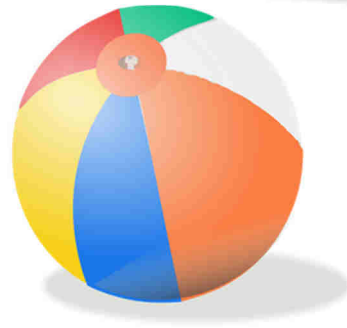




Gebete. Lieder.  
Kreative Ideen.



**Liebe Familien,**  
mit unserem Newsletter wollen wir Ihnen Ideen geben, um miteinander zu beten, zu Hause Gottesdienst zu feiern und kreativ zu werden.  
Sie können unsere Ideen gerne selbst nutzen und an andere weitergeben.  
Wenn Sie diesen Newsletter nicht beziehen wollen, geben Sie uns Bescheid und Sie werden aus dem Verteiler gelöscht.



Katholisches  
Stadtdekanat  
Mannheim



Hier geht's los. Lies in diese Richtung, also mit dem Uhrzeigersinn.



Wir singen ein **Lied**, z.B.  
Gott dein guter Segen ist wie großes Zelt



Wir beginnen mit dem  
**Kreuzzeichen**  
und sprechen dazu:  
Im Namen des  
Vaters,  
des Sohnes und  
des



Heiligen Geistes.

Wir zünden dafür,  
dass Gott bei uns ist,  
eine **Kerze** an.

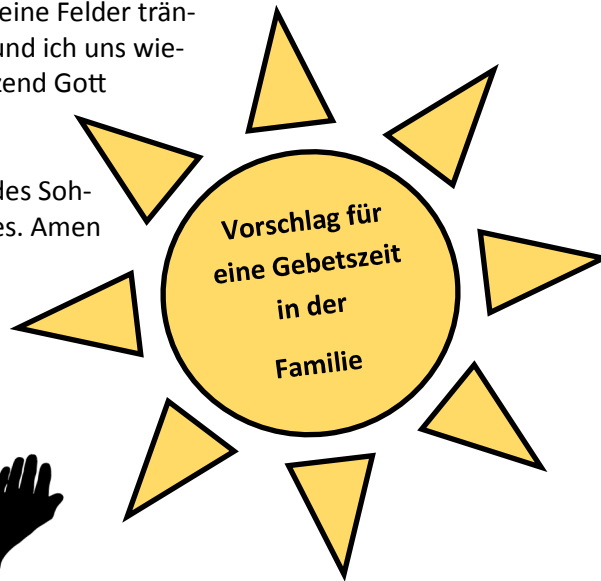


Irischer Reisesegen

Möge dein Weg freundlich dir  
entgegenkommen, Wind dir den Rücken  
stärken, Sonnenschein deinem Gesicht viel  
Glanz und Wärme geben,  
der Regen möge sanft dir deine Felder trän-  
ken, und bis wir beide, du und ich uns wie-  
dersehen, halte dich schützend Gott  
in seiner Hand.

Im Namen des Vaters und des Soh-  
nes und des Heiligen Geistes. Amen

Wir beten das **Vater  
unser** ( du fin-  
dest es auf der  
nächsten Seite)



Wir singen ein **Lied**, z.B. Laudato si

Wir **beten** miteinander:

Die Ferien haben an-  
gefangen. Danke guter  
Gott, dass es Ferien gibt.



Wir brauchen die Schule und Arbeit,  
wir brauchen aber auch die Erholung.

Schenke uns eine Zeit, in der wir uns  
entspannen können, in der wir Zeit ha-  
ben zum Spielen, in der wir Neues sehen  
und erleben, in der wir Spaß haben und  
viel Zeit mit unseren Freunden und der  
Familie verbringen können.

Segne unsere Ferien und lass uns  
gesund bleiben. Amen.



**Fürbitten**

Unsere Gedanken und Bitten bringen  
wir im Gebet zu Gott.

- ◆ Lebendiger Gott, viele Menschen haben nicht alles,  
was sie zum Leben brauchen. Öffne unsere Augen  
und Herzen für die Not anderer.  
**Alle: Du Gott, höre unser Gebet.**
- ◆ Lebendiger Gott, schenke allen Familien in den  
kommenden Wochen Erholung und Orte an denen  
sie neue Kräfte sammeln können.  
**Alle: Du Gott, höre unser Gebet.**
- ◆ In diesen Sommertagen genießen wird das draussen  
sein besonders. Lass uns achtsam mit der Schöp-  
fung - allen Pflanzen, Tieren und der Natur  
umgehen.  
**Alle: Du Gott, höre unser Gebet.**

Amen



**Wir hören die Erzählung von der Brotvermehrung.**

Die Menschen teilen das Essen, das sie haben.  
Es reicht für alle. Und am Ende bleibt noch  
einige Körbe übrig.

Welche Dinge fallen dir ein, die du in den Ferien  
mit anderen Menschen teilen kannst?

*Wenn du magst, kannst du uns vom Famili-  
ennewsletter Team gerne davon berichten.*





**Vater Unser** — Vater unser im Himmel, geheiligt werde dein Name. Dein Reich komme. Dein Wille geschehe, wie im Himmel so auf Erden. Unser tägliches Brot gib uns heute. Und vergib uns unsere Schuld, wie auch wir vergeben unseren Schuldigern. Und führe uns nicht in Versuchung, sondern erlöse uns von dem Bösen. Denn dein ist das Reich und die Kraft und die Herrlichkeit in Ewigkeit. Amen

## Alle werden satt!



www.234familie/Auswahl zum  
18. Sonntag im Jahreskreis

Jesus will allein sein, deshalb fährt er mit einem Boot in eine einsame Gegend. Doch die Leute in den Städten und Dörfern hören davon und folgen Jesus dorthin. Als Jesus ankommt, sind sie schon da. Viele sind gekommen. Mehr als 5000 Frauen, Männer und Kinder, sogar die Kranken. Sie alle möchten bei Jesus sein.

Als Jesus die vielen Menschen sieht, hat er Mitleid mit ihnen und heilt ihre Kranken. Als es Abend wird, kommen die Jünger zu Jesus: „Schick doch die Menschen weg, damit sie sich in den umliegenden Dörfern etwas zu essen kaufen können.“

Jesus aber antwortet: „Sie brauchen nicht wegzugehen gebt ihr ihnen zu essen!“

Die Jünger erschrecken: „Wir haben aber nur fünf Brote und zwei Fische!“ Jesus bittet seine Jünger, ihm die Brote und Fische zu bringen. Die Menschen lädt er ein, sich ins Gras zu setzen. Jesus nimmt die fünf Brote und die zwei Fische. Er lobt und dankt Gott, dann bricht er die Brote. Die Jünger verteilen sie an die Menschen. Sie essen miteinander und alle werden satt! Als die Jünger die restlichen Brotstücke einsammeln, sind zwölf Körbe voll übrig.

Mt 14,13-21

Quelle: Kinderzeitung für den Sonntag Nr. 36 2019/20 Hrsg. Erzb. Seelsorgeamt Freiburg



#### Zutaten für 20-30 Brötchen (je nach Größe)

1 Hefewürfel (42 g)  
500 ml Wasser, lauwarm  
1 kg Weizenmehl, Typ 550  
5 g Zucker  
10 g Salz  
80 ml Pflanzenöl (z.B. Sonnenblumenöl oder Rapsöl, kein Olivenöl wegen des Eigengeschmacks)  
*Zum Bestreichen und Aufstreuen*  
1 Ei (Gr. M) ; ca. 1 EL Milch, nach Belieben z.B. Mohn, Sesam, Sonnenblumenkerne, Kürbiskerne, Haferflocken,...

#### Zubereitung

Die Hefe zerbröseln und mit dem lauwarmen Wasser in einer Schüssel glattrühren. Mehl zufügen und alles mit einer Küchenmaschine oder der Hand verkneten. Während des Knetens Zucker, Salz und Pflanzenöl dazugeben und alles zusammen zu einem glatten, geschmeidigen Teig verkneten.

Nach dem Kneten den Teig auf einer leicht bemehlten Arbeitsfläche oder in einer Schüssel abgedeckt für circa 30 Minuten ruhen lassen. So kann der Teig entspannen und die Hefe beginnt zu arbeiten.

Danach erneut kurz durchkneten und nach Belieben in 20 bis maximal 30 gleiche Stücke (mit einem Stückgewicht von 75 g bzw. 50 g) aufteilen.

Backpapier auf ein Blech legen und mit etwas Mehl bestreuen. Das verleiht dem Brötchenkranz an der Unterseite eine rustikale Optik.

Die Teigstücke rundwirken. Dafür mit einer Hand gegen die Arbeitsfläche drücken und in kreisenden Bewegungen erst mit starkem, dann leichterem Druck zu einer Kugel formen. Mit der Unterseite auf das Backpapier legen.

**Für den Kranz ein Teigstück in die Mitte legen, dann drei rechts und links davon und dann die weiteren Teigstücke nacheinander anlegen.** So erhält der Brötchen-Kranz zum Schluss eine runde Form.

Das Ei mit der Milch verquirlen und alle Teigteile dünn damit bestreichen. Dann nach Belieben bestreuen – z.B. mit Mohn, Sesam, Sonnenblumen- oder Kürbiskernen, Haferflocken, Leinsamen. Ist der Brötchenkranz fertig dekoriert, mit einem Küchenhandtuch abdecken und noch einmal 25 bis 40 Minuten gehen lassen, bis die Teigstücke ihr Volumen sichtbar vergrößert haben. Das Handtuch entfernen und den Brötchenkranz im vorgeheizten Backofen bei 200° C Ober- und Unterhitze 25 bis 30 Minuten goldbraun backen. Nach dem Backen auf ein Kuchengitter geben und auskühlen lassen.

Guten Appetit!



## Minze-Melonen

### Eistee

Hier treffen **zwei Erfrischungsexperten** aufeinander; nämlich Minze und Wassermelone. Dafür kocht man einen Liter Minztee und lässt ihn mit Eiswürfeln abkühlen. Währenddessen das Fleisch einer halben Melone pürieren und dem ausgekühltem Tee zugeben.



**Damit beim Sprung ins kühle Nass nichts schief geht, beachte bitte die Baderegeln.**

- 1. Geh nie mit vollem Bauch ins Wasser**
- 2. Spring nur ins Wasser, wenn du sicher bist, dass es tief genug ist**
- 3. Bade nur dort, wo keine Boote, Schiffe oder Surfer in der Nähe sind**
- 4. Geh niemals bei Gewitter baden**
- 5. Schwimmreifen oder Matratzen sind nicht sicher**

Wenn du kein geübter Schwimmer bist, solltest du nicht so weit aufs offene Wasser schwimmen. Auch nicht mit einer Matratze. Solche aufblasbaren Dinge bieten keinen Schutz, denn sie können leicht an Luft verlieren. Generell heißt es: über schätze dich nicht!

- 6. Geh nur ins Wasser, wenn es dir gut geht**

Wenn es besonders heiß ist, kühle dich am besten vorher ein wenig ab. Geh aber nicht ins Wasser, wenn du dich unwohl fühlst.

### **Eine Wasserrutsche im Garten? Das geht! Das braucht ihr dafür:**

Ein paar große, am besten blaue Müllbeutel

Dickes Klebeband

Wasser

Flüssige Seife

#### **So geht es:**

Als erstes klebt ihr ein paar Müllbeutel zusammen (ungefähr 5 oder mehr...)

Dann befestigt ihr die Rutschbahn mit großen Steinen auf der Wiese.

Nun reibt ihr die Müllbeutel mit Seife ein, und setzt euch auf die Müllbeutel.

Jetzt gießt jemand hinter euch Wasser auf die Rutsche, und dann rutscht ihr los!!!

Am besten klappt das, wenn die Tütenbahn auf einer schrägen Fläche gespannt werden kann.

Viel Spaß!

Quelle: [www.kindersache.de/selbermachen](http://www.kindersache.de/selbermachen)

## Kontakt:

familien-newsletter@kathma.de

Wenn Du Ideen oder Rückmeldungen hast, darfst Du Dich gerne melden.

... ihr habt immer noch nicht genug?

Dann gibt's hier noch ein paar Internetseiten zum Stöbern:

Ein Kurzfilm zur Geschichte des Brotes gibt es hier:

<https://www.zdf.de/kinder/loewenzahn/brot-geschichte-102.html>



**Abenteuer für zu Hause**

<https://www.ferienplattform-mannheim.de>

<https://www.sternsinger.de/kinder/sternsinger-magazin/sternsinger-magazin-unsere-eine-welt/>

<https://www.kinderweltreise.de>

Wer Ausflugstipps innerhalb von Baden – Württemberg sucht, wird hier fündig:

<https://www.familien-ferien.de>

Tipps für Ferienlesestoff gibt es hier

<https://www.stiftunglesen.de/leseempfehlungen/kinderbuch-check/>

<https://www.br.de/kinder/buch-tipp-kinderprogramm-106.html>

