

Vitaminbombe

Es ist wichtig viele gute Vitamine zu sich zu nehmen, die sind nämlich nicht nur gesund, sondern auch mega lecker.

Hier ist ein Rezept für ein Kiwi-Bananen-Smoothie. Lass dir am besten von deinen Eltern bei der Zubereitung helfen.

- 1 Kiwi
- 1 Banane
- ½ Liter Orangensaft
- ½ Teelöffel Honig



Die Kiwi und Banane in Stücke schneiden.

Alles zusammen mit dem Orangensaft und dem Honig in eine Schüssel geben und mit dem Pürierstab pürieren. Oder die Zutaten in einen Mixer geben und mixen.

Das Rezept reicht für 2 Portionen.

Du magst keine Kiwi und keine Bananen? Nicht schlimm. Du darfst gern kreativ einen eigenen Smoothie erfinden. Deine Eltern helfen dir bestimmt.

Hat es dir Spaß gemacht?

Dann schau gerne mal bei www.swdec.de bei „Corona“ vorbei. Dort findest du noch viele Ideen und Informationen für dich und deine Geschwister.

Mit Jesus Christus mutig voran! Bis bald,

deine Jungscharmitarbeiter.



Briefkasten- Jungschar



Südwestdeutscher Jugendverband 
Entschieden für Christus

Hallo liebe Jungscharler!

Wir haben eine neue Briefkasten-Jungschar für euch. Mit einer neuen Andacht, neuen Rätseln und neuem Spaß.

Viel Spaß dabei :)

Deine Jungscharmitarbeiter.

Bibelsnack

Als Jesus einmal an einem Brunnen saß um sich auszuruhen, kam eine Frau um Wasser zu schöpfen. Die beiden unterhielten sich und es ist ein richtig cooles Gespräch entstanden. Jesus hat ihr erzählt, dass das Wasser, das er den Menschen geben möchte, dafür sorgt, dass man nie wieder Durst bekommt.



Klingt erst mal komisch, oder? Ein Wasser, von dem man nie wieder Durst hat... das geht doch gar nicht?!

Jesus meint damit, dass er den Menschen das ewige Leben bringen möchte – etwas das nie aufhört! Wer an Jesus glaubt und ihn in sein Leben aufnimmt, gehört zu seiner Familie und das ist wie wenn der „Lebensdurst“ gestillt wird. Coole Sache! Jesus möchte auch deinen Lebensdurst stillen und ewiges Leben schenken.

Wenn du magst, dann lies die ganze Geschichte von der Frau am Brunnen und von Jesus selbst mal in der Bibel nach.

Du findest sie in Johannes 4, 1 – 42.

Gebet

Es ist so gut zu wissen, dass wir jeder Zeit mit Gott reden dürfen und ihm sagen dürfen, wie es uns geht, was uns beschäftigt, wovor wir Angst haben, wofür wir dankbar sind und was uns freut.

Schreib das hier doch mal alles auf und sage es Gott dann:

Wo geht's lang?
Zeige dem Mädchen
den Weg zur Quelle.

