

Windfahne

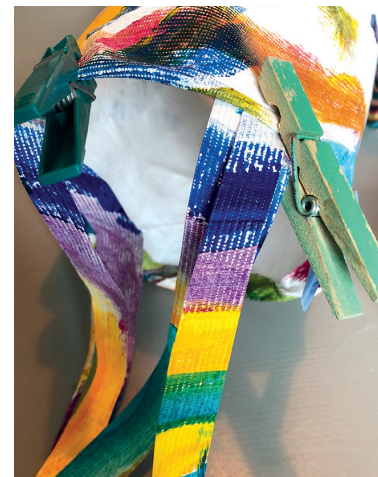
Du brauchst: Tyvek-Drachentuch oder eine alte Tüte, Kleber, Schnur, Nähnadel, dünne Äste die sich zu einem Ring biegen lassen, Kleber, wasserfeste Farben und einen Angelwirbel.



1. Zuerst gestalte dein Tuch mit bunten Farben, du kannst natürlich zum Beispiel auch unterschiedliche Grüntöne benutzen und so einen furchterregenden Drachen zum Leben erwecken. Wenn du eine bunte Spirale malst und diese nachher zu Flatterschwänzen schneidest, werden sie schön bunt.

2. Schneide ein Rechteck aus deinem Tuch: 42 cm lang und 20 cm hoch!

3. Forme aus den Ästen zwei Ringe mit einem Durchmesser von 12 cm und fixiere sie mit Klebeband, damit sie sich nicht wieder aufwickeln.



4. Klebe aus deinem Rechteck einen Tunnel.

5. Nun klebst du in beide Enden des Tunnels die Ringe, indem du einfach ungefähr 1 cm Tuch einklappst. Fixiere die Klebestelle mit einer Wäscheklammer bis sie trocken ist.

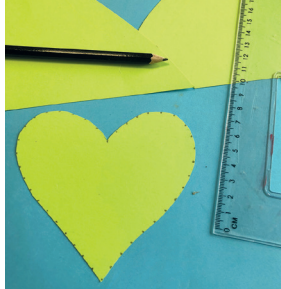
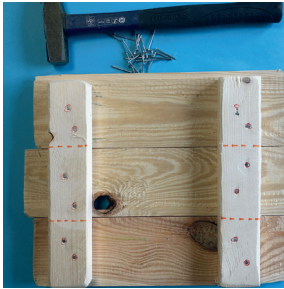
6. Schneide den Rest deines bunten Tuches in ungefähr 2 cm breite Streifen und klebe sie an eine Seite deines Tunnels. Auch hier kannst du wieder Wäscheklammern benutzen, um die Klebestellen zu fixieren.

7. Mit einer Nähnadel knotest du drei Schnüre an die Vorderseite deiner Windfahne. Knote sie so zusammen, dass alle drei gleichlang sind und binde den Angelwirbel daran. Der Wirbel sorgt dafür, dass sich die Windfahne frei drehen kann, ohne dass sich die Schnüre verknoten. Nun musst du deine Windfahne nur noch an einem Stock oder Baum aufhängen.

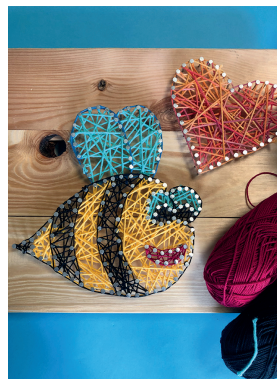
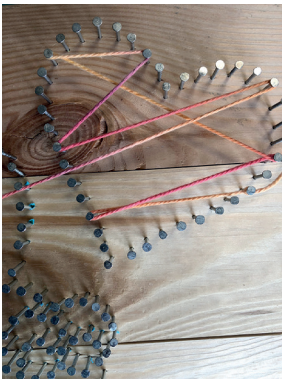


Nagelbild

Ihr braucht: Holzlatten, Bretter, jede Menge Nägel, Hammer, Wäscheklammer, Schere, Papier, Lineal, Stift, einen Haken und etwas Draht, Wolle oder Garn



1. Nagel die Bretter zusammen und achte darauf, dass keine Lücken zwischen den Brettern sind! Am besten hält dein Bild zusammen, wenn du die Nägel immer versetzt einschlägst (siehe Abbildung).
2. Schneide dein gewünschtes Motiv aus Papier aus. Mache am Rand mit Hilfe eines Lineals jeden Zentimeter einen Strich. Ein Herz oder Stern ist ein gutes Einsteigermotiv, falls du noch nicht soviel gehämmert hast.
3. Platziere dein Motiv auf dem Holzbild, an jedem Strich schlägst du einen Nagel ein. Du kannst auch eine Wäscheklammer verwenden, um die Nägel am Anfang festhalten zu können - so bleiben deine Finger in Sicherheit!



4. Knote den Anfang der Schnur an einem Nagel fest und gehe im Zick-Zack-Muster hin und her, bis alle Nägel von der Schnur umspannt sind. Am Schluss gehst du noch einmal um den Umriss deiner Form und knotest das Ende fest.
5. Damit du dein Bild aufhängen kannst, drehe auf der Rückseite eine Öse in das obere Brett und mache eine kleine Drahtschleife für den Nagel in der Wand.

Leckere Smoothie-Varianten

Smoothies sind erfrischende Shakes aus verschiedenen Früchten oder Gemüsesorten, Säften, und ggf. Milchprodukten. Sie lassen sich schnell zubereiten und schmecken besonders gut bei dem aktuellen tollen Wetter. Probiert doch mal eines der folgenden Rezepte zuhause aus oder überlegt Euch eine ganz eigene Kreation!

Erfrischender Beeren- Smoothie

Ergibt ca. 2 Portionen

Zutaten:

- 150 g Waldfrüchte frisch oder tiefgekühlt (z.B. Johannisbeeren, Brombeeren, Himbeeren etc.)
- ½ Zitrone
- 1 EL Honig
- 2 EL Haferflocken
- 150 ml Traubensaft
- 2 EL Naturjoghurt



Fruchtiger Bananen-Erdbeer- Smoothie

Ergibt ca. 2 Portionen

Zutaten:

- 150g Erdbeeren frisch oder tiefgekühlt
- ½ reife Banane
- 150 ml Orangensaft



Zubereitung:

Die Zutaten in ein hohes Gefäß geben und mit einem Pürierstab gut durchmischen. Achtet darauf, frisches Obst vorher gut zu waschen und ggf. zu schälen. Die fertigen Smoothies können dann in Gläser aufgeteilt werden und ganz nach euren Wünschen dekoriert werden, z.B. mit frischen Früchten oder etwas Minze. Besonders lecker schmecken sie gut gekühlt!

