



## Anregungen für die gemeinsame Zeit zu Hause

1. Nehmen Sie sich Zeit! Niemand hetzt Sie!
2. Planen Sie gemeinsam den Tag.
3. Führen Sie Rituale ein, z.B. fürs Händewaschen, Essen, Schlafen und nutzen Sie Lieder und Fingerspiele zur Begleitung.
4. Bereiten Sie die Mahlzeiten gemeinsam zu. Machen Sie ein gemeinsames Erlebnis daraus.  
Was brauchen wir? Was Essen wir? Wie viel brauchen wir davon? Wer isst was gerne?
5. Backen Sie gemeinsam einen Kuchen oder Kekse.
6. Lesen Sie täglich gemeinsam eine Geschichte oder betrachten Sie gemeinsam ein Buch.
7. Gehen Sie gemeinsam auf Entdeckungsreise. Beantworten Sie Wie- und Warum- Fragen der Kinder und suchen Sie gemeinsam eine Lösung? (nutzen Sie Bücher oder Google)
8. Singen Sie täglich gemeinsam zu Ihren Lieblingsliedern. Jeder darf sich täglich ein Lied wünschen!
9. Lassen Sie sich von Ihrem Kind in ein Rollenspiel entführen. Spielen Sie einfach mit!
10. Seien Sie einmal ganz still und lauschen Sie gemeinsam. Was hören Sie? Wo kommen die Geräusche her?
11. Spielen Sie gemeinsam Gesellschaftsspiele wie Memory, Domino, Mensch ärgere dich nicht...
12. Lösen Sie gemeinsam ein Rätsel oder machen Sie ein Puzzle.
13. Machen Sie gemeinsam einen Sparziergang und betrachten Sie Ihre Umgebung genau.
14. Rennen Sie gemeinsam um die Wette.
15. Zählen Sie gemeinsam die Stufen zu ihrem Zuhause.
16. Tanzen Sie täglich gemeinsam.
17. Teilen Sie sich die häuslichen Aufgaben auf auch Kinder übernehmen gerne Verantwortlichkeiten.
18. Nutzen Sie Mahlzeiten für Gespräche.
19. Betrachten Sie gemeinsam Familienbilder und tauschen Sie sich darüber aus, wer zur Familie gehört.
20. Planen Sie täglich Zeit ein, mit Verwandten oder Freunden zu kommunizieren.
21. Schreiben Sie einen Brief oder eine Nachricht an Freunde und Familie.



22. Reflektieren Sie am Abend, wie der Tag gelaufen ist. Welche Highlights gab es?
23. Gestalten Sie gemeinsam einen Raum neu.
24. Machen Sie gemeinsam Frühjahrsputz und trennen Sie sich von Dingen, die sie nicht mehr brauchen.
25. Betrachten Sie gemeinsam eine Landkarte und markieren Sie die Orte, an denen Sie schon waren.
26. Machen Sie ein Picknick zu Hause.
27. Frühstücken Sie gemeinsam im Bett.
28. Überlegen Sie gemeinsam, wie Sie anderen Helfen oder eine Freude machen können.
29. Machen Sie einmal am Tag Quatsch und lachen Sie gemeinsam darüber.
30. Erfinden Sie gemeinsam eine Geschichte und schreiben Sie diese auf.
31. Philosophieren Sie gemeinsam.
32. Dokumentieren Sie Erlebnisse und lassen Sie andere daran teilhaben.
33. Malen Sie gemeinsam ein Bild und verschicken Sie es.
34. Denken Sie sich gemeinsam einen Tanz aus und tanzen Sie ihn täglich gemeinsam.
35. Basteln Sie ein eigenes Memory aus eigenen Fotos.
36. Besprechen Sie täglich, welcher Tag und welches Datum heute ist.
37. Kümmern Sie sich gemeinsam um Haustiere und Pflanzen.
38. Beobachten Sie gemeinsam das Wetter und sprechen Sie darüber.
39. Gehen Sie der Frage nach *Wie funktionieren eigentlich unsere technischen Geräte?*
40. Tauschen Sie sich über ihre Vorlieben aus und entdecken Sie Neues am Anderen.
41. Erklären Sie die aktuelle Lage kindgerecht und sprechen Sie über die Auswirkungen wie z.B. zu Hause bleiben zu müssen.
42. Erstellen Sie eine gemeinsame Familienkollage.
43. Verkleiden Sie sich gemeinsam.
44. Machen Sie einen gemeinsamen Filmabend.
45. Basteln Sie gemeinsam neue Tischdekoration.
46. Planen Sie täglich gemeinsame Kuschelzeit ein.
47. Vereinbaren Sie gemeinsam Regeln, die für alle gelten!
48. Machen Sie täglich gemeinsam Bewegungsübungen.
49. Versuchen Sie, Abwechslung in den Alltag zu bringen und entdecken Sie neue Spiele.
50. Singen Sie gemeinsam ein Händewaschlied.