KREUZ+QUER

Die Zeitung des Stammes Hl. Kreuz Forstenried

Ausgabe IV / Juni 2020

Impressum

Herausgegeben im Auftrag der Stammesleitung des Stammes Hl. Kreuz Forstenried, in der Deutschen Pfadfinderschaft Sankt Georg durch:
Stamm Hl. Kreuz Forstenried

Juni 2020
Auflage: 50 Stück
Redaktion und Layout: Delia und Lena
Zeichnungen: Delia und Anna Lena
Coverbilder: Delia Schmitz

© durch:

Deutsche Pfadfinderschaft
Sankt Georg (DPSG)
Stamm Hl. Kreuz Forstenried
Forstenrieder Allee 170
81476 München
https://www.pfadfinder-hlkreuz.de

Die Redaktion bedankt sich im Namen des Stammes Hl. Kreuz Forstenried für alle Beiträge in Form von Illustrationen, Texten und Fotos bei allen, die an dieser KREUZ+QUER mitgewirkt haben.
Namentlich gekennzeichnete Beiträge spiegeln nicht zwingend die Meinung der Redaktion der KREUZ+QUER, des DPSG-Stammes Hl. Kreuz Forstenried oder der DPSG wider.
Jeder Abdruck von Teilen und Auszügen ohne vorherige Genehmigung ist eine Verletzung der Autoren- und Zeichnerrechte.

Vorwort

Erstmal vielen Dank an Dich, dass Du diese Ausgabe der Stammeszeitung in den Händen hältst und (hoffentlich interessiert) liest! Ich erkläre auf dieser Seite, wie und warum KREUZ+QUER entstanden ist:

Im April 2019 bin ich zu den Rovern übergetreten. Wie nach jedem Übertritt in eine neue Stufe steht das Pfadfinderversprechen an, bei dem man das Halstuch der jeweiligen Stufenfarbe gegen sein Altes eintauschen kann. Genau das mache ich, aber das Roverversprechen ist etwas ausführlicher als das der jüngeren Stufen. Man führt nämlich zusätzlich ein gemeinnütziges Projekt durch, dessen Thema sich jeder selbst aussuchen darf. Ich habe mich für die Stammeszeitung entschieden.

Vielleicht hast Du mitbekommen, dass die Zeitung bei den ersten Ausgaben als „Eulennews“ erschienen ist. Der neue Name KREUZ+QUER verdeutlicht jetzt, dass sich die Zeitung auf den ganzen Stamm bezieht und als Produkt eines Roverprojektes abgedruckt wird. Meine Verantwortung bei der Redaktion ist also erheblich größer als bei den Ausgaben der „Eulennews“.

Trotzdem brauche ich für dieses Projekt Hilfe, deshalb vielen Dank an alle, die Artikel schreiben und sich an der Gestaltung beteiligen. Und Dankeschön, Lena, für die Unterstützung bei der Planung, dem Layout und der Umsetzung. ☺

Im Sommer 2020 schließe ich mein Projekt ab, danach wird die Stammeszeitung aber weiterhin unter dem Namen KREUZ+QUER erscheinen.

Gut Pfad,

Deine KREUZ+QUER-Redaktion

Inhaltverzeichnis

Ideen für daheim….. 06
Kontaktlose Schnitzeljagd..... 07
Mottofotos…… 08
Anna Lenas Zeichenschule…….…… 09
Kleidertauschparty…….. 11
Reihumgeschichte…….. 12
Ei-Challenge..... 14
Radltouren..... 16
Experimente…… 22
Schwarz=Schwarz?..... 23
Schokokuss im Vakuum……... 24
DIY-Lochkamera..... 26
Flaschensalat…….. 28
Lavalampe…….. 29
Feuerlöscher..... 30
Mini-Vesuv……... 32
Schattenprofil..... 33
Rezepte…… 34
Salatessig aus dem Lager…….. 35
Haselnussbrötchen…….. 36
Snickersalternative…… 37
Schokotaler…….. 39
Daddelkuchen…… 40
DPSG Jahresaktion No Waste……..... 42
Übertritte 2019 & Versprechen 2020..... 47

Einige Worte zu dieser Ausgabe KREUZ+QUER

Im Moment können leider wegen COVID-19 weder Gruppenstunden noch andere Pfadfinderaktionen mit zwischenmenschlichem Kontakt stattfinden. Diese Ausgabe der Stammeszeitung bietet Euch Anreize und Ideen, wie Ihr in dieser herausfordernden Zeit weiter pfadfinden und daheim kreativ werden könnt.

Plattform „KREUZ+QUER Medientausch“

Die Online Plattform "KREUZ+QUER Medientausch" dient dazu, sich im Stamm untereinander Bücher und Filme auszuleihen. Du kannst dort Medien eintragen, die Du gelesen oder geschaut hast und weiterempfehlen kannst. Gleichzeitig siehst Du logischerweise, was andere ausleihen möchten und weißt, bei wem Du Dich für welches Buch/ Film melden kannst. Je mehr Leute mitmachen, desto besser funktioniert es natürlich. ☺

Hier kommst Du zur „KREUZ+QUER“-Plattform:
https://trello.com/invite/b/CvzyfQey/7b32adb043e502097e09b02b2d937aaa/kreuzquer-online-medientausch

Von Delia

Social Media Accounts :)

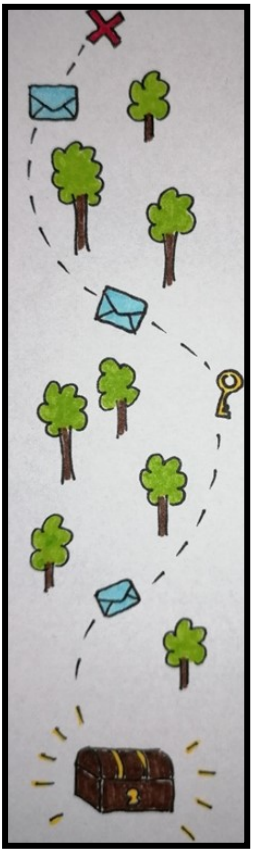
facebook: @pfadis.hlk.forstenried

Instagram: @stamm_hl.kreuz

Ideen für daheim

Foto: Delia Schmitz

Kontaktlose Schnitzeljagd



Eine kontaktlose Schnitzeljagd funktioniert ähnlich wie eine normale Schnitzeljagd, nur läuft eben jeder für sich alleine. Hier findest Du eine Anleitung, wie du diese Schnitzeljagd organisieren kannst. So kannst Du eben trotzdem etwas mit Deinen Freunden unternehmen, auch wenn Ihr Euch im Moment nicht sehen und treffen könnt. Natürlich könnt Ihr die Anleitung nach eigenen Vorstellungen anpassen.

Du suchst Dir am besten mindestens eine weitere Person. Jeder bereitet dann für einen anderen eine Route vor, läuft sie ab und versteckt Hinweise. Ihr vereinbart, wer für wen die Route vorbereitet. Person A bereitet für Person B Hinweise und Rätsel vor und andersherum.

Die Wegmarkierungen können beispielsweise Waldläuferzeichen und/ oder bunte Bänder sein. Die Rätsel könnt Ihr in Briefumschläge tun und auf dem Weg verstecken. Eine besondere Farbe der Bänder oder ein besonderes Waldläuferzeichen kann ein Hinweis für einen versteckten Brief sein.

Du kannst Rätselaufgaben stellen oder Fragen zum Allgemeinwissen, gemeinsamen Erlebnissen, Lieblingsfilmen oder Büchern vorbereiten. Am Schluss rufst Du Deine/ n Freund/ in an und sagst ihm/ ihr Deine Lösung, dann kann er/ sie Dir verraten, wo der Schatz versteckt ist. Die Antwort auf die Frage kann natürlich auch direkt ein Hinweis

Fotos: Carla Batinic, Delia Schmitz

für ein Versteck sein, zum Beispiel die Lösung eines Kreuzworträtsels oder eines Rebus. In dem Fall musst Du niemanden anrufen.

Es gibt viele Möglichkeiten, die Schnitzeljagd kreativ zu gestalten, hier sind lediglich einige Ideen aufgelistet. ☺

Von Delia

Mottofotos

Eine kreative Challenge für Dich und Deine Freunde können Mottofotos sein. Dafür sucht Ihr Euch verschiedene Mottos aus, zu denen sich jeder ein Outfit anzieht und ein Foto davon in Eure WhatsApp-Gruppe schickt. Das lustigste und passendste Foto gewinnt!

Eine andere Art und Weise der Challenge funktioniert so ähnlich wie „Wer bin ich?“. Jeder bekommt von einer anderen Person ein Motto zugeteilt und zieht sich dementsprechend an. Die Übrigen der Gruppe müssen das Motto erraten.

Ideen für Mottos: Urlaub, Bad Taste (schlechter Geschmack), Tracht, erster Schultag, Abendgarderobe, Pyjama-Party, Sportler/ in, Hippie, Alles in Pink, usw.

Der Kreativität sind hier natürlich keine Grenzen gesetzt. ☺

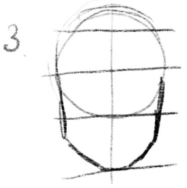
Von Delia

Anna Lenas Zeichenschule

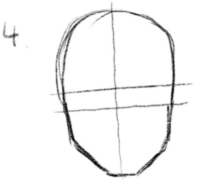
Willkommen zu meiner kleinen Zeichenschule. Ich hoffe, Ihr habt Begeisterung, einen Stift, ein Blatt Papier und Radiergummi mitgebracht . Ihr solltet außerdem einen Stift halten können, um meine Anweisungen nachzuzeichnen. Schritt für Schritt zeige ich Euch, wie eine realistische Gesichtszeichnung zustande kommt. Und nach genügend Übung - werdet Ihr schon sehen - geht das von alleine und wird immer besser. Also fangen wir mal an mit der Gesichtsform.

Beginnt mit einem Kreis.

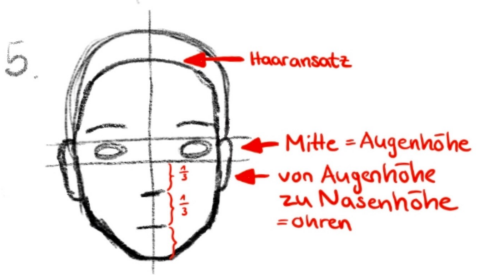
Zeichnet Euch diese Hilfslinien dazu.
(Am Besten nehmt Ihr dafür einen Bleistift, damit Ihr sie wegradieren könnt.)



Nun könnt Ihr mit den Hilfslinien das Kinn zeichnen. (Am Anfang hilft es, es etwas kantiger, also eckiger zu zeichnen.)



Anschließend könnt Ihr die Kopfform vollenden.



Im vorletzten Schritt müsst Ihr nur noch Augen, Augenbrauen, Nase, Ohr und Mund mit Bleistift an den richtigen Stellen anzeichnen.

Da Augen oft sehr kompliziert sind, hier ein kleiner Exkurs.

1. Beginnt mit einem Kreis.

2. Die äußere Form malen.

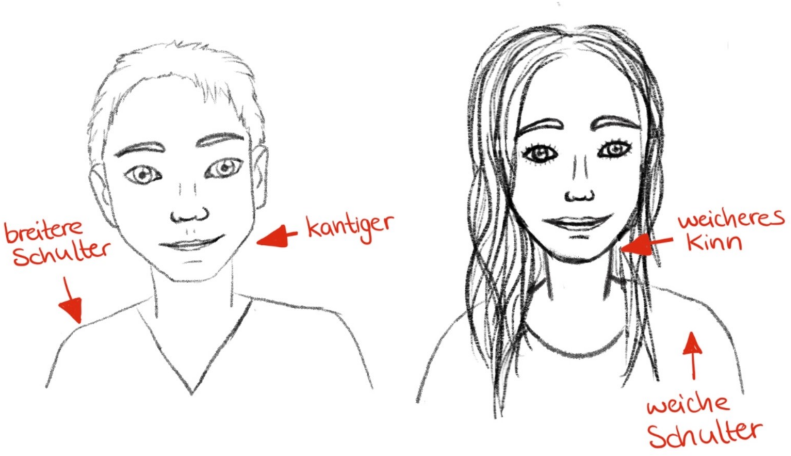
3. Die Spiegelung (weißer Bereich) kann variieren.

4. Achtet darauf, wie die Wimpern gebogen sind.

5. Mit gewünschter Farbe den Hintergrund ausfüllen.

6. Nun mit dunklerer Farbe Linien darüber malen.

7. Um die Pupille etwas dunkler malen, wie eine Art Kreis.



Und fertig!

Von Anna Lena

Kleidertauschparty

Wenn Du Lust auf Abwechslung in deinem Kleiderschrank und Aktionen mit Freunden hast, ist eine Kleidertauschparty dafür die perfekte (und sehr nachhaltige) Lösung!

Du suchst Dir dafür eine/ n weiteren Freund/ in oder die Kleidertauschparty gleich in einer größeren Gruppe veranstalten. Jeder macht Fotos von seinen Kleidungsstücken, zum Beispiel einmal auf einem geraden Untergrund liegend und einmal angezogen vor dem Spiegel. Dann schickt Ihr die Fotos in Eure WhatsApp-Gruppe, schreibt die Größe des Kleidungsstücks dazu und seht, was die anderen anbieten können. ;)

Von Delia

Reihumgeschichte

Du möchtest eine Geschichte schreiben und Deine kreative Ader ausleben? Dann bietet Sich eine Reihumgeschichte mit Freunden oder Deiner Familie an.

Du überlegst Dir einen Anfang für die Geschichte und schickst diesen Anfang der ersten Person zum Beispiel per WhatsApp. Die erste Person schreibt ein oder zwei Sätze dazu und schickt ihre Sätze weiter an die nächste Person. Dabei ist es wichtig, nur den eigenen Teil der Geschichte weiterzusenden, damit die nächste Person nicht weiß, was davor in der Geschichte passiert ist. Damit sind die Überraschungen größer. Wenn die Geschichte einige Male an Dir vorrübergegangen ist, kannst Du alle bitten, die mitgeschrieben haben, Dir ihre Geschichtsbausteine zu schicken. Du fügst am Schluss alles zusammen und schickst sie allen als Ganzes zurück, sodass jetzt jeder von Euch das vollbrachte Werk bestaunen kann. Um mit der Reihenfolge nicht durcheinander zu kommen, kann es sehr hilfreich sein, die verschickten Sätze fortlaufend zu nummerieren. Das hat auch den Vorteil, dass Du genau siehst, wie lange die Geschichte schon ist.

Alternative könnt ihr auch eine Online-Plattform (z.B. Cryptpad) verwenden. Dann haben alle Zugriff auf die Geschichte und man muss anderen Personen weder die Geschichtsbausteine schicken, noch am Ende alles zusammenfügen. Allerdings ist es hier kaum möglich, die Geschichte vor den anderen zu verbergen und nur den Satz des Vorgängers zu sehen.

Die Geschichte beginnst Du zum Beispiel mit:

„1: Lotta ging in den Wald und pflückte einen schönen roten Pilz mit weißen Punkten."

Die nächste Person schreibt:

„2: Sie nahm ihn mit nach Hause und kochte eine leckere Suppe daraus."

Person 3 in Eurer Runde schickt Folgendes weiter:

„3: Weil die Suppe so gut schmeckte, löffelte sie den ganzen Topf alleine aus."

Wenn man eine Geschichte schreiben möchte, kann eine kleine „Starthilfe" recht nützlich sein. Hier neben dem Beispiel oben noch einige weitere Vorschläge:

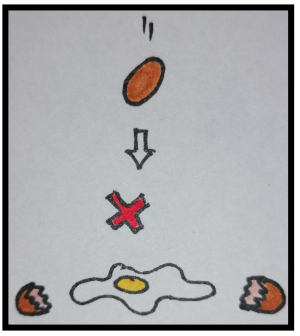
- Anton ging sehr gerne schwimmen, am liebsten in den Seen, die man von München aus mit dem Fahrrad erreichen konnte. Als er an einem sonnigen Sonntagmorgen das frische Wasser im Starnberger See genoss, spürte er etwas an seinem linken Fußknöchel.
- Bea ging wie jeden Dienstagabend auch heute zu ihrem Boxtraining. Als sie sich an einem kleinen Boxsack aufwärmte, ging dieser blöderweise kaputt und etwas Ungewöhnliches war im Futter versteckt.
- Christoph buddelte fröhlich im Sandkasten, weil er seine neuen Sandförmchen für Sandkuchen ausprobierten wollte. Dabei stieß er mit seiner Schaufel auf eine flache Metallplatte, die nach der Berührung anfing, grünes flackerndes Licht auszustrahlen.

- Immer wenn Dorothea mit ihrer Familie in den Ferien an die Strände nach Italien fuhr, sammelte sie dort viele verschiedene Muscheln und baute aus ihnen kunstvolle Skulpturen. Diesmal sah ihre Statue aus wie ein kleiner Hund. Aber hatte sich da nicht gerade etwas im Augenwinkel bewegt?

Von Delia

Ei-Challenge

Bei der Ei Challenge geht es darum, ein rohes Ei fallen zu lassen, ohne dass es kaputt geht. Das kannst Du alleine machen oder mit Freunden über Videochat. Jeder hat 5 Minuten Zeit, um aus verschiedenen Materialien einen Schutz für das Ei zu bauen. Wenn Du mit Freunden spielst, sollten es Materialien sein, die jeder daheim hat.



Hier eine beispielhafte Materialliste: 15 Zahnstocher, 2 m Schnur, 10 Blatt Papier oder einige Bögen Zeitungspapier oder Prospekte, Tesafilm

Wenn die Stoppuhr abgelaufen ist, wird Dein Konstrukt mit dem Ei fallen gelassen. Dafür kannst Du Dich auf einen Stuhl stellen oder es aus einem niedrigen Stockwerk aus dem Fenster fallen lassen (wenn dadurch niemand gefährdet wird!). Wenn das rohe Ei danach noch heil ist, hast Du die Challenge erfolgreich gemeistert!

Tipp: Lasse das Konstrukt mit dem Ei nur dort fallen, wo man zur Not gut sauber machen kann. Also vielleicht nicht direkt über dem teuren Perserteppich.

Von Delia

Jubiläumsabend

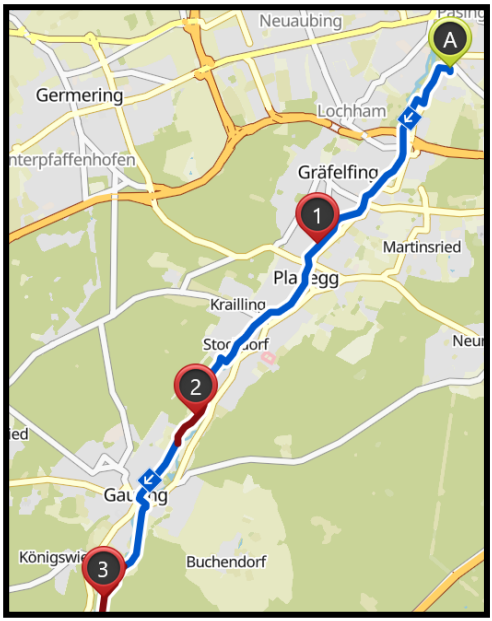
Radltouren

Foto: Delia Schmitz

Radltouren für sonnige Wochenendausflüge

Wie wunderschön ist eigentlich unsere Umgebung? Wie perfekt eignet sich Forstenried, um sich einfach aufs Fahrrad zu schwingen und eine Runde zu radeln? Egal ob ein kurzer Ausflug oder eine ganze Tagestour – da ist für jeden etwas dabei!

Entlang der Würm:



Wir haben in der näheren Umgebung ja nicht nur die Isar (zu der komme ich später), sondern auch das Würmtal und diesen unglaublich schönen Fluss Würm. Dieser Fluss bietet sich auch wunderbar an, um diesen entlang zu fahren – von Pasing bis nach Starnberg. Unterschiedlichste Etappen sind natürlich möglich, da ist für jeden was dabei!

Wir starten bei einer wunderbaren Eisdiele, bei der man sich gut stärken kann für die kommende Strecke – oder bei der man sich belohnen kann für die geschaffte Strecke! Wir sprechen vom Sweet Monkeys im Haidelweg 13. Von dort ist es nur noch ein Katzensprung bis zum Pasinger Stadtpark und zur Würm. Von hier aus kann man quasi permanent - mal mehr, mal weniger - nah an der Würm entlangfahren über Gauting bis nach Starnberg.

In Planegg bzw. Krailling ist man nicht immer direkt am Fluss entlang unterwegs, aber es gibt immer eine Möglichkeit auf einer Parallelstraße zu fahren. In Gauting kann man dann Richtung Gautinger Sportclub auf die Leutstettener Straße abbiegen und kommt durch ein Waldstück bis nach Leutstetten und von hier aus auch weiterhin durch den Wald/ Leutstettener Moos bis nach Starnberg/ Percha.

Die Wege sind größtenteils mit Fahrradschildern ausgewiesen. Man kann selbstverständlich auch an unterschiedlichen Stellen zurück nach Forstenried fahren – von Planegg/ Krailling oder Gauting aus führen hier gute Strecken zurück.

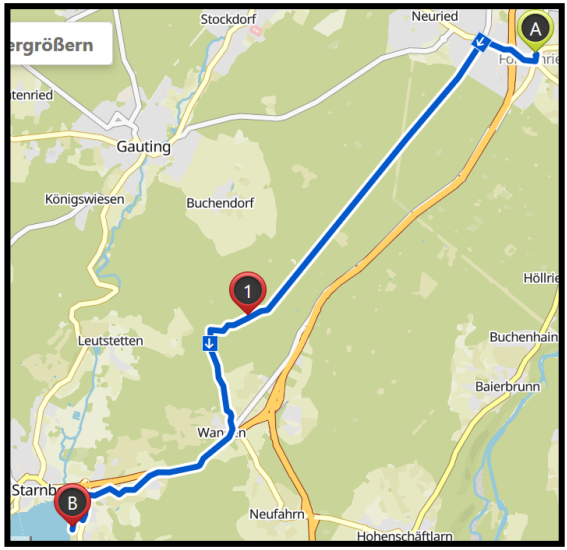
- Hl. Kreuz—Pasing: ca. 8 km
- Pasing—Starnberg: ca. 20 km
- Planegg—Hl. Kreuz: ca. 6 km (für eine kleinere Rundtour)

Ganze Tour auf Komoot:
https://www.komoot.de/tour/188973224?ref=wtd

Durch den Forstenrieder Park zum Starnberger See:

Die Eichhörnchen vom Sommerlager 2015 oder die Eulen vom Sommerlager 2019 können ein Lied

davon singen, wie schnell man am Starnberger See ist – und noch viel weiter!



Wir nehmen den Waldeingang im Maxhof, die sogenannte Fahrradautobahn,

und folgen dem Teerweg, bis er kein Teerweg mehr ist und dann bald auf die Landstraße stößt. Von hier aus fahren wir nach rechts einen Hügel nach oben und die erste Möglichkeit wieder nach links auf einen weiteren Schotterweg. Dieser führt dann aus dem Wald heraus nach Wangen. Hier muss man, an der Landstraße angekommen, nach rechts abbiegen und der Straße folgen. Die Straße führt unter der Autobahn durch und nach Starnberg/ Percha hinein. An der ersten Ampel biegen wir nach links ab und können bei erster Gelegenheit rechts zum See fahren (beim Schild zur „Seestubn“).

Hier kann man nun entweder den See Richtung Süden entlangfahren – bis Seeshaupt sind das recht brauchbare Radwege). Oder man entschließt sich einfach einen Tag am See in der Sonne zu liegen und zu entspannen. Wer es bis nach Seeshaupt schafft, kann sich an einer kleinen Eisdiele (Eiscafé Ghiotto) an der Hauptstraße gegenüber vom Edeka ein leckeres Eis zur Stärkung holen.

Die Wege sind größtenteils mit Fahrradschildern ausgewiese

und gut kombinierbar als Tagestour mit der Fahrt entlang der Würm.

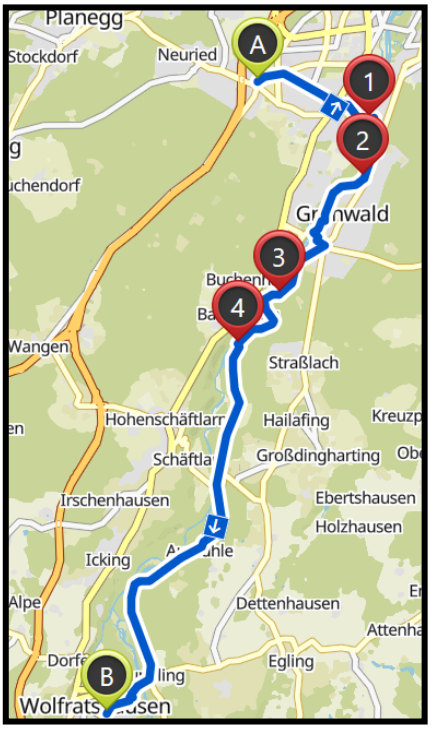
- Hl. Kreuz—Percha: ca. 17,5 km
- Percha—Seeshaupt: ca. 23 km

Foto: Lena Fürmetz

Ganze Tour auf Komoot: https://www.komoot.de/tour/188976957?ref=wtd

Entlang der Isar bis nach Wolfratshausen:

Wir starten diese Tour in Hl. Kreuz, fahren einmal durch Solln zur Großhesseloher Brücke, auf der wir die Isar überqueren. Ab hier lässt sich schön parallel zur Isar fahren. Der Radlweg ist Richtung Wolfratshausen ausgeschrieben.



Im Grunde müsst ihr einfach nur der Isar folgen und könnt euch fast gar nicht verfahren. Natürlich ist es völlig egal, auf welcher Seite der Isar ihr unterwegs seid—hauptsache ihr habt Spaß!

Es gibt natürlich auch die Option, die Strecke oberhalb der Isar parallel zur Landstraße zu fahren. Diese führt zum Teil durch Wald, zum Teil entlang der B11, daher empfehlen wir doch eher den Weg entlang der Isar.

Wenn Ihr in Wolfratshausen seid, dann schaut im Eiscafé Roma in der Schießstättstraße vorbei.

Foto: Lena Fürmetz

Grundsätzlich sind entlang dieser Strecke an sonnigen Tagen sehr viele Fahrradfahrer unterwegs, so könnt Ihr Euch nicht verfahren. Zudem ist die Strecke auch mit Fahrradschildern ausgewiesen. Den Ausflug nach Wolfratshausen kann man gut als lange Tagestour mit der Fahrt entlang des Starnberger Sees/ durch den Forstenrieder Park kombinieren.

- Hl. Kreuz—Pullach—Wolfratshausen: ca. 26

Ganze Tour (von Hl. Kreuz aus) auf Komoot: https://www.komoot.de/tour/188982519?ref=wtd

Von Lena

Foto: Lena Fürmetz

Trick 17:
Statt mit Handy mit Fahrradkarte fahren und die Strecke selbst raussuchen!

Experimente für daheim

Foto: Delia Schmitz

Auf den nächsten Seiten findest Du einige Experimente, die man gut Zuhause durchführen kann. Beachte bitte, dass bei machen Experimenten jemand dabei sein sollte, der Dir im Notfall helfen kann. Kleiner Tipp vorweg: Bevor Du mit einem Experiment anfängst, lies die Durchführung einmal ganz durch. Dann gibt's keine „Überraschungen". ;)

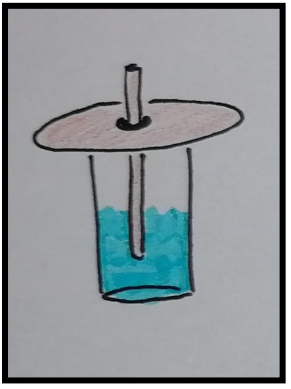
Schwarz = Schwarz?

Material:

- *2 Kaffeefilter (rund)*
- *einen schwarzen Filzstift*
- *Schere*
- *Wasserglas mit Wasser*

Durchführung:

Zuerst malst Du mit dem schwarzen Filzstift einen Kreis in die Mitte des ersten Kaffeefilters. In die Mitte des Kreises schneidest Du ein



kleines Loch. Den zweiten Filter rollst Du eng zusammen zu einem „Docht". Diesen Docht steckst Du durch das Loch des ersten Kaffeefilters und stellst den „Schirm" in das Wasserglas mit Wasser. Der Docht soll teilweise im Wasser sein, der Schirm auf dem Glasrand aufliegen und trocken bleiben. Dann wartest du, bis der ganze Filter nass ist (was in etwa 15 bis 20 Minuten dauert). Du kannst auch andere dunkle Filzstiftfarben verwenden.

Ergebnis:

Auf dem Kaffeefilter haben sich strahlenformig verschiedene Farbschlieren gebildet.

Erklärung:

Durch den Docht wird das Wasser aus dem Wasserglas angezogen und beide Kaffeefilter saugen sich voll. Das Wasser „fließt“ beim Schirm von innen nach außen und nimmt die Farbe vom Filzstift mit. Nicht alle Farbpartikel in dem schwarzen Filzstift sind gleich groß, deshalb bleiben die größeren Teilchen früher hängen und die Farbbestandteile werden so verteilt. Dann kannst Du sehen, dass Dein vermeintlich schwarzer Stift gar nicht komplett schwarz ist, sondern zum Beispiel auch blau oder lila.

Schokokuss im Vakuum

Achtung: Lass Dir beim Bohren von einem Erwachsenen helfen!

Material:

- *Marmeladen- oder Gurkenglas*
- *Metallbohrer*
- *Strohhalme*
- *Knetmasse*
- *Schokoküsse*

Durchführung:

Bohre ein Loch in den Deckel des Glases. Lass Dir gegebenenfalls von einem Erwachsenen helfen. Stelle einen Schokokuss in das

Glas, stecke einen Strohhalm durch das Loch im Deckel und dichte mit der Knetmasse die Ränder auf der Deckelinnen- und Deckelaußenseite ab. Zum Schluss schraubst Du den Deckel fest auf das Marmeladenglas. Jetzt fehlt nur noch das Vakuum im Glas. Das entsteht, wenn Du durch den Strohhalm die Luft aus dem Glas heraussaugst, als würdest Du statt einer Limo Luft trinken. Sobald Du den Strohhalm absetzt, strömt die Luft zurück ins Glas. Also musst du aufpassen, wenn Du aufhörst zu saugen.

Ergebnis:

Wenn alles gut abgedichtet ist, entsteht im Glas ein Unterdruck und der Schokokuss wird aufgehen und langsam platzen.

Erklärung:

In einem Raum herrscht Vakuum, wenn sich darin nichts (auch keine Luft) befindet. Im Weltall herrscht ein Vakuum, deshalb tragen Astronauten Raumanzüge, sonst geht es ihnen wie Deinem Schokokuss. Sie platzen. Im Schaum vom Schokokuss sind kleine Luftbläschen. Die dehnen sich aus, wenn Du anfängst, Luft aus dem Glas herauszusaugen, weil die Luftbläschen dann den neuen Platz ausnutzen. Der Schaum sprengt dann die Schokolade.

DIY-Lochkamera

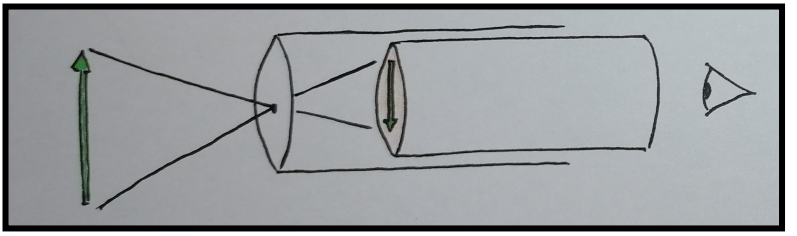
Achtung: Mit der Lochkamera niemals in die Sonne schauen!

Material:

- *Leere und saubere Chipsdose*
- *DIN A4 Bogen Zeichenkarton*
- *Transparentpapier (alternativ Backpapier)*
- *Papierkleber oder Tesafilm*
- *Pinnadel*
- *Schere*

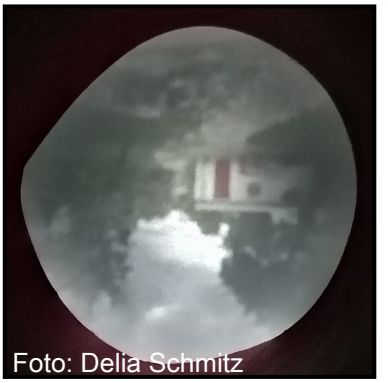
Durchführung:

Rolle den Karton so, dass er genau in die Chipsdose passt. Dann klebst du den Karton zusammen. Aus dem Transparentpapier schneidest Du ein rundes Stück, das Du ganz über eine der beiden Öffnungen der Kartonrolle kleben kannst. Lass den Kleber trocknen. Jetzt stichst Du mit der Pinnadel ein kleines Loch in den Boden der Chipsdose. Die Kartonrolle schiebst Du mit der Backpapierseite voran in die Chipsdose. Halte jetzt das kleine Loch gegen eine Lampe oder das Tageslicht und sieh durch die Öffnung auf der anderen Seite.



Ergebnis:

Auf dem Transparentpapier erkennst Du jetzt verkehrtherum die Umrisse dessen, worauf Du das kleine Loch gerichtet hast. Wenn Du die Kartonrolle aus der Chipsdose etwas herausziehst und wieder hineinschiebst, kannst Du das Bild vergrößern und verkleinern. Richte die Lochkamera aber niemals auf die Sonne, das starke Licht schadet deinen Augen sehr!



Der Blick durch meine selbstgebaute Lochkamera (links) sieht zum Beispiel so aus (rechts).

Erklärung:

Die Strahlen vom oberen Bereich Deines Gegenstands fallen durch das kleine Loch auf die untere Seite des Backpapiers, und die Strahlen vom unteren Bereich Deines Gegenstands landen auf der oberen Seite des Backpapiers. Dasselbe trifft auf die linke und rechte Seite zu. Aus diesem Grund steht das Bild auf dem Kopf und ist spiegelverkehrt.

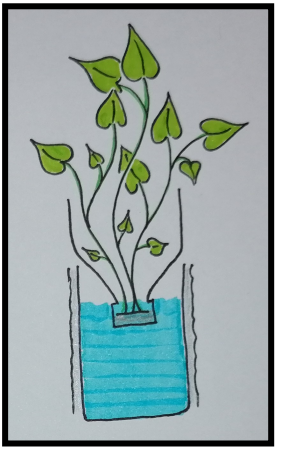
Dein Auge funktioniert auf die gleiche Art und Weise. Die Bilder Deiner Umgebung kommen auf Deiner Netzhaut oben-unten- und

rechts-links-verkehrt an. Dein Gehirn hat allerdings gelernt, die Bilder umzudrehen, sodass Du sie „richtigherum“ siehst.

Flaschensalat

Material:

- *Plastikflasche mit Deckel*
- *Schere und Handbohrer*
- *Kaffeefilter oder Watte*
- *Pflanzensamen*
- *Alufolie*
- *Wasser und evtl. Pflanzendünger*



Durchführung:

Zuerst schneidest Du die Plastikflasche in der Mitte durch, dann schneidest Du kleine Löcher in den Flaschendeckel. In den Deckel legst Du danach ein Stück Kaffeefilter oder Watte und gibst darauf die Samen. Den unteren Teil der Flasche füllst Du mit Wasser auf. Dann stellst Du den oberen Flaschenteil mit dem Deckel ins Wasser. Wickelst Du den unteren Teil der Flasche in Alufolie ein, verhinderst Du Algenwachstum, Algen brauchen nämlich Licht. Wasser musst Du nachfüllen, wenn der Deckel nicht mehr unter Wasser steht. Optional kannst Du noch etwas Pflanzendünger ins Wasser tun.

Ergebnis:

Nach ein paar Wochen kannst Du das, was Du angepflanzt hast (z.B. Salat oder Kräuter), ernten.

Erklärung:

Zum Anbauen von Pflanzen ist nicht zwingend Erde notwendig. Im Wasser sind die notwendigen Mineralstoffe ausreichend vorhanden. Diese Pflanzenanbautechnik nennt man Hydroponik.

Außerdem merkst Du, wie lange eine kleine Portion Salat braucht, damit Du sie essen kannst. Daher solltest Du mit Essen nicht verschwenderisch umgehen und Pflanzen schützen. Es sind nun mal wertvolle Güter, die Zeit zum Wachsen brauchen. ;)

Lavalampe:

Material:

- *Glasflaschen*
- *Öl*
- *Wasser*
- *Lebensmittelfarbe*
- *Vitamin C- oder Brause-Tabletten*
- *Trichter*

Durchführung:

Die Glasflaschen füllst Du mithilfe des Trichters zu ¼ mit Wasser auf, dann gibst Du etwas Lebensmittelfarbe dazu. Jetzt verschließt Du die Flaschen fest und schüttelst sie kräftig. Anschließend füllst Du die Flaschen mit Öl auf. Es schwimmt auf dem Wasser und vermischt sich nicht damit. Die Brausetablette teilst Du in 4 etwa gleich große Stücke und gibst jeweils eines davon in jede Flasche.

Ergebnis:

Die Tablette löst sich auf, und dabei entstehen Luftbläschen. Wie bei einer Lavalampe bilden sich große farbige Tropfen. Wenn es weniger blubbert, kannst Du einfach ein weiteres Stück Brause in die Flasche geben und nochmal schütteln.

Erklärung:

Öl hat eine geringere Dichte als Wasser, das heißt es ist (vereinfacht gesagt) leichter. Also schwimmt das Öl auf dem Wasser. Wenn sich die Brausetablette auflöst, entsteht das Gas Kohlenstoffdioxid (CO_2) und das hat eine noch geringere Dichte als Öl. Deswegen steigt das CO_2 nach oben Richtung Oberfläche und nimmt etwas angefärbtes Wasser mit. Wenn das CO_2 an der Oberfläche des Öls entweicht, sinkt das Wasser wieder nach unten. Jetzt sieht es aus wie eine richtige Lavalampe.

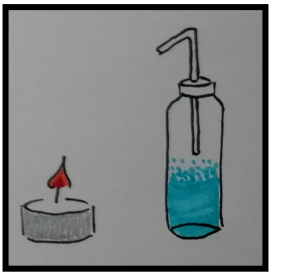
Feuerlöscher

Achtung: Frage am besten einen Erwachsenen, der Dir zur Seite steht, auch wenn es „nur“ ein Teelicht auf feuerfestem Untergrund ist! Außerdem solltest Du Dir beim Erhitzen des Nagels helfen lassen!

Material:

- *Feuerfeste Unterlage (z.B. Backblech mit Alufolie)*
- *Wasserschüssel zum Löschen im Notfall*
- *kleine leere Flasche*
- *Strohhalm oder Röhrchen*

- *ein Päckchen Backpulver*
- *10-20 mL Spülmittel*
- *150 mL Wasser*
- *ein Teelicht und Streichhölzer oder Feuerzeug*
- *Nagel und Zange*



Durchführung:

Zuerst machst Du in den Plastikdeckel der Flasche ein Loch, dabei sollte Dir auf jeden Fall ein Erwachsener helfen! Der Nagel wird mit der Zange festgehalten und über einem Feuerzeug oder einer anderen Flamme erhitzt. Mit dem heißen Nagel kannst Du das Plastik vom Deckel durchschmoren. Wenn alles abgekühlt ist, steckst du den Strohhalm durch das Loch. Dann gießt Du das Wasser in die Flasche und gibst Backpulver und Spülmittel dazu. Stelle das Teelicht auf Deinen feuerfesten Untergrund und zünde es an. Die Flasche verschließt Du fest und schüttelst, bis Schaum entsteht. Den Strohhalm hältst Du an die Flamme.

Ergebnis und Erklärung:

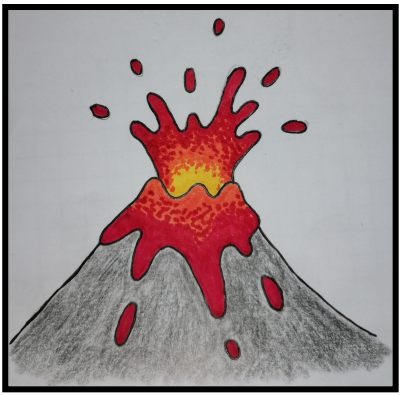
Die Flamme erlischt. Der Inhaltsstoff des Backpulvers reagiert und es entsteht unter anderem Kohlenstoffdioxid (CO_2). Feuer braucht neben dem Brennstoff und einer warmen Temperatur Sauerstoff um zu brennen. Das entstandene Kohlenstoffdioxid tritt durch den Strohhalm aus der Flasche aus, verdrängt den Sauerstoff und erstickt so das Feuer.

Mini-Vesuv

Das brauchst Du:

- Backpulver (3 Päckchen)
- Essig und Spülmittel
- Lebensmittelfarbe (rot)
- Zwei Gläser
- Nur für drinnen: Tablett, Teller und Alufolie

So machst Du‘s:



Wenn Du den Vulkan draußen bauen möchtest, wäre ein geeigneter Platz zum Beispiel ein kleiner Hügel, auf den Du etwas Erde oder Sand aufschüttest. Grabe eines der Gläser oben auf dem Hügel mit der Öffnung nach oben ein, dass nur noch der Rand des Glases zu sehen ist, aber kein Sand ins Glas hineinkommt.

Für drinnen stellst Du das erste Glas auf einen Teller und den auf ein großes Tablett. Deine Bergform bekommst Du dadurch, dass Du zwei Alufolienbahnen über Kreuz über die Glasöffnung spannst und die Enden der Alufolien unter dem Teller festklemmst. Über der Glasöffnung machst du ein kreuzförmiges Loch und drückst die Ecken innen an der Glaswand fest.

In den Vulkankrater (das Glas) schüttest Du drei Päckchen Backpulver. Das zweite Glas füllst Du halb mit Essig, halb mit Wasser und gibst etwas Lebensmittelfarbe dazu. Jetzt mischt Du noch einige

Tropfen Spülmittel dazu und schüttest das zweite Glas ins erste Glas.

Von Delia

Schattenprofil

Das brauchst Du:

- Großes Papier (z.B. DIN A3)
- Reißzwecken oder Tesafilm
- Bleistift
- Schere
- Beamer oder Taschenlampe
- Eine zweite Person ☺

So machst Du‘s:

Das große Blatt Papier befestigst Du mit den Reißzwecken oder dem Tesa hochkant in Brusthöhe an der Wand oder an einer Tür. Den Beamer oder die Taschenlampe richtest Du so aus, dass das Licht genau auf das Papier strahlt. Stelle einen Stuhl zwischen Beamer/ Taschenlampe und Papier. Jetzt setzt Du Dich auf den Stuhl und schaust zur Seite, sodass der Schatten deines Profils auf dem Papier zu sehen ist. Die zweite Person kann Deine Umrisse auf dem Papier nachzeichnen. Am Schluss musst Du dein Portrait nur noch ausschneiden.

Von Delia

Rezepte

SÜDZUCKER
Brauner Rohrzucker
Brauner Rohrzucker
FAIRTRADE
Qualität
Foto: Delia Schmitz

Salatessig aus dem Lager

Mit dieser Salat-Tunke bringt man Kinder zum Salatessen:

Zutaten:

- 200 Gramm Zucker
- 80 Gramm Salz
- 1 Flasche brauner Essig (0,75l)
- 1 Flasche Wasser (0,75l)

Zubereitung:

Alles zusammen unter umrühren, aufkochen und 2 min kochen. Nach dem Erkalten in Flaschen umfüllen. Dieses Gemisch kann über jeden Salat gegeben werden. Nach Bedarf nur noch evtl. Pfeffer, Salatkräuter und Öl (gut Olivenöl) dazu geben. Der Salat ist immer richtig gewürzt.

Viel Spaß beim Nachkochen!

Von Beate

Haselnussbrötchen

Zutaten:

- 4 Eiweiß
- 250 g Puderzucker
- 1 TL Vanillezucker
- 125 g gem. Haselnüsse
- 125 g gem. Haselnüsse oder Mandeln
- Oblaten
- Ganze Haselnüsse

Zubereitung:

Das Eiweiß musst Du zu Eischnee schlagen, dann gibst Du Zucker und Vanillezucker dazu. Die Masse wird dann dick und zähflüssig. Von dieser Masse stellst Du ½ Tasse für die Glasur beiseite. Zum restlichen Teig gibst Du die Nüsse dazu. Ist der Teig sehr flüssig, gibst Du einfach noch mehr gemahlene Nüsse dazu.

Auf die Oblaten setzt Du kleine Haufen der Masse, bestreichst Sie mit der Glasur und drückst oben drauf vorsichtig jeweils eine Haselnuss fest. Im Ofen brauchen die Haselnussbrötchen bei 130-140 °C Umluft etwa 15 Minuten, bis sie fertig sind. Guten Appetit!

Von Delia

Snickers selbstgemacht

Super lecker, wir alle lieben Schokoriegel. Ich persönlich bekomme bei der ganzen Plastikverpackung aber immer ein richtig schlechtes Gewissen. Umso mehr habe ich mich gefreut, als mir eine Kollegin ein super geniales Rezept überlassen hat, um Snickers selbst zu machen – ganz ohne den ganzen Verpackungsmüll für jeden einzeln abgepackten Riegel!

Lasst Euch Überraschen – das Zeug schmeckt wirklich, wirklich lecker! Und der Aufwand ist zum Glück sehr überschaubar.

Foto: Lena Fürmetz

Zutaten:

- Datteln, ca. 200g (die gibt's auch im Unverpacktladen)
- Haferflocken, ca. ½ Tasse
- Erdnussmus (wer mag gerne Crunchy), 1 Glas mit ca. 200g
- Agavendicksaft/ Kokossirup/ Ahornsirup
- Schokolade, 1 Tafel
- Eine kleine Auflaufform

Zubereitung:

- Datteln klein schneiden oder mixen und mit den Haferflocken verrühren
- Verteile das gleichmäßig in der Auflaufform
- Je nachdem wie süß es werden soll, nach Bedarf etwas Sirup über die Dattel/ Haferflockenmischung geben
- Nun das Erdnussmus darüber verteilen
- Schokolade schmelzen und über die Masse verteilen
- Kalt stellen
- Genießen

Foto: Lena Fürmetz

Wer geschmackliche Bedenken hat wegen der Datteln – ich bin selbst kein großer Dattelfan und die machen absolut nichts am Geschmack! Es ist einfach nur unglaublich lecker!

Von Lena

Schokotaler

Zutaten (für ca. 2 Backbleche):

- 200 g Mehl
- 100 g gemahlene Mandeln
- 100 g Zucker
- 1 Päckchen Vanillezucker
- 1 Ei
- 200 g Butter
- Nach Belieben Backkakaopulver
- 100 g Schokolade

Foto: Delia Schmitz

Zubereitung:

Das Ei, den Zucker und den Vanillezucker verrühren, die Butter in kleinen Stücken unterheben und dann Mehl, Nüsse und eventuell Kakaopulver dazu geben. Den Teig musst Du nicht kühlstellen (außer er ist wider Erwarten sehr klebrig), sondern Du kannst ihn sofort ausrollen und Plätzchen ausstechen.

Die Plätzchen brauchen im Ofen bei 170-180 °C Umluft auf der mittleren Schiene 10-15 Minuten, bis sie fertig sind. In dieser Zeit kannst Du schon mal das Wasserbad vorbereiten, in dem deine Schokolade schmilzt. Dabei solltest Du Vorsicht walten lassen (um deiner Gesundheit und der Schokolade willen): Zu große Hitze lässt die Schokolade verklumpen und sobald Wasser an die

schmelzende Schokolade kommt, ist sie nicht mehr zu gebrauchen. Wenn Du die Plätzchen aus dem Ofen holst, lass sie kurz abkühlen, bevor Du sie in die Schokolade tunkst. Du kannst die Plätzchen auch mit Schokolade bestreichen und anschließend ein weiteres daraufsetzen, wie bei einem Doppelkeks. Guten Appetit!

Von Delia

„Daddelkuchen“

Zutaten bzw. Material:

- Standmixer
- Backpapier
- Quadratische Kuchenform (ca. 23 cm x 23 cm)
- Platz im Kühlschrank
- 450 g getrocknete Datteln
- 200 g gemahlene Mandeln
- 100 g gemahlene Haselnüsse
- 1/4 Teelöffel Salz
- 200 g Zartbitterschokolade oder zuckerfreie Schokolade
- 1 Esslöffel geschmolzenes Kokosöl

Zubereitung:

Die Backform mit Backpapier auslegen.

Für die Brownies die getrockneten Datteln im Standmixer zerkleinern. (Es sollte eine klebrige Masse werden. Je feiner die Masse, desto besser.) Die Datteln herausnehmen und beiseitestellen, dann 150 g Mandeln, die Haselnüsse, das Kakaopulver und das Salz gut vermischen (im Standmixer auf hoher Stufe). Die Dattelmasse nach und nach dazugeben und zu einer Dattel-Nuss-Masse verarbeiten. Diese in der Backform gleichmäßig verteilen und gut festdrücken (mit feuchten Händen oder einem weiteren Backpapier). Die Backform dann 10 Minuten lang in den Kühlschrank stellen.

Für die Kuvertüre die Schokolade sehr klein hacken, die Milch aufkochen und über die gehackte Schokolade gießen(, dabei rühren und warten, damit die Schokolade schmelzen kann). Kokosöl und eine Prise Salz unter Rühren dazu geben, dann die geschmolzene Schokolade auf dem Brownie verteilen und verstreichen.

Für die Deko 50 g Mandeln grob zerkleinern und auf der Kuvertüre verteilen. Die Backform für acht Stunden (oder einen halben Tag lang) in den Kühlschrank stellen. Guten Appetit!

Von Familie Unsöld

Jahresaktion No Waste

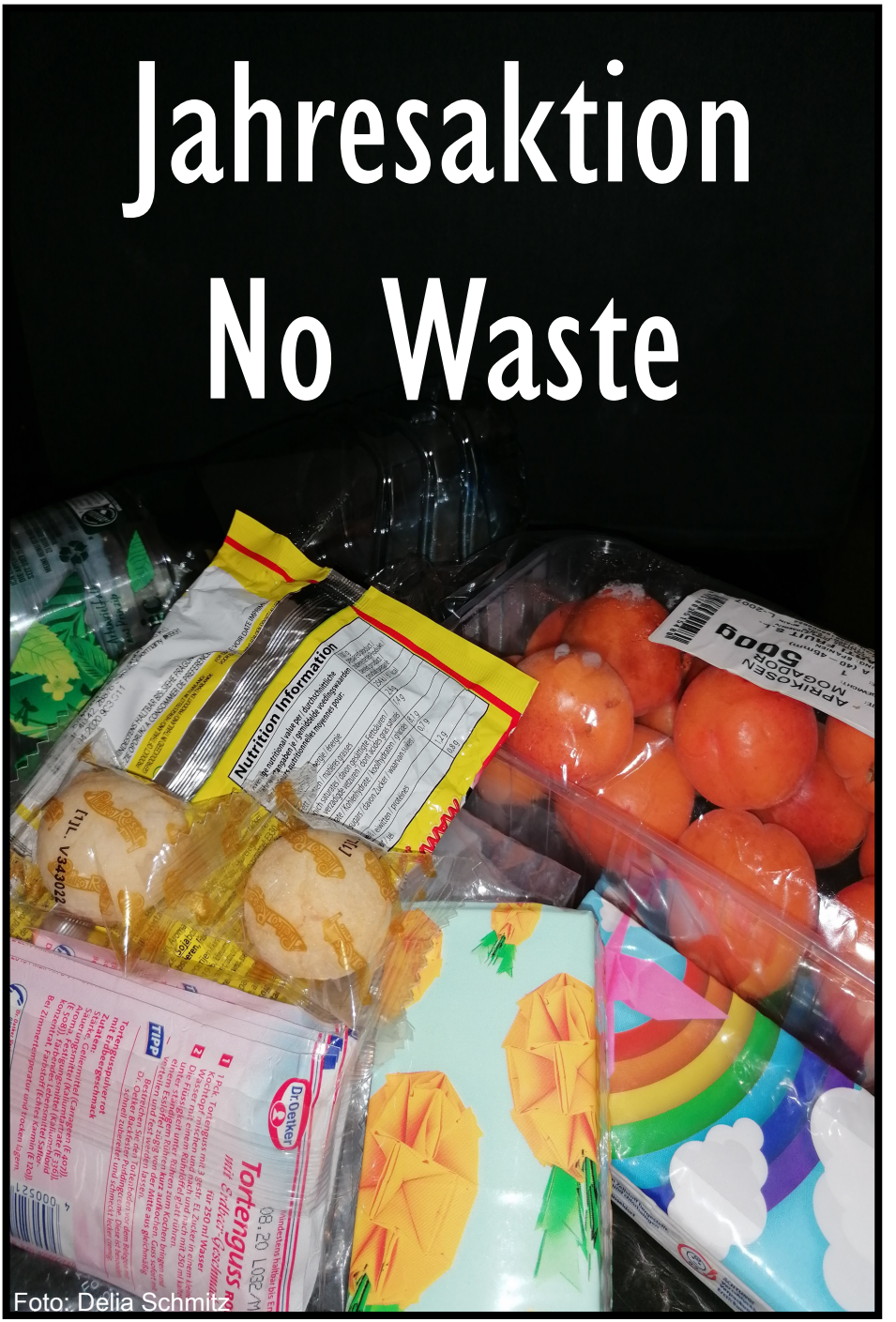


Foto: Delia Schmitz

DPSG Jahresaktion:
No Waste – Ohne Wenn und Abfall

Was bedeutet eigentlich „No Waste“? Und überhaupt, was hat es mit diesem ganzen „Zero Waste“, „Less Waste“, bloß kein (Mikro-)Plastik mehr und insgesamt und überhaupt auf sich – eigentlich blickt da doch eh keiner mehr durch?!

Keine Angst, wir wollen hier niemanden erschlagen und gewiss keine Doktorarbeit schreiben (auch wenn das Thema Nachhaltigkeit es durchaus zulassen würde).

Vielmehr wollen wir Euch ein paar Aufgaben und Experimente mit auf den Weg geben, die Ihr gerne zu Hause ausprobieren könnt, sowie ein paar Infos, wie Ihr mit ein paar wenigen Tricks bereits nachhaltiger und müllärmer leben könnt! Ein kleines Einführungsvideo zum Thema Plastik und dessen Kreislauf von funk (ein Content-Netzwerk von ARD und ZDF) könnt Ihr Euch auf YouTube anschauen.

—> Dinge Erklärt-Kurzgesagt – Plastikmüll-So versinkt die Welt im Plastik: (https://www.youtube.com/watch?v=mhmpelyG0uM)

Im Folgenden haben wir ein paar Aufgaben und Experimente zusammengestellt, die Ihr gerne testen könnt. Wenn Ihr noch mehr Ideen habt, dann schreibt uns bitte! Wir freuen uns über alle Vorschläge, die wir in der nächsten Ausgabe veröffentlichen können!

Herausfiltern von Mikroplastik aus Duschgel

- Füllt ein Schraubglas mit Duschgel und Wasser und löst das Duschgel darin auf.
- Stülpt einen Nylonstrumpf über das Schraubglas und lasst die Wasser/ Duschgel-Mischung durch den Strumpf ablaufen.
- Den Rückstand auffangen, trocknen lassen und die Menge an Plastik bestaunen, welche jede Packung Duschgel im Abfluss verschwinden lässt.

Check Dein Zeug

Von: http://www.campus-app.com/codecheck/

- Lade Dir die App „Code-Check“ herunter.
- Scanne den Barcode verschiedener Lebensmittel und Haushaltsgegenstände (z.B. Cremes oder Waschmittel).
- Lass Dich überraschen, welcher Inhalt Dich erwartet.
- Überlege Dir, welche Sachen Du gerne ersetzen möchtest.

Unverpackt einkaufen/ unverpackte Materialien testen

- Schnappe Dir ein paar Tupperdosen, leere Joghurtgläser, leere Spüliflaschen/ Sprühflaschen von Putzmittel.
- Fahre zu „Servus Resi“ in der Kistlerhofstraße 111 und nimm Dir verschiedene Produkte zum Testen für Dich und Deine Familie mit nach Hause. Zum Beispiel Tabletten zum Zähneputzen als Zahnpasta-Alternative, unverpacktes Spül- und Waschmittel oder verschiedene Gewürze, Backzutaten, Müsli usw.
- Testen und eigene Meinung bilden!

Foto: Lena Fürmetz

Wer nicht so weit fahren möchte und mit etwas Einfachem anfangen will: Bei dm & Rossmann gibt's den „Duschbrocken", ein festes Shampoo&Seife in super lagertauglicher Größe. Außerdem ist das ein einfacher und mikroplastikfreier Ersatz zu herkömmlichem Shampoo und Duschgel.

Informiert euch – welcher Müll kommt eigentlich wohin?

- Sammelt, was bei Euch in welche Mülltonne kommt. Schreibt das kurz zusammen. Vielleicht habt Ihr ja auch einen Kompost (tolle Wohnungs- / Balkonalternative sind Wurmkisten!)?
- Schaut bei der AWM (Abfallwirtschaft München) im Netz vorbei, hier gibt es verschiedene Informationsflyer mit Informationen welcher Müll in welche Tonne gehört!

⇒ https://www.awm-muenchen.de/abfallentsorgung/infomaterial/privathaushaltehausverwaltungen.html

⇒ https://www.awm-muenchen.de/fileadmin/PDF-Dokumente/privatkunde/Trennliste_deutsch.pdf

⇒ https://www.awm-muenchen.de/fileadmin/PDF-Dokumente/privatkunde/AWM_Trennliste_deutsch.pdf

- Malt oder schreibt kleine Merkplakate, die Ihr an eure Mülltonnen oder euren Hausmüll kleben könnt – und jeden Tag alle in Eurem Haushalt daran erinnert, was tatsächlich in diese Tonne darf!

Das sind jetzt ganz schön viele Aufgaben und Möglichkeiten, um sich bewusst zu machen, was um einen herum passiert mit all dem Müll. Dem Müll, den wir tagtäglich produzieren, zum Teil sogar ohne dass uns das bewusst ist.

Vielleicht habt Ihr jetzt aber auch die ein oder andere Idee bekommen, wie Ihr in Zukunft einen weiteren Schritt in Richtung Nachhaltigkeit gehen könnt, ohne dafür das komplette Leben umzukrempeln, wie einem das manchmal suggeriert wird.

Und vergesst niemals: lieber kleine Schritte als keine Schritte! Jede Tat ist ein weiterer Schritt in eine strahlende und müllärmere Zukunft!

Von Lena

Friedenslicht 2019

Wintertag 2020

Übertritt 2019

am 25.10.2019

Zu den **Eichhörnchen** übergetreten sind

Luisa, Theresa, Annemarie, Nora

Zu den **Eulen** übergetreten sind

am 25.10.2019:

Lukas, Harlanda

Zu den **Kreuzottern** übergetreten sind

am 25.10.2019:

Sarah, Carla

Versprechen 2020

Bei den **Eichhörnchen** hat sein/ihr Versprechen abgelegt:

am 06.03.2020

Emilian, Theresa, Annemarie

Bei den **Kreuzottern** hat sein/ihr Versprechen abgelegt:

am 13.03.2020

Delia