

Bayerisches Rotes Kreuz 



# Jugendrotkreuz

## P E I ß E N B E R G

# Leitfaden zur Umsetzung einer Online-Übernachtung

## Inhaltsverzeichnis

Einleitung .....	2
Die Idee .....	2
Ziele .....	2
Ablauf .....	3
Teambesprechung .....	3
Start per Videokonferenz .....	3
Nachtisch und Abendessen .....	4
Abendprogramm .....	4
Gutenachtgeschichte, danach Spieleabend .....	5
Mitternachtssnack .....	5
Frühstück .....	5
Überraschung - Schnitzeljagd .....	6
Mittagessen .....	6
Offline-Variante .....	6
Änderungsvorschläge .....	7
Ressourcen .....	7
Helfer*innen .....	7
Finanzen .....	8
Materialien .....	8
Schlussworte .....	8
Anhänge .....	8
Anhang 1: Elternbrief	
Anhang 2: Rezepte	
Anhang 3: Offline-Version	

## IMPRESSUM

**Herausgeber:**

Jugendrotkreuz Peißenberg  
Ebertstraße 51  
82380 Peißenberg  
peissenberg@jrk-wm-sog.de

**Projektidee:**

Michael Huberth, Fabian Thurner, Daniel Hosse, Andreas Hosse, Melina Hennig, Daniel Illich

**Text:**

Daniel Illich

## Einleitung

Es ist eine schwierige Zeit für uns Jugendverbände. Eine Zeit, in der unsere Gruppenstunden, Freizeiten, Ausflüge und alle coolen Aktionen seit über einem Jahr nicht mehr normal stattfinden können. Einige von uns haben ihre Jugendarbeit ins Internet verlegt, um den Kontakt zu den Kindern und Jugendlichen zu halten und bieten Video-Gruppenstunden, Online-Spielabende, Online-Quizabende und anderes an. Andere trauen sich nicht in die Online-Welt oder das Interesse der Kinder und Jugendlichen ist für Online-Angebote nicht da.

Nachdem wir seit April 2020 Online-Gruppenstunden und im Dezember eine große Online-Plätzchen-Back-Aktion mit rund 30 Kindern und Jugendlichen durchgeführt haben, haben sich die Jugendleiter\*innen aus dem Jugendrotkreuz Peißenberg im März an eine Online-Übernachtung gewagt.

Die Übernachtung mit Angeboten zum Kochen, Spielen, Quizzen und Spaß haben wurde von rund 40 Kindern und Jugendlichen aus allen Altersklassen wahrgenommen.

In diesem Leitfaden möchten wir euch unseren Ablauf vorstellen, von unseren Erfahrungen erzählen und euch motivieren, neue Formen und Möglichkeiten für die Jugendarbeit auszuprobieren. Außerdem soll er euch darin ermutigen, die Motivation für die wertvolle Arbeit in dieser schwierigen Zeit nicht zu verlieren, denn es kommen definitiv auch wieder bessere Zeiten in der Jugendarbeit, wieder mehr Spaß machen wird.

## Die Idee

Die Idee zu unserem „Intercamp – Übernachtung, 100% ohne Heimweh“ kam uns beim Planen der kommenden Gruppenstunden. Wir haben dann gleich Ideen gesammelt wie eine solche Übernachtung ausschauen könnte. Dafür haben wir einen Namen und einen Termin gesucht. Auch haben wir uns überlegt, für wen wir das „Intercamp – Übernachtung, 100% ohne Heimweh“, wie wir es getauft haben, veranstalten wollen. Wir sind zum Entschluss gekommen, dass zu dieser Aktion alle Jugendrotkreuzler\*innen aus dem Landkreis Weilheim-Schongau eingeladen werden sollen. Eine öffentliche Ausschreibung haben wir erstmal abgelehnt, da wir erstmal ausprobieren wollten, ob das Konzept funktioniert.

Uns war aber wichtig, dass auch die Kinder und Jugendlichen die online aus verschiedenen Gründen nicht dabei sein können, die Chance bekommen trotzdem mitmachen zu können. Deswegen haben wir beschlossen parallel eine „Offline“ Variante anzubieten, dazu später mehr.

## Ziele

Unser Ziel war es, den Kindern und Jugendlichen Mut zu machen und zu zeigen, dass es auch in schwierigen und anderen Zeiten Wege gibt, um ein Miteinander gestalten zu können. Daneben sollte den Teilnehmer\*innen auch wieder ein Ort der Gemeinschaft und ein wenig Abwechslung vom „Corona-Alltag“ geschaffen werden. Des Weiteren wurde, vor allem den Älteren, gezeigt wie die Medien sinnvoll genutzt werden können. Die Jüngeren konnten sich mit den Medien auseinandersetzen und erfahren, wie sie diese bedienen und als Kommunikationsmittel verwenden können. Die Jugendleiter\*innen konnten Erfahrungen für neue Ideen und Ansätze der verbandlichen Jugendarbeit mitnehmen.

## Ablauf

Unser Intercamp haben wir mit Elementen gefüllt, die wir bereits in unseren Gruppenstunden erprobt haben und daher konnten wir relativ sicher sein, dass sie auch hier funktionieren werden. Nachfolgend unser Ablauf mit Tipps und Hinweisen, was wir ändern würden oder worauf ihr achten solltet.

Uhrzeit	Programmpunkt
15:30 Uhr	Teambesprechung
16:00 Uhr	Start per Videokonferenz (ViKo)
17:00 Uhr	Abendessen kochen, mit Nachtsch
20:00 Uhr	Abendprogramm
21:00 Uhr	Gutenachtgeschichte, danach Spieleabend (für alle, die wollen und dürfen)
23:30 Uhr	Mitternachtssnack (Für die Großen)
09:00 Uhr	Zubereitung eines Extras fürs Sonntagsfrühstück ( für alle, die wollen)
11:00 Uhr	Überraschung
12:00 Uhr	Mittagessen (Wer jetzt immer noch Lust hat)

### Teambesprechung

Wir als Team haben uns eine halbe Stunde vor Beginn getroffen, um nochmal den Ablauf und Kleinigkeiten zu besprechen.

*Hinweis/Tipp:* Bedenkt, dass ihr bei dieser Art von Freizeit, währenddessen eine andere Kommunikation benötigt, als sonst. Kurze Gespräche über Zeitänderungen und Co. könnt ihr entweder per Messengerdiensten (z.B. WhatsApp), einzelnen Telefonaten oder kurzen Breakoutsessions (falls dies euer Videokonferenzprogramm kann) besprechen.

### Start per Videokonferenz

Für einen offiziellen und gemeinsamen Beginn und, um technische Probleme zu beseitigen, haben wir uns um 16 Uhr gemeinsam getroffen. Gleichzeitig gab es auch schon die erste Aufgabe. Die Kinder und Jugendlichen sollten ihren Schlafplatz herrichten. Dabei gab es eine Bedingung: Es durfte nicht das eigene Bett sein. Die Teilnehmer\*innen sollten dann ein Foto machen und uns schicken. Diese Bilder haben wir dann auf unserem Instagram Kanal gepostet und die Community über das Siegerbett abstimmen lassen.

*Hinweis/Tipp:* Lasst die Kinder und Jugendlichen zeitnah vor dem offiziellen Startpunkt in den Raum eintreten, dann könnt ihr evtl. technische Probleme noch vor Beginn lösen und kommt nicht in Zeitnot. Das macht ihr am besten vor jedem neuen zusammenkommen. Falls ihr Teilnehmer\*innen dabei habt, die noch nie an einer Videokonferenz von euch teilgenommen haben, erklärt die wichtigsten Funktionen (Chat, Mikrofon an/aus, usw.) und weist auch nochmal auf die allgemeinen Regeln (Mikrofon nur anmachen, wenn gesprochen wird, usw.) hin.

## Nachtisch und Abendessen

Um 17 Uhr haben wir uns dann wieder online getroffen, um das Abendessen zuzubereiten. Wir haben mit dem Nachtisch begonnen (eine dänische Knuspercreme), anschließend haben wir gemeinsam Pizza gebacken.

*Hinweis/Tipp:* Stellt im Vorfeld sicher, dass euch jede\*r Teilnehmer\*in sehen und hören kann.

Die Rezepte solltet ihr vorher selbst ausprobiert haben damit ihr eure Zeit kennt. Für die Videokonferenz müsst ihr erfahrungsgemäß in etwa das Doppelte ansetzen. Bei uns hat das Zubereiten beim Abendessen deutlich länger gedauert als ursprünglich geplant. Erst gegen halb acht war bei allen das Essen fertig was unseren Zeitplan dann sehr verschoben hat. Fangt deswegen entweder schon früher an, macht keinen Nachtisch oder plant entsprechend nach hinten viel Zeit damit die Familien zuhause in Ruhe essen können.

Bringt ganz viel Geduld mit. Besonders, wenn ihr jüngere Kinder (6-9 Jahre) dabei habt, werdet ihr vermutlich die einzelnen Schritte mehrfach erklären müssen, weil eventuell welche dabei sein werden, die es nicht mitbekommen oder verstanden haben. Was hier helfen könnte, wäre ein Ton oder ähnliches, den ihr immer abspielt, wenn ihr einen neuen Schritt erklärt.

Wichtig: Erklärt jeden einzelnen Schritt, den ihr macht, möglichst genau und zeigt es, wenn irgendwie möglich, in die Kamera. Wartet nach den Schritten immer, bis alle so weit sind, sonst hängt ihr ein paar Kinder ab.

Versendet im Vorfeld rechtzeitig die Zutatenliste an die Teilnehmer\*innen damit auch alle die Zutaten besorgen können.

## Abendprogramm

Das Abendprogramm haben wir nach den Verzögerungen beim Essen erst um 20:30 Uhr begonnen. Unser Abendprogramm bestand aus einer Quizshow, bei der wir die Teilnehmer\*innen in zwei Räume (6-11 Jahre, und 12+ Jahre) aufgeteilt haben.

*Hinweis/Tipp:* Falls ihr eine Teameinteilung vornehmen wollt, um Team A gegen Team B spielen zu lassen, bereitet die Einteilung im Vorfeld vor, damit ihr Zeit sparen könnt.

Fragen, bei denen immer der/die Schnellste antwortet funktionieren online (wie auch offline) nur bedingt, da sich immer die Gleichen melden werden und somit diejenigen, die nicht dran kommen schnell die Lust verlieren. Gestaltet das Quiz am besten so (besonders bei den Jüngeren), dass jede\*r immer antworten kann.

## Gutenachtgeschichte, danach Spieleabend

Ein klares Ende am Abend erspart den Eltern lange Diskussion mit den Kindern darüber, dass sie noch nicht ins Bett möchten, aus Angst etwas zu verpassen. Wir haben an der Stelle eine Geschichte vorgelesen. Der anschließende Spieleabend war dann nur für die Großen.

*Hinweis/Tipp:* Hier findet ihr eine kleine Auflistung für Spiele, die ihr super online spielen könnt:

- Lustiges Wort-Zeichen Spiel: <https://garticphone.com/de>
- Montagsmaler: <https://skribbl.io>
- Brett- und Kartenspiele:
  - <https://boardgamearena.com/> (Account notwendig)  
*Kostenlos:* z.B. Uno (Solo), Dog (Tock), 4-Gewinnt, Saboteur, 6 Nimmt, Kniffel (Yahtzee), uvm.  
*Mit Premiumaccount (2-4€ pro Monat):* z.B. Werwölfe, Carcassonne, 7 Wonders) uvm.
  - <http://brettspielwelt.de/> (Account notwendig und nicht so leicht verständlich)  
z.B. 6 Nimmt, Black Dog, Dog, Carcassonne, Ligretto, Saboteur, Wizard, ...
- Stadt-Land-Fluss: <https://stadtlandfluss.cool/>
- Werwolf: <https://play.werwolfonline.eu>
- Codenames: <https://codenames.game/>
- Escaperoom: <https://jrk-wm-sog.de/escapethepage>

## Mitternachtssnack

Bei uns gibt es auf Freizeiten für alle Betreuer\*innen einen Mitternachtssnack. Diese Tradition wollten wir auch auf dieser Freizeit fortführen, mitmachen durften allerdings alle Großen, die noch dabei waren.

*Hinweis/Tipp:* Der Mitternachtssnack sollte nichts großes mehr sein. Wir hatten ein Überbackenes Sandwich mit Spiegelei.

## Frühstück

Um den neuen Tag gemeinsam zu starten und das Frühstück etwas aufzupeppen, haben wir uns um 9 Uhr getroffen. Da wir uns im Team nicht entscheiden konnten, ob wir etwas Süßes oder Herzhaftes anbieten wollen, haben wir beides angeboten und die Teilnehmer\*innen konnten sich entscheiden.

*Hinweis/Tipp:* Damit die Wartezeit bis es losgeht und alle technischen Probleme beseitigt sind überbrückt wird, könnt ihr ein bisschen Morgensport veranstalten. Ein paar Kniebeugen, Hampelmänner usw., fanden bisher alle lustig.

## Überraschung - Schnitzeljagd

Wie bei einer richtigen Freizeit wollten wir auch dieses Mal nicht auf eine Schnitzeljagd verzichten. Das stellte uns vor große Herausforderungen, da die Teilnehmer\*innen aus vielen verschiedenen Orten kommen und es somit nicht möglich war etwas an einem Ort vorzubereiten, damit die Teilnehmer\*innen dort dann eine Schnitzeljagd machen können.

Unsere Idee war dann eine ortsunabhängige Schnitzeljagd in den eigenen vier Wänden, die wir mit Hilfe der App Actionbound realisierten. Wir haben einen kleinen Detektivfall rund um ein Mysteriöses verschwinden einer Rettungsdienstbesatzung mit vielen Rätseln und lustigen Aufgaben entworfen. Diese konnte dann von den Kindern und Jugendlichen zuhause gespielt werden.

*Hinweis/Tipp:* Bei der Variante mit dem Actionbound benötigt jede\*r Teilnehmer\*in Zugang zu einem Handy oder Tablet. Das sollte vorher bereits kommuniziert werden.

## Mittagessen

Für einen runden Abschluss hat dann unser Mittagessen gesorgt. Hier haben wir uns für einen unserer Klassiker entschieden, dass es bei unseren jährlichen Wettbewerben immer gibt. Ein Putengeschnetzeltes mit Reis.

*Hinweis/Tipp:* Siehe Abendessen

## Offline-Variante

Wie eingangs schon erwähnt, wollten wir auch den Kindern und Jugendlichen eine Teilnahme ermöglichen, die aus verschiedenen Gründen online nicht dabei sein können. Unsere Offline Variante beinhaltete im groben das Gleiche wie die Online-Variante.

Das Offline-Paket kam in einem Briefumschlag verpackt, in dem neben einer Anleitung weitere kleine Briefumschläge enthalten waren. Auf den Umschlägen stand immer die entsprechende Uhrzeit, zu welcher der Umschlag geöffnet werden durfte. Teilweise stand aber auch „Vor dem ins Bett gehen“ oder „vor dem Frühstück“ darauf, damit die Kinder und Jugendlichen dies ein bisschen individueller gestalten konnten. In den Umschlägen selbst waren dann die Rezepte, die Gutenachtgeschichte und für den Quizabend ein paar Rätsel.

## Änderungsvorschläge

Im Großen und Ganzen lief das Intercamp super und es kam zu kaum Problemen. Ein paar Punkte, die teilweise schon erwähnt wurden, würden wir allerdings bei einer Wiederholung ändern.

Unser Intercamp fand von Samstag auf Sonntag statt, da dies die einzigen möglichen Tage waren. Da der Sonntag bei den meisten Familien für Familienaktivitäten genutzt wird, hat sich dies allerdings als nicht ganz optimal herausgestellt, weshalb wir bei einer Wiederholung einen Termin von Freitag auf Samstag bevorzugen würden.

Wie schon erwähnt, hat das Zubereiten des Abendessens deutlich mehr Zeit benötigt, als ursprünglich geplant war. Beim nächsten Mal würden wir deshalb entweder früher beginnen, die erste Aktion oder den Nachtsch weglassen.

Bei den beiden Quizen am Abend würden wir in Zukunft die Einteilung der Gruppen bereits im Vorfeld vornehmen. Besonders bei den Jüngeren würden wir darauf achten, dass immer alle die Möglichkeit bekommen die Fragen zu beantworten.

Für kurze Besprechungen innerhalb des Teams könnten wir uns kurze „Timeouts“ vorstellen. Hierfür könnte wir in einen Breakoutroom gehen.

Auch wenn wir beim Kochen vor dem nächsten Schritt jeweils eine neue Arbeitsanweisung angekündigt haben, gab es immer wieder einige, die dies nicht bekommen haben. Um dies zu optimieren hatten wir den Gedanken einen kurzen Ton (Glocke o.ä.) einspielen zu können. Alternativ könnte aber auch ein bekannter Ruf (bei uns wäre dies „Erhöhte Aufmerksamkeit bitte!“) erfolgen.

## Ressourcen

Zur Umsetzung einer Online-Freizeit benötigt es, im Vergleich zu einer „normalen“ Freizeit, deutlich weniger Ressourcen, also Helfer\*innen, Finanzen und Materialien. Welche du benötigst und was du dabei beachten solltest, liest du in diesem Kapitel.

### Helfer\*innen

Theoretisch könntet ihr eine Freizeit, dieser Art, falls ihr die Zeit habt, auch ganz allein durchführen. Praktisch gesehen macht es aber im Team erstens am meisten Spaß und zweitens ist ein stundenlanges Anleiten über den PC ziemlich anstrengend.

Wir waren ein Team von sechs Ehrenamtlichen. So konnten wir uns für die arbeitsintensiveren Programmpunkte wie die Schnitzeljagd oder die Quizze aufteilen und jede\*r hatte zwischendrin auch mal Pause vom Erzählen und Anleiten.

Unsere Empfehlung für euch wären bei gleichem Umfang mind. 4 Helfer\*innen. Zwei Personen kümmern sich um die Quizze und zwei weitere um die Schnitzeljagd. Die anderen Programmpunkte (Die Begrüßung und Einteilung, das Kochen, die Geschichte und die Spiele) könnt ihr dann gleichmäßig unter euch aufteilen. Für alle Anwesenden wäre es schön, wenn alle Mitarbeiter\*innen durchgehend dabei wären, auch wenn sie gerade nichts anleiten. Gerade zu Beginn solltet ihr auch eine Person als Ansprechpartner für technische Probleme für die Teilnehmer\*innen haben.



## Finanzen

Direkte Ausgaben für die Übernachtung hatten wir nicht, da wir bereits eine Lizenz für das Videokonferenztool besitzen und die Zutaten jede\*r selbst besorgt hat. Die wenigen Umschläge für unsere Offline Variante (es wurde nur eine bestellt) konnten wir aus dem Büro unserer Geschäftsstelle nehmen.

Falls ihr keine Lizenz für ein Videokonferenztool besitzt, könntet ihr entweder kostenlose Plattformen wie „Jitsi Meet“ nutzen oder bei eurem Kreisjugendring oder Dachverband anfragen, ob eine Lizenz mitgenutzt werden kann.

Theoretisch könntet ihr die Zutaten für alle besorgen und den Teilnehmer\*innen zusammenstellen. Der Vorteil wäre, dass ihr den Teilnehmer\*innen im Vorfeld nicht verraten müsstet was es zu Essen gibt. Der Nachteil ist aber, und auch der Grund, warum wir dies nicht getan haben, dass die Familien unterschiedlich groß sind und somit auch unterschiedliche Mengen benötigen.

## Materialien

Auch die Materialliste ist sehr überschaubar aber zugleich auch entscheidend für die Durchführung. Ihr benötigt eine stabile Internetverbindung (auch in der Küche) und am besten einen Laptop mit Kamera und Mikrofon. Ihr könntet zwar auch euer Handy oder ein Tablet verwenden, allerdings ist es für euch als Anleiter\*in einfacher, wenn ihr alle anwesenden Personen auch sehen könnt und dies ist meist beim Tablet oder Handy nicht der Fall.

Für die Programmpunkte benötigt ihr die Zutaten sowie die Rezepte. Außerdem braucht ihr eure Quizze, eine Gutenachtgeschichte, eine Übersicht für Onlinespiele und das, was ihr für eure Schnitzeljagd benötigt.

## Schlussworte

Wir hoffen, dass wir euch mit diesem Leitfaden ermutigen konnten auch in dieser schwierigen Zeit nicht aufzugeben und einfach mal etwas Neues zu wagen. Falls ihr noch Fragen habt oder Unterstützung bei der Planung benötigt, stehen wir euch sehr gerne zur Verfügung.

## Anhänge

Nachfolgend findet ihr noch unseren Elternbrief sowie unsere Rezepte und den Inhalt der Offline-Version. Diese könnt ihr gerne kopieren und für euere Online-Übernachtung nutzen.

**Anhang 1: Elternbrief**

**Anhang 2: Rezepte**

**Anhang 3: Offline-Version**

An alle JRKler\*innen  
im Landkreis Weilheim-Schongau



Wir sind zertifiziert nach DIN  
EN ISO 9001:2008



Ihr Schreiben

Ihr Zeichen

Bearbeiter/-in

Tel.:

E-Mail

peissenberg@jrk-wm-sog.de

Datum

12.04.2021

## Intercamp – Übernachtung 100% ohne Heimweh

Liebe JRKler\*innen aus Peißenberg und dem Rest des Landkreises

Vermisst du die Freizeiten und Übernachtungen auch genauso wie wir? Geht dir diese ganze Corona-Öde auch so auf die Nerven und du brauchst mal wieder ein bisschen Abwechslung? Corona hat sich wohl gedacht, dass es uns den Spaß rauben kann, aber da hat es nicht mit uns gerechnet. Wir bleiben genauso kreativ wie immer und haben uns eine coole Aktion von, für und mit Dir ausgedacht.

Wir Gruppenleiter\*innen vom Jugendrotkreuz Peißenberg laden alle JRKler\*innen aus dem ganzen Landkreis zu unserem erstes „Intercamp - Übernachtung 100% ohne Heimweh“ ein.

Gemeinsam mit euch wollen wir all das machen was wir sonst bei einer Übernachtung in der Wache machen würden, nur online und jede\*r bei sich zuhause. Falls du, aus unterschiedlichsten Gründen nicht online dabei sein kannst haben wir auch für dich eine Lösung. Mehr dazu findest du weiter unten.

### Rahmendaten:

Unser Intercamp findet vom **13.03.2021 auf den 14.03.2021 bei dir zuhause** statt. Mitmachen dürfen und können alle, ob jung oder alt, ob aus Peißenberg oder einem anderen Ortsverband, alle.

### Offline Variante:

Wie oben schon angekündigt wollen wir auch die mitmachen lassen die in der Videokonferenz nicht mit dabei sein können. Hierfür meldest du dich bis zum 09.03.2021 bei uns. Du bekommst dann von uns eine kleine abgeänderte Variante des „Intercamps“. Darin sind dann unter anderem die Rezepte, die Gute-Nachtgeschichte und andere coole Sachen für deine Freizeit zuhause.

Auf den nachfolgenden Seiten gibt's noch weitere wichtige Infos.

**Ablauf:**

Nachfolgend ein paar Infos zum geplanten Ablauf und dem benötigten Material. Laptop oder Gerät für Videokonferenz werden nicht extra genannt. Gut wäre auch Zugang zu einem Gerät mit WhatsApp oder E-Mail zu haben, hin und wieder müsst ihr uns mal Sachen schicken. Das kann aber wie in den Gruppenstunden auch über eure Eltern laufen.

<b>Uhrzeit</b>	<b>Programmpunkt</b>	<b>Material</b>
16:00 Uhr	Start per Videokonferenz (ViKo)	Nichts besonderes
17:00 Uhr	Abendessen kochen, mit Nachtsch	Zutaten (siehe unten)
20:00 Uhr	Abendprogramm	Nichts besonderes
21:00 Uhr	Gute Nachtgeschichte danach Spieleabend für alle die wollen und dürfen.	-
23:30 Uhr	Mitternachtssnack (Für die Großen)	Zutaten (siehe unten)
09:00 Uhr	Wer möchte kann mit uns ein kleines Extra fürs Sonntagsfrühstück machen	Zutaten (siehe unten)
11:00 Uhr	Überraschung	Die App Actionbound
12:00 Uhr	Mittagessen (Wer jetzt immer noch Lust hat)	Zutaten (siehe unten)

Das klingt jetzt viel, aber keine Sorge, wir werden nicht die ganze Zeit in der ViKo sitzen. Ihr habt zwischendrin Zeit um in der Familie in Ruhe zu Essen und so mancher Punkt wird nur kurz angeleitet und von euch dann allein gemacht. Für uns alle ist das neue Format des Intercamps Neuland, aber wir haben mal wieder richtig Bock mit euch was zu machen und sind deswegen kreativ geworden.

Solltest du an dem Wochenende nur teilweise können ist das kein Problem, gib uns aber bitte vorher Bescheid.

**Link:**

Hier stand der Zugangslink

**Anmeldung:**

Damit wir ungefähr abschätzen können mit wie vielen Personen wir rechnen müssen, gib uns bitte im Vorfeld Bescheid, ob du dabei bist. Schreibe einfach eine kurze Mail an ..... oder eine WhatsApp an .....

Bei Fragen jeglicher Art dürft ihr euch jeder Zeit an ..... wenden. Telefonnummer habt ihr ja, und falls nicht, hier steht sie jetzt: ..... 😊

Wir freuen uns auf ein richtig cooles Event mit Dir.

## Zutatenliste

<b>Abendessen (Hauptgericht): ca. 1 Blech</b>		
○ 125g Quark	○ 400g passierte Tomaten	○ Käse, gerieben
○ 4 EL Milch	○ ½ oder 1 kl. Zwiebel	○ Schinken, Salami,
○ 1 Ei	○ 2 EL Olivenöl	Pilze, Mais, Paprika, ...
○ 4 EL Öl	○ 1 EL Tomatenmark	alles was du gerne auf
○ 1 TL Salz	○ Salz, Zucker, Balsamico-	Pizza isst.
○ 250g Mehl	Essig, Oregano, Thymian	
○ 1 Pck. Backpulver		

<b>Abendessen (Nachtisch): 4-5 Personen</b>	
○ 300ml Schlagsahne	○ 1 Pck. Vanillepuddingpulver
○ 1 Päckchen Sahnesteif	○ 200g TK Himbeeren
○ 300g Frischkäse (ohne Kräuter)	○ 50g gehobelte Mandeln
○ 100g Zucker	○ 1 EL Butter
○ 1 EL Vanillezucker	○ 1 EL Zucker

<b>Mitternachtssnack: 1 Person</b>	
○ 1 Bolillo	○ 3 Scheiben Bacon
○ 3 Scheiben Sandwichkäse	○ Tabasco (oder Ketchup)
○ 2 Eier	

Beim Frühstück musst du dich für süß oder deftig entscheiden. Beides geht nur wenn ihr zu zweit seid und zwei Geräte habt.

<b>Frühstück (Süß): 4 Personen</b>	<b>Frühstück (deftig): 6 Personen</b>
○ 8 Scheiben Toastbrot	○ 6 Scheiben Toastbrot
○ 2 Eier	○ 6 TL weiche + etwas Butter
○ 1/2 Liter Milch	○ 6 Scheiben Bacon
○ Butter oder Öl	○ 6 Eier (Gr. S)
○ ggf. Ahornsirup	○ 360g Käse, gerieben
○ ggf. Zimt/Zucker	○ Salz, Pfeffer
	○ Muffin Blech

<b>Mittagessen (Hauptgericht): 4 Personen</b>		
○ 600g Putenschnitzel	○ 200g Zwiebeln	○ 1 Bund Petersilie
○ 200ml Sahne	○ 400ml Gemüsebrühe	○ 250-300g Reis
○ 200g Kräuterfrischkäse	○ Ca. 1 EL Speisestärke	Salz, Pfeffer, Paprika Edelsüß

Vegetarier\*innen können das Putenfleisch einfach durch Zucchini, Paprika und Aubergine austauschen.

## Einkaufsliste:

Für alle die bei allem dabei sind (inkl. Mitternachtssnack), gibt es hier eine komplette Einkaufsliste. Einmal für die, die das süße Frühstück gewählt haben und einmal für die die das deftige Frühstück gewählt haben.

Einkaufsliste (süßes Frühstück):	Einkaufsliste (deftiges Frühstück):
<ul style="list-style-type: none"> <li>○ Ca. 3 Zwiebeln</li> <li>○ 1 Bund Petersilie</li> <li>○ 8 Scheiben Toastbrot</li> <li>○ 1 Bolillo (eine lange Semmel)</li> <li>○ ggf. Ahornsirup oder Zimt/Zucker</li> <li>○ 125g Quark</li> <li>○ Ca. 560 ml Milch</li> <li>○ 300g Frischkäse</li> <li>○ 200g Kräuterfrischkäse</li> <li>○ Käse, gerieben</li> <li>○ 3 Scheiben Sandwichkäse</li> <li>○ 3 Scheiben Bacon</li> <li>○ Schinken, Salami, Pilze, Mais, Paprika, ... alles was du gerne auf Pizza isst.</li> <li>○ 500ml Schlagsahne</li> <li>○ 1 EL Butter</li> <li>○ 600g Putenschnitzel</li> <li>○ 5 Eier</li> <li>○ 4 EL Öl + zum Braten</li> <li>○ 400g passierte Tomaten</li> <li>○ 2 EL Olivenöl</li> <li>○ 1 EL Tomatenmark</li> <li>○ 150g Zucker</li> <li>○ Ca. 2 Pck. Vanillezucker</li> <li>○ 250g Mehl</li> <li>○ Ca. 1 EL Speisestärke</li> <li>○ 1 Pck. Backpulver</li> <li>○ 50g gehobelte Mandeln</li> <li>○ 250-300g Reis</li> <li>○ 400ml Gemüsebrühe</li> <li>○ 200g TK Himbeeren</li> <li>○ Salz, Pfeffer, Balsamico-Essig, Oregano, Thymian, Paprika Edelsüß, Tabasco</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ Ca. 3 Zwiebeln</li> <li>○ 1 Bund Petersilie</li> <li>○ 6 Scheiben Toastbrot</li> <li>○ 1 Bolillo (eine lange Semmel)</li> <li>○ 125g Quark</li> <li>○ Ca. 60ml Milch</li> <li>○ 300g Frischkäse</li> <li>○ 200g Kräuterfrischkäse</li> <li>○ 360g Käse, gerieben + Käse für Pizza</li> <li>○ 3 Scheiben Sandwichkäse</li> <li>○ 9 Scheiben Bacon</li> <li>○ Schinken, Salami, Pilze, Mais, Paprika, ... alles was du gerne auf Pizza isst.</li> <li>○ 500ml Schlagsahne</li> <li>○ Ca. 100g Butter</li> <li>○ 600g Putenschnitzel</li> <li>○ 9 Eier</li> <li>○ 4 EL Öl</li> <li>○ 400g passierte Tomaten</li> <li>○ 2 EL Olivenöl</li> <li>○ 1 EL Tomatenmark</li> <li>○ 150g Zucker</li> <li>○ Ca. 2 Pck. Vanillezucker</li> <li>○ 250g Mehl</li> <li>○ Ca. 1 EL Speisestärke</li> <li>○ 1 Pck. Backpulver</li> <li>○ 50g gehobelte Mandeln</li> <li>○ 250-300g Reis</li> <li>○ 400ml Gemüsebrühe</li> <li>○ 200g TK Himbeeren</li> <li>○ Salz, Pfeffer, Balsamico-Essig, Oregano, Thymian, Paprika Edelsüß, Tabasco</li> </ul>

## Dänische Knuspercreme (4-5 Personen)

- 300ml Schlagsahne
- 1 Päckchen Sahnesteif
- 300g Frischkäse (ohne Kräuter)
- 100g Zucker
- 1 EL Vanillezucker
- 1 Pck. Vanillepuddingpulver
- 200g TK Himbeeren
- 50g gehobelte Mandeln
- 1 EL Butter
- 1 EL Zucker

1. Für den Nachtisch gibst du die Mandeln mit der Butter und 1 EL Zucker in eine kleine Pfanne geben und lässt sie bei mittlerer Hitze bis zu einer schönen Bräune karamellisieren. Bitte an der Pfanne bleiben und die Mandeln gut im Auge behalten. Anschließend lässt du es abkühlen.
2. Als Nächstes schlägst du die Sahne mit dem Sahnesteif fest.
3. Nun verrührst du in einer Schüssel den Frischkäse mit dem Zucker, Vanillezucker und dem Vanillepuddingpulver.
4. Jetzt hebst du die Sahne vorsichtig und die Frischkäsecreme und gibst die Hälfte der Creme in Dessertgläser, eine Glasschale oder ähnliches. Auf die Creme kommen nun die gefrorenen Himbeeren und anschließend die restliche Creme. Zum Schluss dekorierst du das Ganze mit den Mandelblättchen. Bis zum Servieren stellst du deinen Nachtisch jetzt noch kalt.

## Pizza (Ca. 1 Blech)

- 125g Quark
  - 4 EL Milch
  - 1 Ei
  - 4 EL Öl
  - 1 TL Salz
  - 250g Mehl
  - 1 Pck. Backpulver
  - 200g passierte Tomaten
  - ½ oder 1 kl. Zwiebel
  - 2 EL Olivenöl
  - 1 EL Tomatenmark
  - Salz, Zucker, Balsamico-Essig, Oregano, Thymian
  - Käse, gerieben
  - Schinken, Salami, Pilze, Mais, Paprika, ... alles was du gerne auf Pizza isst.
1. Vermische zunächst den Quark, die Milch, das Ei, das Öl und Salz mit dem Handrührgerät oder der Küchenmaschine. Anschließend vermischt du das Mehl mit dem Backpulver und rührst ca. die Hälfte davon zur Quarkmasse dazu. Das restliche Mehl knetest du nun so lange unter die Masse, bis ein schöner glatter Teig entstanden ist.
  2. Nun schnappst du dir ein Backblech fettest es, am besten mit Olivenöl, ein bisschen ein und roll
  3. st den Teig darauf aus.
  4. Für die Soße schneidest du die Zwiebel in kleine Würfel, lass dir dabei von deinen Eltern helfen. Anschließend vermischt du die passierten Tomaten mit der Zwiebel, dem Olivenöl und dem Tomatenmark. Je nach Geschmack kannst du jetzt die Soße jetzt noch mit Salz, Balsamico-Essig, Oregano und Thymian abschmecken. Ein bisschen Zucker verpasst deiner Soße einen besonderen Geschmack.
  5. Die Soße verteilst du nun gleichmäßig auf deiner Pizza. Der Teig sollte gut bedeckt sein aber nicht schwimmen. 😊 Solltest du zu viel Soße haben hebe sie lieber auf und mache morgen nochmal Pizza oder Nudeln mit Tomatensoße.
  6. Deiner Pizza fehlen jetzt nur noch Schinken, Salami, Pilze, Mais, Paprika und alles was du sonst noch so auf deiner Pizza haben möchtest. Abschließend streust du noch so viel Käse wie du möchtest darüber und ab in den Ofen.

Bei 180 ° Umluft braucht deine Pizza ca. 15-25 Minuten.

## Mitternachtssnack (1 Person)

- 1 Bolillo
- 3 Scheiben Sandwichkäse
- 2 Eier
- 3 Scheiben Bacon
- Tabasco (oder Ketchup)

1. Zuerst legst du das Bolillo auf den Toaster damit es schön knusprig wird.
2. Anschließend stellst du eine Pfanne mit Öl auf den Herd, wenn diese warm ist, machst du die zwei Eier in die Pfanne.
3. Sind die Eier soweit fertig wie du das gerne hast legst du die Käsescheiben auf die Eier und lässt sie schmelzen.
4. Währenddessen kannst du auch schon den Bacon anbraten.
5. Ist alles fertig bestreichst du das Bolillo mit Tabasco oder Ketchup und setzt deine Eier und den Bacon drauf.



## French Toast/Arme Ritter (4 Personen)

- Ca. 8 Scheiben Toastbrot
- 2 Eier
- 1/2 Liter Milch
- Butter oder Öl
- ggf. Ahornsirup
- ggf. Zimt/Zucker

1. Hierfür mischst du in einer Schüssel mit einem Schneebesen die Eier und die Milch.
2. Anschließend stellst du eine Pfanne auf den Herd und drehst diesen auf die höchst Stufe. Hinzukommt ein wenig Butter oder Öl. Wenn die Pfanne heiß ist drehst du den Herd ein wenig runter.
3. Nun tauchst du die Scheiben Toastbrot nacheinander in die Ei/Milch Mischung und legst sie anschließend in die Pfanne. Von beiden Seiten brätst du die Toastbrot Scheiben nun schön Gold-Braun.
4. Gegessen werden diese nun am besten warm mit Ahornsirup.

## Toast-Muffins (6 Personen)

- 6 Scheiben Toastbrot
- 6 TL weiche + etwas Butter
- 6 Scheiben Bacon
- 6 Eier (Gr. S)
- 360g Käse, gerieben
- Salz, Pfeffer
- Muffin Blech

1. Zu Beginn heizt du den Backofen vor (E-Herd: 200 °C/Umluft: 175 °C).
2. Als nächstes rollst du die Toastscheiben mit einer Teigrolle möglichst dünn aus und bestrichst sie jeweils mit einem TL Butter.
3. Die Toasts mit der Butterseite nach unten in die gefetteten Mulden eines Muffinblechs (12 Mulden) drücken. Jeweils eine Scheibe Bacon in die Toastmulden legen und den geriebenen Käse auf den Boden streuen. Darauf kommt nun noch pro Mulde ein Ei.
4. Im heißen Backofen ca. 10–15 Minuten backen und kurz ruhen lassen. Vorsichtig aus den Mulden heben und mit etwas Salz und Pfeffer würzen.

## Geschnetzeltes mit Reis

(4-5 Personen)

*Das JRK-Kreiswettbewerb-Essen*

- |                          |                         |                                  |
|--------------------------|-------------------------|----------------------------------|
| ○ 600g Putenschnitzel    | ○ 200g Zwiebeln         | ○ 1 Bund Petersilie              |
| ○ 200ml Sahne            | ○ 400ml Gemüsebrühe     | ○ 250-300g Reis                  |
| ○ 200g Kräuterfrischkäse | ○ Ca. 1 EL Speisestärke | ○ Salz, Pfeffer, Paprika Edelsüß |

### Soße:

1. Zuerst schneidest du die Putenschnitzel in kleine, mundgerechte Stücke. Anschließend schneidest du die Zwiebel in kleine Würfel. Beides brätst du nun in etwas Öl in der Pfanne an, bis das Fleisch leicht gebräunt ist.
2. Jetzt bereitest du die Gemüsebrühe nach Packungsanleitung zu und stellst sie kurz bei Seite.
3. Unter Rühren gibst du nun die Sahne und den Frischkäse dazu und gießt es mit der Brühe ab. Das Ganze lässt du nun ca. 10 Minuten köcheln.
4. Während des Köchelns zupfst du die Petersilie ab, hackst sie klein und gibst sie zur Soße dazu.
5. Mit Salz, Pfeffer und Paprikagewürz kannst du die Soße jetzt noch würzen.
6. Abschließend bindest du die Soße mit der Speisestärke ab.

### Reis:

- Bei Reis aus dem Beutel bereitest du diesen nach Packungsanleitung zu.
- Bei losem Reis gibst du doppelt so viel Wasser wie Reis dazu. Beispiel. Auf eine Tasse Reis kommen 2 Tassen Wasser. Hinzukommt noch ½ TL Salz. Das ganz bringst du zum Kochen und sobald es kocht stellst du einen Wecker auf 5 Minuten.

## Einleitung

Liebe\*r .....

herzlich Willkommen zu unserem Intercamp!

Auch wenn du „nur“ offline dabei sein kannst, hoffen wir mal, dass du eine richtig schöne Übernachtung hast.

Und so funktioniert deine eigene Version vom „Intercamp“ für dich zuhause:

Du siehst hier ganz viele kleine Umschläge, die alle eine Uhrzeit tragen. Zu diesen Uhrzeiten darfst du die jeweiligen Umschläge öffnen. Darin enthalten sind dann entweder die Rezepte oder coole Aufgaben und Ideen. Die Zutatenliste haben deine Eltern bereits über WhatsApp erhalten.

Falls du nochmal Lust hast dich in die Videokonferenz dazu zu schalten kannst du das jeder Zeit gerne machen. Den groben Ablauf haben deine Eltern bereits mit der Information zum Intercamp erhalten. Dort findest du auch den Link.

Bei Fragen oder Problemen kannst du uns gerne kontaktieren. Wir freuen uns auch auf Fotos von deinen Ergebnissen. 😊

Viele Grüße die Gruppenleiter\*innen

**16 Uhr:**

Jetzt geht's endlich los!

Deine erste Aktion jetzt wird es sein wie auf einer normalen Freizeit dein Bett herzurichten. ABER, in deinem eigenen Bett zu schlafen wäre ja ziemlich langweilig und machst du schließlich auf einer richtigen Freizeit auch nicht. Suche dir deshalb in deinem Haus/deiner Wohnung irgendeinen anderen supercoolen Platz und baue dort dein Schlaflager auf. Deiner Kreativität sind fast keine Grenzen gesetzt Hauptsache superbequem. Und wenn du dein Lager fertig gebaut hast, freuen wir uns auf ein Foto. Wir suchen uns von allen das Kreativste und ungewohnteste raus.

Viel Spaß dabei!

17 Uhr:

Jetzt machen wir uns ans Abendessen. Wir beginnen mit dem Nachtisch.

Für den Nachtisch brauchst du folgendes:

<b>Abendessen (Nachtisch): 4-5 Personen</b>	
<ul style="list-style-type: none"><li>○ 300ml Schlagsahne</li><li>○ 1 Päckchen Sahnesteif</li><li>○ 300g Frischkäse (ohne Kräuter)</li><li>○ 100g Zucker</li><li>○ 1 EL Vanillezucker</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>○ 1 Pck. Vanillepuddingpulver</li><li>○ 200g TK Himbeeren</li><li>○ 50g gehobelte Mandeln</li><li>○ 1 EL Butter</li><li>○ 1 EL Zucker</li></ul>



5. Für den Nachtisch gibst du die Mandeln mit der Butter und 1 EL Zucker in eine kleine Pfanne geben und lässt sie bei mittlerer Hitze bis zu einer schönen Bräune karamellisieren. Bitte an der Pfanne bleiben und die Mandeln gut im Auge behalten. Anschließend lässt du es abkühlen.
6. Als Nächstes schlägst du die Sahne mit dem Sahnesteif fest.
7. Nun verrührst du in einer Schüssel den Frischkäse mit dem Zucker, Vanillezucker und dem Vanillepuddingpulver.
8. Jetzt hebst du die Sahne vorsichtig und die Frischkäsecreme und gibst die Hälfte der Creme in Dessertgläser, eine Glasschale oder ähnliches. Auf die Creme kommen nun die gefrorenen Himbeeren und anschließend die restliche Creme. Zum Schluss dekorierst du das Ganze mit den Mandelblättchen. Bis zum Servieren stellst du deinen Nachtisch jetzt noch kalt.

## Und jetzt geht's an die Pizza

### Abendessen (Hauptgericht): ca. 1 Blech

- |                     |   |   |
|---------------------|---|---|
| ○ 125g Quark        | ○ 400g passierte Tomaten                          | ○ Käse, gerieben                                |
| ○ 4 EL Milch        | ○ ½ oder 1 kl. Zwiebel                            | ○ Schinken, Salami,                             |
| ○ 1 Ei              | ○ 2 EL Olivenöl                                   | Pilze, Mais,                                    |
| ○ 4 EL Öl           | ○ 1 EL Tomatenmark                                | Paprika, ... alles was du gerne auf Pizza isst. |
| ○ 1 TL Salz         | ○ Salz, Zucker, Balsamico-Essig, Oregano, Thymian |   |
| ○ 250g Mehl         |   |   |
| ○ 1 Pck. Backpulver |   |   |

7. Vermische zunächst den Quark, die Milch, das Ei, das Öl und Salz mit dem Handrührgerät oder der Küchenmaschine. Anschließend vermischt du das Mehl mit dem Backpulver und rührst ca. die Hälfte davon zur Quarkmasse dazu. Das restliche Mehl knetest du nun solange unter die Masse, bis ein schöner glatter Teig entstanden ist.
8. Nun schnappst du dir ein Backblech fettest es, am besten mit Olivenöl, ein bisschen ein und roll
9. st den Teig darauf aus.
10. Für die Soße schneidest du die Zwiebel in kleine Würfel, lass dir dabei von deinen Eltern helfen. Anschließend vermischt du die passierten Tomaten mit der Zwiebel, dem Olivenöl und dem Tomatenmark. Je nach Geschmack kannst du jetzt die Soße jetzt noch mit Salz, Balsamico-Essig, Oregano und Thymian abschmecken. Ein bisschen Zucker verpasst deiner Soße einen besonderen Geschmack.
11. Die Soße verteilst du nun gleichmäßig auf deiner Pizza. Der Teig sollte gut bedeckt sein aber nicht schwimmen. 😊 Solltest du zu viel Soße haben hebe sie lieber auf und mache morgen nochmal Pizza oder Nudeln mit Tomatensoße.
12. Deiner Pizza fehlen jetzt nur noch Schinken, Salami, Pilze, Mais, Paprika und alles was du sonst noch so auf deiner Pizza haben möchtest. Abschließend streust du noch so viel Käse wie du möchtest darüber und ab in den Ofen.

Bei 200 C° Umluft sollte deine Pizza ca. 20-25 Minuten brauchen.

## 20 Uhr

Wir hoffen dir hat dein Abendessen geschmeckt und du kannst jetzt mit uns ins Abendprogramm starten. Dazu gibt es anbei ein paar Rätsel und Quizze für dich. Wenn du fertig bist schicken wir dir gerne die Lösungen zu.

Alternativ kannst du dir mit deiner Familie aber auch einen lustigen Spiele- oder gemütlichen Filmabend machen.

## 21 Uhr

Der Tag neigt sich langsam dem Ende entgegen und deswegen haben wir dir noch eine Gute-Nach-Geschichte dazu gepackt die du dir entweder vorlesen oder selbst lesen kannst.

### **“Wenn ein Nilpferd krank ist”**

Das Nilpferd Oskar kann heute nicht ins Schwimmbad. Es ist zu kalt und außerdem ist es krank.

Es liegt im Bett und niest alle Taschentücher voll. Es hat Schnupfen und jedes Mal wenn es niest, wackeln die Wände.

Noch nie zuvor war es krank und noch nie zuvor hat es sich so doof gefühlt. „Nicht ins Schwimmbad gehen, nicht raus zum Spielen, nicht einmal aufstehen kann ich“, denkt es und schmollt.

Oskar schläft, trinkt Tee und schaut aus dem Fenster. Draußen ist blauer Himmel und es schneit. „Immerhin habe ich meine Ruhe und meine Mama ist da“, sagt Oskar zu sich selber und hofft, schnell wieder gesund zu werden, denn alles andere außer Schwimmbad, erscheint ihm langweilig.

„Mama ich habe Hunger“, ruft es laut durch das Haus. Schnell bringt ihm seine Mama das Essen.

„Mama ich habe Durst“, ruft es wieder eine Stunde später durch das Haus. Schnell bringt ihm seine Mama etwas zu trinken.

Eine weitere Stunde später ruft es: „Mama mir ist langweilig.“ Da bringt ihm seine Mama ein Spiel und spielt mit ihm.

Stunde um Stunde vergeht und seine Mama bringt ihm alles, was Oskar sich wünscht, setzt sich an sein Bett und streichelt seinen Kopf. Oskar genießt es bedient und verwöhnt zu werden und denkt: „Schließlich bin ich ja auch krank.“

Doch schon bald geht es Oskar besser, aufstehen mag er aber nicht. Es ist so gemütlich und es ist schön, wenn sich jemand so um ihn sorgt.

Daher beschließt Oskar noch ein paar Tage so zu tun, als wäre er krank.

„Mama ich habe Hunger“, ruft es wieder durch das Haus. Schnell bringt seine Mama ihm wieder etwas zu essen.



„Mama ich habe Durst“, ruft Oskar wieder eine Stunde später.

Schnell bringt ihm seine Mama auch wieder etwas zu trinken.

Er hustet und niest weiter und liegt im Bett, so als wäre er noch krank. Seine Mama setzt sich wieder an sein Bett, streichelt sein Köpfchen und redet ihm gut zu. „Bald wirst du wieder ganz gesund sein Oskar“, sagt sie zu ihm und bemüht sich alles zu tun, damit es dem kleinen Nilpferd bald wieder besser geht.

Da bekommt Oskar ein schlechtes Gewissen. Er ist ja gar nicht mehr krank. Liebt es aber, dass seine Mama so viel Zeit für ihn hat.

Als sie wieder zu ihm ins Zimmer kommt, um ihm Tee und Suppe zu bringen, muss Oskar weinen.

„Oskar was hast du denn? Geht es dir nicht besser?“, fragt sie sorgenvoll nach. Oskar kuschelt sich an sie und sagt: „Doch! Ich habe gelogen, ich bin gar nicht mehr krank.“

Aber warum weinst du denn dann? Das ist doch schön, dass du nicht mehr krank bist“, antwortet sie und tröstet ihn.

„Ja aber es war so schön, dass du immer für mich da warst und so viel mit mir gekuschelt hast“, sagt Oskar, wischt sich die Tränen ab und hofft, dass seine Mama nicht böse sein wird.

„Aber Oskar, das kannst du mir doch sagen. Ich komme auch gerne zu dir, wenn du nicht krank bist und kuscheln tun wir doch immer“, antwortet sie tröstend. „Ja aber nicht so viel“, sagt Oskar und nimmt seine Mama in den Arm.

Von da an, kuscheln Oskar und seine Mama noch mehr als zuvor und Oskar kann jetzt wieder spielen.

Manchmal sind kranke Nilpferde froh, wenn sie wieder ins Schwimmbad können. Aber manchmal brauchen Nilpferd einfach ein bisschen mehr Kuscheln.

Eine Geschichte von Dorothee Schmid

**Zum Frühstück bzw. kurz vorher**

Guten Morgen. ☀️ Wie hast du in deinem Schlaflager geschlafen?

Bevor du dich jetzt ans Frühstück machst, haben wir noch zwei Ideen wie du dein Sonntags-Frühstücks ein bisschen aufpeppen kannst. Eine süße und eine herzhaft Variante. Du hast den Vorteil, dass du dich nicht zwingend entscheiden musst sondern einfach beide machen kannst, wenn du willst. Hier nochmal die jeweiligen Zutaten und anschließend die beiden Rezepte.

Frühstück (Süß): 4 Personen	Frühstück (deftig): 6 Personen
<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 8 Scheiben Toastbrot</li> <li>○ 2 Eier</li> <li>○ 1/2 Liter Milch</li> <li>○ Butter oder Öl</li> <li>○ ggf. Ahornsirup</li> <li>○ ggf. Zimt/Zucker</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 6 Scheiben Toastbrot</li> <li>○ 6 TL weiche + etwas Butter</li> <li>○ 6 Scheiben Bacon</li> <li>○ 6 Eier (Gr. S)</li> <li>○ 360g Käse, gerieben</li> <li>○ Salz, Pfeffer</li> <li>○ Muffin Blech</li> </ul>

**Süße Variante:**

5. Hierfür mischst du in einer Schüssel mit einem Schneebesen die Eier und die Milch.
6. Anschließend stellst du eine Pfanne auf den Herd und drehst diesen auf die höchst Stufe. Hinzukommt ein wenig Butter oder Öl. Wenn die Pfanne heiß ist drehst du den Herd ein wenig runter.
7. Nun tauchst du die Scheiben Toastbrot nacheinander in die Ei/Milch Mischung und legst sie anschließend in die Pfanne. Von beiden Seiten brätst du die Toastbrot Scheiben nun schön Gold-Braun.
8. Gegessen werden diese nun am besten warm mit Ahornsirup.

**Herzhafte Variante:**

5. Zu Beginn heizt du den Backofen vor (E-Herd: 200 °C/Umluft: 175 °C).
6. Als nächstes rollst du die Toastscheiben mit einer Teigrolle möglichst dünn aus und bestrichst sie jeweils mit einem TL Butter.
7. Die Toasts mit der Butterseite nach unten in die gefetteten Mulden eines Muffinblechs (12 Mulden) drücken. Jeweils eine Scheibe Bacon in die Toastmulden legen und den geriebenen Käse auf den Boden streuen. Darauf kommt nun noch pro Mulde ein Ei.
8. Im heißen Backofen ca. 10–15 Minuten backen und kurz ruhen lassen. Vorsichtig aus den Mulden heben und mit etwas Salz und Pfeffer würzen.

## 11 Uhr

Unser Intercamp neigt sich leider schon dem Ende entgegen, aber vor her brauch das Detektivbüro „Deckauf“ ganz dringend Deine Hilfe bei einem seltsamen Fall.

Hierfür benötigst du allerdings auf einem Handy oder Tablet die App „Actionbound“.

Mit dieser scannst du dann diesen Code und schon geht's los.



<https://actionbound.com/bound/intercamp>

## 12 Uhr

Unsere letzte Aktion, falls du noch Lust hast. Falls du dir jetzt denkst, auf unserer Freizeit wird nur gegessen dann stimmen wir dir zu, aber wenn du mal an unsere Freizeiten zurückdenkst (falls du schonmal dabei warst) wirst du feststelle, dass es da genauso ist. Der einzige Unterschied ist, dass du hier nicht selbst kochen musst.

Zum Mittagessen gibt es unser Legendäres Mittagessen von unseren Kreiswettbewerben der auch heuer leider wieder nicht stattfinden wird. Putengeschnetzeltes mit Reis.

### Die Zutaten:

<b>Mittagessen (Hauptgericht): 4 Personen</b>		
○ 600g Putenschnitzel	○ 200g Zwiebeln	○ 1 Bund Petersilie
○ 200ml Sahne	○ 400ml Gemüsebrühe	○ 250-300g Reis
○ 200g Kräuterfrischkäse	○ Ca. 1 EL Speisestärke	Salz, Pfeffer, Paprika
		Edelsüß

### Und so wird's gemacht:

#### Soße:

1. Zuerst schneidest du die Putenschnitzel in kleine, mundgerechte Stücke. Anschließend schneidest du die Zwiebel in kleine Würfel. Beides brätst du nun in etwas Öl in der Pfanne an, bis das Fleisch leicht gebräunt ist.
2. Jetzt bereitest du die Gemüsebrühe nach Packungsanleitung zu und stellst sie kurz bei Seite.
3. Unter Rühren gibst du nun die Sahne und den Frischkäse dazu und gießt es mit der Brühe ab. Das Ganze lässt du nun ca. 10 Minuten köcheln.
4. Während des Köchelns zupfst du die Petersilie ab, hackst sie klein und gibst sie zur Soße dazu.
5. Mit Salz, Pfeffer und Paprikagewürz kannst du die Soße jetzt noch würzen.
6. Abschließend bindest du die Soße mit der Speisestärke ab.

#### Reis:

- Bei Reis aus dem Beutel bereitest du diesen nach Packungsanleitung zu.
- Bei losem Reis gibst du doppelt so viel Wasser wie Reis dazu. Beispiel. Auf eine Tasse Reis kommen 2 Tassen Wasser. Hinzukommt noch  $\frac{1}{2}$  TL Salz. Das ganz bringst du zum Kochen und sobald es kocht stellst du einen Wecker auf 5 Minuten.

## Rätsel 1

### Schaffst du es den Lösungssatz herauszubekommen?

Hinweis: Ä, Ö und Ü werden auch als A, O und U geschrieben.

1. Wo für steht das D in HELD?
2. Wofür steht das E in HELD?
3. Wie heißt die Lage in die du einen Bewusstlose Person bringst?
4. Was steckt hinter "LEFFOTRAK"?
5. Wofür seht JRK?
6. 112 ist die Nummer für den....
7. Was gibt 6+4? (Die Antwort als Wort schreiben)
8. Wie heißen du bunten Dinger die du an Ostern in deinem Garten suchst? (Mehrzahl)
9. Womit beißt du dein Essen klein?
10. Welcher Monat ist der vierte im Jahr?
11. Wie heißt du Eiskönigin?
12. Wie heißen die kleinen weißen Blumen die als erstes nach dem Winter überall zu sehen sind?

The crossword puzzle grid is composed of white cells for letters and grey cells for empty space. The starting points for the clues are numbered as follows:

- 1: Down, 4 cells
- 2: Down, 4 cells
- 3: Down, 4 cells
- 4: Down, 4 cells
- 5: Across, 14 cells
- 6: Across, 6 cells
- 7: Down, 3 cells
- 8: Across, 8 cells
- 9: Across, 10 cells
- 10: Across, 6 cells
- 11: Down, 3 cells
- 12: Across, 14 cells

At the bottom of the grid, there are three rows of numbered boxes for the solution set:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----	----	----

Rätsel 2

Findest du die 13 versteckten Inhalte des Verbandkastens?

K	E	P	Y	X	C	S	L	G	D	P	N	S	T	X	E	R	C	S	W	D	Z	C
P	M	E	D	U	D	R	E	I	E	C	K	T	U	C	H	H	X	A	D	X	I	I
B	K	Q	C	Y	G	N	U	S	Z	G	W	Q	R	R	F	T	U	Q	E	B	D	I
Q	K	R	E	T	T	U	N	G	S	D	E	C	K	E	X	D	Y	V	R	Z	D	Q
R	U	L	X	W	U	N	D	S	C	H	N	E	L	L	V	E	R	B	A	N	D	Z
M	I	J	T	M	P	A	E	Y	V	E	R	B	A	N	D	T	U	C	H	J	O	N
L	W	R	R	C	H	D	V	W	H	Q	E	G	V	V	I	J	T	C	O	W	I	T
O	U	I	N	H	A	L	T	S	V	E	R	Z	E	I	C	H	N	I	S	Z	F	N
J	E	S	G	T	F	G	S	D	Q	S	F	T	R	K	C	R	B	E	Y	N	Q	H
D	X	S	H	E	D	O	W	W	L	C	A	Z	B	O	C	U	Z	H	S	A	X	M
N	Y	P	G	X	E	M	M	C	Y	L	V	H	A	M	Q	T	N	A	D	N	V	L
E	M	P	C	O	B	O	U	L	Q	O	P	Y	N	P	B	E	R	N	E	L	D	W
G	G	F	O	F	E	R	L	I	T	M	I	W	D	R	F	D	N	D	G	E	D	C
K	H	L	S	T	I	B	L	Z	K	Q	W	E	P	E	L	S	X	S	O	I	Y	S
C	I	A	C	I	I	N	B	A	K	M	B	D	A	S	K	C	W	C	E	T	C	H
N	W	S	L	X	W	U	I	E	K	Y	H	Q	C	S	P	H	I	H	W	U	J	K
O	L	T	V	Q	P	E	N	U	G	F	T	L	K	E	Y	E	H	U	Q	N	G	V
O	J	E	N	T	K	O	D	T	U	F	Z	N	C	S	I	R	S	H	S	G	P	I
Q	M	R	B	O	I	M	E	I	U	B	L	P	H	E	L	E	I	E	I	Q	N	T
B	F	M	U	X	I	B	G	Q	K	I	K	R	E	U	E	H	Y	G	F	W	F	C
S	U	Y	Q	Z	D	H	Y	X	G	H	A	L	N	T	M	A	L	X	M	R	L	I
U	H	C	E	S	K	A	F	E	U	C	H	T	T	U	C	H	J	H	H	X	S	Y
T	W	R	P	O	I	H	W	N	D	X	F	K	P	E	Z	U	L	S	Z	I	L	Q