

Liebe Kinder, liebe Eltern,

ein ereignisreiches Jahr neigt sich dem Ende zu. In den letzten Wochen wurden Weihnachtsplätzchen gebacken, Schulen in festliche Weihnachtszimmer verwandelt, aber auch Märchen gelauscht, jongliert, gekocht, getanzt und gespielt. Bei unserem neuen Kooperationspartner – Museum am Schölerberg – wurden Eltern und Kinder Wolfs- und Kokelexperten. Bei Spielenachmittagen wurden alte und neue Gesellschaftsspiele ausprobiert. Wir hoffen, dass Familien viele schöne Anregungen für den Alltag erfahren konnten.

Wir wünschen Ihnen und Ihren Familien ein besinnliches Weihnachtsfest und alles Gute für 2016.

Das Team der Gesunden Stunde



Forschen mit dem Museum am Schölerberg



„Der Wolf ist zurück in Niedersachsen. Aber können Mensch und Wolf gefahrlos miteinander leben? Wie lebt ein Wolf überhaupt, wovon ernährt er sich und wie verständigt er sich mit seinem Rudel?“ Mit diesen Fragen beschäftigten sich Eltern und Kinder der Grundschule am Schölerberg über spannende Spiele und Wissensstationen.



„Feuer kann sehr gefährlich sein, Feuer entfachen und Feuer löschen ist aber auch unheimlich interessant“ Eltern und Kinder der Grundschule Gellenbeck experimentierten mit verschiedenen Materialien. Höhepunkt war das Löschen mit dem Feuerlöscher wie ein Profi!

Weihnachtsbäckerei



Apfelkekse (20 Stk.)

Rezept der Dipl. Oecotrophologin Meike Broermann

Zutaten:

60 g Zucker	½ P. Vanillezucker
2 Eier	100 g Butter
250 g Mehl	½ P. Backpulver
2 Äpfel	20 g Puderzucker

Zucker, Vanillezucker, Eier und Butter gut verrühren. Mehl mit dem Backpulver mischen und unter die Buttermischung heben. Die Äpfel schälen, vom Kerngehäuse befreien, in kleine Stücke schneiden und ebenfalls unter den Teig heben. Esslöffelweise den Teig auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen. Bei Heißluft 200°C ca. 10 Minuten backen. Nach dem Abkühlen mit dem Puderzucker be-

stäuben. Die Kekse schmecken frisch am besten. In einer Dose aufbewahrt werden sie weicher.



Weihnachtsbäckerei in der Heinrich-Schüren-Schule

Bewegung und Entspannung



Eine abschließende gegenseitige Massage nach der Anstrengung tut soooo gut! Eltern und Kinder der Heinrich-Schüren-Schule hatten sich bei Fang- und Laufspielen verausgabt. Mit viel Spaß und guter Laune folgten sie den Anweisungen und Erklärungen von Bewegungsexpertin Mechthild Tegeler.



Auch Eltern und Kinder der Franz-Hecker-Schule genossen eine abschließende gegenseitige Massage. Katja Werries entführte die Teilnehmer mit Yoga-Übungen wie Berg, Baum, Blume und Schmetterling in die Welt der Natur.

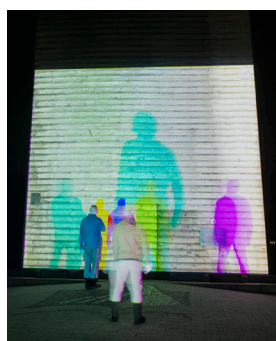
Ausflugstipp

LichtSicht Bad Rothenfelde

Seit dem 18. September 2015 verwandelt sich die einzigartige Kulisse des historischen Gradierwerkes in Bad Rothenfelde mit Einbruch der Dunkelheit in ein Theater der Projektionen. Weiter heißt es auf der Internetseite (<http://www.lichtsicht-biennale.de/>): „Mehr als 50 lichtstarke Beamer bespielen über eine Höhe von 11 Metern gut einen laufenden Kilometer mächtiger Gradierwälle aus künstlich aufgesteckten Schwarzdornzweigen.“

Beispiele für Interaktionen:

Künstler Holger Förterer: „In einem digitalen Flammenmeer tauchen Bilder auf und verbrennen langsam. BesucherInnen können selbst, mithilfe einer Android-App, persönliche Bilder von ihrem Smartphone auf die virtuelle Feuerwand übertragen. Diese Bilder verbrennen aber nicht nur in der Projektion, sondern werden auch gleichzeitig unwiederbringlich auf dem Smartphone gelöscht.“



Die Künstlergruppe Random International schuf Aspect (white): „Der reale Schatten des Besuchers wird mit geometrischen Mustern überlagert, in Pixel aufgelöst. Der Betrachter wird mit einem Selbstbildnis konfrontiert und kommuniziert mit diesem.“

Künstlergruppe Random,
Fotograf: Franz Wamhof

Projektionszeiten

Beginn der täglichen Projektionen:

25.10.-07.02.2016 17:30 Uhr

Ende der täglichen Projektionen:

So.-Do. 12.10.2015 - 07.02.2016 22:00 Uhr

Fr.-Sa. 18.09.2015 - 07.02.2016 23:00 Uhr

Der Besuch der 5. Projektions-Biennale ist kostenlos.

Spieltipp: Spinderella (Kinderspiel des Jahres 2015)

2-4 Spieler • ab 6 Jahren • ca. 20 Minuten

Auf der Internetseite des Kritikerpreises „Spiel des Jahres“ (<http://spiel-des-jahres.com/de/spinderella>) heißt es:

„Flinke Ameisen flitzen über den Waldboden. Doch über ihnen lauern drei fette Spinnen in ihrem Netz. Dieses ist auf einem zweiten Spielplan abgebildet, der über dem Waldboden „schwebt“. Magnetkraft sorgt dafür, dass sich durch die Bewegung zweier Spinnen die dritte am langen Baumwollfaden auf den Waldboden abseilen kann und dabei eine Ameise einfängt. Würfelglück und clevere Überlegungen bestimmen, ob man entweder eine seiner Ameisen zieht



oder die beiden Spinnen im Netz bewegt – oder ob man einen hohlen Baumstumpf über eine Ameise stülpt. Diese ist dann zwar vor Spinderella geschützt, aber auch am Weiterlaufen gehindert. Ein außergewöhnliches dreidimensionales Spiel, das mit einer gelungenen Mischung aus Fortuna und Taktik auch bei älteren Mitspielern für viel Spannung sorgt.“



Spielenachmittag in der Grundschule Gellenbeck mit Unterstützung der Fa. Nagel Georgsmarienhütte

Gefördert durch:

 Stiftung der Sparkassen
im Landkreis Osnabrück

 pronovaBKK
Partner für Ihre Gesundheit



Stiftung
Stahlwerk Georgsmarienhütte

fair versichert
VGH



Audi BKK

 GESUNDHEITSDIENST
FÜR LANDKREIS UND STADT OSNABRÜCK

 Christliches
Kinderhospital Osnabrück
ZENTRUM FÜR KINDER- UND JUGENDMEDIZIN

Impressum

Gesunde Stunde e.V.
Am Schölerberg 1
49082 Osnabrück
Koordination:
Silke Tegeder-Perwas