

**GUTE FRAGE!**

**Warum macht der Mai müde statt munter?**

Der Mai ist der letzte Frühlingsmonat. Seinen Namen hat er von der römischen Göttin der Erde, Maia. Weil es endlich warm ist, sind die Vögel und viele andere Tiere wieder richtig aktiv, und die Natur steht in voller Blüte. Wer jetzt einen Ausflug beispielsweise ins Alte Land macht, kann dort noch die Obstblüte bestaunen.

Manchmal allerdings kann es auch im Mai noch mal richtig kalt werden. Besonders nachts herrscht zum Teil sogar Frost. Zwischen dem 11. und 15. Mai kommen die sogenannten „Eisheiligen“. Diese Mini-Winterzeit wandert von den Polargebieten aus über Europa hinweg und sorgt dafür, dass die Luft noch einmal kalt und trocken ist. Daher warten viele Hobbygärtner erst das Ende der Eisheiligen ab, bis sie im Garten oder auf dem Balkon die ersten Pflanzen setzen oder Samen aussäen. Jedem dieser kalten Tage ist ein Heiliger zugeordnet: Mamertus, Pankratius, Servatius, Bonifatius und Sophie.

Doch obwohl die Tage nun wieder länger sind und die Sonne scheint, beklagen sich viele Menschen, dass sie sich müde und kraftlos fühlen. Sie quält die sogenannte „Frühjahrs Müdigkeit“. Man ist müde, hat irgendwie keine Lust auf irgendetwas, leidet vielleicht sogar unter Stimmungsschwankungen, und manchen ist auch schwindelig.

Aber warum sind die Menschen müde, wenn in der Natur um sie herum alles zum Leben erwacht ist? Eigentlich müssten sie doch besonders munter sein. Es gibt mehrere Gründe. Zwar schüttet der Körper im Frühling ein besonderes Hormon in größeren Mengen aus, das sogenannte „Glückshormon“ Serotonin, das für die gute Laune zuständig ist. Aber gleichzeitig ist von den dunklen Wintermonaten noch ein anderes Hormon vorhanden, das „Schlafhormon“ Melatonin. Die Produktion dieses müde machenden Hormons wird nur langsam verringert.

Vielen Menschen machen aber auch die Temperaturunterschiede zu schaffen. Gerade hat man sich an die wohlige Wärme der Sonne gewöhnt, wird es plötzlich wieder kühl. Außerdem essen wir im Winter fettreicher und nehmen viele Kalorien zu uns, im Frühling benötigt der Körper aber viele Vitamine, die erst einmal fehlen. Zum Ausgleich soll man viel Obst essen.



Gute-Laune-Ausflug: Kirschaubblüte im Alten Land pa/dpa/Ulrich Perrey

**@ Hallo, liebe Junior-Leser!**

Diese Mail-Adresse ist speziell für euch. Ihr könnt uns Lob, Kritik, Anmerkungen oder auch gerne euren Lieblingswitz (dazu euren Namen und euer Alter) schicken: junior@abendblatt.de Per Post: Magazin-Redaktion Junior, Großer Burstah 18-32, 20457 Hamburg. Wir freuen uns auf eure Nachricht!



Erik Ruben Bredlow ist elf Jahre alt und geht in die 6. Klasse des Gymnasiums Othmarschen. Er hat dieses Jahr einen Schreibwettbewerb in der Altersklasse 5./6. Klasse gewonnen

Michael Rauhe

**Plötzlich war alles dunkel**

Vor mir hörte ich das höhnische Lachen einiger weißer Klötze, die permanent etwas zwischen sich zermalmt. Sie riefen mir Sätze zu wie „Wir sind erst der Anfang!“ oder „Viel Spaß im Magen!“

Ich bin eine Pflaume. Ich verstehe ja nicht viel von Schmerz oder so, aber das hier tat echt weh: Erst wurde ich gepackt, dann mit lauter Gleichgesinnten in eine Papiertüte gequetscht, unsanft einen Hügel hinausgeschaukelt, in eiskaltem Wasser ertränkt, so lange gerieben, bis meine Haut fast aufriss, und jetzt kam das Schlimmste: Diese weißen Klötze hatten mich von meinem Kern getrennt. Ich war Brei!

Mit aller Mühe versuchte ich, in Form zu bleiben, aber es ging steil abwärts. Ich befand mich in so etwas wie einem Tunnel, eng war es hier und dunkel. Ich wollte bremsen, ich suchte meinen Kern, aber von oben drückte irgendwas nach. Jetzt erkannte ich ihn: Es war Günther, meine Vetter dritten Astes. Er freute sich ebenfalls, mich zu sehen, hatte aber auch schon beträchtlich an seinem guten Aussehen verloren.

Wir versuchten, einander Halt zu geben und zu bremsen, aber eine warme, glitschige Flüssigkeit umhüllte uns und verhinderte, dass wir irgendwo Halt fanden. Wir ergaben uns also in unser Schicksal und landeten schließlich in einer großen, rosafarbenen Höhle, angefüllt mit wie sich bei der ersten Berüh-

Das Thema des diesjährigen Schreibwettbewerbs der Schulbehörde lautete: **Unterwegs. Wir drucken die Siegertexte. Heute:** Erik Ruben Bredlow

Vor dem Verzehr: Da ging es der Pflaume noch gut Getty images



rung herausstellte – einer irgendwie ätzenden, brennenden Soße.

„AAAAHHHHH!“ Das war tausendmal schlimmer als jeder pickende Vogel. Hier brodelte es. Ich hatte sofort meinen Kern und Günther aus den Augen verloren. Kein Wunder, denn auch ich zersetzte mich gerade in meine Einzelteile. Ein Strudel sog mich wieder ein, und ich fand mich in einer Art Gängesystem wieder: Drücken, Quetschen, Schieben, um die Ecke, eine Etage tiefer, und das Ganze wieder von vorn, stundenlang.

Von mir war fast nicht mehr übrig.

Ich hatte mich aufgelöst. Ich war ein Nichts.

Alles vorbei.

Aber da! Da sah ich ihn! Meinen Kern! Das war mein Kern! Ich würde ihn unter tausend anderen Kernen wiedererkennen! Eine Pflaume kennt ihren Kern! Heil und glänzend zog er an mir vorüber, völlig unversehrt.

Egal in welcher Hölle ich mich hier befand, mein Kern hatte sie überlebt. Und bevor mir endgültig die Sinne schwanden, ging es hinaus in eine Welt voll gleißendem weißen Licht. Mein Kern verschaffte sich ein letztes Mal mit einem lauten „Klonck!“ Gehör, und was soll ich sagen?

Wir sehen uns wieder, Freunde!

Der Schreibwettbewerb der Hamburger Schulbehörde fand zum zweiten Mal statt. 39 Schulen nahmen daran teil. Hauptförderer von „Klassensätze“ ist die Guntram und Irene Rinke Stiftung.

**WITZ**

Clara kommt von der Schule nach Hause. „Papa“, sagt sie, „heute hast du dir ein Fahrrad verdient.“ „Wieso das?“, fragt der Vater. „Du hast mir doch ein Fahrrad versprochen, wenn ich versetzt werde ... Du kannst es behalten!“

**TIPPS FÜRS WOCHENENDE**

**KINDEROPER**

**Noch so ein Ring der Macht, um alle zu knechten**

ALTONA: Warum sind immer alle so scharf auf Ringe? Und warum gibt es so viel Ärger um sie? In „Der Herr der Ringe“ werden ganze Kriege um den einen Ring geführt, und auch in Richard Wagners „Rheingold“, einer von vier Opern des „Ring des Nibelungen“, geht es rund: Der Zwerg Alberich raubt den Rheintöchtern ihr Gold und schmiedet daraus – natürlich – einen Ring der Macht. Und um den balgen sich der Zwerg, Riesen, Drachen und sogar Götter. Das Theater für Kinder in Altona zeigt an diesem Wochenende wieder eine kindgerechte Umsetzung des Klassikers, die nicht weniger spannend ist als das berühmte Original. Oder „Der Herr der Ringe“. (tl)

„Das Rheingold“ Sa/So 14.5./15.5., jeweils 15,00, Theater für Kinder (S Altona), Max Brauer-Allee 76, Eintritt: 16,50, ab 5 Jahren; T. 38 25 38; www.theaterfuerkinder.de

**AUSSTELLUNG**

**Kunstwerke aus einer Million Legosteinen bestaunen**

HAFENCITY: Aus einem Häufchen Legosteinen kann man fantastische Sachen bauen, ob nach Anleitung aus der Packung oder frei kombiniert und ganz nach eigener Fantasie. Letzteres macht der Amerikaner Nathan Sawaya auch noch im Alter von 42 Jahren, und das macht er so gut, dass seine Lego-Figuren sogar ausgestellt werden: „The Art of the Brick“ zeigt bis zum 19. Juli in der Hafencity über 100 Kunstwerke von Nathan Sawaya, die er aus einer Million Legosteinen gebaut hat. (tl)

„The Art of the Brick“ Do 12.5. bis Di 19.7., täglich 10.00–19.00, Hamburger Kulturcompagnie im Automuseum Prototyp (U Überseequartier, Bus 111), Shanghaiallee 7, Karten ab 15,-, Kinder von 6 bis 14 J. ab 11,-, Familienkarte ab 42,- unter der Abendblatt-Tickethotline 30 30 98 98 und in der Abendblatt-Geschäftsstelle Großer Burstah 18–32; Infos im Internet: www.taotb.de

**ANIMATIONSFILM**

**Die „Angry Birds“ zetern auf der Kinoleinwand**

KINO: Auf Bird Island lassen es sich die Piepmätze gut gehen. Und wer die Ruhe stört wie die etwas schnell ausflippenden Vögel Red, Chuck und Bombe, wird mit einem Anti-Wut-Training mehr oder weniger ruhiggestellt. Allerdings ist es mit der Idylle vorbei, als eines Tages Schweine auf Bird Island landen und die Eier der Vögel mopsen wollen. Sauerei! „Angry Birds“ ist seit Jahren eine der erfolgreichsten Spiele-Apps auf dem Smartphone. Und was erfolgreich ist, landet früher oder später auch als Spielfilm im Kino. Dort kann man mal 100 Minuten lang das Telefon abschalten und trotzdem Spaß mit „Angry Birds“ haben. (tl)

„Angry Birds – Der Film“ FIN/USA 2016, 97 Min., o. A., R: Clay Kaytis und Fergal Reilly, mit den Stimmen von u. a. Christoph Maria Herbst, täglich im Cinemaxx Dammtor/Harburg/Wandsbek, Hansa, UCI Mundsburg/Othmarschen/Wandsbek

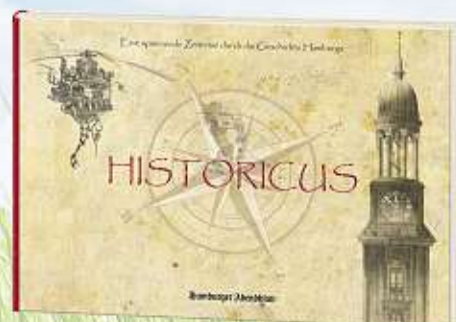
Weitere ausgewählte Produkte finden Sie unter [www.abendblatt.de/shop](http://www.abendblatt.de/shop)

**Kids ahoi!**

**Historicus**

1.200 Jahre illustrierte Hamburg Geschichte • Fakten, Daten, Hintergründe in 18 Kapiteln • Spannender Lese- und Geschichtsspaß • Für kleine und große Leute ab sieben Jahren

94 Seiten € 16,90



**Lieblingsshirt für alle Hamburger Deerns und Jungs**

Hamburg-Motiv mit Stadtteilen aus Buchstaben geformt • Hochwertiger Siebdruck • Größen: 98 bis 146 • Raspberry für Mädchen, Azur für Jungs • 100% biologische, zertifizierte Baumwolle

je € 24,90



**Kleine Filztasche „Hamburg“**

Hamburg-Motiv mit Stadtteilen aus Buchstaben geformt • Wasserabweisendes Nylon-Innenfutter in Pink • Praktische Innentasche • 100% hochwertiger Filz, Größe 28 x 21 x 8 cm

€ 19,90



**Die 7 magischen Klabaüterknoten**

Begleitet den kleinen Pikkofinter bei seinen Abenteuern • Vom „Tatort“-Drehbuchautor und Segelweltmeister Jan von der Bank • Mit hinreißenden Zeichnungen von Lena Winkel • Inkl. Klabaüterlexikon und Erläuterungen maritimer Begriffe

128 Seiten, broschiert € 15,-

Jetzt bestellen unter [www.abendblatt.de/shop](http://www.abendblatt.de/shop) Oder per Telefon unter 040/333 66 999 (Preise zzgl. Versandkosten)