

Liebe Eltern,

das Jahr 2020 neigt sich dem Ende zu und mit den vorgezogenen Weihnachtsferien und Distanzunterricht stehen nun 4 Wochen schulfreie Zeit vor der Tür, die durch den Lockdown und begrenzte Möglichkeiten zu einer Herausforderung werden.

Wir haben ein paar Tipps für Sie gesammelt, wenn zuhause die Langeweile ausbricht.

### (1) Kreativ werden

- Mandalas malen (Vorlagen kann man im Internet z.B. unter [mandala-bilder.de](http://mandala-bilder.de) ausdrucken).
- Winterliche Dekoration aus Dingen basteln, die sowieso zuhause sind und diese upcyclen. Ideen findet man unter „Winterbasteln upcycling“ (z.B. auf <https://mamablog-mamamichi.com/2017/12/03/3-tolle-kostenlose-diy-deko-weihnachtsideen-aus-muell-upcycling-von-glaesern-pet-flaschen-und-klorollen/> Oder <https://www.mein-schoener-garten.de/gartenpraxis/schritt-fuer-schritt/vogelfuttertassen-basteln-42184> )
- Wenn die Kinder ein Smartphone haben, können sie es kreativ nutzen und einen Film drehen oder ein Fotoshooting in alten Klamotten aus dem Keller machen



### (2) Aktiv werden – auch zuhause kann man ein wenig Bewegung einbauen und so Abwechslung in den Tag bringen und die Kinder können sich auspowern

- Bowling mit 10 leeren PET Flaschen und einem Tennisball
- Wetten wer zuerst einen Handstand / Spagat oder Ähnliches schafft Sie können auch Wetten, dass ...? oder einen Talentwettbewerb nachspielen



- Rausgehen und Naturmaterialien sammeln, aus denen man ein Bild legen kann, Ideen findet man unter Landart bei google)



### (3) Familienaktivitäten

- Machen Sie alle zusammen eine Übernachtungsparty im Wohnzimmer
- Kochen sie zusammen oder überlassen den Kindern einmal die Küche
- Rollentausch: für eine abgesprochene Zeit dürfen die Kinder zu Eltern werden und mal der Chef sein

### (4) Sozialkontakte bewahren

- Über Skype, Facetime, jitsi oder zoom können ihre Kinder kostenlos mit mehreren Freunden oder Verwandten Kontakt haben. Zwar kein richtiger Ersatz für gemeinsames Spielen, dennoch wichtig, um die Freundschaften zu erhalten

Auf folgenden Seiten sind noch viele weitere Ideen und Anregungen zu finden:

- <https://www.berlin.de/familie/de/informationen/corona-zeit-kinder-zu-hause-beschaeftigen-346>
- <https://geborgen-wachsen.de/category/spielideen-fuer-drinnen/>
- <https://www.familie.de/diy/was-kann-man-machen-in-corona-zeiten-101-lustige-ideen-fuer-kinder/#kinder-beschaeftigen-in-zeiten-von-corona-kreative-ideen-fuer-drinnen-ohne-elterliche-unterstuetzung>

Aber stressen Sie sich nicht, Kinder dürfen sich auch einmal langeweilen und das Nichtstun genießen.

Wenn Sie Unterstützung in irgendeiner Hinsicht brauchen, sind wir als Jugendsozialarbeiterinnen während des Distanzunterrichts telefonisch oder per Mail für Sie da.

Grundschule: [sophia.wagner-jas@outlook.de](mailto:sophia.wagner-jas@outlook.de)

Mittelschule: [sarah.haufler-jas@outlook.de](mailto:sarah.haufler-jas@outlook.de) oder unter 0151/59127797

Sonstige Anlaufstellen in schwierigen Situationen finden zusammengetragen unter „Hilfe bei Krisen“ unter „Aktuelles“.

Eine schöne und ruhige Weihnachtszeit und bleiben Sie gesund!

Sophia Wagner & Sarah Haufler

