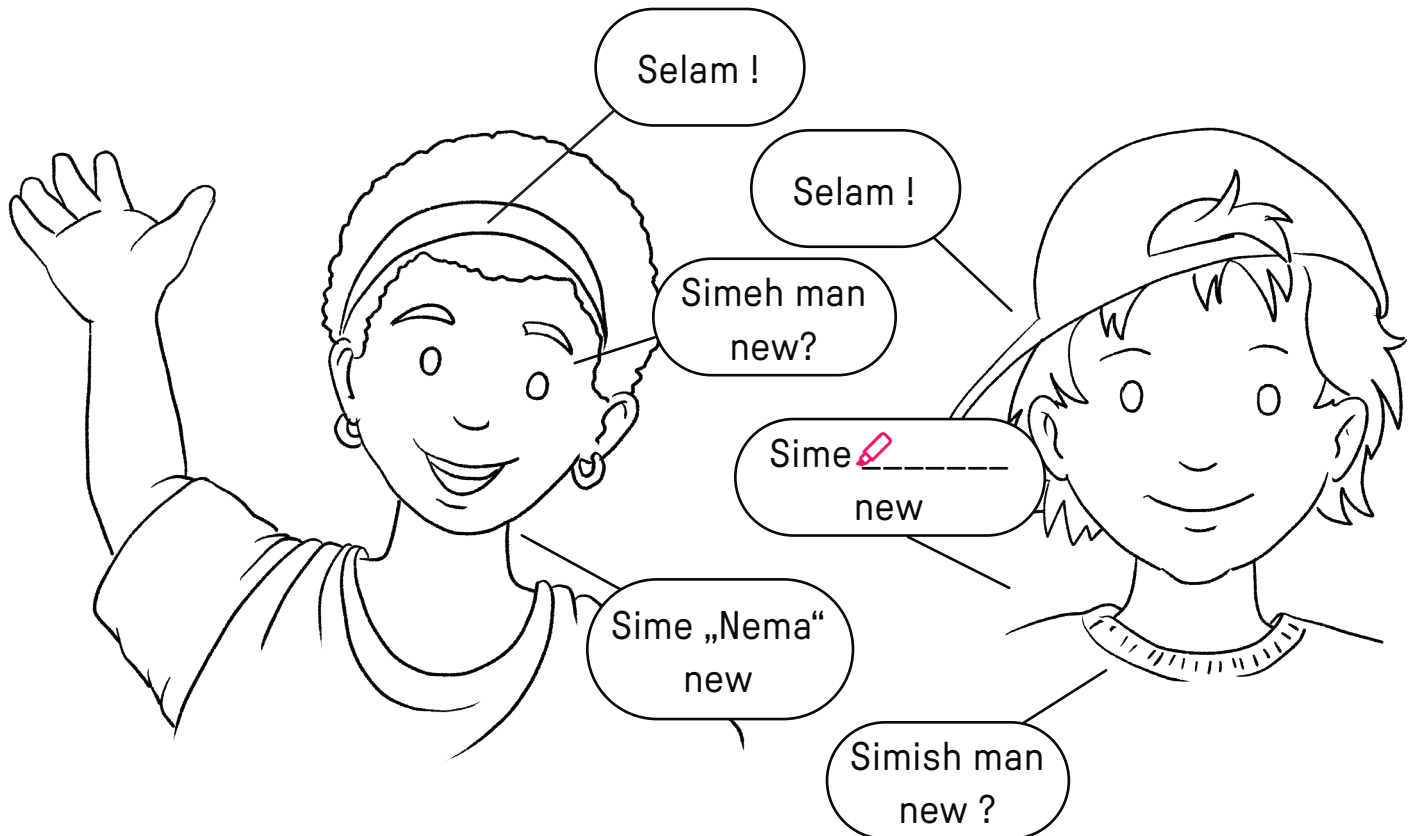
Male das Bild aus.

Wenn du magst, kannst du noch etwas dazumalen:
Vielleicht eine Wasserstelle, Tiere oder Nemas Familie.
Oder vielleicht hast du Lust, dich selbst zu malen – wie du
Nema besuchst!



Wir lernen Amharisch

In Äthiopien gibt es mehr als 70 Sprachen.
Eine davon ist Amharisch.



Salam [ሰላም]

Hallo

Simish man new ? [ስምሽ ማን ነው?]

Wie heißt du? (an ein Mädchen)

Simeh man new? [ስምህ ማን ነው?]

Wie heißt du? (an einen Jungen)

Sime___ new [ሰሜ ___ ነው::]

Ich heiße _____

Dehna neh ? [ደኑና ነህ?]

Wie geht es dir? (an einen Jungen)

Dehna nesh ? [ደኑና ነሽ?]

Wie geht es dir? (an ein Mädchen)

Dehna negn [ደኑና ነኝ]

Mir geht es gut.

Ebakeh [እባክህ]

Bitte (an einen Jungen)

Ebakish [እባክሽ]

Bitte (an ein Mädchen)

Amesegnalhu [አመሰግናለሁ]

Danke

So machst du Injera:

Zubereitung

1

Vermische etwas Hefe mit Wasser und Weizenmehl, stelle die Mischung an einen warmen Ort und warte 2–3 Stunden.

2

Dann gib Weizenmehl und Maismehl in eine große Schüssel. Rühre den Teig von vorher dazu.

3

Gib langsam Wasser dazu und rühre bis der Teig glatt wird. Warte noch einmal 2 Stunden.

4

Jetzt hat sich unten Teig gesammelt und oben ist Wasser. Gieß das Wasser oben ab.

5

Salz und noch Wasser dazu geben und gut umrühren.

6

Warte, bis der Teig wieder aufgeht. Dann gib etwas Teig in eine heiße Pfanne (ohne Öl). Schnell schwenken, damit sich der Teig verteilt. Deckel drauf!

7

Sobald sich der Fladen von der Pfanne löst und viele kleine Bläschen hat, ist er fertig!

Melkam Migib!

Guten Appetit!

Zutaten

für 4 Personen

350 g Weizenmehl

150 g Maismehl

½ Würfel Hefe

½ Teelöffel Salz



In Äthiopien verwendet man Teffmehl für Injera - Teff ist eine einheimische Getreideart.

Äthiopisches Misir Wot (Linsengericht)

Zubereitung

- 1 Spüle die Linsen ab.
- 2 Schneide die Zwiebeln und Tomaten, reibe den Knoblauch und Ingwer fein.
- 3 Brate die Zwiebeln in Öl an bis sie durchsichtig sind. Rühre dabei immer wieder um.
- 4 Gib Knoblauch, Ingwer, Tomate und Berbere dazu. Rühre 3 bis 5 Minuten lang um.
- 5 Koche die Linsen mit 700 Milliliter Wasser in einem Topf einmal auf.
- 6 Drehe den Herd etwas herunter. Decke den Topf mit einem Deckel zu und lasse das Essen 15 Minuten lang kochen. Rühre zwischendrin um.
- 7 Gib am Ende etwas Salz dazu. Fertig!

Melkam Migib!

Guten Appetit!

Zutaten
für 4 Personen

200 g rote Linsen
2 mittelgroße rote
Zwiebeln
2 Strauchtomaten
3 Knoblauchzehen
1 daumengroßes Stück
Ingwer
2 EL Pflanzenöl
2-3 EL Berbere
Meersalz
Zum Servieren Injera
oder Brot

