Junge Mütter/Väter-Tag

- dieses Jahr daheim, aber nicht allein -

Samstag, 27. März 2021

Tagesthema: Im Zeichen des Kreuzes

Liebe Kinder,
liebe Mütter und Väter,

in diesem Jahr wollen wir euch einladen, die Osterzeit zuhause bewusst zu erleben. Vielleicht fragt ihr euch jetzt, warum wir Ostern ansprechen. Das ist doch immerhin erst in einer Woche.

Die Osterzeit beginnt aber eigentlich schon am Palmsonntag und den feiern wir ja morgen. In Vorbereitung auf Ostern wollen wir euch die Ostergeschichte erzählen und haben uns verschiedene Aktionen für euch vorbereitet. Ihr dürft basteln und kreativ sein!

Wir wünschen euch viel Spaß und Freude bei den verschiedenen Stationen der Osterzeit. Achtet doch heute mal bewusst auf die kleinen Freuden und versucht, euch nicht abzulenken zu lassen. Der Fokus liegt heute ganz besonders auf euch und eurer Familie!

Viele liebe Grüße
vom Kolpingwerk Diözesanverband Eichstätt

Petra Rank
Leitung Fachausschuss Familie

Christina Rixner
Jugend- und Verbandsreferentin

Kolping

Geplanter Tagesablauf

09:00 Uhr	Gemeinsamer Beginn durch Videoschaltung – ONLINE Kurze Begrüßung und Vorstellungsrunde *(bitte ca. 10 Minuten vorher einwählen)* Zoom-Meeting beitreten unter: https://us02web.zoom.us/j/87195560108?pwd=Z21iSmNGeEZvMkRaNUpob1pvY1Vwdz09 Alternativ: Sie geben in Ihrem Browser https://zoom.us/ ein, gehen auf Einem Meeting beitreten und geben dort ein: Meeting-ID: 871 9556 0108 Passwort: 847530
09:15 Uhr	Impuls/Gebet durch stellv. Diözesanpräses Christoph Wittmann – ONLINE
09:30 Uhr	Jede Familie kann sich nun mit dem Thema und Aktionen befassen, die wir, orientiert an den Osterfreiertagen, aufbereitet haben – OFFLINE *Spaziergang in der Natur* *Sammeln von Naturmaterial für Palmbüschel* *Kochen mit der Familie/Nudeln selbst herstellen* *Gemeinsames Mittagessen*
12:30 Uhr- 13:30 Uhr	Es besteht die Möglichkeit, Fragen und Anliegen zu äußern und einander von den Erfahrungen des Vormittags zu erzählen – ONLINE
13:30 Uhr	*Kreuze selbst gestalten* *Warum machen wir ein Kreuzzeichen?* *Welche Bedeutung hat der Fisch?* *Ruhe & Zeit – Meditation* *Basteln*
16:00 Uhr	Segnung der Kreuze durch stellv. Diözesanpräses Christoph Wittmann Gemeinsames Gebet zum Tagesabschluss – ONLINE

Kolping

– Spaziergang am Vormittag –

PALMSONNTAG

Für ein jüdisches Fest reisten viele Menschen in die Stadt Jerusalem. Dort feierten sie mehrere Tage gemeinsam ihren Glauben. Da Jesus auch Jude war, reiste auch er dorthin, um zu feiern. Am Palmsonntag ritt Jesus auf einem Esel nach Jerusalem. Viele Menschen kannten ihn und seine heilenden Kräfte. Sie freuten sich sehr, ihn zu sehen und jubelten ihm zu. Um Jesus ihre Freude zu zeigen und damit er mit dem Esel nicht auf dem staubigen Weg reiten musste, legten die Menschen Palmzweige auf den Boden.

Idee für die Familie:
Wie wäre es mit einem Spaziergang am Morgen, um richtig wach zu werden?

Liebe Kinder, für euch haben wir eine Aufgabe:
Die Menschen haben Palmzweige für Jesus auf den Weg gelegt. Wie wäre es, wenn wir draußen nach Zweigen suchen, mit denen ihr ein Palmbüschel binden könnt?

– Gemeinsam Mittagessen kochen –

GRÜNDONNERSTAG

Jesus war also in Jerusalem. Die Römer, die auch in der Stadt waren, hatten Angst vor Jesus und waren neidisch auf ihn. Denn sie befürchteten, dass das Volk Jesus als König haben wollte und die Römer damit an Macht verlieren würden. Einige Abende später aß Jesus gemeinsam mit seinen Begleitern – den Jüngern – zu Abend. Das war am Gründonnerstag und wir nennen das gemeinsame Essen an diesem Tag das Abendmahl.

Schon am Gründonnerstag während des Abendmahls wusste Jesus genau, dass er von einem seiner Jünger in dieser Nacht verraten werden würde. So geschah es auch. Der Jünger Judas verriet den Römern, wo sich Jesus aufhielt. Als Belohnung bekam Judas einen Sack voll Silbermünzen von den Römern.

Idee für die Familie: Auch wir wollen jetzt essen. Ihr seid bestimmt schon hungrig!
Auf den Folgeseiten findet ihr leckere Rezepte zum Ausprobieren.

NUDELN SELBER MACHEN

Zutaten für Nudelteig mit Dinkelvollkorn

400 g Dinkelvollmehl, Vollkornmehl
3 Eier, Größe M
1 Prise Salz
100 ml Wasser

Zutaten für Nudelteig mit Weizenmehl

400 g Weizenmehl, Type 405
4 Eier, Größe M
1 Schuss Olivenöl
1 Prise Salz

Zubereitung

1. Die Zubereitungsschritte sind für beide Varianten gleich.
2. Alle Zutaten in eine Rührschüssel geben und mit den Knethaken des Rührgeräts zu einem glatten, geschmeidigen Teig verkneten.
3. Danach den Nudelteig aus der Rührschüssel nehmen und auf einer bemehlten Arbeitsfläche, mit den Händen, weiter kneten – rund 10 Minuten. Dabei den Teig mit den Handballen immer wieder auseinander drücken, zusammenfalten und weiter kneten.
4. Der Teig sollte so lange geknetet werden, bis er elastisch ist, eine glänzende Oberfläche hat und nicht mehr klebt. Ist er zu bröckelig, noch ein wenig Wasser hinzugeben, ist er zu feucht, noch etwas Mehl darunter kneten.
5. Wenn der Teig die richtige Konsistenz hat, diesen zu einer Kugel formen, mit einem Küchentuch abdecken und für rund 30 Minuten bei Zimmertemperatur ruhen lassen.
6. Anschließend den Nudelteig auf einer bemehlten Arbeitsfläche, von der Mitte nach außen, dünn ausrollen (ca. 1 mm dick) und nach Belieben weiterverarbeiten.
7. Falls man eine Nudelmaschine hat, den Teig nochmals mit der Hand durchkneten und durch die breiteste Walzöffnung drehen. Danach die Walzöffnung enger stellen und den Teig nochmals durchdrehen – so lange wiederholen bis er die gewünschte dicke erreicht hat – dann kann man ihn durch die Schneidewalzen drehen.

Tipps zum Rezept

- Wenn man die Nudeln sofort verwenden will, einfach in einen Topf mit Salzwasser für 1-3 Minuten (je nach Dicke der Nudeln) köcheln lassen. Luftdicht verschlossen hält sich der Nudelteig einen Tag im Kühlschrank.
- Wenn man die Nudeln nicht sofort verwendet, kann man sie auch trocknen. Dazu die Nudeln auf bemehlten Küchentüchern oder Kuchengitter verteilen und bei Zimmertemperatur für mindestens 6-10 Stunden (je nach dicke der Nudeln) trocknen lassen.
- Dunkel, kühl und luftdicht verschlossen ist selbst getrocknete Pasta rund 2-3 Monate haltbar. Getrocknete Nudeln benötigen beim Kochen rund 5-7 Minuten.
- Beim Nudelteig mit Eiern wird in der Regel pro Person 1 Ei und 100 Gramm Mehl gerechnet.
- Zusätzlich kann man den Nudelteig auch mit fein gehackten bzw. pürierten Kräuter vermengen oder mit natürlichen Farben (z.B. rote Bete-Saft) einfärben.

Kolping

NUDELN MIT SCHINKEN-KÄSESAUCE

Es darf auch mal gehaltvoll sein.
Mit diesem Rezept begeht man gerne kleine Kaloriensünden.

Zutaten

1 Zwiebel
200 g Kochschinken
150 g Sahneschmelzkäse
2 Becher Schlagsahne
25 g Butter
1 Prise Salz
1 TL Pfeffer
1 TL Majoran (getrocknet)

Zubereitung

1. Zunächst 2 Liter Wasser in einem mittelgroßen Topf zum Kochen bringen und das Salz hineingeben. Die Nudeln darin 15 Minuten garen, anschließend durch ein Sieb abgießen und beiseite stellen.
2. Für die Soße die Zwiebel schälen und fein hacken. Den Kochschinken erst in 1 cm breite Streifen und dann in kleine Stücke schneiden.
3. Nun die Butter in einen kleinen Topf geben, bei mittlerer Hitze schmelzen lassen und die Zwiebelwürfel sowie den Kochschinken darin anbraten, bis beides leicht gebräunt ist.
4. Langsam die Schlagsahne dazugießen und unter Rühren aufkochen.
5. Anschließend den Schmelzkäse in die Soße geben und schmelzen lassen.
6. Zum Schluss die Soße mit dem Salz, Pfeffer und Majoran würzen und für 2 Minuten köcheln lassen.
7. Die Nudeln auf Tellern anrichten, die Soße darüber gießen und heiß servieren.

NUDELN MIT APFELMUS

Diese Mischung Nudeln mit Apfelmus schmeckt einfach köstlich.
Als Hauptgericht oder für zwischendurch nach dem Rezept schnell gemacht.

Zutaten für 4 Portionen

500 g Bandnudeln
1 TL Öl zum Kochen
1 Prise Meersalz zum Kochen
80 g Butter
6 EL Semmelbrösel

Zutaten für das Apfelmus

600 g Äpfel, mürbe, süß
1 EL Honig, flüssig
80 ml Wasser

Zubereitung

1. Zuerst die Nudeln nach Anweisung auf der Verpackung mit Öl und Meersalz bissfest kochen.
2. Inzwischen die Äpfel waschen, vierteln, das Kerngehäuse entfernen und die Viertel in Stückchen schneiden. In einem Topf das Wasser zum Kochen bringen, die Apfelstückchen dazugeben und zugedeckt ca.10 Minuten weich dünsten. Dann mit einem Stabmixer im Topf pürieren und Honig untermischen.
3. Jetzt die Nudeln in ein Sieb abschütten und abtropfen lassen. 1 Teelöffel Butter unterheben und die Nudeln auflockern.
4. Nun die restliche Butter in einer beschichteten Pfanne erhitzen und die Semmelbrösel darin, unter Rühren leicht anrösten. Die Nudeln dazugeben, etwas anbacken lassen und dann einmal wenden.
5. Das Apfelmus mit den Nudeln auf dem Teller anrichten.

– Kreuze selbst gestalten –

KARFREITAG

Vom Statthalter Pontius Pilatus wurde Jesus aus Neid, Eifersucht und Angst vor Machtverlust zum Tode am Kreuz verurteilt. Zur Strafe musste Jesus ein schweres Holzkreuz durch die engen Straßen von Jerusalem bis hinauf auf einen Berg tragen. Dort oben sollte er gekreuzigt werden. Die römischen Soldaten machten sich über ihn lustig und flochten ihm aus stacheligen Dornenzweigen eine Krone. Viele Menschen waren sehr traurig, als Jesus gekreuzigt wurde und starb. Gekreuzigt? Warum ein Kreuz?

Ein Kreuz entsteht, wenn sich zwei Linien schneiden. Schaut euch doch kurz im Raum um und sucht nach Linien, die ein Kreuz ergeben. Mit jedem Material kann man ein Kreuz bauen, aus Holz, aus Metall oder aus etwas anderem.

Vor allem für Christen ist das Kreuz ein wichtiges Symbol. Es ist ein Zeichen für das Christentum, die Kirche und das Leiden von Jesus. Es steht für das Kreuz als Gerät, an dem früher Menschen gestorben sind. Auch heute findet man auf jedem Friedhof, an jedem christlichen Grab ein Kreuz. Kreuze findet man aber auch woanders. Zum Beispiel in der Mathematik, wenn man Plus rechnet. Es gibt also ganz verschiedene Arten von Kreuzen.

Idee für die Familie: Wir wollen euch nun einladen, gemeinsam zu basten. Jedes Kind bekommt ein Kreuz und Bastelmaterial. Ihr könnt euer Kreuz gestalten wie ihr wollt. Ihr könnt zum Beispiel malen oder kleben.

– Was bedeutet eigentlich ein Kreuzzeichen? –

Für die Christen ist das Kreuzzeichen eine wichtige Geste. Man bekennt damit seinen Glauben an den dreifaltigen Gott und die Erlösung durch ihn. Das Kreuzzeichen ist aber auch ein Erinnerungszeichen unserer Taufe.

Wenn wir ein Kreuz auf unsere Stirn zeichnen, heißt das, dass wir an Gott den Vater glauben und den Ursprung der Schöpfung. Lasst uns gemeinsam ein Kreuzzeichen auf die Stirn machen und sagen: Jesus, ich grüße dich mit all meinen Gedanken und meinem Verstand.

Wenn wir ein Kreuzzeichen über den Mund machen, zeigen wir, dass uns die Worte von Jesus wichtig sind. Lasst uns gemeinsam ein Kreuzzeichen auf den Mund machen und sagen: Jesus, ich möchte alle deine Taten und Werke weitersagen.

Ein Kreuzzeichen über der Brust bedeutet, dass wir daran glauben, dass Gott Mensch geworden ist. Wenn wir gemeinsam ein Kreuzzeichen über der Brust machen, sagen wir: Jesus, du bist immer bei mir und wohnst in mir.

Mit einem Kreuzzeichen mit der Hand von der einen Schulter zur anderen zeigen wir, dass wir an den Geist und die Liebe glauben. Wir möchten zu Jesus gehören und machen uns gegenseitig jetzt das Kreuz auf die Stirn.

– Welche Bedeutung hat der Fisch? –

Die Frauen wickelten den toten Jesus in Tücher ein und legten ihn in eine Höhle in der Nähe. Vor den Eingang der Höhle rollten sie einen großen Stein, damit niemand hinein klettern konnte. In Gedenken an die Leiden von Jesus am Kreuz ist es Tradition, dass am Karfreitag kein Fleisch, sondern nur Fisch gegessen wird. Im christlichen Glauben ist der Fisch deswegen ein wichtiges Symbol.

SEGENSGEBET

Nimm dir Zeit, um freundlich zu sein,
es ist das Tor zum Glücklich sein.
Möge niemand deinem Glück im Wege stehen,
wenn du es teilst.

– Ruhe & Zeit: Meditation –

KARSAMSTAG

Am Karsamstag – dem Tag der Grabesruhe – wird den Verstorbenen gedacht. Einen Tag nach dem Tod Jesus war es still.

Idee für die Familie: Auch wir wollen euch einladen, euch einen kurzen Augenblick Zeit zu nehmen und zu entspannen.

FANTASIEREISE

Setz dich bequem hin oder leg dich flach auf den Boden. Versuche nun, dich auf deinen Atem zu konzentrieren. Atme einmal tief ein und lange aus. Mach es ein paar Mal und konzentriere dich bewusst darauf. Du atmest ein und du atmest aus. Du merkst, dass sich dein Körper entspannt und ganz ruhig ist. Bist du bereit für eine Reise?

Stell dir vor, du stehst auf einer Blumenwiese. Überall um dich herum sind bunte Blumen. Das Gras reicht dir fast bis zu den Knien und kitzelt angenehm sanft auf deiner Haut. Langsam gehst du über die Wiese, die Sonne strahlt warm auf dein Gesicht. Du riechst den Duft der Blumen.

Dann entdeckst du einen kleinen Fluss. Du hörst das Wasser plätschern. Mit deinen Füßen steigst du vorsichtig in das Wasser und merkst, dass es ein bisschen kühl ist. Du gehst ein paar Schritte im Wasser. Auf einmal kitzelt etwas an deinem Fuß. Du siehst einen kleinen Fisch und beobachtest ihn beim Schwimmen. Welche Farbe hat er?
Du steigst wieder aus dem Wasser und spürst das Gras unter deinen Füßen. Du legst dich ins Gras und schaust hinauf in die Wolken. Die Sonne ist ganz warm. Du bist ruhig und entspannt. Du atmest nochmal ganz tief ein und wieder aus. Jetzt darfst du langsam wieder deine Augen öffnen.

=> Passende Musik findest du auf YouTube unter dem Stichwort *„Entspannungsmusik“ oder „Meditation“*. Du kannst beispielsweise diesen Titel verwenden: *kurzelinks.de/Entspannungsmusik*

Kolping

OSTERSONNTAG

Drei Tage nach dem Tod von Jesus – also am Ostersonntag – geschah etwas Außergewöhnliches.

Der schwere Stein, der den Höhlenausgang versperren sollte, war zur Seite gerollt worden. Die Höhle, in der der tote Jesus abgelegt worden war, war leer. Die Frauen und Männer wunderten sich – was das bedeuten sollte. Da erschien ihnen ein Engel und verkündete, dass Jesus auferstanden sei. Die Frauen rannten gleich zu den Jüngern von Jesus und berichteten ihnen von der Auferstehung. Da das aber so merkwürdig war, glaubte niemand so recht daran. Erst als ein fremder Mann in weißer Kleidung beim Essen das Brot brach, erkannten die Jünger schließlich Jesus. Jetzt war ihnen klar, Jesus war auferstanden.

Seitdem feiern am Ostersonntag alle Menschen des christlichen Glaubens die Auferstehung von Jesus.

Idee für die Familie: Es wäre schön, gemeinsam den Tisch schön zu decken und das gebastelte Kreuz in die Mitte zu legen. Vielleicht möchtet ihr eine Kaffee-/Kakaopause machen?

EIERKÖPFE BASTELN

Material

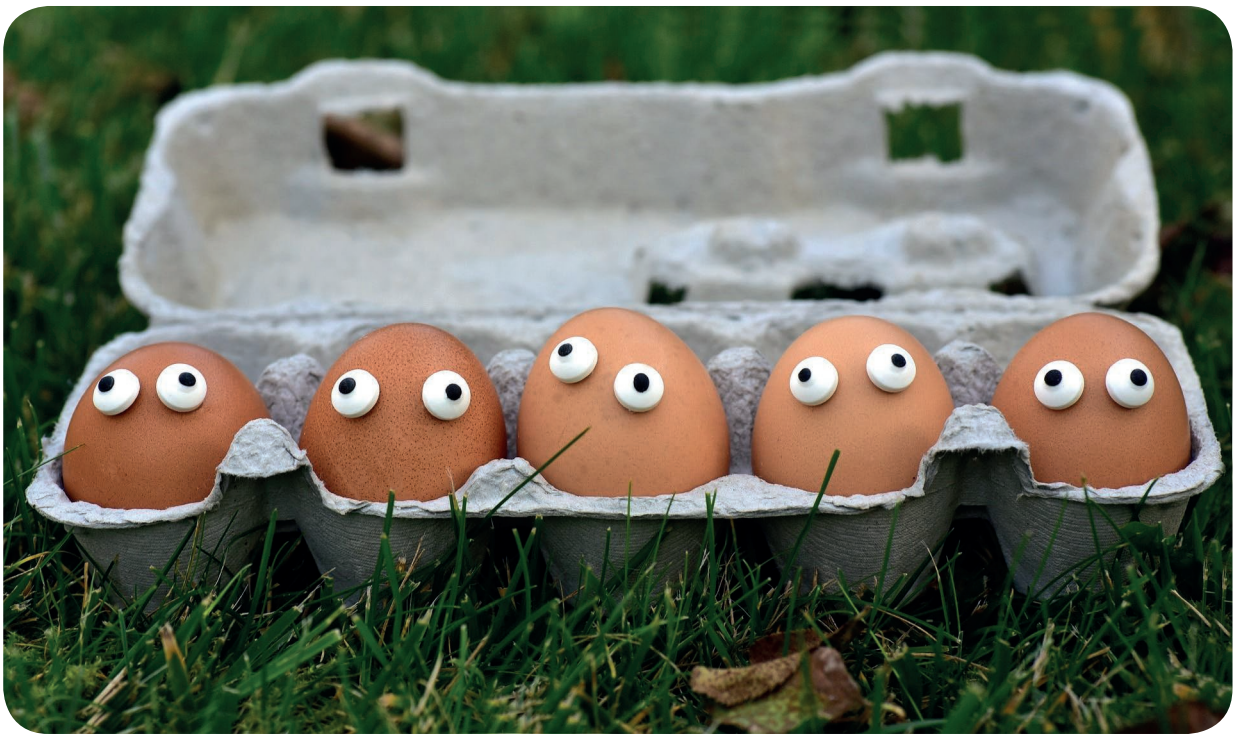
- Eierschalen
- Buntstifte oder Farben und Pinsel
- Eierschachtel/-becher oder Papprollen
- Watte
- Kressesamen

Anleitung

Eierschale vorsichig abtrennen und das Innere auffangen für beispielsweise Nudelteig.

Man malt auf die Eierschalenhälften Gesichter oder Muster und stellt sie in eine Eierpappe oder in Eierbecher. Dann befüllt man die Eierschalen mit etwas Watte und drückt einige Kressesamen hinein. Den Eierkopf nun am besten ans Fenster stellen. Nach ungefähr ein paar Tagen bis zu einer Woche wachsen den Eierköpfen grüne Haare. Nicht vergessen sollte man aber die Watte täglich mit ein paar Tropfen Wasser zu gießen.

Die grünen Kressehaare können gegessen werden.



OSTERBROT BACKEN

Zutaten

175 ml Milch	erwärmen
80 g Butter	darin zerlassen
500 g Mehl	in eine Schüssel sieben
1 Würfel frische Hefe	auf das Mehl bröckeln
100 g Zucker 1 P. Vanillezucker 1 Ei 1 Eiweiß (Eigelb aufheben)	alles zum Mehl und Hefe geben unterkneten

nach Belieben ca. 80 g Rosinen
und etwas Zitronenenschale untermengen

Zubereitung

Teig mit einem Tuch zugedeckt ruhen lassen bis er ungefähr doppelt so groß geworden ist. Aus dem Teig einen Fladen formen, auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen und mit 1 Eigelb und etwas verrührter Milch oben einstreichen.

Teig nochmals ca. 10 Minuten, mit einem Tuch abgedeckt, gehen lassen. Danach mit einem scharfen Messer oben ein **Kreuz**, ca. 1 cm tief, einschneiden. Bei ca. 160° C Heißluft ca. 30 - 45 Minuten backen.

Osterbrot je nach Geschmack
mit Puderzuckerglasur bestreichen.

Biblischer Hintergrund

Osterbrot ist eine Bezeichnung, die für unterschiedliches traditionelles Ostergebäck verwendet wird. Das Osterbrot gehört zum Brauch des Fastenbrechens.

Der Osterfladen ist eine christliche Reminiszenz an die Matzen – das ungesäuerte Brot – des jüdischen Pessachfestes. Diese werden in den Passions- und Osterberichten der Evangelien erwähnt (Mt 26,17 LUT; originaler Luthertext: „am ersten Tage der süßen Brote“) und von Paulus spirituell gedeutet (1 Kor 5,6–8 LUT)

BILDER NACH PUNKTEN

Wir brauchen für jeden Mitspieler einen oder mehrere Buntstifte und pro Kopf einen Bogen Papier.

Die Blätter werden übereinander auf eine weiche Unterlage (zusammengelegtes Handtuch) gelegt. Der Jüngste aus der Runde sticht mit einer Nadel zehn- oder zwanzigmal durch alle Blätter hindurch. Dann bekommt jeder einen Bogen und hat die Aufgabe, die Punkte miteinander zu verbinden und daraus ein Bild zu malen, das er beliebig ausmalt.

Überraschend ist, wie unterschiedlich die Bilder sind, die alle die gleichen Ausgangspunkte hatten.

ABSCHLUSSGEBET

Herr Jesus Christus,
die Menschen haben dich gequält.
Aber du hast alles
in großer Geduld getragen.
Herr, ich bitte dich,
gib mir etwas ab von deiner Geduld.
Lass mich nicht unwillig werden,
wenn andere mich ärgern
oder wenn ich meinen Willen nicht bekomme.
Und wenn ich krank bin
oder mir weh getan habe,
schenke mir Geduld,
bis es wieder besser ist.
Herr, du bist bei mir und sorgst für mich.
Amen.