

Ideen gegen den Lagerkoller

Liebe SeniorInnen, leider müssen wir wegen des Corona-Virus alle Veranstaltungen und Gruppen absagen. Damit Sie sich trotz viel freier Zeit und wenig Spielraum sinnvoll beschäftigen können, haben wir uns Ideen für Sie ausgedacht. Vielleicht haben Sie ja Lust, einige der Vorschläge auszuprobieren?

* **Lange aufgeschobene Anrufe tätigen:** Je länger wir uns bei alten Freunden nicht melden, desto größer die Hürde, zum Hörer zu greifen. Dabei ist aktuell die Wahrscheinlichkeit, dass alle zu Hause und gut erreichbar sind, besonders groß! Wagen Sie es und rufen Sie bei lang verschollenen Bekannten an.

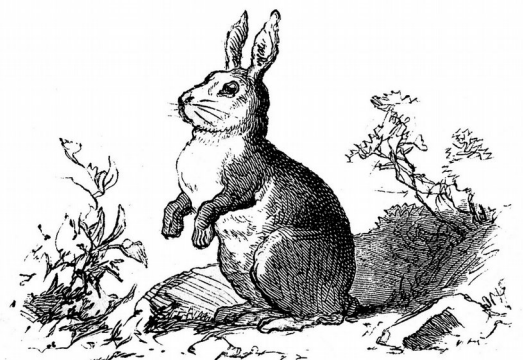
* **Briefe schreiben:** Vielleicht haben Sie auch eine Sammlung von Grußkarten zu Hause, die über die Zeit gewachsen ist. Suchen Sie sich ein paar schöne Exemplare heraus und schreiben Sie einen netten Gruß!

* **Fotoalben pflegen:** Besitzen Sie Fotoalben, die begonnen und nicht beendet wurden? Vielleicht haben Sie Lust, einen Stapel Fotos einzukleben und zu beschriften. Wenn Ihnen noch ein paar bunte Aufkleber in die Hände fallen, macht die Gestaltung zusätzlich Spaß.

* **Sockenschublade sortieren:** Ja, vielleicht lachen Sie jetzt, aber wann haben Sie jemals so viel Zeit für den Frühjahrsputz wie jetzt?! Löchrige Socken sind menschlich, aber lästig – nutzen Sie die freie Zeit zum Stopfen oder Aussortieren. Auch die Zeitungen, die Sie immer noch mal lesen wollten und nie dazu kamen, warten auf eine Lektüre oder auf das Altpapier. Ausmisten befreit und macht gute Laune!

* Sie können **Samentütchen** im Supermarkt oder der Drogerie kaufen und Sommerblumen, Pflücksalat oder Kräuter im Appartement vorziehen. Dazu reicht eine Schale mit Erde auf der Fensterbank, oder Sie stellen die Balkonkästen dicht an die Hausmauer, wo sie geschützt sind. So können Sie die ersten Triebe beim Wachsen beobachten und das frische Leben genießen. Auch Weizenkörner oder andere ganze Körner, die sonst zum Backen benutzt werden, können auf feuchtes Küchenpapier ausgelegt werden und keimen. Sie sind voller Vitamine, perfekt für eine Scheibe Brot mit Quark!

* **Osterzweige:** Pflücken Sie draußen Zweige und beginnen Sie mit einer österlichen Dekoration. Holen Sie die Ostereier aus dem Schrank oder vom Dachboden und kneten Sie bunte Schleifen oder Wolle in die Zweige. So gestalten Sie einen schönen Blickfang, der für Ablenkung sorgt. Vielleicht hat Ihre Nachbarin Ideen für eine einfach österliche Bastelei? Fragen Sie per Telefon einmal nach und tauschen Sie sich über Osterbräuche aus.



Frühlings-Rätsel: Buchstaben sortieren

Bitte sortieren Sie die Buchstaben so, dass sich Worte ergeben, die mit dem Frühling zu tun haben.

Lutep	kenük	fefzehop
mepirl	nevosgetl	
syroftehi	malm	derlife
glotosereck	zyhaniteh	
reostie	rlapseg	



Lieder-Rätsel

In welchen Liedern kommen die folgenden Zeilen vor:

„Hei, unter grünen Linden, da leuchten weiße Kleider! Heija, nun hat uns Kindern ein Ende all Wintersleid.“

„Wie möchte ich doch so gerne ein Veilchen wieder sehn, ach, lieber Mai, wie gerne einmal spazieren gehen!“

„Jetzt geh ich über Berg und Tal, da hört man schon die Nachtigall auf grüner Heid und überall.“

„Frisch auf drum, frisch auf drum im hellen Sonnenstrahl, wohl über die Berge, wohl durch das tiefe Tal!“

„Die kalten Wind verstummen, der Himmel ist gar blau, die lieben Binelein summen daher von grüner Au.“

Können Sie diese Lieder zum Frühling singen? Wie viele Strophen fallen Ihnen ein?

- Im März der Bauer
- Alle Vögel sind schon da
- Jetzt fängt das schöne Frühjahr an
- Kuckuck, kuckuck, ruft's aus dem Wald
- Es tönen die Lieder, der Frühling kehrt wieder
- Komm lieber Mai, und mache
- Ein Vogel wollte Hochzeit machen in dem grünen Walde
- Der Kuckuck und der Esel

Lösungen

Buchstaben-Rätsel

Tulpe, Küken, Hefezopf, Primel, Vogelnest, Forsythie, Lamm, Flieder, Osterglocke, Hyazinthe, Osterei, Spargel

Lieder-Rätsel

- 1.) Nun will der Lenz uns grüßen
- 2.) Komm, lieber Mai, und mache
- 3.) Jetzt fängt das schöne Frühjahr an
- 4.) Der Mai ist gekommen
- 5.) Grüß Gott, du schöner Maien

