



Osterfreizeit mit jeder Menge Kindern der OG Dortmund-Mitte

STOCKBROT UND EIER SUCHEN IM NFH THEEGARTEN

Schon seit vielen Jahren fahren wir mit unserer Ortsgruppe Dortmund-Mitte auf Osterfreizeit. Auch in diesem Jahr stand diese Freizeit auf unserem Programm und dieses Mal ging es nach Solingen in das Naturfreundehaus Theegarten.

Durch unsere neuen Mitglieder – junge Familien mit Kindern – wehte allerdings in den letzten zwei Jahren ein neuer frischer Wind durch unsere Freizeiten. Die Kleinen im Alter von zwei bis acht Jahren geben jetzt den Ton an.

Im Naturfreundehaus wurde der große Saal zum Spielsaal und der Spielplatz am Haus war dauerbespielt. Der Freitag war noch regnerisch und wir besuchten dick eingepackt mit dichtem Regenzeug den Müngstener Brückenpark. Die zahlreichen Spielgeräte am Wegesrand ließen bei den Kleinen das schlechte Wetter schnell vergessen.

Am Samstag ging es dann nach Wuppertal, wo eine Fahrt mit der Schwebebahn anstand. Wir schwebten also mit der Bahn über die Wupper und die Kinder hatten allerhand Spaß dabei.

Am Abend wartete dann das große Abenteuer Stockbrot backen am Feuer auf sie. In einer großen Feuerschale wurde ein Feuer angefacht und das Stockbrot gebacken. Na ja, manches Brot hatte am Ende etwas zu viel Röstaromen. Andere würden wohl sagen es war verbrannt, aber wir lernen ja noch!

Der Ostersonntag startete natürlich mit einem traditionellem Eier suchen im Wald. Das war ein riesen Spaß für alle. Es wurde gefühlt jeder Baum genau unter die Lupe genommen, ob sich hier nicht vielleicht doch ein Ei oder ein anders kleines Geschenk versteckte. Die Eier hatten wir übrigens am Sonntag vor der Fahrt bereits mit allen Kindern im Naturfreundehaus Brambauer in Lünen gefärbt. Auch kleine Osterbasteleien standen an diesem Termin auf unsere Tagesordnung.

Aber zurück zur Freizeit: Nachmittags besuchten wir noch Schloss Burg und um die Burg zu erreichen ging es mit einer Seilbahn nach oben. Nach diesem Abenteuer bestaunten unsere Kinder und wir die Burg mit ihren Ritterrüstungen und anderen mittelalterlichen Dingen.



Der Abend klang dann wieder am Feuer aus und Ostermontag ging es wieder nach Hause. Eine schöne Freizeit war wieder einmal viel zu schnell beendet und die kleine Nele meinte daheim: „Ich will zurück in den Urlaub!“

Was soll ich sagen- „Wir auch!“

-Für die Ortsgruppe Dortmund Mitte:

HORST KORTWITTENBERG

ZAHNPASTA DIY



Kaufen kann jede*r! Selbermachen hingegen macht richtig Spaß und wir wissen dann genau, was drin steckt. Außerdem spart ihr Geld und Plastikmüll. Los geht's:

Wohl jede*r hat eine Zahnbürste und die dazugehörige Zahnpasta im Bad. Ungefähr alle zwei Monate leert sich eine Tube, die Verpackung landet im Müll und es muss eine neue gekauft werden. In herkömmlichen Zahnpasten sind häufig diverse Zusatzstoffe beigemischt, die nicht notwendig sind oder einfach ersetzt werden können. Es ist ziemlich simpel, Zahncreme durch einfache Zutaten und mit wenigen Handgriffen selbst herzustellen:

ZUTATEN:

- 4-5 EL KOKOSÖL - UNBEDINGT AUF BIOQUALITÄT ACHTEN, UNSERE SCHLEIMHÄUTE SIND DURCHLÄSSIG
- 4-6 TROPFEN ÄTHERISCHES ÖL BIO - NACH GESCHMACK, Z.B. MINZE ODER SALBEI
- 2-3 EL FEINES NATRON- ES SOLLTE WIRKLICH FEIN SEIN, GGF. VORHER MÖRSERN
- WASSERBAD (TOPF MIT HEISSEM WASSER UND KERAMIKSCHÜSSEL)
- SCHRAUBGLAS

Zubereitung: Kokosöl im Wasserbad leicht erwärmen. Wenn es anfängt flüssig zu werden, Natron hinzufügen und unterrühren, ätherisches Öl eintropfen, umfüllen in einen passenden Behälter, fertig!

Die Paste aus hygienischen Gründen mit einem Spatel oder kleinen Löffel entnehmen.

V.i.S.d.P. **Stephie Wiechers** | Naturfreundejugend NRW
Ebbweg 1, 58239 Schwerte

nrw.naturfreundejugend.de
[naturfreundejugendnrw](https://www.facebook.com/naturfreundejugendnrw)
[@NFJnrw](https://www.instagram.com/NFJnrw)

