

# Sternsingen 2025 – Gruppenstunde (Methodische Bausteine) zu Nepal

## Gemeinsam unterwegs mit Lakshmi, einem Kind in Nepal

Alter der Kinder: 8-11

Aufwand: Mittel

### Hintergrund

In dieser Gruppenstunde sollen die Kinder mehr über das Land Nepal erfahren und über die Herausforderungen der Kinder in diesem Land lernen. Dabei werdet ihr einige Informationen über das Land und die Situation der Kinder entdecken und gemeinsam spielen und basteln. Mehr zu den Projekten der DKA in Nepal findest du auf [www.sternsingen.at/sternsingen-hilft](http://www.sternsingen.at/sternsingen-hilft).

### Material

- Die Flagge von Nepal mehrmals ausgedruckt und in mehrere Puzzleteile zerschnitten
- Ein Bild einer Person, die Tika (ein roter Punkt auf der Stirn) trägt, ausdrucken
- Ein Bild vom Himalaya ausgedruckt
- Eine Schale Basmatireis (wenn es eine andere Sorte ist, passt es auch)
- Ein buntes Tuch/ein bunter Schal
- Einen Mund-Nasen-Schutz
- Ein Naturstein/ein Ziegelstein
- Ein Freundschaftsarmband
- Eine Decke oder großes Tuch
- Ein Bild von Gebetsfahnen ausgedruckt
- Buntes Krepppapier in 5 Farben. Es sollte in einem A5 ähnlichen Rechtecken zugeschnitten sein, mindestens in Stückzahl der Kinder
- Eine Schnur, auf der die „Gebetsfahnen“ aufgehängt werden kann
- Tixo, um die „Gebetsfahnen“ an der Schnur zu befestigen

### Aufbau

Lakshmi (kann ein Buben- oder Mädchenname sein), nimmt die Kinder mit auf eine Reise durch das ferne Nepal. Ihr lernt die Flagge des Landes kennen, spielt ein Spiel zum Thema „gemeinsame Sprache“, lernt den Alltag eines Kindes in Nepal kennen, spielt ein Spiel einer der DKA unterstützten Organisationen und bastelt gemeinsam eine Gebetsfahne.

### Einstieg

Hinweis zur Durchführung: Ein\*e Gruppenleiter\*in kann die Rolle von Lakshmi übernehmen und durch die Gruppenstunde führen. Alternativ können die Infos auch in Form von Briefen oder Text-Nachrichten vorgelesen werden.

*Hallo, mein Name ist Lakshmi! Mein Name bedeutet auf Sanskrit, der alten Sprache meines Landes, „Glück, Schönheit und Reichtum“. Ich will euch heute etwas über die Schönheit meines Heimatlandes Nepal erzählen.*

*Dort komme ich her. Weiß jemand von euch vielleicht, wo das liegt? (auf Weltkarte/Globus gemeinsam suchen)  
Wir haben auch eine ganz besondere Flagge in Nepal, kennt ihr sie vielleicht?*

### **Flaggen-Puzzle**

*Oh nein, da ist doch glatt meine Flagge kaputtgegangen. Könnt ihr mir vielleicht helfen, sie wieder zusammenzusetzen?*

Du hast eine Flagge in mehrere Teile zerschnitten. Gemeinsam mit den Kindern versucht ihr nun, diese wieder zusammenzusetzen. Ist die Gruppe sehr groß auch in mehreren kleinen Gruppen.

Anschließend gibt es folgende Erklärung von Lakshmi:

- *Das Blau steht für den Frieden, der noch nicht so lange in Nepal herrscht. Noch bis vor 10 Jahren (bis 2015) herrschte bei uns Krieg im Land. Deshalb wollen wir uns immer an den Frieden erinnern, wenn wir unsere Flagge ansehen.*
- *Das Rot ist unsere Nationalfarbe. Es ist ein fixer Bestandteil unseres Alltags, da wir sehr oft rote Farbe bei unseren religiösen Gebeten in Tempeln oder zur Begrüßung von Gästen verwenden (hier ein Bild von einem Tika herzeigen).*
- *Die Sonne und der Mond waren früher die Symbole der Könige unseres Landes. Nun hoffen wir, dass unser Land so lange besteht, wie die Himmelskörper.*
- *Die spezielle Form unserer Flagge verdanken wir dem höchsten Berg der Welt, dem Mount Everest. Er befindet sich im Norden unseres Landes (hier gerne auch auf dem Atlas/Globus hinzeigen und das Foto des Berges herzeigen). Jedes Jahr kommen viele Menschen aus der ganzen Welt, um unsere gewaltigen Berge, auch genannt das Himalaya Gebirge, zu besteigen. Deshalb arbeiten viele Menschen in Nepal als Bergführer\*innen oder Gepäckträger, um die Tourist\*innen auf die Berge zu bringen.*

*Aber unser Land besteht nicht nur aus dem Himalaya. Es gibt in Nepal auch eine Region, die sehr hügelig ist und eine Region weiter im Süden, die tiefer liegt und wo sehr viel Landwirtschaft betrieben werden kann. Ähnlich wie es bei euch in Österreich die Alpen im Westen und das Flachland im Osten gibt.*

### **Gemeinsame Sprache finden**

*In Nepal leben fast 30 Millionen Menschen, das ist mehr als 3-mal so viel wie in Österreich, obwohl das Land nicht einmal doppelt so groß ist. Sie teilen sich in über 40 Volksgruppen auf, das bedeutet, dass sie unterschiedliche Kleidung tragen, unterschiedliche Speisen essen, unterschiedliche Traditionen und Feiertage haben und noch vieles mehr. Bei über 40 Gruppen ist das oft schon eine Menge Unterschiede. Deshalb ist es wichtig, sich viel darüber auszutauschen und eine gemeinsame Sprache zu finden.*

*Wir wollen jetzt auch eine gemeinsame Sprache finden, und zwar so:*

Um diese gemeinsame Sprache zu entwickeln, stellen sich immer zwei Kinder mit dem Rücken zueinander auf. Beide überlegen sich ein Wort und eine Bewegung für die neue Sprache. Sind beide bereit, drehen sie sich zu den Worten „Sprache los“ um und machen einander ihr Wort und ihre Bewegung vor. Dann drehen sie wieder ihre Rücken zueinander. Jedes Kind überlegt sich, in welcher Weise es sein Wort und seine Bewegung geringfügig verändern könnte, damit es dem Wort und der Bewegung des anderen Kindes ähnlich wird. Dann sagen sie wieder „Sprache los“, wenden sich zueinander und zeigen einander gleichzeitig ihre neuen Kreationen. Wer das zu zweit geschafft hat, kann es auch zu viert probieren (jeweils ein Paar überlegt sich ein Geräusch und eine Bewegung). Anschließend zu acht.

Das geht so lange, bis eine „gemeinsame Sprache“ entstanden ist.

*Sehr gut! Jetzt können wir uns untereinander besser verstehen!*

## Lakshmi erzählt vom Kind sein in Nepal

*Jetzt wo wir uns so gut verstehen, dann kann ich euch auch von meinem Land und meinen Alltag mehr erzählen. Ich habe hier einige Gegenstände im Raum versteckt, die etwas mit dem Alltag in Nepal zu tun haben.*

Die Kinder suchen die Gegenstände. Wenn sie alle gefunden haben, kommen sie wieder in der Gruppe zusammen. Danach werden die Gegenstände am besten in der vorgegebenen Reihenfolge aufgelöst.

In Nepal ist vieles schwierig. Es gibt allerdings auch viele Organisationen, die sich dafür einsetzen, dass Dinge besser werden.

- **Reiskörner:** Reis ist das beliebteste Lebensmittel in Nepal. Viele Menschen betreiben eine kleine Landwirtschaft, mit der sie sich und ihre Familie ernähren. Durch den Klimawandel wird es leider immer schwieriger, Lebensmittel selbst anzubauen. Es regnet nicht und es gibt keine oder nur wenig künstliche Bewässerung. Dadurch müssen viele Menschen und vor allem Kinder Hunger leiden, weil sie nicht genug zu essen haben.  
Deshalb sammeln Bauernkollektive und Organisationen altes Saatgut, das traditionell in Nepal angebaut wurde. Dieses kann trotz des Klimawandels gut wachsen.
- **Ein buntes Tuch/ein bunter Schal:** Solche oder so ähnliche Schals werden von Frauen in Nepal bei Hochzeiten auf dem Kopf getragen.  
In Nepal werden viele junge Mädchen schon früh an meist viel ältere Männer verheiratet. Das bedeutet, dass sie dann von zu Hause ausziehen, den Haushalt führen müssen und nicht mehr zur Schule gehen können.  
Da Kinderehen verboten sind durch das Gesetz, machen viele NGOs in Nepal darauf aufmerksam und helfen so, dass nicht noch mehr Mädchen verheiratet werden.
- **Ziegelstein/Stein:** In Nepal müssen beinahe 30 % aller Kinder arbeiten gehen - das ist fast jedes 3. Kind. Oft reicht das Geld der Familien nicht aus und damit sie über die Runden kommen, müssen Kinder in Ziegelwerken, auf Feldern oder in Fabriken arbeiten. Hier helfen Organisationen, dass Kinder auch weiterhin zur Schule gehen und damit bessere Chancen im Erwachsenenalter haben.
- **Eine Schutzmaske (Mund-Nasen-Schutz):** In Nepal herrscht sehr viel Luftverschmutzung und der Himmel ist oft tage- und wochenlang nicht zu sehen, weil es so viel Smog in der Luft gibt. In den Städten ist es meist noch schlimmer als am Land. Durch die schlechte Luft werden Kinder häufiger krank und die Menschen werden nicht so alt.  
Deshalb arbeiten Organisationen daran, die Umwelt zu verbessern und Bewusstsein zu schaffen, dass alle Kinder ein Recht auf eine intakte Umwelt haben, wie etwa saubere Luft und Trinkwasser.
- **Ein Freundschaftsarmband:** In Nepal gibt es zwar keine Jungschar, so wie ihr sie bei euch kennt, aber es gibt sogenannte "Childclubs". Dort trifft sich ein\*e ehrenamtliche Gruppenleiter\*in mit den Kindern entweder nachmittags in der Schule oder bei ihnen im Dorf. Die Kinder können neue Spiele ausprobieren, lernen die Kinderrechte kennen und können sich mit Freund\*innen austauschen. Oft ist das einer der wenigen Orte, wo Kinder die Sorgen des Alltags für eine Zeit vergessen und einfach Kind sein können. Diese Childclubs werden z.B. von Yuwalaya (die mit Geld vom Sternsingen unterstützt werden) betrieben.

So wie Yuwalaya die Situation von Kindern in Nepal verbessern will, arbeiten viele Organisationen daran, dass es Kinder in Zukunft besser haben. Zu dieser Zukunft gehören auch lustige Spiele. Eines davon, welches die Kinder in Nepal gerne spielen, können wir jetzt gemeinsam ausprobieren.

## **Das „Vorhangspiel“:**

Die Gruppe teilt sich in 2 ungefähr gleich große Teams. Der Raum wird in der Mitte mithilfe einer Decke oder eines Tuches getrennt, das 2 Personen hochhalten. Anschließend suchen die beiden Teams jeweils eine Person aus, die sich hinter die Decke hinhockt.

Auf „1-2-3“ wird die Decke fallen gelassen. Das Kind, das hinter der Decke gehockt hat und zuerst den Namen des anderen Kindes rufen kann, gewinnt. Das andere Kind wechselt nun in das Team des Kindes, das schneller war. Nun werden wieder von jedem Team zwei Kinder bestimmt, die sich hinter die Decke hocken dürfen und es wird weitergespielt, solange es Spaß macht.

Dabei ist zu achten darauf, dass die Kinder nicht sehen, wer vom anderen Team ausgewählt wird, damit es fair bleibt.

## **Gebetsfahnen basteln**

*Zum Abschluss möchte ich euch noch einen der Schätze meines Landes zeigen. In Nepal sind nämlich die Tempel, Häuser und Straßen oft mit wunderschönen, bunten Gebetsfahnen geschmückt. Auf ihnen stehen Gebete und Segenswünsche, die zum Himmel getragen werden sollen. Wir können uns eine eigene Gebetsfahne basteln, auf die wir Wünsche für die Menschen Nepal schreiben oder malen und gemeinsam dann hier aufhängen.*

Am besten zeigt ihr zu Beginn ein Foto einer Gebetsfahne her zur Veranschaulichung.

Jedes Kind bekommt nun ein buntes Rechteck aus Krepppapier, auf das es mit Filzstift einen Wunsch, ein schönes Bild oder etwas anders Positives für die Kinder in Nepal zeichnen darf. Dabei sollte am besten eine Unterlage verwendet werden, denn Krepppapier ist oft ein wenig durchlässig.

Am Ende können die Wimpel dann an einer Schnur mit Tixo befestigt werden und in euerem Gruppenraum aufgehängt werden.

## **Abschluss**

*Danke für eure schöne Fahne und die netten Wünsche! Darüber würden sich die Kinder in Nepal sicherlich auch freuen. Womit wir ihnen aber auf jeden Fall helfen können, ist das Sternsingen dieses Jahr. Damit kann vielen Kindern geholfen werden und das alles nur dank eures Einsatzes.*

*Autor\*in: Josef Zechmeister*