



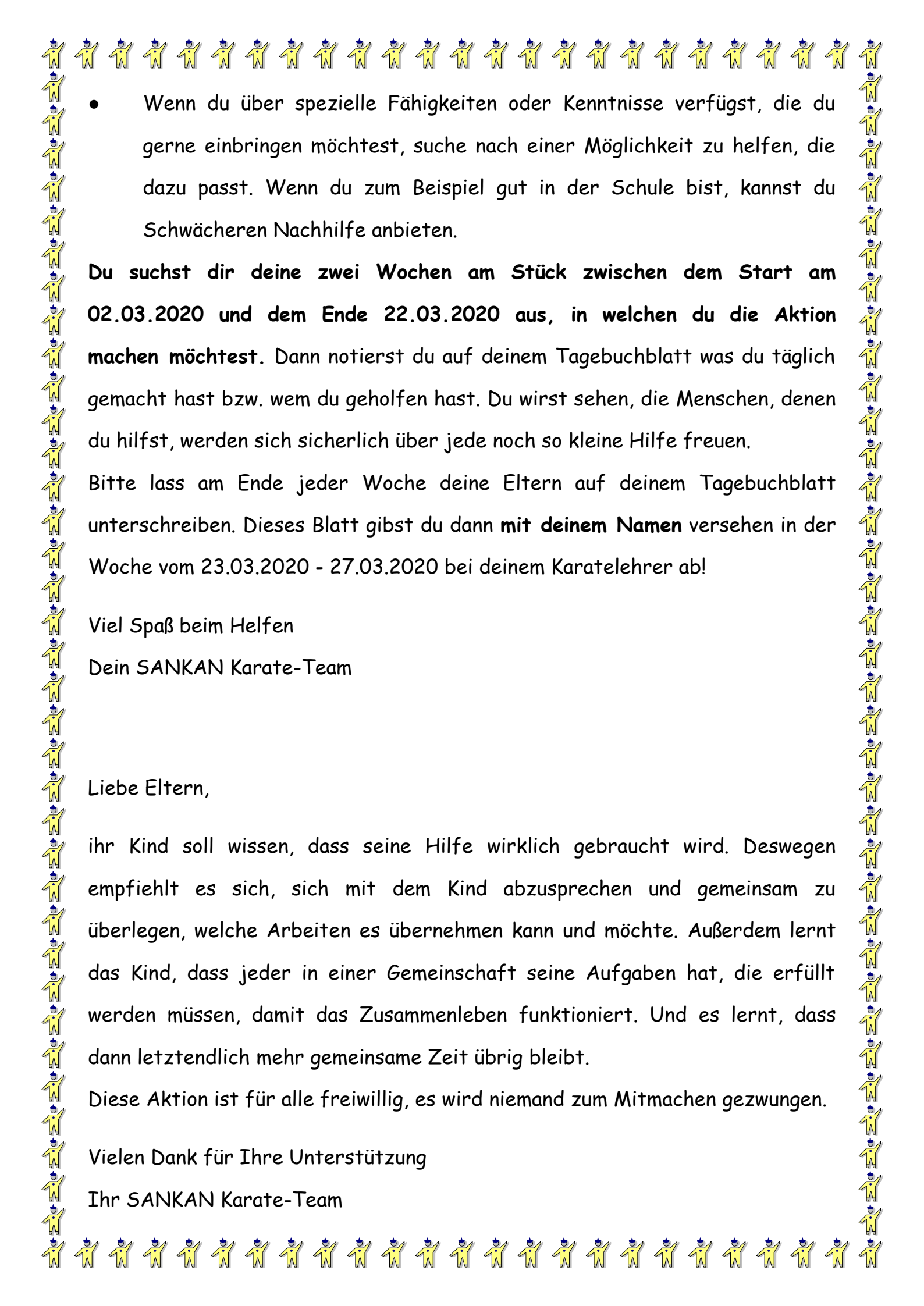
Junge Helden - jeden Tag

Spende deine Zeit und deine Fähigkeiten

Liebe Karateka, liebe Eltern,

in den nächsten Wochen (Fastenzeit) möchten wir auf das Thema Werte genauer eingehen. Zu den Werten, die du ja sicherlich bestens kennst, gehören Freundlichkeit, Ordnung, Disziplin, Respekt, ... und Hilfsbereitschaft. Hilfsbereitschaft bedeutet anderen zu helfen. Wenn du deine Zeit und deine Fähigkeiten anbietest, bekommst du im Gegenzug das Gefühl, dass du eine wichtige Hilfe für die Gemeinschaft geleistet hast. Ein gutes Gefühl bei etwas zu haben, macht uns glücklich. Wir haben uns gedacht, dass wir in unserer Fastenaktion die Hilfsbereitschaft fördern wollen. Natürlich bist du bestimmt schon sehr hilfsbereit, aber man kann immer noch mehr tun. Deshalb starten wir einen Wettbewerb, bei welchem du dir zwei Zusatzstempel und eine tolle Überraschung verdienen kannst. Wie das geht? Ganz einfach! Es gibt unzählige Möglichkeiten wo du helfen kannst und etwas beitragen kannst.

- Im Haushalt: beim Geschirr spülen, Staub wischen und saugen, Müll wegbringen, Tisch decken und abräumen, Wäsche waschen ...
- Älteren Leuten: beim Einkaufen, bei der Gartenarbeit ...
- eigenes Zimmer: aufräumen, Bett machen bzw. frisch beziehen, Kleidung ordentlich legen und einräumen ...
- Haustiere: Tiere mit Futter und frischem Wasser versorgen, mit dem Hund Gassi gehen, Katzenklo säubern, Meerschweinchen- oder Hasenkäfig sauber machen ...

- 
- Wenn du über spezielle Fähigkeiten oder Kenntnisse verfügst, die du gerne einbringen möchtest, suche nach einer Möglichkeit zu helfen, die dazu passt. Wenn du zum Beispiel gut in der Schule bist, kannst du Schwächeren Nachhilfe anbieten.

Du suchst dir deine zwei Wochen am Stück zwischen dem Start am 02.03.2020 und dem Ende 22.03.2020 aus, in welchen du die Aktion machen möchtest. Dann notierst du auf deinem Tagebuchblatt was du täglich gemacht hast bzw. wem du geholfen hast. Du wirst sehen, die Menschen, denen du hilfst, werden sich sicherlich über jede noch so kleine Hilfe freuen.

Bitte lass am Ende jeder Woche deine Eltern auf deinem Tagebuchblatt unterschreiben. Dieses Blatt gibst du dann **mit deinem Namen** versehen in der Woche vom 23.03.2020 - 27.03.2020 bei deinem Karatelehrer ab!

Viel Spaß beim Helfen

Dein SANKAN Karate-Team

Liebe Eltern,

ihr Kind soll wissen, dass seine Hilfe wirklich gebraucht wird. Deswegen empfiehlt es sich, sich mit dem Kind abzusprechen und gemeinsam zu überlegen, welche Arbeiten es übernehmen kann und möchte. Außerdem lernt das Kind, dass jeder in einer Gemeinschaft seine Aufgaben hat, die erfüllt werden müssen, damit das Zusammenleben funktioniert. Und es lernt, dass dann letztendlich mehr gemeinsame Zeit übrig bleibt.

Diese Aktion ist für alle freiwillig, es wird niemand zum Mitmachen gezwungen.

Vielen Dank für Ihre Unterstützung

Ihr SANKAN Karate-Team