

Nachbarschaftshilfeverein der Vereinigten Wohnstätten 1889 eG

Wir bleiben aktiv 11: Anregungen zum Zeitvertreib

Liebe Leserinnen und Leser,
wie schnell sich doch in diesen Zeiten unser Vokabular erweitert:

ohne Mühe kommen uns fehlerfrei Begriffe wie Sars-CoV-2, Coronaviren, Pandemie, Lockdown, FFP-Maske, Herdenimmunität, Aerosolinfektion, Infektiosität, Reproduktionszahl R, Superspreader und viele andere mehr über die Lippen, und wir können selbstverständlich ihre Bedeutung ohne Weiteres erklären.

Und das war nun alles noch nicht genug: seit dieser Woche haben wir es auch noch mit dem „Flockdown“ zu tun. Spätestens jetzt sind wir gezwungen, nur noch die allernotwendigsten Wege zu erledigen und ansonsten zu Hause zu bleiben.

Daher möchten wir Sie weiterhin ermutigen, alle Kontakte, die Sie haben, zu nutzen. Gern vermitteln wir Ihnen Partnerinnen und Partner für Telefongespräche, für Brieffreundschaften, für Spaziergänge – wenn es das Wetter wieder zulässt-, usw.

- Bleiben Sie aktiv, nutzen Sie die folgenden Anregungen zum Zeitvertreib, zur Freude für sich und andere oder einfach als Thema für Gespräche mit anderen.
- Bleiben Sie auch körperlich in Bewegung. Führen Sie Übungen regelmäßig aus, die Sie nicht überfordern, sorgen Sie für viel frische Luft in Ihren Lungen und machen Sie doch einfach mal einen Spaziergang zu Ihrem nächsten Nachbarschaftstreff, um sich einen Ausdruck unserer Anregungen zu holen, um sich ein Buch auszuleihen oder einfach einen kurzen Plausch mit der Sozialarbeiterin zu halten.
- Tun Sie sich mit Nachbarn zusammen. Wenn Sie mit mindestens zwei anderen Parteien aus Ihrem Haus oder Nachbarhaus gern ein Balkon-Bingo spielen wollen, rufen Sie uns an. Wir werden Sie bei der Organisation unterstützen.
- Jede Woche finden Sie vielfältige Anregungen auf unserer Homepage www.handinhand-kassel.de. Falls Sie keinen Zugang zum Internet haben, erhalten Sie die Anregungen auch auf Papier in unseren Treffs.
- Rufen Sie uns an!

Teil 11 für die 6. Kalenderwoche

Auflösung aus KW 05	Seite 2
Lesetipp für Kinder	Seite 2
Sockenmonster	Seite 3
Fünf Puzzles	Seite 4
Entspannung und Ruhe beim Ausmalen	Seite 5
Vogelbeobachtung	Seite 6
Joghurt-Granatapfel-Nuss	Seite 7
Lesefutter	Seite 8

Auflösung der Denksportaufgabe aus Ausgabe 10 (KW 05):

Auflösung Buchstabentext

Unsere Anregungen zum Zeitvertreib erscheinen heute zum zehnten Mal.

Auflösung Märchenfiguren

Drosselbart, Frau Holle, Froschkönig, Gretel, Hänsel, Rapunzel, Rotkäppchen, Schneewittchen, Sterntaler, Wolf

Lesetipp für Kinder aus dem Nachbarschaftstreff Fasanenhof:

Rajac, der Wal

Ein wundervolles Buch über das Miteinander von Mensch und Tier!
Der junge Finnwal Rajac, dessen Eltern und Schwester Walfängern zum Opfer gefallen sind, begibt sich auf eine lange abenteuerliche Reise durch die Meere der Welt. Getrieben wird er von der Frage, wie ein friedliches Zusammenleben zwischen den Lebewesen möglich ist!

Der Autor Stanley Spain folgt dem Wal auf seiner Reise

Sockenmonster

Eine einfache Bastelidee, für die man auch einzelne Socken verwenden kann und die sich sehr gut mit Kindern basteln lässt.

Sie brauchen:

(einsame) Socken

Watte zum Füllen

Schere

Nähgarn/Nähnadel / Klebstoff

Stifte, Perlen, Papier, Stickgarn etc. zum Gestalten



Ziehen Sie die Socke auf links und steppen Sie entweder mit der Nähmaschine oder per Hand ein U in das Fußteil. Schneiden Sie das U knappkantig aus.

Wenn Sie nicht nähen wollen, kann man auch kleben, dafür das U abstecken, ausschneiden und dann kleben.



Die Socke auf rechts ziehen und die Ohren verknoten oder offenlassen.

Den „Kopf“ mit Watte füllen und ein Gesicht gestalten. Einen Mund mit nähen.

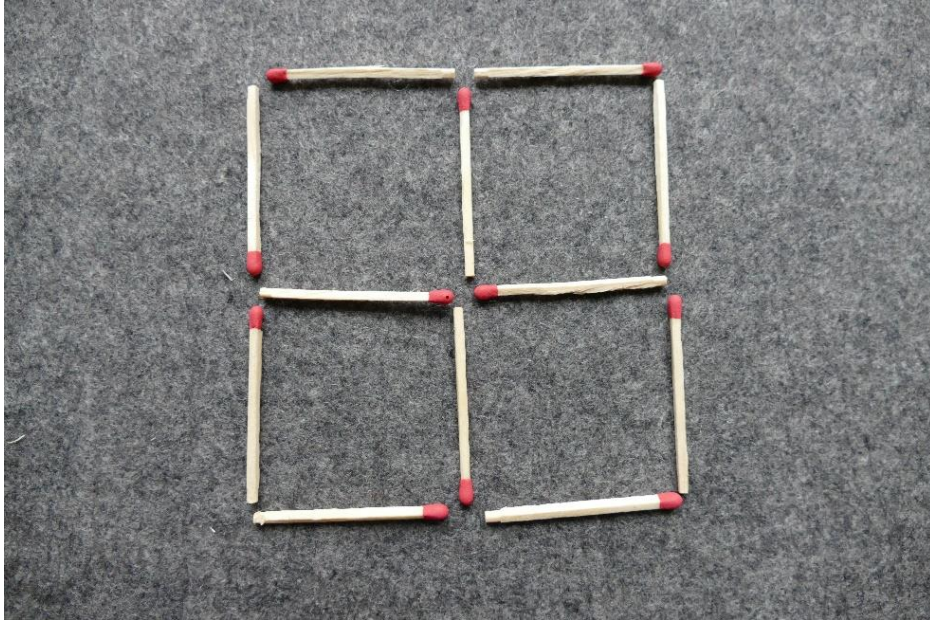
Dann das Monster weiter füllen und unten mit einem Heftstich nähen und zusammenziehen. Auch hier kann man wieder kleben.

Viel Spaß bei der Gestaltung!



Fünf Puzzles

Fünf Puzzles in einem. Legen Sie entsprechend dem untenstehenden Foto ein Viereck aus zwölf Streichhölzern.



Lösen Sie nun folgende Aufgaben:

1. Bilden Sie zwei verschieden große Vierecke, in dem Sie zwei Streichhölzer entfernen.
2. Drei Streichhölzer müssen so verschoben werden, dass drei gleich große Vierecke entstehen.
3. Legen Sie wieder drei gleich große Vierecke, aber diesmal müssen vier Hölzer verschoben werden.
4. Nun müssen nicht weniger als sieben Vierecke entstehen (sie brauchen nicht gleichgroß zu sein), es dürfen aber nur zwei Streichhölzer verschoben werden.
Ein kleiner Hinweis: Die Hölzer dürfen übereinanderliegen.
5. Zum Schluss können Sie noch probieren, ob Sie zehn Vierecke legen können (diese müssen nicht gleich groß sein), indem Sie vier Streichhölzer verschieben. Auch bei diesem Puzzle dürfen die Hölzer übereinanderliegen.

Entspannendes Ausmalen



Vogelbeobachtung

Bei diesen Temperaturen werden die Zugvögel froh sein, sich rechtzeitig in den Süden verabschiedet zu haben. Doch es gibt viele Vögel, die hierbleiben, der Kälte trotzen und sich gelegentlich zeigen.

Welche neun sind es? Sie können vorwärts, rückwärts, senkrecht oder waagrecht versteckt sein.

E	S	I	E	M	N	E	N	N	A	T
S	P	E	R	B	E	R	A	E	B	G
X	E	A	B	L	H	C	S	R	Z	I
W	R	E	M	E	K	I	E	D	T	N
K	L	P	V	S	E	M	F	G	I	E
T	I	T	S	M	M	H	C	S	L	O
D	N	G	L	A	N	M	A	P	G	K
L	G	H	D	P	D	E	S	A	E	N
K	O	L	A	R	K	O	H	L	I	U
K	O	F	P	B	A	R	G	I	T	A
G	R	U	E	N	F	I	N	K	S	Z

Viel Erfolg!

Joghurt-Granatapfel-Nuss

Zutaten für eine Person:

- 250 g Joghurt
- ½ Granatapfel
- 1 EL Honig oder Agavendicksaft
- 1 EL gehackte Nüsse (z.B. Walnüsse, Mandeln, Haselnüsse...)
- 1 EL geschrotete Leinsamen
- 1 TL Öl (z.B. Leinöl, Rapsöl...)

Wertvolles
zum
Frühstück



Zubereitung:

Den Joghurt in eine Schüssel füllen, das Öl, den Honig/Agavendicksaft und den geschroteten Leinsamen dazugeben und gut vermischen. Vorsichtig den Granatapfel anritzen und öffnen. Die Kerne herauslösen. Einige Kerne zum Verzieren zurückhalten, alle restlichen unter das Joghurt mischen. Anschließend die gehackten Nüsse und die übrigen Granatapfelkerne auf dem Joghurt verteilen.

Guten Appetit!!!

Lesefutter gegen Winterblues

In den Nachbarschaftstreffs stehen viele Bücher aus ganz unterschiedlichen Bereichen zur Ausleihe bereit.

Kommen Sie vorbei und finden Lesestoff!

Heute ein Tipp aus dem Nachbarschaftstreff Vorderer Westen:

Was Nina wusste

Ein fesselnder Roman, der auf eine historische Gestalt zurückgeht: Eva Panic-Nahir, die den jugoslawischen Gulag (unter Tito) überlebt hat. Drei Frauen kämpfen um die Wahrheit: Was ist tatsächlich genau passiert, als Vera von Titos Geheimdienst verschleppt wird und ihre kleine Tochter zurückbleibt? Die Traumata wirken sich über drei Generationen hin aus. Starke Nerven und ein paar historische Kenntnisse sind eine gute Voraussetzung, um als Leser nicht fassungslos zurückzubleiben.

David Grossmann, geb.1954, bedeutender Schriftsteller der Gegenwart, wurde bereits mit zahlreichen Preisen ausgezeichnet, unter anderem mit dem Friedenspreis des Deutschen Buchhandels.

Wir danken Anna Karthäuser-Tietz für diesen Buchtipp!

Bärbel Praßer, Nachbarschaftstreff Vorderer Westen
Samuel-Beckett-Anlage 12 ☀ Tel. 287 62 76

Annette Moser-Seese, Nachbarschaftstreff Kirchditmold
Zentgrafenstr. 86 ☀ Tel. 970 56 66

Walburga Wissing, Nachbarschaftstreff Fasanenhof
Mörikestr. 1 ☀ Tel. 970 56 65

Heike Wrede, Nachbarschaftstreff Südstadt
Menzelstr. 14 ☀ Tel. 937 19 007

wünschen Ihnen /Euch viel Spaß!

H a n d i n H a n d e . V .

Nachbarschaftshilfeverein der Vereinigten Wohnstätten 1889 eG