



Spiel- und Beschäftigungs- ideen für Kinder



Liebe Eltern,

als Familienmanager sind Sie in diesen Tagen wahrscheinlich gefordert wie noch nie.

Wir empfehlen als Basis für ein gelingendes und möglichst stressarmes Miteinander die Schaffung einer Tagesstruktur. Diese können Sie ganz auf Ihre persönliche Familiensituation anpassen. Ihren Kindern geben immer wiederkehrende Abläufe und Rituale gerade in diesen Tagen Sicherheit und Orientierung. Der Tag bekommt einen Sinn. Außerdem wird dadurch eine gewisse Leistungsbereitschaft und -fähigkeit aufrechterhalten - auch und besonders für die Zeit *nach* der Corona-Pause.

Konstante Kriterien für die Erstellung eines „Gerüsts“:

- altersentsprechende Schlaf- und Ruhezeiten
- gemeinsame, regelmäßige Mahlzeiten
- Erledigung der Hausaufgaben in einem zeitlich festgesetzten Rahmen
- altersgerechte Aufgabenverteilung in Haus & Garten

Die tatsächlich verbleibende Freizeit gewinnt nun wieder an Wert und Bedeutung.

Für den Fall, dass Ihnen oder Ihren Kindern die Ideen ausgehen, finden Sie hier Tipps und Anregungen für Bewegung, Spiel und kreative Aktionen. Schauen Sie gern immer wieder herein!



Bleiben Sie gesund!
Ihre ehrenamtlichen
Mitarbeiterinnen der
Stadt Rahden

#WIRBLEIBENZUHAUSE

