



Familie im Alltag

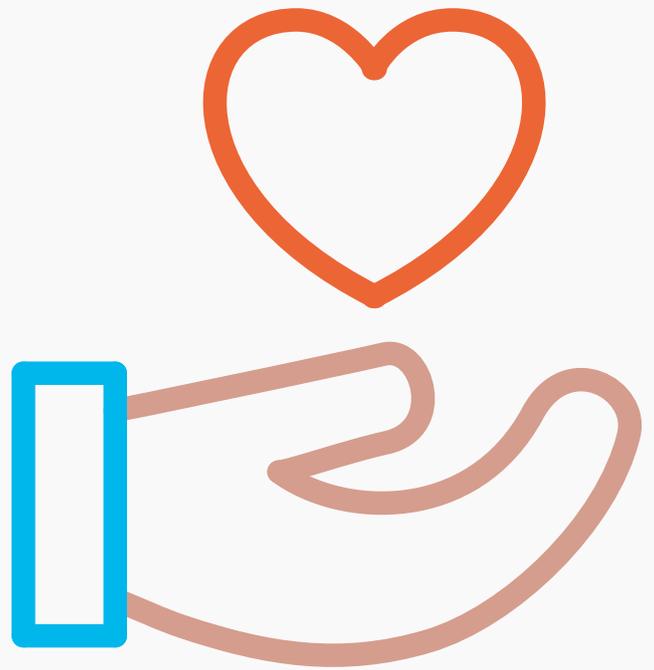
**Wie kann man Freunde
und Großeltern treffen?**

Spielidee für die Familie

Bewegung macht Spaß

Medientipps

**Ansprechstellen in Not-
und Krisensituationen**



FAMILIENLEBEN

in Zeiten von Corona - Covid 19

WIE KANN MAN FREUNDE UND GROSSELTERN TREFFEN?

Leider können Kinder aktuell weder Freunde noch Verwandte treffen. Wie können sie trotzdem in Kontakt bleiben?



KONTAKT HERSTELLEN

Für Kinder ist es notwendig den Kontakt zu Großeltern und Freunden zu ermöglichen. In Zeiten der Angst ist es wichtig den Kindern zu zeigen, dass es zum Beispiel Großeltern und Freunden gut geht. Eine gute Möglichkeit dafür bieten Videoanrufe. Man kann den Großeltern ein Bild malen und/oder einen Brief schreiben und diesen mit der Post versenden.



SPIELIDEE

Ein Kartenspiel "Freizeitvertreib" mit To-Do-Ideen basteln. (siehe Vorlage)

Am Morgen zieht jedes Familienmitglied eine "To-do-Karte". Die genannte Aktivität muss bis zum Abend erfüllt werden.

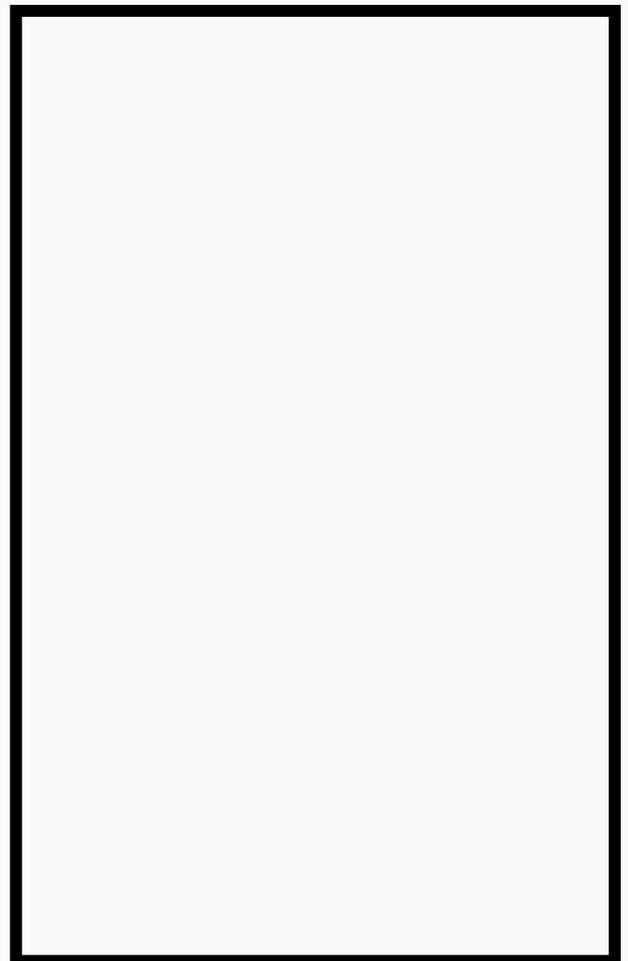
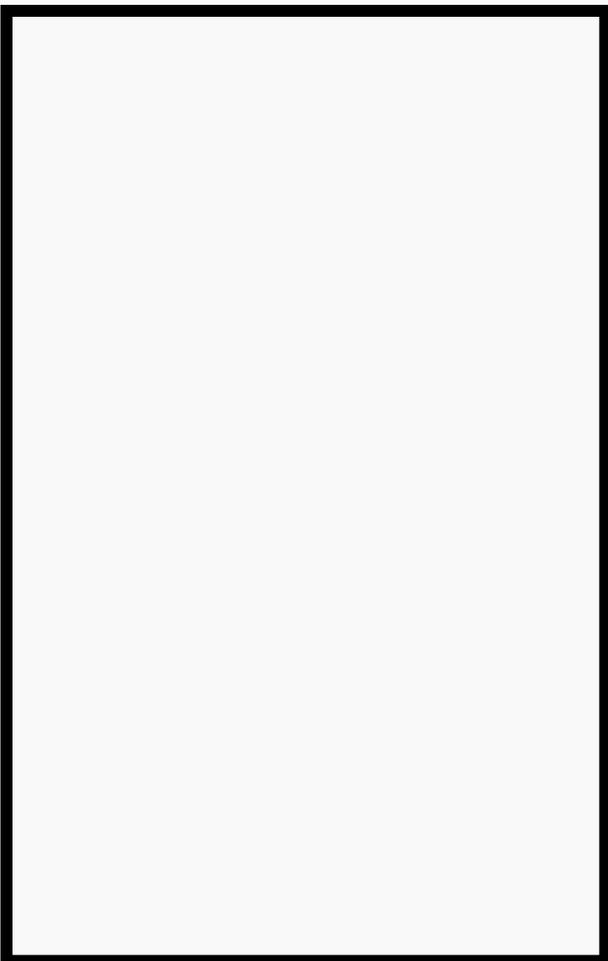
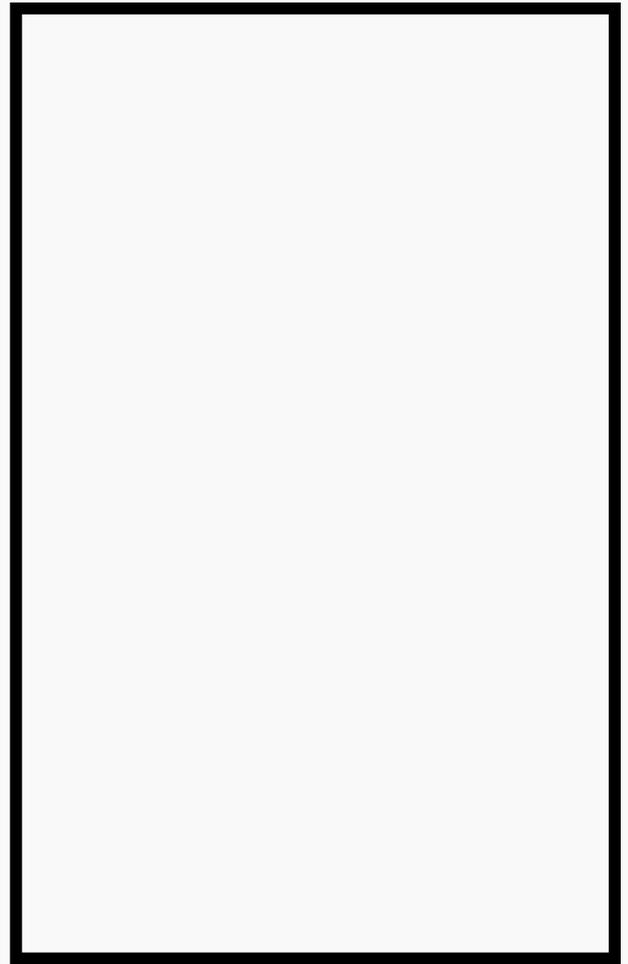
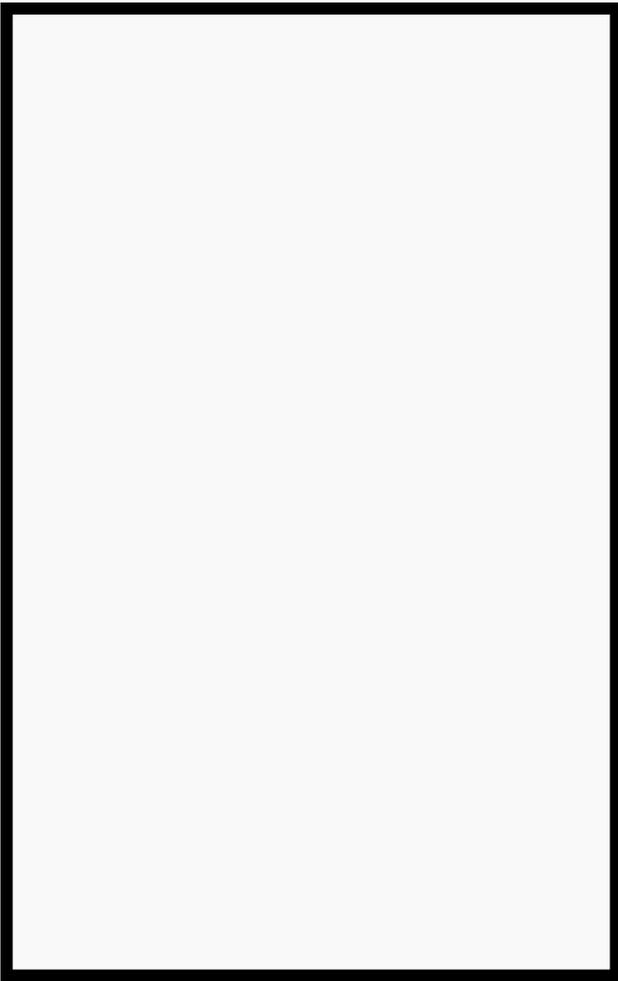
Wer seine Aufgabe erfüllt, bekommt einen Punkt. Nach einer Woche werden die Punkte gezählt. Wer die meisten Punkte hat, hat gewonnen.



"To-do"-Ideen:

- einen Zaubertrick einüben und vorführen
- ein schönes Bild für die Wohnung malen
- einen Kuchen backen
- die Wohnung staubsaugen
- Müll rausbringen
- ein Origami-Tier oder eine Blume basteln
- ein lustiges Youtube - Video zu einem bestimmten Thema suchen und vorstellen
- ein digitales Spiel vorstellen oder sich zeigen lassen
- einen Witz erzählen
- den ganzen Tag freundlich sein
- Ostereier anmalen
- Lieblingsgericht kochen
- usw.

Kartenspielvorlage zum Selbstgestalten



WIE KÖNNEN KINDER SICH IN DER WOHNUNG BEWEGEN?

Hier bietet sich die Videoplattform Youtube an. Da finden sich Kindersport-Angebote die auch in der Wohnung nachgemacht werden können.



YOUTUBE SPORT-TIPPS



**SPORTÜBUNGEN FÜR KINDER
JEDEN ALTERS: TÄGLICH NEUE
SPORTVIDEOS - ALBA BERLIN**



**FUSSBALLÜBUNGEN
FÜR'S ZUHAUSE:
MFS
FUSSBALLTRAINING.TV**

Medientipps

The logo for KLICK-TIPPS.NET features the text 'KLICK-TIPPS' in a bold, black, sans-serif font, with exclamation marks after 'KLICK' and 'TIPPS'. This text is enclosed in a green rectangular border. To the right of this, the text '.NET' is displayed in a smaller, black, sans-serif font, enclosed in a purple rectangular border.

www.klick-tipps.net

Klick-tipps unterstützt auf der Suche nach guten App- Angeboten und präsentiert sichere Apps für Kinder.



www.flimmo.de

flimmo sieht fern und hilft den Durchblick zu behalten.



www.fragFINN.de

ist eine Kindersuchmaschine mit Empfehlungen für gute Kinderwebseiten.

ANSPRECHSTELLEN FÜR NOT- UND KRISTENSITUATIONEN

Viele Wochen zusammen zu Hause zu verbringen, kann für alle Beteiligten ziemlich anstrengend werden und die Eltern-Kind-Beziehung belasten. Konflikte und Streitereien entstehen in Ausnahmesituationen häufiger. Falls diese nicht mehr eingrenzbar werden, empfiehlt es sich, fachlichen Rat einzuholen.

JUGEND UND FAMILIENTHERAPEUTISCHE BERATUNGSSTELLE REGENSBURG

Tel: 0941/507-2762

Erreichbarkeit:

Mo-Do 8.30 -12Uhr 13.30 -17.00 Uhr,

Fr 8.30 -15 Uhr

BEI KINDESWOHLGEFÄHRDUNGEN UND FÜR JUGENDLICHE IN KRISENSITUATIONEN:

während der Bürozeiten

TEL. (0941) 507-2512

jugendamt@regensburg.de

außerhalb der Bürozeiten

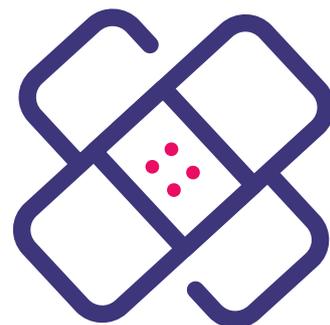
TEL. (0941) 507-4760

jugendschutz@regensburg.de

Finanzielle Fragen: Tel. (0941) 507-3514

sonstige Fragen Tel. (0941) 507-1512

jugendamt@regensburg.de



oder: www.bke-beratung.de
