





# CRAFTBOOK

Gabriele André & Wolfgang André



© 2024 Autoren Gabriele André, Wolfgang André  
© 2024 Coverdesign & Illustration, Wolfgang André  
© 2024 Korrektorat & Redigierung Anton Hackner, Josef Mayrhofer  
© 2024 Marketing Werner Schediw M&A

**Verlag und Druck:**

tredition GmbH, Halenreie 40-44, 22359 Hamburg

**ISBN Softcover:**      **978-3-384-27105-1**

**ISBN Hardcover:**      **978-3-384-27106-8**

Das Werk, einschließlich seiner Teile, ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung ist ohne Zustimmung des Verlages und des Autors unzulässig. Dies gilt insbesondere für alle elektronischen oder sonstigen Vervielfältigungen, Übersetzungen, Verbreitungen und öffentliche Zugänglichmachungen.

Bilder und Illustrationen sind rechtlich geschützt. Sie unterliegen der entgeltlich erworbenen Lizenz der Autoren von Craftbook sowie auch der Autoren von Dreamstime, [www.dreamstime.com](http://www.dreamstime.com).

Dreamstime LLC 1616 Westgate Circle, Brentwood, TN 37027, United States, bestätigt der Autorin Gabriele André die rechtliche Lizenz der erworbenen Bilder in dem Craftbook, Band 48 – Just Funny. Seitengrafik und Illustration wurde von Autor Wolfgang André gestaltet.

# **CRAFTBOOK**

***JUST FUNNY***

**Hallo!**

Zur Stimmungsaufhellung und für den Stressabbau haben wir in dieser Ausgabe etwas Besonderes für Dich kreiert. Lass uns ein wenig lachen und die Dinge mit viel Humor betrachten. Humor ist ein soziales Phänomen und kann das Gefühl der Verbundenheit mit anderen stärken. Wenn wir gemeinsam mit anderen über etwas lachen, fördert dies nicht nur das Gemeinschaftsgefühl und die sozialen Beziehungen, sondern macht auch Spaß und ist sehr gesund. Insgesamt tragen lustige Bilder sehr stark dazu bei, unser emotionales Wohlbefinden zu verbessern, Stress abzubauen und unsere soziale Interaktion zu fördern.

Aus diesem Grund haben wir für Dich ein sehr lustiges Bastelspiel gestaltet. Es nennt sich „Hamstern“ und ist sehr leicht zu basteln. Es bringt Dich und Deine Liebsten sicherlich zum Lachen.

Lass Deinen Ideen freien Lauf, vielleicht fällt auch Dir etwas Lustiges ein. Die Spielregeln sind sehr variabel, um ein spannendes Match mit Deinen Liebsten abzuhalten.

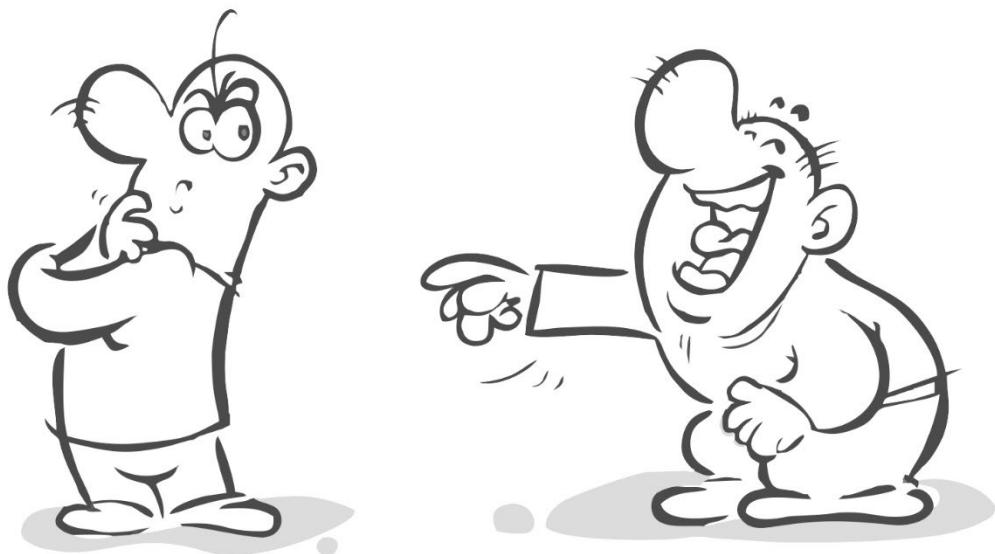
Knifflige Rätsel und Aufgaben warten auch wieder auf Dich! Viel Spaß!  
Los geht's und viel Erfolg!

# **CRAFTBOOK**

***JUST FUNNY***

**Band 48**

- Das kann ich!
- Bastelspiel – Hamstern!
- Volle Konzentration! Schau genau!
- Überraschung!
- Wie viele Knochen hat Lumpi gesammelt?
- Über den Wolken! Finde den richtigen Weg zum Landeplatz!
- Ein totales Durcheinander!
- Schau genau!
- Wer sucht, der findet!



# **CRAFTBOOK**

## ***JUST FUNNY***

### **Das kann ich!**

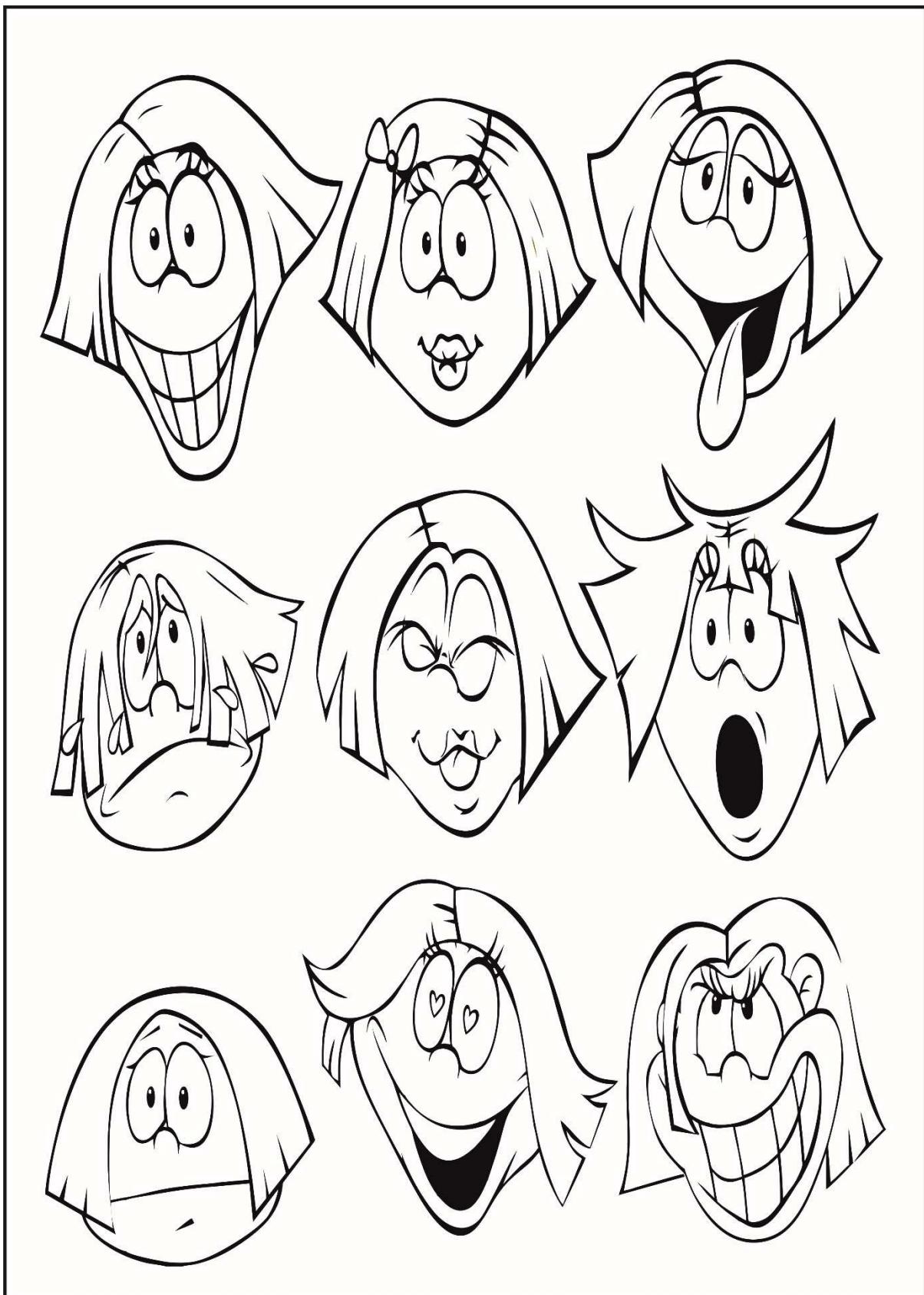
Lustige Bilder zu betrachten, macht nicht nur Spaß, sondern hat auch verschiedene Auswirkungen auf uns. Sie können unsere Stimmung heben und ein bezauberndes Lächeln oder Lachen hervorrufen. Lachen setzt Endorphine frei, die sogenannten "Glückshormone", die unser allgemeines Wohlbefinden steigern.

Durch das Betrachten von humorvollen Bildern kann der Stresspegel enorm gesenkt werden. Lachen ist einfach gesund. Beim Lachen wird die Produktion von Stresshormonen, wie Cortisol und Adrenalin, stark reduziert. Es führt ebenso zu einer kognitiven Entlastung unserer Sorgen und Ängste.

Humor kann helfen, schwierige oder unangenehme Situationen zu relativieren und uns eine neue Perspektive zu geben. Das Betrachten lustiger Bilder kann als eine Form der mentalen Entspannung dienen.

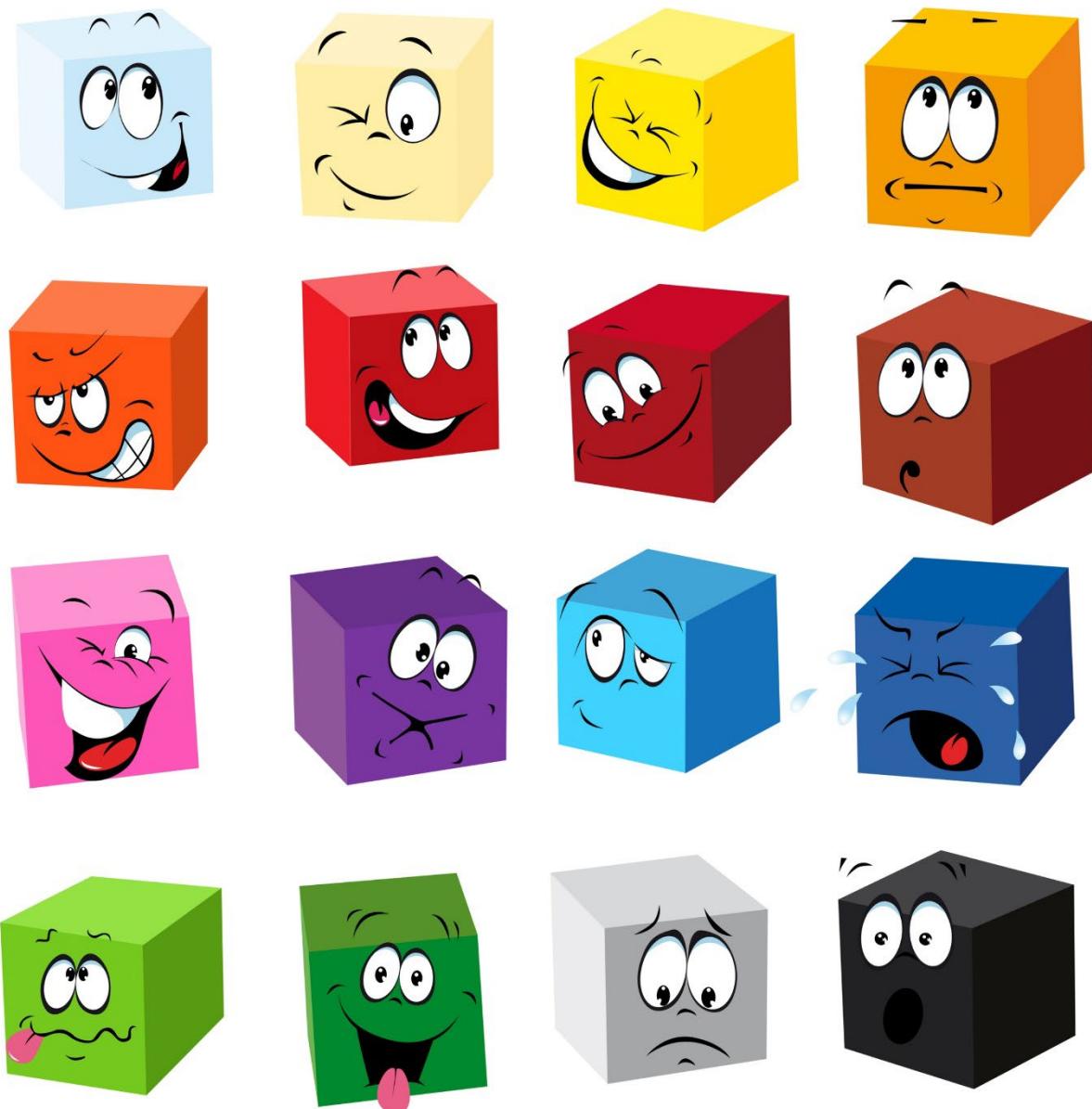
Es gibt auch wissenschaftliche Hinweise darauf, dass Lachen und positive Emotionen das Immunsystem stärken können. Das regelmäßige Betrachten humorvoller Inhalte kann somit einen positiven Effekt auf die körperliche Gesundheit haben.

Also lass uns ein wenig lachen und den Alltag vergessen. Viel Spaß!



# **HAMSTERN - LUSTIG ODER NICHT!!!**

Das lustige Kartonspiel - LUSTIG ODER NICHT! Zeichne lustige und nicht lustige Gesichter auf kleine Kartons. Bluffen ist gefragt! Der ausgespielte Karton wird mit dem Gesicht verdeckt aufgelegt. Der Gegenspieler gibt einen Tipp ab. Ist der Tipp richtig, bekommt der Spieler den Karton. Bei mehreren Spielern wird nacheinander im Uhrzeigersinn gespielt. Jeder Spieler sollte mindestens vier Kartons als Spieleinsatz haben. Wer alle Kartons besitzt hat das Spiel gewonnen!



Wenn Du farbige Kartons verwendest, dann sollten von jeder Farbe mindestens 2 Kartons im Spiel sein!

