



Einladung zu **online-Veranstaltungen**
der Gesunden Stunde im
Frühling

Liebe Kinder, liebe Eltern,

nach den Hausaufgaben und dem Spielen draußen bei hoffentlich tollem Wetter wollen wir Euch einladen, am späteren Nachmittag mit uns kleine sportliche Aktionen und Abenteuer zu erleben, zu kochen und zu genießen. Lasst Euch überraschen und seid dabei! Wie in den vergangenen Monaten verbinden wir uns über ZOOM.

Ganz herzlich möchten wir Euch zu folgenden Veranstaltungen einladen:

(1) Hiphop - wir tanzen!

Cecilia Korte hat eine neue Choreographie vorbereitet

Datum: **Donnerstag, 6. Mai 2021**

Zeit: **16:30 – 17:30 Uhr**

Wer? **Kinder ab ca. 4 Jahren gemeinsam mit den Eltern**

(2) Wasser ist (nicht nur) zum Waschen da - Experimente mit Wasser

$\frac{2}{3}$ unserer Erde sind von Wasser bedeckt, ohne Wasser gäbe es kein Leben auf der Erde. Wasser besitzt bemerkenswerte Eigenschaften, die wir erforschen. Warum bildet das Wasser Tropfen, wie kann Wasser in einem Baum nach oben steigen und was passiert beim Mischen und Trennen? Mit einfachen Experimenten erlebt ihr große Aha-Erlebnisse.

Datum: **Dienstag, 11. Mai 2021**

Zeit: **16:30 – 17:30 Uhr**

Wer? **Kinder ab ca. 6 Jahren gemeinsam mit den Eltern**



(3) Digitale Schnitzeljagd im Haseschachtgebäude

In einer 3D-Version des Haseschachtgebäudes bewegt Ihr Euch durch das Museum Industriekultur Osnabrück. Während der Schnitzeljagd besucht Ihr die Ausstellung, hört spannende Geschichten und seht viele interessante Gegenstände. Da-

bei solltet Ihr gut aufpassen, denn zwischendurch müsst Ihr Rätsel lösen, um einen Geheimcode für eine passwortgeschützte Datei zu ermitteln.

Datum: **Mittwoch, 19. Mai 2021**

Zeit: **17:00 – 18:00 Uhr**

Wer? **Kinder ab ca. 8 Jahren gemeinsam mit den Eltern**

(4) „Sonnengruß aus der Küche“

Sylvia Bobzin lädt zum Frühlingskochen ein mit einem leckeren Bratkartoffelsalat, knusprigem Kräuterbrot mit Erbsencreme. Als süßen Abschluss zaubern wir Quarkknocken mit Erdbeersauce.

Dazu gibt es einen erfrischenden Lassi.

Datum: **Dienstag, 01. Juni 2021**

Zeit: **16:00 - ca. 18:00 Uhr**

Wer? **Kinder ab ca. 4 Jahren gemeinsam mit den Eltern**



Wie meldet man sich an?

bitte per Mail an gesunde-stunde@Lkos.de (Silke Tegeder-Perwas, bei Rückfragen auch Mobil: 0173 794 2625) bitte gebt an, an welchen Veranstaltungen Ihr dabei sein möchtet. **Die Anmeldung ist jeweils bis etwa 3 Tage vor der Veranstaltung möglich.**

Was ist erforderlich für die Teilnahme?

- PC/Laptop und eine gute Internetverbindung
- Technischer Ablauf: Die Teilnahme erfolgt über die Plattform ZOOM, die man sich kostenlos herunterladen kann: <https://zoom.us> Man kann aber auch einfach über einen Link an der Veranstaltung teilnehmen.
- Je nach Aktion: Sportkleidung, Lebensmitteleinkauf, Experimentiermaterial

Wie geht es weiter?

Wenn Ihr Euch per Mail angemeldet habt, erhaltet Ihr

- Materiallisten
- Bei den Kochaktionen: die Rezepte, eine Liste mit den erforderlichen Küchen- Utensilien und eine Einkaufsliste
- und die Zugangsdaten zum online-Kurs (**über zoom**).

Wir freuen uns auf Euch und stehen für weitere Fragen gern zur Verfügung.

Mit herzlichen Grüßen

Silke Tegeder-Perwas

Gesunde Stunde e.V.

Mobil 0173 794 2625

Gesunde-stunde@Lkos.de

www.gesundestunde.de

