

AKROSTICHON

ÜBUNGSSCHWERPUNKT: KREATIVITÄT UND PHANTASIE

Ein Wort und viele Gedanken

Ein **Akrostichon** ist ein antikes Schreibspiel bzw. Gedicht, bei dem die Buchstaben eines Wortes senkrecht untereinander geschrieben werden. Jeder dieser Buchstaben bildet dann den Anfang eines neuen Wortes oder Satzes. Dabei beinhaltet das vorgegebene Wort das Thema des Gedichtes, zu dem Wörter oder Sätze geschrieben werden müssen.

Probiere es doch einfach!!

Zum Beispiel:

L leider jetzt nicht möglich
I improvisieren ist gefragt
M miteinander schaffen wir das
A an andere denken ist wichtig

Z
U
S
A
M
M
E
N
H
A
L
T

AUS ALT WIRD NEU!

Aktuell werden so manche Dinge wiederentdeckt, die schon lange in Vergessenheit geraten waren. Alte Fotos, alte Spiele, Bücher, Beschäftigungen, die wir vernachlässigt hatten, ... eine tolle CHANCE!

Ein Buchstabe kommt weg und einer kommt dazu (mal vorne mal hinten). Dadurch entstehen neue Wörter – aber welche?

Manchmal sind auch mehrere Wörter möglich.

Beispiel: ~~PLAN~~ ~~FAUL~~ P kommt weg und D hinzu = LAND
L kommt weg und P hinzu = PFAU

aus ALT

wird NEU

1. PFLEGE

2. DACH

3. SAGEN

4. FRAU

5. PHASE

6. STAU

7. WAL

8. TEIL

9. PLAG

10. UHR

11. LAUT

12. SPATEN

13. BREI

14. AUTO

15. LADE

Die Lösungen befinden sich auf der nächsten Seite.

LÖSUNGEN:

aus ALT

wird NEU

1. PFLEGE
2. DACH
3. SAGEN
4. FRAU
5. PHASE
6. STAU
7. WAL
8. TEIL
9. PLAGE
10. UHR
11. LAUT
12. SPATEN
13. BREI
14. AUTO
15. LADE

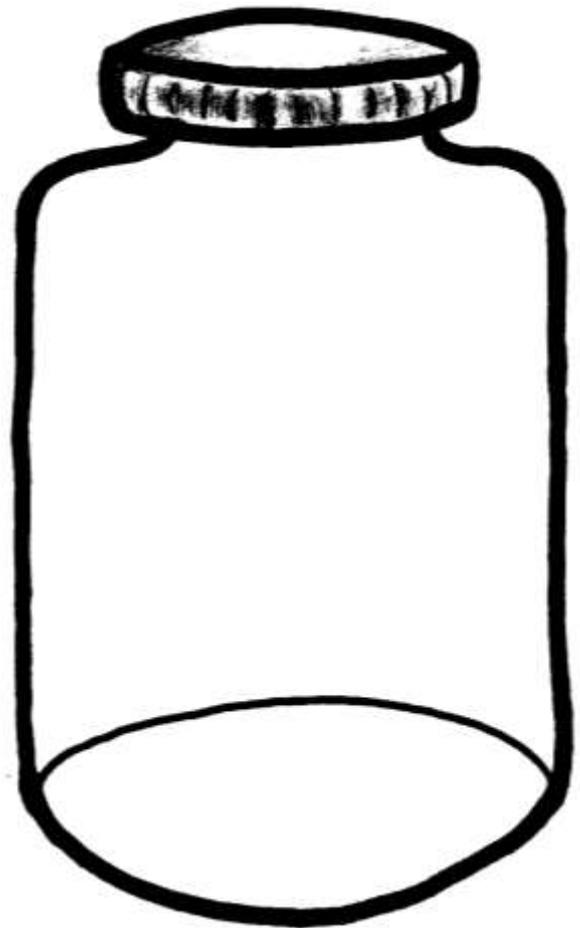
- FLEGEL
- ACHT
- AGENT
- RAUB
- HASEL
- TAUB
- ALL
- EILE
- LAGER
- KUH
- BLAU
- PATENT
- REIS
- LAUT
- ADER/ADEL

ZUM NACHDENKEN – „Mein CHANCEN – GLAS“

Gerade erleben wir eine ZEIT mit vielen Verzichten, Einschränkungen, Schwierigkeiten, aber auch mit ebenso vielen CHANCEN.

Chancen zum Umdenken, Chancen, um Privilegien wahrzunehmen, CHANCEN, um Wertschätzung zu überdenken und Chancen, um Zusammenhalt zu erleben. Es gibt sicher noch viele weitere positive Aspekte dieser Zeit. Denken wir nicht immer an „was mache ich danach“, sondern „was erfahre, spüre und empfinde ich JETZT“.

Im HIER und JETZ leben mit Corona, als einen Teil von unserem Leben. Sie können in diesem Glas symbolisch diese positiven Gedanken sammeln oder auch ein Schraubglas nehmen und Zettelchen mit Ihren eigenen Gedanken in das Glas geben. Es würde uns freuen, wenn wir uns, sobald es die Situation erlaubt, persönlich über den Inhalt des Glases austauschen können.



PUTZEINSATZ

Für die einen eine sinnvolle Beschäftigung in dieser Zeit der „Heim-Quarantäne“, für andere eine zwingende Notwendigkeit, da die Haushaltshilfe noch immer nicht kommen kann. Durch das Verbinden der Wörter auf der linken und der rechten Seite können Sie kontrollieren, ob Sie für Ihr Vorhaben auch die richtigen Utensilien zu Hause haben.



SCHEUER

EIMER

FENSTER

STAUBSAUGER

BODEN

LEDER

STAUB

SORTIEREN

TEPPICH

ENTSORGEN

GLAS

WASCHEN

MÜLL

ENTRÜMPELN

FLECKEN

MILCH

KLEIDUNG

ABWISCHEN

PUTZ

POLIEREN

BESTECK

REINIGER

GARDINEN

MITTEL

GARAGE

TUCH

HAND

WEDEL

OBERFLÄCHE

KLOPFEN

Die Lösungen befinden sich auf der nächsten Seite.

LÖSUNGEN

SCHEUERMILCH

FENSTERLEDER

BODENTUCH

STAUBWEDEL

TEPPICHKLOPFEN

GLAS REINIGER

MÜLL ENTSORGEN

FLECKENMITTEL

KLEIDUNGSORTIEREN

PUTZEIMER

BESTECK POLIEREN

GARDINENWASCHEN

GARAGEENTRÜMPELN

HANDSTAUBSAUGER

OBERFLÄCHE ABWISCHEN

ALLES



©pixabay iXimus

Wir sind nun leider wieder in der Situation, dass viele – uns liebgezwonnene Dinge – abgesagt, verschoben und gestrichen werden. Da gibt es dann diejenigen Menschen, die darüber sehr erbost sind, sich der Freiheit beraubt fühlen und dann gibt es Menschen, die Verzicht zum Wohle aller gerne in Kauf nehmen.

Finden Sie mit mir gemeinsam 21 Schätze auf die wir, NICHT verzichten müssen.

TIPP: es geht rückwärts und beginnen Sie beim ♥ am Ende der Schlange



MUTMACH-GESCHICHTE

In schwierigen Zeiten, wie im Moment, in denen man sich oft alleine fühlt oder nicht weiß, wie es weitergeht, gehen Glücksmomente allzu oft einfach unter, man nimmt sie gar nicht mehr wahr. Die folgende Geschichte soll dabei helfen, Glücksmomente wieder bewusster zu erleben. Vielleicht zählen Sie ab jetzt auch täglich Ihre Bohnen.



Pixabay:Pexels

EswAreInMaLEiNBaUeR,dErsTeCkTejEdEnmOrGeNEi
NehAnDvOILBoHnEniNSelnELiNkEHoSeNtAsChE.iMm
Er,WeNneRWäHrEnDDeSaGeSEtWaSSchöneSErLeBt
hAtTe,WeNniHmeTwAsfReUdEBereltEtoDeREreInEng
LüCkSmOmEnTEmpfUnDeNHatTe,nAhMEreInEBoHnE
AuSDeRLiNkEnhOsEnTaScHeuNdgAbsleiNDiEReChTe
.AmaNfAnGKaMDaSNiChTSooFtvOr.AbErvOntAgzUTa
GWuRdEneSMEHrbOhNeN,dlevOndErllnKeNIndlerEcht
EHoSeNtAsChEWaNdErTeN.dErdUfTDeRFrlsChEnmOr
GeNIUfT,dErgEsAnGDeRAMSeLAuFDeMDaChFiRsT,d
AslAcHeNSelnErkInDeR,dAsnEtTegEsPräcHMiTEiNeM
NaChBaRn?iMmErwAnDeRtEEiNebOhNevOndErllnKeN
IndlerEchtETaScHe.BeVoREraMAbEnDZubEtTGing,
ZäHITeeRDIEGlüCksBoHnEniNSelnErrEchtEnhOsEnTa
ScHe.BelJeDeRBoHnEKoNnTeeRSiChaNDaSPoSitiVe
eRIEbNiSErInNeRn.ZuFrleDeNUnDGlüCkIlcHSHlleFEr
eln?aUcHWenNeRNuREiNeelNziGebOhNeiNSelnErrEc
HtEnhOsEnTaScHehAtTe.

(vErFaSsEr uNbEkAnNt)

**ViEl sPaß Belm eNtDeCkEn iHrEr kLeInEn
gLüCkSmOmEnTe!**

MUTMACH-GESCHICHTE

LÖSUNG:

ES WAR EINMAL EIN BAUER, DER STECKTE JEDEN MORGEN EINE HANDVOLL BOHNEN IN SEINE LINKE HOSENTASCHE. IMMER, WENN ER WÄHREND DES TAGES ETWAS SCHÖNES ERLEBT HATTE, WENN IHM ETWAS FREUDE BEREITET ODER ER EINEN GLÜCKSMOMENT EMPFUNDEN HATTE, NAHM ER EINE BOHNE AUS DER LINKEN HOSENTASCHE UND GAB SIE IN DIE RECHTE. AM ANFANG KAM DAS NICHT SO OFT VOR. ABER VON TAG ZU TAG WURDEN ES MEHR BOHNEN, DIE VON DER LINKEN IN DIE RECHTE HOSENTASCHE WANDERTEN. DER DUFT DER FRISCHEN MORGENLUFT, DER GESANG DER AMSEL AUF DEM DACHFIRST, DAS LACHEN SEINER KINDER, DAS NETTE GESPRÄCH MIT EINEM NACHBARN – IMMER WANDERTE EINE BOHNE VON DER LINKEN IN DIE RECHTE TASCHE. BEVOR ER AM ABEND ZU BETT GING, ZÄHLTE ER DIE GLÜCKSBOHNEN IN SEINER RECHTEN HOSENTASCHE. BEI JEDER BOHNE KONNTE ER SICH AN DAS POSITIVE ERLEBNIS ERINNERN. ZUFRIEDEN UND GLÜCKLICH SCHLIEF ER EIN – AUCH WENN ER NUR EINE EINZIGE BOHNE IN SEINER RECHTEN HOSENTASCHE HATTE.

(VERFASSER UNBEKANNT)

**VIEL SPASS BEIM ENTDECKEN IHRER KLEINEN
GLÜCKSMOMENTE!**

Die schwierigste Zeit in unserem Leben ist die beste Gelegenheit, innere Stärke zu gewinnen. [Dalai Lama]

GEDANKEN ORDNEN ZUR AKTUELLEN SITUATION

1. ENT	TAK	UNGEN	überdenken
2. WERT	FORD	TÄT	anbieten
3. HOF	RANTW	TE	einleiten
4. UNTER	DARI	KEN	verringern
5. UM	BEHR	UNGEN	zeigen
6. BE	HALT	GEN	aushalten
7. HERAUS	STÜ	UNGEN	hinnehmen
8. KON	LAST	TZUNG	geben
9. SOLI	DEN	ERUNGEN	annehmen
10. EIGENVE	FNUN	ORTUNG	übernehmen

Lösungen:

1. HOFFNUNGEN	geben
2. HERAUSFORDERUNGEN	annehmen
3. KONTAKTE	verringern
4. WERTHALTUNGEN	überdenken
5. UNTERSTÜTZUNG	anbieten
6. ENTBEHRUNGEN	aushalten
7. SOLIDARITÄT	zeigen
8. EIGENVERANTWORTUNG	übernehmen
9. BELASTUNGEN	hinnehmen
10. UMDENKEN	einleiten