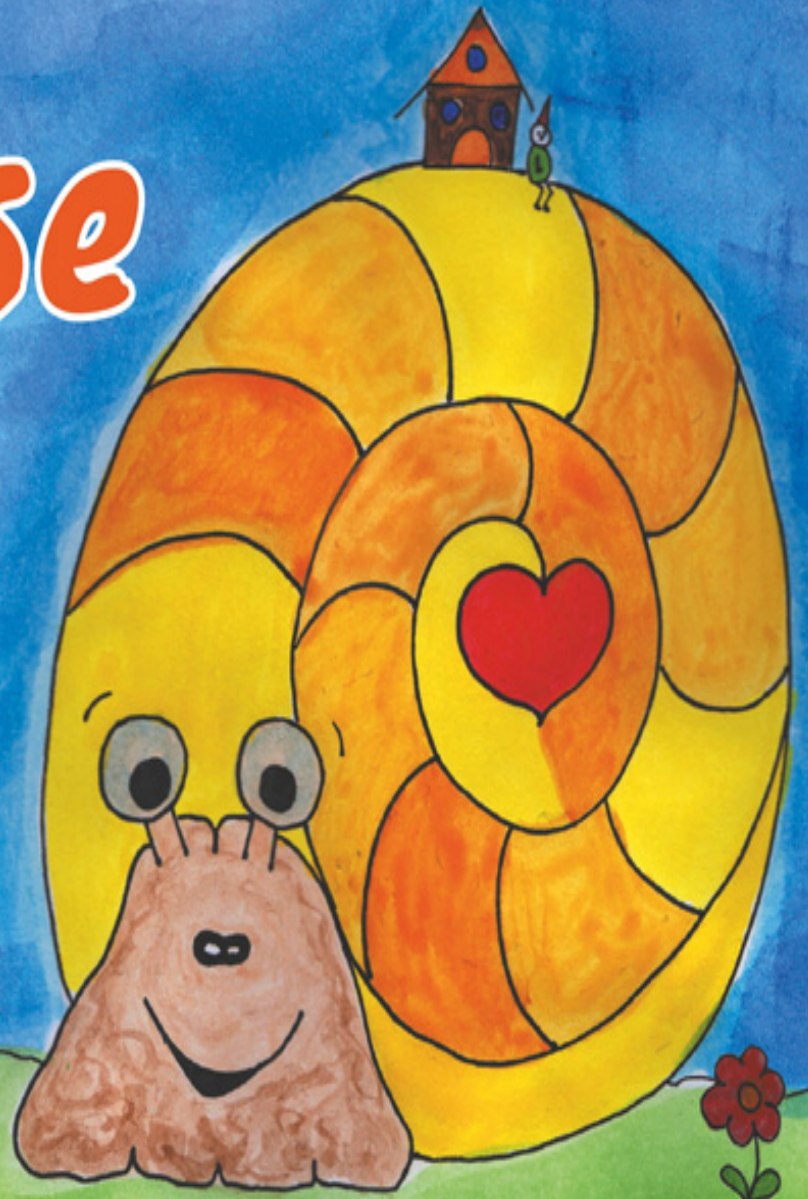


VERENA HERLETH

VERENA BELLMANN

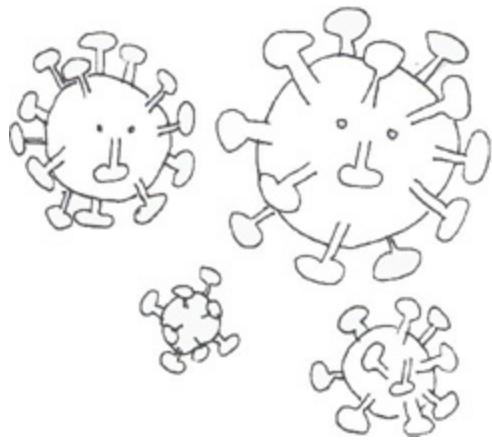
**Zuhause
wegen
Corona**



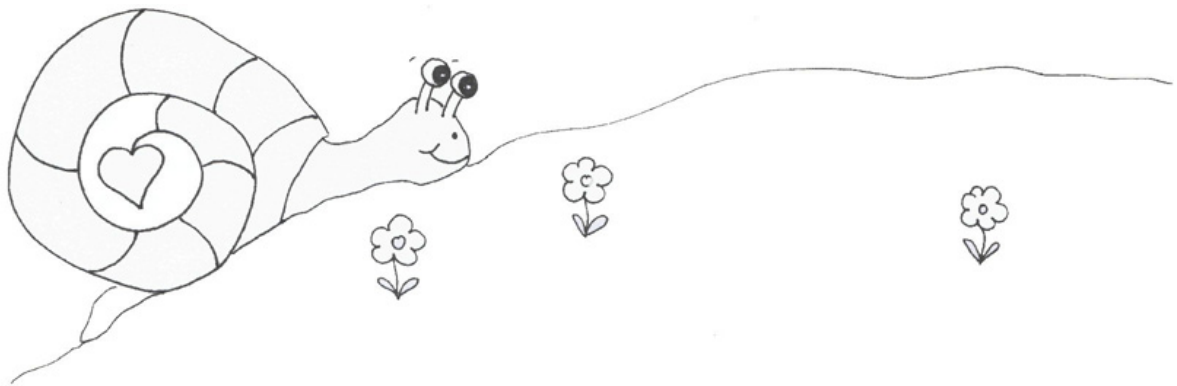
Erlebnisbuch für Kinder

Hinweis

Das vorliegende Buch wurde sorgfältig erarbeitet. Dennoch erfolgen alle Angaben ohne Gewähr. Die Autoren können für eventuelle Nachteile oder Schäden, die aus den im Buch vorliegenden Informationen resultieren, keine Haftung übernehmen. Eine Haftung der Autoren und seiner Beauftragten für Personen-, Sach- und Vermögensschäden ist ebenfalls ausgeschlossen.



**Für alle Kinder, die wegen des Corona-Virus
zuhause sind.**



Inhaltsverzeichnis

Liebe Eltern,

Hallo Du,

Zuhause

Wer wohnt mit dir?

Eine kleine Geschichte zum Corona Virus

Die Tageschlange

Die Hand-Wasch Seite

Hände verzieren

Temperaturmessseite

Sonnenschein

Sonnenschein Foto

Sonnenschein in der Wohnung

Seifenblasen

Die Sonne hereinholen

Finde die Schnecke

Wie die Zeit vergeht....

Eine Sanduhr bauen

Tagesablauf

Für Mama und Papa

Freunde

Postkarte (Vorderseite)

Postkarte (Rückseite)
Experimente
Ideen für weitere Experimente
Basteln
Knete selbst machen
Es regnet
Was ist Langeweile?
Dein Körper
Ein Schnecken-Schwatz
Liste gegen Langeweile
Rezepte
Rezepte für die Fantasieküche
Hermann
Hermanns Pflege
Rezepte mit Hermann
Homeoffice
Homeoffice - ein Bild
Schneckenturnen
Aufgaben zu Hause
Ideen für ruhige Momente
Ideen für aktive Momente
Maß nehmen
Schnecken Botschaft an Oma und Opa (vorne)
Schnecken Botschaft an Oma und Opa (hinten)
Krank sein

Kraft der Gedanken

"Das bin ich" Seite

Autoren

Helfer

Liebe Eltern,

wer hätte vor einem Jahr gedacht, dass wir jetzt mit unserer Familie, vielleicht auf engstem Raum, für Ungewisse Zeit im Haus bleiben und in vielen Bereichen unsere Gewohnheiten reduzieren und den aktuellen Gegebenheiten anpassen müssen?

Ich verfolge mit Anspannung die Nachrichten, Sorge mich um alle älteren Menschen und Risikogruppen, denke an Freunde, die vielleicht in persönlichen sowie wirtschaftlichen Schwierigkeiten stecken, versuche die Geschehnisse in passender Wortwahl meinen Kindern zu erklären und *erfahre* deren Frust, weil sie sich nicht wie bisher mit ihren Freunden treffen können und alle Sozialkontakte außerhalb eingestellt wurden. „Mir ist langweilig!“, „Darauf habe ich keine Lust!“, „Machen wir etwas zusammen.“, „Mama, wann spielst du mit uns?“, „Wir wollen in den Kindergarten und die Schule!“ sind Sätze, die mich tagtäglich begleiten. Vielleicht ist dies bei Ihnen zuhause ähnlich?

Es gilt einen neuen Tagesrhythmus zu entwickeln. Es ist ein Tanz zwischen Spielpartner zu sein, die Bedürfnisse der Kinder wahrzunehmen und dennoch seine *eigenen Grenzen* und Ruhezeiten zu achten. Wie kann dies gut gelingen?

Wenn man zusätzlich angespannt ist, weil man mit Sorge die Neuigkeiten im eigenen Land sowie in den Nachbarländern verfolgt, eventuell die Gedanken immer wieder zu Personen der Risikogruppen wandern und dort für kurze oder lange Pausen hängenbleiben, ist es doppelt schwer, den Kindern präsent im Moment zu begegnen.

Hier möchte dieses Heft eine Brücke sein. Unser Ziel bei der Ausarbeitung war es, viele Anregungen zu der Tagesgestaltung in dieser besonderen Zeit sowie eine Hilfestellung anzubieten, damit Kinder aufkommende Emotionen besser verstehen und einordnen können. Aus Langeweile kann Kreativität werden. Langeweile kann ein leerer Raum sein, in den hinein vieles entstehen kann. Jede Hürde kann auch eine Chance sein. Mögen wir diese gemeinsam nutzen.

Für uns hat sich folgendes bewährt:

- Nichts ändern, was gerade harmonisch läuft. (Manchmal hat man die Tendenz mit seinen Ideen Bestehendes zu zerstören.)
- Nicht die Verantwortung für die Langeweile der Kinder übernehmen. Sie befinden sich wahrscheinlich in der Umstellung von Fremd- zu Eigensteuerung. Das heißt die Langeweile mit ihnen aushalten, bis sich das Gefühl ändert.
- In Momenten der eigenen inneren Anspannung tief ein- und ausatmen.
- Es braucht einen Impuls, sich selbst an die Elemente *Wasser* (baden/duschen, Teeparty, etwas trinken...), *Feuer* (Lagerfeuer, Grillen, Kerzentropfen...), *Luft* (Drachen steigen lassen, spazieren gehen...) und *Erde* (Löcher graben, Blumen umtopfen, Matschsuppe kochen...) erinnern.

Wir hoffen, Sie verbringen die kommenden Wochen harmonisch gemeinsam zuhause und bleiben alle gesund. Vielen herzlichen Dank.

Eure Verenas



Hallo Du,

schön, dass wir beide Zeit miteinander in diesem Tu-, Horch-, Mal-, Schreib- und Bastelbuch verbringen. Vielleicht bist du schon seit einiger Zeit zuhause und hast deine Freunde schon einige Zeit nicht mehr *gesehen*. Vielleicht sind deine Mama oder dein Papa auch manchmal angespannt und gedanklich mit anderen Dingen beschäftigt. Ich gehe jetzt davon aus, dass sie dir erklärt haben was das Corona Virus ist und was all diese Einschränkungen bedeuten. Das haben sie sicher fantastisch und genau richtig gemacht.

Das Heft hier ist so etwas wie ein kleines Handbuch für die Zeit zuhause. Extra für dich zum Malen, Zuhören, Schreiben, Basteln und Lachen. Es ist ein Pflaster für Langeweile und ich hoffe, du hast Spaß dabei, hier und da etwas zu finden, was dich fasziniert und was du vielleicht gerne machen möchtest.

Oh! Ich glaube, ich habe vergessen mich vorzustellen. Entschuldige vielmals. Ich bin Schnee, die kleine Schnecke. Du meinst, das ist ein seltsamer Name für eine Schnecke?

Stimmt, aber als ich aus meinem Ei geschlüpft bin, ist ein weißes Blütenblatt auf mein winziges Schneckenhaus gefallen und dort liegengeblieben. Oma Schnecke, die mich als erste erblickte und ihre Brille nicht trug, rief: „Schnee! Ich sehe Schnee! Mitten im Frühjahr! Kommt alle her, das müsst ihr sehen! Und er bewegt sich!“ Als dann alle Schnecken angekrochen kamen, mussten meine Eltern und Geschwister sehr lachen. „Omi, das ist doch ein kleines Schneckenkind mit einem Blütenblatt!“, erklärten sie