Eigene Gesichtsmasken herstellen

1. Joghurt-Honig-Maske

Geeignet für: Trockene und pflegebedürftige Haut. Joghurt sorgt für ein angenehm erfrischendes Hautgefühl, während Honig Feuchtigkeit binden kann.

Zutaten: 5 EL Naturjoghurt, 1 EL Honig

Zubereitung: Naturjoghurt und Honig in eine kleine Schüssel geben. Beide Zutaten gut miteinander verrühren, bis eine gleichmässige Masse entsteht.

Anwendung: Maske gleichmässig auf das gereinigte Gesicht auftragen, 10 Minuten einwirken lassen und anschliessend mit lauwarmem Wasser gründlich abspülen.



2. Aloe-Vera-Kokos-Maske

Geeignet für: Ein angenehmes Pflegegefühl bei trockener Haut. Aloe-Vera-Gel kann die Haut mit Feuchtigkeit versorgen. Kokosöl bildet zusätzlich einen pflegenden Film.

Zutaten: 2 EL Aloe-Vera-Gel, 1 TL Kokosöl

Zubereitung:vAloe-Vera-Gel in eine kleine Schüssel geben, Kokosöl hinzufügen, beide Zutaten gründlich verrühren, bis eine möglichst gleichmässige Mischung entsteht.

Anwendung: Mischung dünn auf das gereinigte Gesicht auftragen, 5–10 Minuten einwirken lassen und anschliessend mit lauwarmem Wasser abspülen.



Getränkerezepte

Virgin Mint Mojito

- Minzblätter - *7-12 Blätter*
- eine halbe Limette oder Zitrone - in *3-4 Spalten geschnitten*
- Eis - *mehrere Würfe*l
- Zucker oder Rohrzuckersirup - *2 Esslöffel (nach Geschmack)*
- Mineralwasser mit Kohlensäure - *200 ml*





Wild Berry Dreams

- Wild Berry - 200 ml
- Mineralwasser mit Kohlensäure - 20 ml
- Himberren - ca. 5-7
- Heidelbeeren - ca. 7-10
- Minzblätter - 2-3 Blätter
- Eis - mehere Würfel





Rezept Kürbiskernchips🎃

Hast du einen Kürbis zu Hause und weisst nicht, was du damit anfangen sollst? Dann haben wir hier ein einfaches Rezept, mit dem du die Kürbiskerne verwerten kannst!

Zutaten:

- Kürbiskerne
- Etwas Öl
- Curry
- Salz
- Paprikapulver

Zubereitung:

Schritt 1: Höhle den Kürbis aus und entferne das Fruchtfleisch zusammen mit den Kernen.

Schritt 2: Gib das Fruchtfleisch inklusive der Kerne in eine Schüssel.

Schritt 3: Fülle die Schüssel mit Wasser. So lassen sich die Kerne leichter vom Fruchtfleisch lösen.

Schritt 4: Wasche die Kerne gründlich ab und trockne sie anschliessend.

Schritt 5: Vermische die Kürbiskerne mit etwas Öl, Curry, Salz und Paprikapulver.

Schritt 6: Verteile die gewürzten Kerne auf einem Backblech und röste sie für etwa 10 Minuten bei 160 °C Umluft im Ofen. Behalte sie dabei im Auge, damit sie nicht verbrennen.

Tipp: Das übrige Kürbisfruchtfleisch musst du nicht wegwerfen! Daraus kannst du zum Beispiel eine leckere Kürbissuppe zubereiten.

Et Voilà deine Kürbiskernchips sind fertig🥳🎃





Rezept für leckere Amaretti

Zutaten für ca. 30 Stück:

- 200 g gemahlene Mandeln (ohne Haut)
- 150 g Puderzucker (plus etwas mehr zum Wälzen)
- 2 Eiweiß (Größe M)
- 1 Prise Salz
- 1 TL Bittermandelaroma (oder 1 EL Amaretto-Syrup)

Zubereitung:

1. **Vorbereiten:** Den Backofen auf 150 °C Ober-/Unterhitze vorheizen und ein Backblech mit Backpapier auslegen.
2. **Trockene Zutaten mischen:** Gemahlene Mandeln und Puderzucker in einer Schüssel gründlich miteinander vermengen.
3. **Eischnee schlagen:** Das Eiweiß mit einer Prise Salz in einer fettfreien Schüssel steif schlagen.
4. **Teig anrühren:** Das Bittermandelaroma (oder den Amaretto) unter den Eischnee rühren. Anschließend die Mandel-Puderzucker-Mischung vorsichtig unterheben, bis ein kompakter, leicht klebriger Teig entsteht.
5. **Formen:** Aus dem Teig walnussgroße Kugeln formen. Die Kugeln großzügig in etwas zusätzlichem Puderzucker wälzen, sodass sie komplett weiß bedeckt sind.
6. **Backen:** Die Kugeln mit etwas Abstand auf das Backblech setzen. Für ca. 15 bis 18 Minuten backen, bis sie außen leicht rissig, aber noch blass sind. Innen sollten sie schön weich bleiben.
7. **Abkühlen:** Die Amaretti nach dem Backen vollständig auf einem Kuchengitter auskühlen lassen



3 Ausfugsziele in unserer Region

Ausflugsziel Nr. 1: Wasserfallen





Reiseweg: Muttenz Dorf, 14er Tram nach Pratteln Bhf Str., Pratteln Bhf, S3 Liestal Bhf, B 71 Reigoldswil Dorfplatz, 12 min Fussweg

Kosten:
Erwachsene:
Einfache fahrt = 18 CHF
Retour fahrt = 26 CHF
Trottimiete = 14 CHF

Kinder 6-15 Jahre:
Einfache fahrt = 9 CHF
Retour fahrt = 21 CHF
Trottimiete = 9 CHF

Aktivitäten: Trottinette fahren, Seilpark, Biken, Wandern, Spielen auf Spielplatz, in Restaurant essen

Persönliche Bewertung:



Ausflugsziel Nr. 2: Augusta Raurica





Reiseweg:
Muttenz Dorf, 14er Tram nach Pratteln Schlossstrasse, umsteigen auf Bus, fahren bis Giebenacherstrasse, 8‘ Fussweg

Kosten:
Erwachsene Museum: 8 CHF
Erwachsene Workshops 16 CHF

Kinder Museum: Gratis
Kinder Workshops: 8 CHF

Aktivitäten:
Ruinen anschauen, Workshops machen (wie: Brot backen, eigene antikes Plasm gegen Schnupfen machen etc.), Tierpark besichtigen

Persönliche Bewertung:



Ausflugsziel Nr. 3: Aquabasilea, 4133, Pratteln





Reiseweg:
Muttenz Dorf, 14er Tram nach Pratteln Schlossstrasse, Hardstrasse aussteigen, 16‘ Fussweg

Kosten:
2h: 31 CHF
4H: 37 CHF
Tageskarte: 62 CHF
Kinder (3-5 Jahre): 13 CHF

Aktivitäten:
Hamam, Sauna, Baden, Rutschen, Wellenbad

Persönliche Bewertung:



Rocket League

Rocket League ist ein Sport- und Action-Videospiel, das von Psyonix entwickelt wurde. Es erschien am 7. Juli 2015 für PC und PlayStation 4. Seit 2020 ist das Spiel kostenlos spielbar.

- **Entwickler:** Psyonix
- **Erscheinungsdatum:** 7. Juli 2015
- **Genre:** Sport, Action und Racing
- **Spielerzahl:** 1 gegen 1, 2 gegen 2, 3 gegen 3 und 4 gegen 4
- **Plattformen:** PC, PlayStation, Xbox und Nintendo Switch
- **Preis:** Kostenlos, mit optionalen In-Game-Käufen
- **Altersfreigabe:** PEGI 3
- **Spielziel:** Mit Autos möglichst viele Tore schiessen und das gegnerische Team besiegen

Wie spielt man Rocket League?

In Rocket League spielt man Fussball mit Autos. Zwei Teams spielen gegeneinander und versuchen, den Ball ins gegnerische Tor zu schiessen.

Man steuert sein Auto mit den Tasten oder einem Controller. Man kann fahren, lenken, springen und einen Turbo benutzen, um schneller zu werden. Mit einem Sprung kann man den Ball auch in der Luft treffen.

Ein Spiel dauert normalerweise fünf Minuten. Das Team, das am Ende mehr Tore geschossen hat, gewinnt. Wenn es unentschieden steht, gibt es eine Verlängerung.

Man kann alleine oder mit Freunden spielen. Um zu gewinnen, braucht man Übung, Geschicklichkeit und Teamwork.



Ranked

Das Rangsystem in Rocket League zeigt, wie gut du im Vergleich zu anderen Spielern bist. Es gibt acht Ränge, von niedrig bis hoch: Bronze, Silber, Gold, Platin, Diamant, Champion, Grand Champion und Supersonic Legend (SSL). Jeder Rang hat normalerweise drei Stufen (I, II und III), die jeweils in vier Divisionen (I, II, III und IV) unterteilt sind. Du steigst auf, indem du Matches gewinnst und dadurch normalerweise MMR-Punkte erhältst. Bei Niederlagen verlierst du Punkte und kannst wieder absteigen. MMR bedeutet *Matchmaking Rating* und bestimmt, auf welchem Rang du spielst. Die Spielmodi `1v1`, 2v2 und 3v3 haben jeweils eigene Ränge. Du kannst also beispielsweise in 2v2 Diamant und in `1v1` Gold sein. Um schneller aufzusteigen, solltest du deine Ballkontrolle, deine Schüsse, deine Verteidigung und deine Positionierung verbessern und gut mit deinen Teamkollegen zusammenspielen. Je mehr du gewinnst und dich verbesserst, desto höher kannst du steigen.



AUTUMN PLAYLIST

We Fell In Love In October - Girl In Red
Lovers Rock - TV girl
Goo Goo Muck - The Cramp
Cinnamon Girl - Lana Del Rey
Dark Red - Steve Lacy
Dracula – Tame Impala
505 - Arctic Monkeys
My Girfriend is a Witch - October Country
Sombody‘s Watching Me - Rockwell
Monster Mash - Bobby „Boris “ Pickett, The Crypt-Kickers
Spooky, Scary Skelotons - Andrew Gold
Eyes Without A Face - Billy Idol
One Way or Another (Hocus Pocus 2 Version) - Bette Midler, Sarah Jessica Parker, Kathy Najimy
New Flesh - Current Joys
Can‘t Catch Me Now - from The Hunger Games - Olivia Rodrigo
This Is Halloween - The Citizens of Halloween
Always Forever - Cults
Hey Lover - The Daughters Of Eve
Deceptacon - Le Tiger
Blinding Lights - The Weeknd
Airwaves - Pashanim

