

People Are Born To Shine!

Menschen sind zum Leuchten geboren

Ein Newsletter basierend auf dem christlichen Glauben und geschaffen fuer alle Menschen, egal welcher Nationalitaet, Rasse oder Religion, zur Inspiration und zur Unterstuetzung



TATEN DER FREUNDLICHKEIT

Voller Kreis

Hand of Hope's (Haende der Hoffnung) kuerzliches medizinisches Hilfsprogramm brachte mich zurueck zu einem Platz, den ich liebe

Nairobi, Kenya. Ich hatte diese Reise in meinem Kalender markiert.

Jedes Jahr ermoeglicht Hand of Hope, Joyce Meyer Weltmissionswerke kostenlose aertzliche und zahnaerztliche Klinikbesuche auf der ganzen Welt. Als einer ihrer medizinischen Programmkoordinatoren hatte ich das Glueck, weit und lange reisen zu duerfen und zu beobachten wie Gott seine Wunder wirkt in den Leben von verzweifelten und hilfsbeduerftigen Menschen.

Aber fuer mich sollte dieses Programm etwas ganz Besonderes sein. Sie muessen naemlich wissen, dass Nairobi meine Heimatstadt ist. Also meine Familie kommt eigentlich aus Louisiana. Aber seit ich klein war, waren meine Eltern Don und Amy Matheny unabhaengige Missionare in Kenya. Tatsaechlich haben sie vor etwa 25 Jahren die Nairobi Lighthouse Church (Nairobi Leuchtturm Kirche) gegruendet.

Als aeltestes von sechs Kindern bin ich mit 18 in die USA zurueckgekehrt,

Mein groesster Wunsch war es, eines Tages nach Nairobi mit einem Beruf zurueckzukehren und dort zu helfen

um dort die Bibel Schule zu besuchen....und dann schliesslich die Krankenpflegeschule. Mein Herzenswunsch war es, eines Tages nach Nairobi zurueckzukommen und den Menschen mit meinen Faehigkeiten zu dienen, so wie es meine Eltern es getan haben.

Aber das Leben haelt viele Ueberraschungen bereit. Aufgrund einer Reihe von Begebenheiten blieb ich in den USA und half als Freiwillige beim Joyce Meyer medizinischem und zahnaerztlichem Hilfsprojekt mit. Hier fand ich meine Berufung. Eines fuehrte zum anderen und heute darf ich bei diesen Hilfsprojekten hauptberuflich arbeiten. Im Sommer 2013 brachte mich meine Arbeit an den Platz zurueck, der meinem Herzen so nah ist...

“Es braucht so wenig”

Mein Traum, eine Krankenschwester zu sein wurde in Kenya in einem Masse erfuehlt, wie ich es nie gedacht hatte. Hier leitete ich ein aerztliches/zahnaerztliches Team von Hands of Hope zusammen mit meiner Familie und Nairobi Lighthouse Church, um so vielen Menschen in Not zu helfen.

Eine Woche lang behandelten wir Patienten in Nairobi's Huruma Slums. Jeden Tag wurden es mehr Menschen. Als sich die Nachricht verbreitete begannen wir Patienten zu behandeln, die kilometerweit vom Land hergesteigt waren.

FORTSETZUNG VON "MEIN TRAUM" AUF SEITE 6



In dieser Ausgabe

Gesundheitsvorsuege von Mandeln

Wissen Sie, wie gut Mandeln fuer Ihre Gesundheit sind?

Sonnenbrand

Sie koennen Sonnenbrand und aehnliche Schaeden verhindern, indem Sie Ihre Haut schuetzen

Wie man sicher Fahrrad faehrt

Wichtige Grundregeln im Strassenverkehr

Erneuerbare Energie

Erneuerbare Energie ist sauber, erschwinglich, geeignet fuer den Hausgebrauch und unendlich wirksam
www.najicherfanfoundation.org

ERNAEHRUNG

Wissen Sie wie gut Mandeln fuer Ihre Gesundheit sind?

Gesundheitliche Vorzuege von Mandeln

1. Sie vermindern das Risiko einer Herzattacke.

Wenn man fuefnmal pro Woche Nuesse verzehrt, hat man ein um 50% geringeres Risiko eine Herzattacke zu erleiden, gemaess der Loma Linda School of Public Health.

2. Sie verringern ‚schlechtes‘ Cholesterol.

Mandeln waehrend einer Diaet haben den guenstigen Effekt die Cholesterolwerte im Blut zu senken.

3. Sie schuetzen die Arterienwaende. Es wurde herausgefunden, dass die Flavoniden in der Haut von Mandeln zusammenarbeiten mit deren Vitamin E und so das Risiko einer Herzerkrankung mindern.

4. Mandeln helfen starke Knochen und Zaehe aufzubauen. Das Phosphor in den Mandeln macht dies moeglich.

5. Sie haben gesunde Fette und helfen bei Gewichtsreduzierung. Obwohl Mandeln viel Fett enthalten sind Menschen, die haeufig Nuesse verzehren im Durchschnitt duenner als jene, die selten Nuesse essen.

6. Mandeln senken den Blutzuckerspiegel und das Insulin nach den Mahlzeiten.

7. Sie unterstuetzen eine gute Gehirnfunktion. Mandeln enthalten Riboflavin und L-carnitine, Naehrstoffe, die die Gehirnfunktion unterstuetzen und koennen ausserdem das Risiko einer Alzheimererkrankung mindern.

8. Sie ernaehren das Nervensystem.

9. Sie alkalisieren den Koerper. Mandeln sind die einzige Nuss und eines der wenigen Proteine, die Basen formen. Falls Ihr Koerper nicht basisch genug ist, riskieren Sie Osteoporosis, ein schwaches Immunsystem, einen niedrigen Energielevel und Gewichtszunahme.

Quelle: care2.com



Moechten Sie die Arbeit von NCF foerdern?

Die Naji Cherfan Foundation wurde nach dem Tod des geliebten Naji Cherfan gegruendet. Unser Hauptziel ist es Gott durch Arbeit fuer das Gemeinwohl zu loben. Die Stiftung moechte die Lebensqualitaet der Aermsten der Armen aller Altersgruppen lindern, sowohl von Gesunden als auch von jenen mit Gesundheitsproblemen, oder mit Gehirnverletzungen jeglicher Art sei es durch Unfaelle, Schlaganfaelle usw., waehrend gleichzeitig christliche Werte verbreitet werden.

Wenn Sie die Arbeit der NCF moegen und sich beteiligen moechten, laden wir Sie ein Mitglied unseres Komitees zu werden. Das Ziel ist es unsere Inspiration und unsere Aktivitaeten in Ihrem Land zu verbreiten. Bitte kontaktieren Sie uns fuer weitere Information: +961 (0) 4 522221.

info@najicherfanfoundation.org

Zitat

„Eine Gesellschaft, die Kinder und Alte vernachlaessigt, trennt sich von ihren Wurzeln und verdunkelt ihre Zukunft.“

—Papst Franziskus

Sonnenbrand



DEFINITION

Sonnenbrand – rote, schmerzende Haut, die sich bei Beruehrung heiss anfuelt – erscheint gewoehnlich innerhalb weniger Stunden nach uebermaessiger Einwirkung von ultraviolettem (UV) Licht durch Sonnenschein oder kuenstliche Quellen wie etwa Sonnenlampen. Sonnenbrand kann mehrere Tage benoetigen, bis er abklingt.

Intensive, haeufige Sonneneinstrahlung, die in Sonnenbrand resultiert, erhoehrt Ihr Risiko anderer Hautschaedigungen und aehnlicher Erkrankungen. So zum Beispiel trockener, faltiger Haut, dunklen Hautflecken, rauhen Hautflecken und Hautkrebs, wie etwa Melanomen.

Sie koennen Sonnenbrand und aehnliche Schaedigungen verhindern indem Sie Ihre Haut schuetzen. Dies ist besonders wichtig, wenn Sie sich draussen aufhalten, sogar an kuehlen und bewoelkten Tagen.

VORSORGEMASSNAHMEN

Benutzen Sie diese Vorsorgemassnahmen, um die Entstehung von Sonnenbrand zu verhindern, sogar an kuehlen, bewoelkten und nebligen Tagen. Seien Sie besonders vorsichtig in der Naehe von Wasser, Schnee, Eis und Sand, weil diese die Sonnenstrahlen reflektieren. Ausserdem ist das UV Licht in hoeheren Lagen intensiver.

Vermeiden Sie Sonneneinstrahlung zwischen 10.00 und 16.00 Uhr. Das Sonnenlicht ist am staerksten waehrend dieser Zeit. Begrenzen Sie Ihren Aufenthalt in der Sonne

Bedecken Sie sich. Tragen Sie leichte Kleidung, die Sie bedeckt, auch Ihre Arme und Beine. Tragen Sie auch einen breitkrepfigen Hut, der Sie besser schuetzt.

Benutzen Sie haeufig und groesszuegig Sonnencreme. Egal, welcher Hauttyp Sie sind, benutzen Sie einen Sonnenschutz mit einem breiten Filter mit SPF 15 oder hoeher. Tragen Sie ihn groesszuegig auf und wiederholen Sie die Anwendung alle zwei Stunden.

Tragen Sie draussen eine Sonnenbrille. Sie gewaehren Ihren Augen draussen den besten Schutz indem sie Glaeser mit hoechstmoeglichem UV Schutz waehlen.

Glauben Sie nicht, dass vorgebraeunte Haut schuetzt. Manche Leute glauben, dass vorgebraeunte Haut vor Sonnenbrand schuetzt. Einige Sitzungen im Sonnenstudio etwa sollen einen Sonnenbrand verhindern. Forschungen haben gezeigt, dass dies nicht stimmt. Eine Basisbraeune ist

kein Ersatz fuer Sonnenschutz.

LIFESTYLE UND HAUSMITTEL BEI SONNENBRAND

Falls Sie einen Sonnenbrand haben, koennen Sie nicht viel tun, um den Schaden bei Ihrer Haut zu begrenzen. Aber die folgenden Massnahmen koennen Ihren Schmerz und das unangenehme Gefuehl lindern:

Nehmen Sie ein Schmerzmittel.

Gaengige Schmerzmittel helfen den Schmerz zu lindern bis die wunde Haut und die Roete abklingen.

Kuehlen Sie Ihre Haut.

Legen Sie auf die betroffenen Hautstellen kuehlende Kompressen, so zum Beispiel ein mit kuehlem Leitungswasser befeuchtetes Handtuch. Oder nehmen Sie ein Bad oder eine Dusche mit kuehlem Wasser.

Wenden Sie Feuchtigkeitslotion an.

Tragen Sie Aloe Vera Lotion oder Gel, oder Hydrocortison Creme auf die betroffenen Hautstellen auf. Eine niedrige Dosis (0,5 bis 1%) Hydrocortison Creme kann den Schmerz und die Schwellung lindern und die Heilung beschleunigen.

Falls sich Blasen bilden, stechen Sie sie nicht auf.

Sie enthalten ein natuerliches Koerperserum

FORTSETZUNG VON SONNENBRAND AUF SEITE 4

WAHRlich, ICH SAGE
EUCH, WENN IHR
GLAUBEN HABT UND
NICHT ZWEIFELT
WERDET IHR NICHT
ALLEIN SOLCHES MIT
DEM FEIGENBAUM
TUN, SONDERN SOGAR
WENN IHR ZU DIESEM
BERG SAGT „ERHEB
DICH UND WIRF DICH
INS MEER“, WIRD ES
GESCHEHEN. UND
ALLES WAS IHR IM
GLAEBIGEN GEBET
ERBITTET, WERDET IHR
ERHALTEN.“

—MATTHAEUS 21.22

UNSER TAEGLICHES BROT

Der Ausweg



Folgen Sie unseren taeglichen
Neuigkeiten und inspirierenden
Nachrichten! Moegen Sie unsere
Facebook Seite!



[www.facebook.com/
najicherfanfoundation](http://www.facebook.com/najicherfanfoundation)

Als ich mich vor kurzem in London aufhielt, entschied ich mich mit der Untergrundbahn zu meinem Ziel zu fahren. Ich bezahlte meine Fahrkarte und stieg hinab in die Tiefen Londons, um meinen Zug zu erreichen. Aber wieder aus der Station herauszugelangen kann eine furchterregende Erfahrung sein fuer jemanden, der mit dem System nicht vertraut ist. Wenn man den Ausgang nicht findet, verirrt man sich leicht in den Tunneln.

Allein zu sein in einem menschenleeren Tunnel kann ein unheimliches Gefuehl hervorrufen, glauben Sie mir; Sie moechten sich wirklich nicht dort verirren. Unnoetig zu erwaehnen, dass ich erleichtert war, als ich das Zeichen „Ausgang“ erblickte und ihm hinaus in die Sicherheit folgte.

Paulus erinnert uns, dass wir leicht suendigen. „Gott ist treu; Er wird es nicht zulassen, dass wir mehr als wir ertragen koennen in Versuchung gefuehrt werden. Aber falls wir versucht werden, wird er uns auch einen Ausweg zeigen.“ (1 Cor. 10:13 niv). Es ist leicht anzunehmen, dass Gott nicht bei uns ist, wenn wir versucht werden zu suendigen. Dieser Vers versichert uns jedoch, dass Er bei uns ist und nicht untaetig ist. Er stellt uns vielmehr einen Ausweg zur Verfuegung, sodass wir standhaft bleiben koennen.

Wenn Sie also das naechste Mal fuehlen, dass Sie versucht werden erinnern Sie sich daran, dass Sie nicht hilflos sind. Es existiert ein goettlicher zur Verfuegung gestellter „Ausweg“! Suchen Sie das Zeichen und folgen Sie ihm in die Sicherheit.

Lieber Gott, halte uns wachsam, dass Deine Gegenwart in den Zeiten der Versuchung bedeutet, dass wir nicht fallen muessen. Gib uns den Wunsch Deinen Ausweg zu suchen, sodass wir die Freude erfahren ein Leben zu leben, das Dir gefaellt. Gott ist aktiv bei Dir, um Dich vor der Gefahr der Suende abzuhalten.

Quelle: odb.org

FORTSETZUNG VON SONNENBRAND VON SEITE 3

und sind eine Schutzschicht. Wenn Sie die Blasen aufstechen, verlangsamten Sie den Heilungsprozess und vergroessern Sie das Risiko einer Infektion. Falls noetig bedecken Sie die Blasen mit einem leichten Gauzestoff. Falls Blasen aufbrechen, saeubern Sie die umliegende Haut mit einer milden Seife und Wasser, tragen Sie antibakterielle Creme auf und bedecken Sie sie mit einer nassen Schicht.

Trinke Sie viel Fluessigkeit, vor allem Wasser. Sonneneinstrahlung und Hitze koennen einen Fluessigkeitsverlust durch Ihre Haut zur Folge haben. Trinken hilft, dass Ihr Koerper sich wieder erholt.

Behandeln Sie die sich schaelende Haut sanft. Innerhalb weniger Tage beginnen die betroffenen

Stellen sich zu schaelen. Dies ist die Reaktion Ihres Koerpers sich der oberen Schicht der geschaedigten Haut zu entledigen. Benuetzen Sie weiterhin Feuchtigkeitslotion waehrend Ihre Haut sich schaelt.

Schuetzen Sie Ihren Sonnenbrand vor weiterer Sonneneinstrahlung. Meiden Sie Sonnenlicht und schuetzen Sie sich, wenn Sie draussen sind.

Vermeiden Sie „-caine“ Produkte, wie etwa benzocaine. Solche Cremes koennen die Haut irritieren und allergische Reaktionen hervorrufen.

Quelle: mayoclinic.org

Wie man sicher Fahrrad faehrt



Fahrrad fahren kann grossen Spass machen und ist hervorragend geeignet, um fit zu bleiben. Trotzdem kann Fahrrad fahren gefaehrlich sein, besonders, wenn wir die Strasse mit dem motorisierten Verkehr teilen. Um Sicherheit zu haben, ist es wichtig, das Fahrrad in bestem Zustand zu halten und auf einige grundlegende, aber sehr wichtige Voraussetzungen beim Fahrrad fahren zu achten, wenn man die Strasse mit dem allgemeinen Verkehr teilt.

KONTROLLIEREN SIE IHR FAHRRAD

1. Checken Sie die Ausruestung Ihres Fahrrads. Versichern Sie sich, dass Ihr Fahrrad strassentauglich und sicher ist.
2. Kontrollieren Sie die Bremsen. Funktionieren sie, sind sie sicher?
3. Checken Sie die Reifen des Fahrrads. Sind sie genuegend aufgepumpt?
4. Kontrollieren Sie die Kette. Ist sie sauber, frei von Rueckstaenden und dreht sie sich ohne Probleme?
5. Schauen Sie, ob das Fahrrad die richtige Hoehe fuer Sie hat.

TRAGEN SIE ENTSPRECHENDE KLEIDUNG

1. Tragen Sie helle Kleidung, eine reflektierende Weste oder haben Sie blinkende Lichter.
2. Tragen Sie bequeme Schuhe, verbergen Sie die Schuhbaendel.
3. Benutzen Sie Hosensklammern oder Baender. Sie werden eine lange Hose dadurch hindern in die Radspeichen und die Kette zu gelangen.
4. Knoten Sie keine Kleidung um Ihre Taille. Sie koennte sich ploetzlich und unerwartet loesen und um das Rad winden.
5. Ein Helm ist immer eine gute Idee, um die Sicherheit beim Fahrrad fahren zu erhoehen. Kopfverletzungen sind die haeufigste Ursache bei toetlichen Fahrradunfaellen.
6. Tragen Sie Augenschutz. Schmutz, kleine Steine oder sogar Insekten koennen in Ihre Augen fliegen und

eventuell die Sicht erschweren.

GESEHEN WERDEN UND KLAR SICHTBAR SEIN

FOLGEN SIE DIESEN SCHRITTEN UND VERMEIDEN SIE UEBERSEHEN ZU WERDEN

1. Benutzen Sie ausreichend Licht. Motorraeder sind kleiner und schwerer zu erkennen als andere Fahrzeuge.
2. Benutzen Sie sichtbar markierte Wege. Wenn man ein wenig ausserhalb faehrt denkt man faelschlicherweise, dass es keinen grossen Unterschied macht, doch gesehen zu werden.
3. Passen Sie besonders nachts auf. Fahren Sie langsamer, als Sie es tagsueber tun wuerden, da Sie genuegend Zeit benoetigen, um zu reagieren.
4. Benutzen Sie Handzeichen umsichtig. Dies ist besonders wichtig beim Linksabbiegen, weil dies das Ueberqueren der Strasse bedeutet.
5. Geben Sie Warnzeichen. Wenn Sie Fussgaenger oder andere Fahrradfahrer ueberholen ist es notwendig, dass Sie sie vorher warnen. Dies ist nicht nur hoeflich, sondern verringert die Gefahr eines Zusammenstosses.
6. Achten Sie auf parkende Fahrzeuge. Wenn Sie an parallel parkenden Fahrzeugen vorbeifahren, lassen Sie genuegend Patz, denn falls die Tuer des Fahrzeugs genau in dem Moment geoeffnet wird, wenn Sie es ueberholen, koennte dies schwere Verletzungen und sogar Tod bedeuten.

VERBESSERN SIE DIE SICHERHEIT DES FAHRRADS IHRES KINDES

1. Bringen Sie Ihrem Kind das Fahrradfahren an einem total sicheren Ort bei.
2. Versichern Sie sich, dass Ihr Kind immer einen Helm beim Fahrradfahren traegt.
3. Erklaeren Sie aelteren Kindern, dass schnelle Geschwindigkeit sie ernsthaft verletzen kann.
4. Finden Sie sichere Plaetze, wo Ihre Kinder Spass bei Fahrradfahren haben koennen und sichere Wege, auf denen sie zur Schule etc. gelangen koennen.

Quelle: wikihow.com



FORTSETZUNG VON MEIN TRAUM VON SEITE 1

das Baby Anne in der Klinik erschien hatte es 40 Grad Fieber und hatte tagelang nichts gegessen. Seine Mutter hatte grosse Angst. Wir gaben ihm sofort Medizin und Fluessigkeiten, um das Fieber zu senken und aufgrund eines einfachen Tests stellten wir fest, dass es Malaria hatte. Falls sie nicht behandelt worden waere, waere die kleine Anne wohl gestorben, aber wir konnten die Krankheit rechtzeitig mit lebensrettender Medizin bekaempfen.

Ich bin immer wieder erstaunt, egal wie oft ich dies erlebe, wie wenig notwendig ist, um Leben zu retten. So viele Menschen in den Slums koennen sich keinen Arzt leisten, und soundso oft haben die dortigen Aerzte keine entsprechende Medizin oder Testmoeglichkeiten.

AM TAG ALS WIR BABY MOSES trafen, am vierten Tag unseres Programms, geschah etwas, das ich nie vergessen werde... Einer unserer ersten Patienten war ein zwei Wochen altes Baby aus Kenya. Eine Frau hatte es ausgesetzt in einem Feld in der Naehe gefunden. Sie hatte es passenderweise Moses getauft...und brachte es dann zu uns, weil sie keine Windeln und keine Babynahrung mehr hatte.

Ausser einer kleinen Augeninfektion war Moses gesund und stark. Die Frau wollte weiter fuer ihn sorgen und wir brachten sie mit der Klinik in ihrer Gegend in Verbindung, um die Behandlung fortzufuehren. Wir informierten sie auch ueber ein Waisenhaus, das mit der Nairobi Lighthouse Church verbunden ist...., falls sie ihre Lage nicht weiter bewaeltigen kann.

Aber Moses hatte mich in Wirklichkeit an etwas erinnert...Vor 18 Jahren hatte eine Familie aus Deutschland die Kirche meiner Eltern besucht. Sie hielten ein Baby auf dem Arm, das in den gleichen Huruma Slums von Nairobi ausgesetzt gewesen war. Sie liebten und versorgten es,

aber sie kehrten nach Deutschland zurueck und ohne die erforderlichen Papiere konnten sie das Kind nicht mitnehmen. An jenem Tag trafen meine Eltern eine Entscheidung, die unser Leben fuer immer veraendern sollte. Sie nahmen das Baby an und dies Kind wurde mein adoptierter Bruder David. Als David zu uns nach Hause kam war er erst sieben Wochen alt....und er ist seitdem ein Teil von unserer Familie. Nach fuef eigenen Toechtern wurde er der Junge, den meine Eltern nie hatten. Er ist nun wirklich der afrikanische Sohn meines Vaters..

Fuer mich ist das ganze Leben von David ein kleiner Einblick in das Herz Gottes... Er sorgt fuer uns und erreicht uns, wo auch immer wir uns befinden.

An dem Tag, als Moses in die Klinik kam, rannte ich hinaus, um David zu finden.

„Du musst das sehen!“ David

war so beruehrt und besorgte Moses sofort Windeln und Babynahrung...setzte sich dann hin und hielt ihn in seinen Armen, waehrend er ihn fuetterte. Dies war so ein kostbarer Moment fuer mich, seine Schwester. Es war als ob die Zeit zurueckgedreht wurde und David von neuem gerettet wurde. An diesem Tag beteten wir um Gottes Segen fuer Moses' Leben. Daran werde ich mich immer erinnern.

UEBER 5000 "GEDIENT"

Am Ende der Woche hatte unser Team 5.169 Patienten behandelt. Wir hatten auch die Moeglichkeit fuer Tausende zu beten, und 265 Menschen gaben ihr Leben in die Haende Gottes. Aber es bedeutet viel mehr als diese Zahlen...

Ich glaube, unsere Taten der Liebe – unser Den-Menschen-Dienen – wird eine groessere Wirkung haben als wir je erahnen werden.

Mich brachte meine Erfahrung in Nairobi in einem vollen Kreis zurueck zu dem Platz, wo alles begann. Diesen Herbst im September wird unser medizinisches Team nach Kenya zurueckkehren. Es ist die Moeglichkeit noch mehr Menschen mit der Liebe Christi zu erreichen.

Und es ist eine weitere Moeglichkeit fuer mich den Menschen und dem Ort, den ich so liebe, zu dienen.

von Laura Matheny

Quelle: ‚Hand of Hope‘ – joycemeyer.org

Die Vorzuege von Erneuerbarer Energie

Wind und Solar Energie

Warum Erneuerbare Energie?

Erneuerbare Energie ist sauber, erschwinglich, fuer den Hausgebrauch anwendbar und wirklich unendlich. Sie produziert keine Rueckstaende und das Resultat sind sauberere Luft und Wasser fuer alle. Erneuerbare Kraft schafft Arbeitsplaetze und Einkuenfte fuer lokale Gemeinden. Einkommen von Solar- und Windfarmen stimulieren die lokale Wirtschaft, die neue Strassen, Schulen, Bibliotheken und Krankenhaeuser braucht.

Windenergie ist eine der kosteneffizientesten Quellen einer neuen Generation, die mit neuen Technologien fuer Kohle, Gas und Kernkraft konkurriert. Ihre Kosten sind waehrend der letzten Jahre stetig gesunken, da die Technologie fuer Windturbinen verbessert wurde. Momentan bauen ueber 400 amerikanische Herstellerfirmen von Windenergie Komponenten, Tuerme und Blaetter.

Wind und Solar Energie sind zuverlaessige Quellen fuer Elektrizitaet, die das Ressort zur Energiegewinnung bereichern koennen.

UEBER WINDENERGIE

Wind ist Luft in Bewegung, die durch natuerliche Faktoren wie ungleiche Erwaermung der Erdoberflaeche durch die Sonne, die Erdumdrehung und Unregelmassigkeiten der Erdoberflaeche verursacht werden. Windenergie wurde seit Jahrhunderten benutzt, um Schiffe zu bewegen, Wasser zu pumpen und Korn zu malen. Im 20. Jahrhundert wurden Windmuehlen gewoehnlich dazu genutzt, um in den Praeriegebieten im Westen der USA Wasser zu pumpen und Elektrizitaet zu erwirtschaften.

WIE WINDENERGIE PRODUZIERT WIRD

Windturbinen nutzen ueblicherweise etwa 60 m oder hoeher ueber der Erde den Wind aus, um ihn in Energie umzuwandeln. Wenn der Wind weht, drehen sich die Turbinenblaetter. Die Blaetter sind mit einer Antriebsachse verbunden, die sich mit den Blaettern bewegt. Die Achse ist an einem Generator angebracht, der Elektrizitaet produziert. Die dadurch geschaffene Elektrizitaet ist der Wechselstrom.

VORTEILE DER WINDENERGIE

Windturbinen sind emissionsfrei, verschmutzen die Umwelt nicht und sie benoetigen kein Wasser

zur Kuehlung. Windkraft stellt nicht nur eine saubere Quelle fuer Elektrizitaet dar, sie hilft auch, den Elektrizitaetsverbrauch niedrig zu halten und schuetzt den Verbraucher vor Schwankungen der Erdoelpreise.

Die Energie aus Solaranlagen kommt direkt oder indirekt von der Sonne. Solarenergie kann dazu benutzt werden Elektrizitaet, heisses oder kuehlendes Wasser zu erzeugen. Solarenergie wird produziert, wenn die Sonne tagsueber scheint und ergaenzt Windenergie, deren hoechste Form nachts entsteht.

WIE SOLARENERGIE PRODUZIERT WIRD

Konzentrierte Solarkraft nutzt Spiegel um Sonnenlicht auf Empfaenger zu reflektieren und zu konzentrieren, die die Solarenergie speichern und in Hitze umwandeln. Diese thermische Energie kann dann dazu benutzt werden mittels einer Dampfturbine oder Waermekraftmaschine einen Generator anzutreiben und so Elektrizitaet zu produzieren.

VORTEILE DER SOLARENERGIE

Die Nutzung von Solarenergie hat keine Luft- oder Wasserverschmutzung und keine Treibhausgasemission zur Folge. Solarenergie ist vorhersehbar und ist am effizientesten, wenn die Nutzungsquote am hoechsten ist.

Quelle: www.cleanlineenergy.org



Wie ich mich an Naji erinnere

DAS KLEINE BUCH DER INSPIRIERENDEN GEDANKEN UND SCHRIFTEN

(während der Zeit der
Regenerierung)

„Wir alle sind geboren, um zu leuchten“ Mit dieser Feststellung schliesst Naji dieses Buch, das Gedanken und Schriften enthaelt, die ihn inspiriert haben als er sich von einer traumatischen Gehirnverletzung erholt hat. Mut, sein Glaube und Entschlossenheit motivierten ihn Information zu filtern, die er durch Erfahrung gewonnen hat, um mit anderen das zu teilen, was er daraus gelernt hat. Dies ist die Botschaft einer Person zu Hoffnung und Ermutigung fuer jeden, der durch solch schwierige Zeiten geht, die ein Leben veraendern.

Laden Sie sich das Buch „Das kleine Buch der Inspirierenden Gedanken und Schriften“ direkt von unserer Website auf Englisch, Deutsch, Griechisch, Spanisch, Portugiesisch, Arabisch und Franzoesisch herunter

www.najicherfanfoundation.org

DAS LICHT

Als ich das Licht in mir entdeckt habe, liess ich es wachsen. Jetzt habe ich verstanden, als Jesus sagte „Gib Deinen Glauben in das Licht“, dass er damit meinte, dass all diese Zeit das eigentliche Licht Jesus selbst ist, war und immer sein wird.

Wir brauchen einen Ausgleich... die Faehigkeit die Realitaet zu sehen ohne uns etwas vorzumachen. Wir sind als Koerper, Geist und Seele geschaffen. Die Seele ist das Schoenste, obwohl man sie nicht sehen kann. Der Geist muss entwickelt werden, um Botschaften auszusenden, die Handlungen und Verhalten werden. Das Ergebnis ist das Entstehen unseres Charakters. Wenn man Gott erfahrt, findet man zu sich selbst. Obwohl der Koerper zeitlich begrenzt ist, ist er das physische Sichtbarwerden unseres Lebens. „Denn es ist Gott, der in Dir wirkt, zum Wollen und Vollbringen nach seinem Wohlgefallen.“

Ich zeige meinen christlichen Glauben durch das Beispiel meines Lebens, nicht nur durch meine Identitaet. Indem ich all das, mit dem ich gesegnet bin aufzaehle, nicht nur das Misserfolge, hilft es mir nach vorne zu schauen und nicht zu versuchen in allem einen Sinn zu suchen. Indem ich mir vornehme etwas erreichen zu wollen bin ich



“Denn es ist Gott der in Euch beides bewirkt, das Wollen und das Vollbringen nach seinem Wohlgefallen”.
(Filipenses 2:13)

ermutigt, mich zu organisieren und gute Entscheidungen zu treffen.

„Gestern ist Geschichte, das Morgen ist ein Geheimnis, das Jetzt aber ist ein Geschenk.“ (Quelle: unbekannt)

—Naji Cherfan

Menschen sind zum Leuchten geboren!

Menschen sind zum Leuchten geboren erscheint alle zwei Monate in elektronischer Form als Newsletter der Naji Cherfan Foundation (NCF) und ist hauptsaechlich spirituellen und gesundheitlichen Themen gewidmet. Das Ziel von Menschen sind zum Leuchten geboren ist es, unsere Leser auf Herausforderungen an die Gesundheit und auf Vermeidung von Krankheit aufmerksam zu machen, waehrend sie inspiriert werden sollen ein erfuellteres und ein an christlichen Werten reicheres Leben zu fuehren. Dieser Newsletter ist Menschen aller Altersstufen gewidmet, denen, die gesund sind und denen mit gesundheitlichen Problemen, sowie jenen mit Gehirnverletzungen jeglicher Art, sei es sie ruehren von Unfall oder Schlaganfall etc her.

Der Inhalt wurde vorsichtig ausgewaehlt von Quellen aus dem Internet, die als verlaesslich und genau gelten, um Ihnen gute Neuigkeiten ueber Gesundheit und spirituelles Wohlbefinden zu bringen, jedoch uebernimmt die Naji Cherfan Foundation keine Verantwortung fuer ungenaue Information.

Die NCF moechte die hingebungsvolle Arbeit ihrer Freiwilligen hervorheben, naemlich Isabelle Boghossian, Marianne Debs, Me. Kamal Rahal, Me. Harold Alvarez, Zeina Costantine, Joyce Abou Jaoude, Rita Kassis, Marleine Nassrany, Diala Ghostine Nassrany, Dima Rbeiz, Father Joseph Abdel Sater, Father Joseph Soueid, Reine Kassis, Nabil Khoury, Roland Khoury, Father Ela Chalhoub, Valèria de Proença, Valèria de Proença, Valèria de Proença, Athena and Christina Georgotas, Violette Nakhle, Sawzan Bechara, Leopoldine Theophanopoulos, Roly Lakeman, Cristina Monfeli, Maria Goreti Rosa Freitas, Ambassador Alejandro and Professor Lydia Diaz und all der auswaertigen Freiwilligen, die die NCF unterstuetzen indem sie das Wort Jesu verbreiten durch Institutionen, Kirchen, Krankenhaeuser, Einrichtungen, etc.

Diese Ausgabe gibt es auf Englisch, Arabisch, Griechisch, Italienisch, Niederlaendisch, Spanisch, Portugiesisch, Deutsch und Franzoesisch. Um ein Abonnement zu erhalten, registrieren Sie sich bitte auf der Website www.najicherfanfoundation.org oder rufen Sie und an auf +00961 (0)4 522 221.

Verleger: CCM Group; Redaktionsberater: George C. Cherfan; Chefredakteur: Christina A. Bitar; Layout: Art Department, CCM Group, USA; Mitarbeiter: Sana Cherfan, Kelly Nemitz und Patrizia B. Cherfan.

© 2014 von der Naji Cherfan Foundation. Alle Rechte einschliesslich der Veroeffentlichung und Verteilung sind vorbehalten