

Liebe Kinder,
liebe Eltern,

erinnert ihr euch an die Umfrage am Dienstag? Wir wurden gefragt, ob jede Familie nur einen Fragebogen beantworten soll. Natürlich darf jedes Familienmitglied einen eigenen Bogen ausfüllen. Denn sicher findet ihr Kinder andere Sachen gut als eure Eltern. Genau das interessiert uns ja. Und natürlich erhöht es auch eure Gewinnchancen, wenn ihr fleißig mitmacht – drei Namen in der Lostrommel bedeuten drei Möglichkeiten, dass das Spiel genau an euch geht.

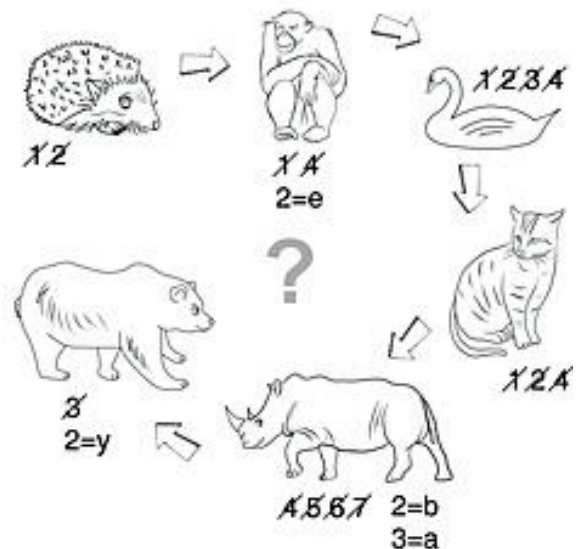
Unser Dank geht heute an Elena, die uns ein Bewegungsspiel für Sportliche geschickt hat. Super!

Bleibt behütet

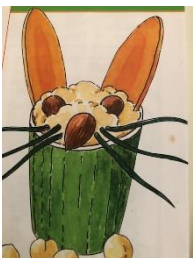
Euer Team der kiNderPoSt

Rätsel

Erinnert ihr euch an das Rätsel vom Dienstag? Auch heute gibt es wieder ein Rebus, diesmal mit vielen Tieren. Das Lösungswort schicken wir euch am Samstag. Viel Spaß beim Knobeln!



Kochen und Backen



Eigentlich ist doch viel zu heiß zum Kochen ... Aber immer nur Eis und Limonade macht auch nicht satt. Wie gut, dass Antje da einen kühlen Tipp für uns hat:

Kichererbsen-Hasen.

Die sind schnell vorbereitet und schön kühl – genau das richtige für heiße Tage. Guten Appetit und viel Spaß beim Zubereiten!

Eine Portion Glauben



Gestern, am 24. Juni, war Johannistag. Viele Menschen und Orte feiern diesen Tag. Die Stadt Mainz zum Beispiel sogar mit einem Feuerwerk. Oder die Pfarrei Langenlonsheim St. Johannes der Täufer mit einem Festgottesdienst und in der Regel mit einem Grillfest. Wer war das eigentlich?

Weißt du es? Johannes war der Cousin von Jesus aus Nazareth. Er lebte also vor zweitausend Jahren. Wir nennen ihn den Wegbereiter Jesu. Er lebte in der Wüste, und die Leute kamen aus Jerusalem hinaus zu ihm und hörten zu, was er zu sagen hatte. Johannes rief die Menschen auf, gut zu sein. „Kehrt um!“ war einer seiner wichtigsten Sätze. Heute würde er wahrscheinlich sagen: „Seid nicht mehr länger selbstüchtig! Achtet aufeinander! Teilt! Seid gut zu den Armen und Benachteiligten! Hört auf Gottes Wort.“

Was Johannes zu sagen hatte, ist immer noch aktuell. Das heißt, es ist leider immer noch nötig, uns daran zu erinnern, dass wir gute Menschen sein sollen. Weil nämlich alle Menschen Gottes Kinder sind und er uns alle gleich liebhat.

Bewegung

Heute hat Elena aus Schweppenhausen ein Bewegungsspiel für uns. Sie ist In der Messdienerleitung und kennt sich aus mit Spielen für kleine und große Gruppen. Hier ist ihre Idee:

Der **kleine Wettbewerb** ist ideal, wenn ihr nur zu zweit oder zu dritt seid. Ihr messt auf einer ebenen Fläche eine kleine Rennstrecke ab, indem der größte eurer Gruppe fünfzehn Schritte geradeaus geht. Der Anfang und das Ende der Strecke werden mit Hilfe von zwei Gegenständen markiert, ihr könntet zum Beispiel zwei Steine nehmen. Nun braucht ihr eine Stoppuhr. Nacheinander lauft ihr die abgemessene Rennstrecke nun auf unterschiedliche Art und Weise entlang und stoppt dabei die Zeit. Ihr könnt die Strecke auf den Fersen oder den Zehenspitzen laufen, auf allen vieren oder auch auf den Fußaußenseiten. Eurer Fantasie sind keine Grenzen gesetzt. Am Ende gewinnt die Person, die in den meisten Kategorien der oder die schnellste war.



Witz des Tages

Doof und Keiner streiten sich. Doof geht zur Polizei und sagt zum Polizisten: „Keiner hat mich geschlagen!“. Verdutzt fragt der Polizist zurück: „Bist du doof?“ – „Ja, ich bin Doof!“



Kreatives

Kennt ihr das auch? Da ist noch ein kleines Stückchen Seife übrig und glitscht beim Händewaschen immer aus den Fingern. Wenn es dann auf dem Boden landet ... oje. Was macht ihr denn mit den Resten? Zum Wegwerfen sind sie zu schade. Fragt doch mal bei den Großeltern und den Nachbarn nach, vielleicht geht es ihnen genauso. Dann habt ihr flugs eine Sammlung von Seifenresten, aus denen wir eine selbstgeformte **Duftseife** herstellen können.



Schneidet die Seifenreste in kleine Stücke und gebt sie zusammen mit etwas Wasser in eine Metallschüssel. Diese sollte so groß sein, dass sie genau auf einen Kochtopf passt (die Erwachsenen nennen das „Wasserbad“). Der Topf wird zur Hälfte mit Wasser gefüllt, dann kommt die Schüssel auf den Topf und das Ganze auf den Herd bis das Wasser kocht. Rührt dabei die Seifenstücke um, damit sie eine weiche Masse werden. Wenn ihr möchtet, könnt ihr jetzt noch 1-2 Tropfen Parfüm (vielleicht vom Rosenwasser?) dazugeben. Das Herunternehmen der Schüssel ist die gefährlichste Aufgabe, lasst euch da unbedingt von einem Erwachsenen helfen! Aber dann könnt ihr wieder alleine weiterarbeiten. Denn die Seifenmasse wird jetzt dick auf ein Backblech gestrichen und muss dort abkühlen. Wenn sie nur noch warm ist (und schon ziemlich fest), kannst du sie in Stücke schneiden oder mit einem Ausstechförmchen Muster ausstechen. Dann muss die Seife noch mindestens einen Tag auf einem Küchentuch aushärten.

Impressum

kiNderPoSt der Pfarreiengemeinschaften Guldenbachtal-Langenlonsheim und Rupertsberg im Bistum Trier

Ausgabe Nr. 60 | 25.6.2020

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

Kicher, kicher!

Kichererbsen können nicht kichern. Manche sehen aber so aus, als hätten sie unter dem Nasenbürzel einen lachenden Mund. Deshalb nennt man sie Kichererbsen.



Hummus mit Gurke



Du benötigst:

- 500 g gekochte Kichererbsen
- 5 EL Tahini (Sesammus)
- 3 EL Zitronensaft
- Etwas Salz
- 4 EL Olivenöl
- 1 Schlangengurke (für 1 bis 3 Personen)
- Möhren für die Ohren
- Mandeln und Schnittlauch zum Verzieren

So wird es zubereitet:

Zunächst musst du die gekochten Kichererbsen (auch aus der Dose möglich) mit Wasser abbrausen, danach werden sie mit dem Sesammus und dem Zitronensaft püriert. Danach gibst du Öl, etwas Wasser und eine Prise Salz dazu und rührst den Brei glatt. Die Gurken müssen erst gründlich abgewaschen werden, bevor du sie in ca. 10 cm lange Stücke schneidest. Diese Stücke höhlt du bitte mit einem Löffel oder, wenn ihr das habt, mit einem Kugelausstecher aus. Aushöhlen bedeutet, dass du das Gurkeninnere ausschabst, sodass eine Höhle entsteht. Wenn du die Möhren geschält hast, halbiere sie und schneide dann Ohren ähnliche Scheiben daraus. Fülle nun den Gurkenbecher mit Hummus – so heißt der Brei aus Kichererbsen, Tahini, Zitronensaft und Olivenöl -, stecke die Möhrenohren ein und verziere mit Mandeln und Schnittlauch, sodass ein Hasengesicht entsteht.

Dieses gesunde Essen schmeckt besonders an heißen Tagen, denn es ist sehr erfrischend.

Bislang habe ich noch nichts davon gehört, ob euch meine Rezepte gelingen und ob sie euch schmecken. Gebt doch einmal Rückmeldung dazu. Ich freue mich auch über Tipps, was ihr gern essen oder trinken möchtet. 😊

Liebe Grüße
eure Antje

