

Liebe Kinder,
liebe Eltern,

seid ihr auch so müde und schlapp? Frühjahrsmüdigkeit nennt man das. Und es ist tatsächlich in dieser Jahreszeit häufig, dass die Menschen über Müdigkeit klagen. Bei mir ist es dieses Jahr eher eine Frühjahrsfaulheit:

Aufräumen? Kommt sowieso niemand zu Besuch! –
Morgens früh aufstehen? Ich muss ja nicht pünktlich in der Schule sein! –
Was Ordentliches anziehen? Zuhause reicht auch die Schlabberhose!

Kennt ihr das?

Und was hilft dagegen?

Bewegung und Aktion! Das haben wir heute wieder für euch, und zwar Bewegung mit oder ohne Musik, eine Portion gelebter Glauben, Basteln und Bauen mit Klopapierrollen, der Witz des Tages und ein Buch zum Anhören.

Ein herzlicher Dank geht heute an Herrn Lichtenberg und Herrn Burgmaier für Ihre Hilfe – nicht nur für die Mitarbeit an unserer kiNderPoSt, sondern vor allem für ihre Hilfe für andere.

Bleibt behütet

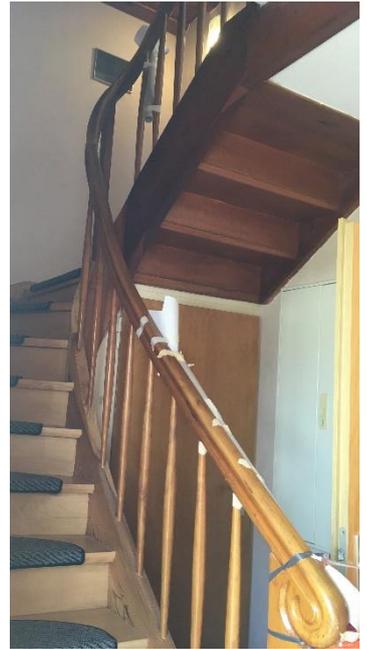
Euer Team der kiNderPoSt

Kreativ

Letzte Woche haben wir euch den Auftrag gegeben, leere Klopapierrollen zu sammeln. Ihr erinnert euch? Heute wollen wir daraus **Kugelbahnen** bauen. Vielleicht habt ihr eine aus Holz zu Hause. Manche Kindergärten haben auch



welche, die man aus verschiedenen Bausteinen zusammenstellen kann. Aber auch die sind sich alle irgendwie ähnlich. Wenn ihr aber mit Klopapierrollen (oder den längeren Rollen von Küchenpapier und Geschenkpapier) baut, ist jede wirklich anders. Außer den Rollen braucht ihr noch Klebeband (sehr viel Klebeband!) und Papier. Auf den Fotos seht ihr zwei Bahnen, die Samuel, Sarah und Jonathan gebaut haben. Die kleine Bahn wickelt sich rund um einen Stuhl und braucht wenig Platz. Von der großen Bahn seht ihr nur den Schluss. Der Anfang liegt zwei Stockwerke höher, die Bahn geht am ganzen Treppengeländer entlang. Sprungschanzen und Trichter inklusive. Das schönste daran ist, dass die Bahn eigentlich nie fertig wird: es gibt immer Möglichkeiten, sie noch besser oder kniffliger zu machen.



Witz des Tages

Ruft im Café ein Gast: „Herr Ober, ein Mineralwasser, bitte!“ Brüllt der Ober zurück: „Sie müssen nicht so schreien, ich bin ja nicht schwerhörig. Mit oder ohne Sahne?“



Eine Portion gelebter Glauben



Herr Lichtenberg aus Guldental kümmert sich schon lange um Menschen, die nicht genug Geld haben für ausreichend Lebensmittel. Es gibt leider zu viele arme und benachteiligte Menschen, auch in Deutschland. Trotz der Corona Krise versorgt er - natürlich vorsichtig - weiterhin Wohnungslose und andere Menschen mit Essen. Normalerweise kocht er auch, aber das geht gerade aus hygienischen Gründen nicht. Aber er sammelt gut verpackte, haltbare Lebensmittel, die er dann an andere weitergibt. Man kann sie einfach vor seiner Haustür abstellen: Kelttenstraße 14 in Guldental.

Herr Burgmaier, Mitarbeiter bei der Tafel Bad Kreuznach meldet, dass vor allem H-Milch gebraucht werde. Auch hier können Lebensmittelspenden abgegeben werden: Reling Tagesaufenthalt und Tafel, Baumgartenstraße 5 in Bad Kreuznach.

Buchempfehlung

Die heutige Buchempfehlung sieht so aus:

<https://www.ndr.de/nachrichten/info/sendungen/mikado/Lesestunde-mit-Sabine-Bohlmann,lesestunde136.html>

Habt ihr eine Idee, was das soll? Genau: Einige Kinderbuchautoren und -autorinnen haben ein Video aufgenommen, in dem sie selbst ihr Buch vorlesen. In diesem Video ist es Sabine Bohlmann, die ihr Buch „**Und plötzlich war Frau Honig da**“ liest. Ja: Komplett! Wer also noch nicht lesen oder noch nicht so gut lesen kann, aber Spaß an Magie und lustigen Geschichten hat, kann sich hier eine Stunde gute Laune abholen.



Bewegung



Heute spielen wir ein Laufspiel mit oder ohne Musik. Eure Eltern und Großeltern haben sich damit sicher auch schon auf langweiligen Spaziergängen die Zeit versüßt: **Ein Hut, ein Stock, ein Regenschirm**.

Dazu laufen wir im Gleichschritt, also alle setzen gleichzeitig den linken und rechten Fuß auf. Wir zählen jeden linken Schritt: **1, (und) 2, (und) 3, ..., (und) 8**.

Weiter geht's immer bei links: **Ein Hut, ein Stock, ein Regenschirm**. Jetzt auf der Stelle mit den passenden Bewegungen des linken Fußes: **Vorwärts, rückwärts, seitwärts, ran, Hacke, Spitze** – und mit **noch einmal** fangen wir wieder vorne an.

Wer statt der Füße lieber die Hände bewegt, findet hier einen Vorschlag mit neuen Bewegungen: <https://www.youtube.com/watch?v=PLe2nc1hATQ>

Und weil das Spiel schon sehr alt ist, gibt es außerdem noch viele Abwandlungen. Fragt mal eure Großeltern, mit welchem Spruch sie es am liebsten gespielt haben.

Impressum

kiNderPoSt ist eine Initiative der Pfarreiengemeinschaften Guldenbachtal-Langenlonsheim und Rupertsberg im Bistum Trier

Ausgabe

Nr. 29 | 17.4.2020

Download

<https://www.untere-nahe.de/in-verbinding-bleiben/kinderpost>

<http://www.pfarreien.com/in-verbinding-bleiben-2/fuer-kinder-und-familien/kinderpost-pg-untere-nahe@web.de>

Kontakt und Abo

Redaktion

Jonathan, Samuel, Sarah

Theresia Stumm, Sabine Brühl-Kind, Elfriede Hautz (v.i.S.d.P.), Natascha Krowas-Rochholz, Nadine Pehlgrim,

