



hau's raus

Editorial

Was haben Bibi und Tina, Olaf und Sven, Tim und Struppi, Asterix und Obelix gemeinsam? Richtig! Sie sind Freund*innen! Und um das Thema Freundschaft geht es in dieser Ausgabe. Im Moment könnt ihr eure Freund*innen nicht treffen und müsst andere Wege finden, um eure Freundschaft lebendig zu halten. Einige Anregungen und Gesprächsstoff dafür gibt es von uns!

Inhalt

FREUND*INNEN.....	1
Editorial.....	1
Freundschaft hat viele unterschiedliche Facetten.....	2
Freundschaft - ein Gedicht	2
An die Schere, fertig, los.....	3
Was war eigentlich am.....	4
In Bewegung bleiben.....	4
Mach mit!.....	4
Lecker Geklecker - Schoko-Crossies.....	5
Link-Tipps zu Filmen und Seiten.....	5
Lust auf ein Experiment?....	6
Impressum.....	6

FREUND*INNEN...



Titelthema

Freundschaft hat viele unterschiedliche Facetten

Wusstet Ihr, dass auch Städte Freundschaften pflegen? Die Freunde nennt man dann Partnerstädte. Marburg ist mit sechs Partnerstädten in unterschiedlichen Ländern „befreundet“.



Eine davon ist Poitiers in Frankreich. Um zu wissen wie es Kindern dort geht und wie sie die Corona-Zeit erleben, haben wir ein kleines Interview mit Nils (9 Jahre) und Anouk (11 Jahre) geführt.

hau's raus: Hallo! Vielen Dank, dass ihr Euch Zeit für dieses Interview nehmt. Bitte berichtet uns, wie ihr die aktuelle Situation in Poitiers erlebt! Was dürft ihr und was nicht?

Anouk: Man darf nicht raus, außer man möchte zum Arzt oder einkaufen. Das geht nur alleine und mit einer Selbstverpflichtungserklärung.

Nils: Treffen mit anderen sind untersagt, man darf keine Picknicks machen und alle weiteren Dinge (außerhalb des zu Hauses) auch nicht.

hr: Wie sieht es im Bereich von Schule und Kindergarten aus?

Anouk: Bei mir in der 5. Klasse haben wir alle ein Tablet bekommen, womit man die

Hausaufgaben und alle weiteren Aufgaben erledigen kann, welche von den Lehrer*innen korrigiert werden. Wenn es ein Problem gibt, kann man den jeweiligen Lehrer*innen eine E-Mail schreiben, in der man die Schwierigkeiten schildert und sie antworten direkt.

Nils: Das mit der Schule klappt bei mir sehr gut... Und wir haben nachmittags gerade viel mehr Freizeit als wenn Schule ist.

hr: Wie verbringt ihr eure freie Zeit? Was tut ihr gegen Langeweile?

Nils: In meiner Freizeit spiele ich viel Tischtennis und Fußball mit meinem Papa. Für mich spiele ich Lego oder Playmobil und andere Hobbys.

Anouk: Um einen Tagesrhythmus beizubehalten, mache ich jede Tag Yoga mit meiner Mutter. Ich habe einen kleinen Gemüsegarten angelegt, um den ich mich mit meinem anderen Bruder kümmere. Ansonsten lese oder male ich.



Bildquelle: Gerd Eichmann CC BY-SA 4. Leere Straße in Poitiers (dies ist allerdings ein Foto aus 2008), derzeit sieht es aber wohl ähnlich aus.

Freundschaft - ein Gedicht

von Judith Fenchel

Lachen, schweigen, weinen -
mit Freuden alles teilen.

Sind sie für Dich da?

Jeder Zeit, das ist doch klar.

Sie kennen Dich am besten,
das musst du nicht austesten.
Auf sie kannst Du dich verlassen,
keine Sekunde wollen sie verpassen.

An guten wie an schlechten Tagen
kannst Du ihnen alles sagen.

Lachen bis der Bauch weh tut -

die Zeit mit Freunden ist immer gut!

Nils: Leider ist mein Fisch gerade sehr krank, sodass ich mich viel um ihn kümmern muss.

hr: Wie pflegt ihr Eure Freundschaften?

Anouk: Wir dürfen unsere Freund*innen nicht sehen aufgrund der Ausgangssperre. Wir telefonieren oder schreiben uns jeden Tag Nachrichten.

hr: Was möchtet ihr den Kindern und Jugendlichen in Marburg gerne noch sagen?

Nils: Ich bewundere die Menschen in Marburg, die in Wohnungen leben (und die keinen Garten haben). Ich finde, die Regeln wegen des Corona-Virus in Deutschland nicht so streng wie in Frankreich.

Anouk: Für diejenigen, die einen Garten haben, ist es gut, mal zwischendurch rauszugehen oder sich vielleicht ein kleines Projekt wie meins vorzunehmen, viel draußen zu spielen, falls ihr Tischtennis habt, kann man das auch gut machen. Für diejenigen, die eine Wohnung und keinen Garten haben, versucht viel Spiele im Haus zu machen. Normalerweise hat man gar nicht so viel Zeit, mit seinen Sachen zu spielen.

Nils: Ich wünsche euch allen, dass ihr gesund bleibt und nicht den Corona-Virus bekommt.

Anouk: Das wünsche ich euch auch.

Vielen Dank für das Interview!

(Das komplette Interview gibt es hier als [PDF-Dokument](#). Wer seine Französischkenntnisse testen möchte, findet auf YouTube das Interview in einem Video: <https://youtu.be/B61w1RJ3uMM>.)

An die Schere, fertig, los

Mit Blick auf die bevorstehenden Feiertage, haben wir heute gleich mehrere Kreativideen zusammengestellt! Die fertigen Ergebnisse eignen sich nicht nur zum Selbstbehalten, sondern auch als kleine Geschenke für Freund*innen und Familie.

Beschriftete Ostereier

Dafür brauchst du:

Eier, eine Nadel, einen Edding oder Filzstift.

Ei unten und oben mit der Nadel einstechen, auspusten und ausspülen.

Mit einem Edding oder Filzstift bemalen.



Fertig. Das ausgepustete vom Ei kannst du mit Pfeffer, Salz und Kräutern in der Pfanne zum Rührei verwandeln. Viel Spaß!

weitere Anleitungen gibt es hier:

- Osterhasen aus ganz einfachen Dingen basteln (Anleitung unter: <https://youtu.be/jvf64ppfeJc>)
- Freundschaftsbänder (Anleitung unter: <https://youtu.be/kGn96pC5Hjc>)

Wir wünschen viel Vergnügen!

Was war eigentlich am...

10.04.1991? An diesem besonderen Tag lief der letzte Wartburg in Marburgs Partnerstadt Eisenach vom Band. Benannt ist das Auto nach der gleichnamigen Burg. Der Wartburg wurde seit 1956 vom Automobilwerk Eisenach produziert und war neben dem Trabbi das bekannteste Auto in der DDR.

Bildquelle:

https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Wartburg_.jpg



In Bewegung bleiben

Yoga - 3 neue Übungen



Den Anfang macht „der Stuhl“ (Utkatasana), bei dem man die Füße hüftbreit aufstellt, die Arme nach oben streckt (Handflächen nach innen) und so tut, als würde man sich auf einen Stuhl setzen. Dabei sollte man darauf achten, dass der Körper entspannt ist.



Die zweite Übung nennt sich „Krieger 1“ (Virabhadrasana I) und kräftigt Lunge, Arme, Brust und Schultern. Der rechte Fuß geht nach vorne, während der hintere Fuß sich etwas nach links dreht. Die Fersen sollten auf einer Linie stehen.



Die letzte Übung nennt sich „Stellung des Kindes“ (Balasana) und ist eine besonders beruhigende und entspannende Yoga-Übung, wodurch man sie gut am Ende einer Einheit einbauen kann. Die Schultern sollten dabei nach unten sinken und der Kopf auf dem Boden abgelegt werden.

Alle Übungen sollten 5 - 10 Sekunden gehalten werden und von einer ruhigen Atmung begleitet sein. Nehmt Euch Zeit zum Durchatmen. Viel Spaß beim Nachmachen!

Mach mit!

Dies mal wollen wir von den Jungen wissen, wie es bei Euch mit der Freundschaft zu Jungen steht, und ebenso wollen wir von den Mädchen wissen, was für sie das besondere an einer Mädchenfreundschaft ist. Oder spielt das Geschlecht für Euch gar keine Rolle bei Freundschaften?

Wir freuen uns über alle Zusendungen.

ACHTUNG! Die Einverständniserklärung nicht vergessen!

(zu finden, dort, wo man auch diesen Newsletter findet oder hinter diesem [Link](#).)

So erreicht man uns – Fragen, Newsletter-Abo und Anregungen bitte an...

Dieter Eigenbrodt: dieter.eigenbrodt@marburg-stadt.de

Anne Gladigau: anne.gladigau@marburg-stadt.de

Friederike Könitz: friederike.koenitz@marburg-stadt.de

Sandra Rabung: sandra.rabung@marburg-stadt.de

Lecker Geklecker - Schoko-Crossies



Unser heutiger Tipp aus der Küche eignet sich gut zum Teilen oder alleine snacken. Gutes Gelingen! Wie immer gilt: Vorsicht in der Küche! Lasst euch bei der Zubereitung gegebenenfalls von Erwachsenen helfen.

Ihr braucht:

- 60 g Cornflakes
 - 60 g Mandeln (gehackt oder Blätter)
 - 1 Päckchen Vanillezucker
 - 200 g Blockschokolade (weiß, zartbitter oder Vollmilch)
1. Gebt die Mandeln und den Vanillezucker in eine Pfanne und röstet die Mandeln, bis sie goldbraun sind. Immer wieder wenden. Achtet darauf, dass sie nicht zu dunkel werden und verbrennen!
 2. Die Mandeln zu den Cornflakes geben und vermengen. Dabei beides etwas verkleinern.
 3. Die Blockschokolade grob hacken.

4. In einem Topf Wasser erhitzen.
5. Gebt nun die gehackte Schokolade in eine Schüssel und stellt diese auf den Topf.
6. Lasst die Schokolade langsam schmelzen.
7. Gebt dann die geschmolzene Schokolade über eure Cornflakes und vermenge alles gut.
8. Formt mit 2 Teelöffeln kleine Haufen und legt sie auf ein Backpapier.
9. Stellt eure Schoko-Crossies in den Kühlschrank.

Wenn die Schokolade festgeworden ist, könnt ihr probieren! Guten Appetit!

Link-Tipps zu Filmen und Seiten

Zum Thema Freundschaft haben wir heute für die Jüngeren zwei Filme aus der Sendung mit der Maus und der Sesamstraße.

https://www.wdrmaus.de/filme/lachgeschichten/was_denkst_du_ueber_freundschaft.php5

<https://www.sesamstrasse.de/Thats-what-friends-are-for,sesamstrasse5034.html>

Für Kinder ab 8 Jahren gibt es zwei Links zu interessanten Seiten. Einmal zum Deutschen Kinderhilfswerk und einmal zu Was ist Was.

<https://www.kindersache.de/bereiche/was-ist-freundschaft-teill>

oder: www.kindersache.de: Im Suchfeld (Lupe) „Freunde“ eingeben und jede Menge Tipps finden.

<https://www.wasistwas.de/archiv-sport-kultur-details/internationaler-monat-der-freundschaft.html>

Für alle ab ca. 10 Jahren und älter gibt es jede Menge Filmtipps zum Thema Freundschaft auf der Kinderseite Hanisauland:

<https://www.hanisauland.de/filmtipps/film.freundschaft>

Lust auf ein Experiment?

In dieser Rubrik möchten wir Euch dazu einladen, gemeinsam mit uns Alltagsbegebenheiten auf den Grund zu gehen.

Passend zum Thema Freundschaft, geht es in unserem Experiment diesmal um eine Brücke. Brücken werden häufig als Symbol für Verbundenheit und Zusammenhalt verwendet.

Doch wie kann man eine stabile Brücke aus einem Bogen Papier bauen?

Probiert es aus!

Eure Aufgabe ist es, eine Brücke zwischen zwei Büchern (gleich dick) zu bauen, die aus nur einem Blatt



Papier (im Format DIN A4) besteht. Kleber, Büroklammern und Co. sind verboten.

Am Ende soll das Bauwerk dann so stabil sein, dass ein Glas darauf stehen kann.

Macht gerne ein Foto von

Eurem Ergebnis und schickt es und zu!

Unter folgendem Link findet Ihr die Auflösung inklusive einer kurzen Erklärung von Physikstudent Max:

<https://youtu.be/m5BBRztVEo8>

Impressum

Herausgeber: Magistrat der Universitätsstadt Marburg,
Fachdienst Jugendförderung, Frankfurter Str. 21, 35037 Marburg

Impressum:

Universitätsstadt Marburg

Markt 1

35037 Marburg

www.marburg.de

Vertretungsberechtigter:

Der Magistrat der Universitätsstadt Marburg

Dr. Thomas Spies, Oberbürgermeister

Markt 1

35037 Marburg

Telefon: 06421 201-0, Telefax: 06421 201-1591

E-Mail: stadtverwaltung@marburg-stadt.de

Die Universitätsstadt Marburg ist eine Körperschaft des öf-

fentlichen Rechts. Sie wird vertreten durch den Magistrat der Stadt.

Umsatzsteuer-Identifikationsnummer: DE 112 590 609

Aufsichtsbehörde: Regierungspräsidium Gießen

Verantwortlich für den Inhalt nach § 55 Abs. 2 RStV:

Der Magistrat der Universitätsstadt Marburg Fachdienst Jugendförderung

Frankfurter Str. 21

35037 Marburg

Telefon: 06421 201-1267

E-Mail: jufoc@marburg-stadt.de

Bildnachweise:

www.pixabay.com, Universitätsstadt Marburg, privat, soweit nicht anders angegeben