

Liebe Kinder,

die Schulen sind geschlossen, Kinos und Schwimmbäder ebenso und auch auf den Spielplatz können wir uns nicht mehr frei bewegen. Grund ist der Coronavirus. Was das ist und warum wir uns deswegen nicht mehr mit vielen Leuten treffen dürfen, erklärt euch zum Beispiel die Sendung Logo:

- <https://www.zdf.de/kinder/logo>

Aktuelle **Kindernachrichten** findet ihr außerdem hier:

- <https://www.kindersache.de/>

Vielleicht gibt es einige von euch, die sich erstmal sehr gefreut haben, dass nun keine Schule mehr ist. Aber jetzt sind schon einige Tage vergangen, wir konnten ausschlafen und den Tag auf dem Sofa verbringen. Doch früher oder später werden sich die meisten von euch die Frage stellen: Was mache ich den ganzen Tag? Womit spiele ich? Und vielleicht auch: Wie und was kann ich noch zuhause unternehmen?

Aus diesem Grund habe ich angefangen Vorschläge zu sammeln, also versucht, „Rezepte gegen die Langeweile“ zu finden. Die Tipp und Tricks findet ihr unten.

Als Kinderbeauftragte ist es meine Aufgabe, mich darum zu kümmern, dass eure Kinderrechte eingehalten werden und ihr die Möglichkeit habt, eure Meinung zu sagen. Dafür biete ich normalerweise eine **Kindersprechstunde** an. Da diese zur Zeit auch ausfallen muss, bitte ich euch mir zu schreiben oder auch mich anzurufen, wenn ihr ein Problem oder ein Anliegen habt, über das ihr sprechen wollt.

Meldet euch bei mir!

- Ihr könnt einen Brief schreiben und in den Briefkasten an der Münzenbergerschule einwerfen. Ich leere ihn zur Zeit ein Mal in der Woche.
- Ihr könnt mir eine Email schreiben.
- Ihr könnt mich anrufen. Sollte ich den Anruf nicht annehmen, sprecht mir auf die Mailbox. Ich versuche dann so schnell es geht zurückzurufen.

Wie ihr mich erreichen könnt erfahrt ihr auf der Homepage:

<https://www.kinderbeauftragte-frankfurt.de/index.php/ihr-stadtteil/eckenheim/kontakt-eckenheim>

Habt ihr **Kummer oder Sorgen** könnt ihr euch auch immer an die Nummer gegen Kummer wenden.

- <https://www.nummergegenkummer.de/>

kostenlose Telefonnummer: 116111 (Mo-Sa 14-20 Uhr)

kostenlose Telefonnummer für Eltern: 0800 111 0 550

(Mo-Do 9-11 Uhr, Di +Do 17-19 Uhr)

Hier wird euch geholfen, wenn ihr große Sorgen habt. Ihr könnt euch anonym beraten

lassen, das heißt ihr müsst niemanden verraten wie ihr heißt und wer ihr seid.

Die meisten von euch werden von ihren Klassenlehrer*innen Hausaufgaben für die lange Zeit bekommen haben. Ihr könnt also auch zuhause lernen. Lernen tun wir ja aber nicht nur, wenn wir im Mathebuch arbeiten oder einen Deutschtest schreiben. **Lernen ist immer und überall!** Die Kinderrechte legen fest, dass alle Kinder ein Recht auf Bildung haben. Dieses Recht soll dieses Jahr in Frankfurt in den Mittelpunkt der Stadt der Kinder stehen. Für die **Kinderrechte**-Woche in unserer Stadt sind viele Veranstaltungen rund um das Kinderrecht auf Bildung geplant. Vielleicht habt ihr ja Lust euch über dieses Recht mal genauer zu informieren? Ihr findet dazu ganz viele Informationen im Internet:

- <http://www.hanisauland.de/>
- <https://www.frankfurt-mein-zuhause.de/>
- <https://www.kindersache.de/bereiche/kinderrechte/kinderrechte>
- <https://www.fuer-kinderrechte.de/>

Wenn ihr Lust habt, könnt ihr mir gerne dazu etwas malen oder schreiben. **Eure Bilder oder Texte** würde ich dann in die Eckenheimer Veranstaltung zur Stadt der Kinder aufnehmen und dort ausstellen. Du kannst zum Beispiel erklären warum das **Recht auf Bildung** wichtig ist oder was du schon immer mal gerne lernen wolltet. Welches Kinderrecht ist dir besonders wichtig? **Ich freue mich auf eure Kunstwerke und Meinungen!**

Tipps und Tricks bei Langeweile:

Schaut euch um und geht ins Museum!

Ja, ich weiß. Wir sollen uns so wenig mit anderen Menschen treffen wie möglich. Trotzdem ist es wichtig rauszugehen, denn auch Bewegung hält einen gesund. Statt auf den Spielplatz könnt ihr einen Stadtteilspaziergang machen oder eine Runde mit dem Fahrrad fahren. Wem einfach durch die Gegend laufen zu langweilig ist, kann sich ein Handy schnappen und sein Stadtteil mit der **App #stadtsache** entdecken. So könnt ihr eure Nachbarschaft mit anderen Augen kennenlernen!

Hauptsache ihr kommt anderen Menschen nicht zu Nahe und achtet auf die Hygienetipps.

Das Museum hat auch zu? Nicht schlimm, es gibt auch eine digitale Möglichkeit Kunstwerke anzuschauen. Toll ist die **App Imagoras**, des Frankfurter Städtels. Hier kannst du das Museum erleben und spannende Rätsel lösen!

Hast du Lust Dinge zu lernen, die du bestimmt nicht in der Schule beigebracht bekommen würdest? Dann ist es Zeit für ein paar **Experimente**! Hier findest du ganz viele Idee zum Nachmachen und Ausprobieren.

- <https://www.wasistwas.de/experimente-zum-nachmachen.html>
- <https://www.geo.de/geolino/basteln/15225-thma-experimente>

- <https://www.schule-und-familie.de/experimente/experimente-mit-wasser.html>
- <https://m.simplyscience.ch/experimente.html>
- <https://www.kids-and-science.de/>
- <https://yumtamtam.de/Rezepte/K%C3%BChenexperimente-lustige-Reaktionen-mit-Lebensmitteln.html>

Das ihr soviel zu Hause seid, kann auch was Gutes haben – ihr habt genug Zeit euch zu überlegen, was ihr Essen wollt. Auch für Kinder gibt es viele leckere Rezepte zum **Kochen und Backen** im Internet zu finden. Vielleicht habt ihr aber auch Kochbücher daheim, in denen du schmökern kannst oder du rufst deine Großeltern an, die dir das Rezept für dein Lieblingsessen geben können.

- <https://www.kidsweb.de/kidmix/kochen/kochinh.htm>

Die Büchereien haben zu. Solltest du einen Ausweis besitzen, kannst du dir aber Ebooks, also Bücher für das **Lesen** auf dem Tablet/Computer ausleihen. **Filme** gibt es hier auch!

Keinen Ausweis? Macht auch nichts – hier kannst du dir kostenlos Märchen vorlesen lassen oder anderen Geschichten lesen:

- <https://www.labbe.de/lesekorb/index.asp?themakid=16>
- <https://www.ndr.de/fernsehen/service/gebaerdensprache/Maerchen-in-Leichter-Sprache-und-Gebaerdensprache,maerchengebaerden100.html>

Du hast keine Lust zu lesen? Hier gibt's was für die Ohren- im **Kinderradio**:

- <https://www.kakadu.de/>
- <https://kinder.wdr.de/radio/kiraka/>

Die **App Knietzsches Geschichtenwerkstatt** hilft dir dabei deine **eigenen Geschichten** zu schreiben. Natürlich kannst du dir auch einfach einen Stift und ein Papier schnappen und loslegen.

Sei kreativ: **Basteln und Mehr**

Ein berühmter Künstler hat mal gesagt: „Jedes Kind ist ein Künstler.“ – Das stimmt! Deswegen schnapp dir Stift und Papier, Schere und Kleber und los gehts.

So kannst die freie Zeit gut nutzen, um nun endlich dein Zimmer zu verschönern oder die Geburtstagsgeschenke für deine Familie für das ganze Jahr herzustellen.

Keine Idee wie du anfangen sollst? Dann schau doch mal hier:

- Steine bemalen: <https://www.geo.de/geolino/15210-thma-steine>
- Sonnenfänger herstellen: <https://www.tollabea.de/bunte-sonnenfaenger/>
- Freundschaftsbänder knüpfen: <https://www.geo.de/geolino/basteln/15009-rtkl-anleitung-freundschaftsbaender-knuepfen>
- Ausmalbilder, Basteltipps und mehr: <https://www.kidsweb.de/>

- Gestalten, Klecksen, Bauen: <https://www.kika.de/selbermachen/index.html>
- Knetseife selbst machen: <https://www.geo.de/geolino/basteln/21016-rtkl-knetseife-selber-machen-echt-dufte-so-stellt-ihr-knetseife-her>

Wenn du nicht nach draußen gehen kannst um dich zu **bewegen**, musst du gucken was du in der Wohnung machen kannst. Du kannst zum Beispiel:

- Seilspringen
- Yoga machen
- Schattenboxen
- Jonglieren lernen: <https://www.kindernetz.de/wir-grenzenlos/hobbys/diy-jonglierbaelle/-/id=513056/nid=513056/did=529992/1h2pli1/index.html>
- Gummitwist hüpfen <http://www.labbe.de/zzzebra/index.asp?themaId=361>
- Der Boden ist Lava spielen:
https://www.internetphaenomene.de/wiki/Der_Boden_ist_Lava
- Einen Parcours aufbauen
- Einen Tanz lernen
- Der Basketballverein Alba Berlin bietet jetzt jeden Tag eine Stunde Sportunterricht zum Mitmachen für Kinder im Internet auf ihrem Youtube-Kanal an: <https://www.youtube.com/albaberlin>

Immer noch Langweilig? Hier noch ein paar Vorschläge gegen deine Langeweile:

- Detektiv spielen und Rätsel lösen:
<https://www.raetseldino.de/knobelaufgaben-kinder.html>
- Alles über dein Lieblingstier erfahren:
<https://www.kindernetz.de/oli/tierlexikon/>
- Schnapp dir deine Legofiguren oder bastel dir aus Knete eigene Figuren und drehe einen Trickfilm: <https://www.trickino.de/>
- Reise in die Vergangenheit: <https://www.kinderzeitmaschine.de/>
- Entdecke die Natur von zu Hause: <http://www.najuversum.de/>
- Eine Knalltüte falten: <https://reportage.wdr.de/freistunde#6191>
- Einen Gemüse-Urwald züchten: <http://www.labbe.de/zzzebra/index.asp?themaId=323&titelId=3333>
- Eine Geheimschrift lernen <https://www.geo.de/geolino/mensch/968-rtkl-verschluesselte-botschaften-geheimschrift>
- Bau dir dein eigenes Iglu <https://www.geo.de/geolino/basteln/18448-rtkl-basteln-iglu-bauen-so-gehts>
- Mit Gläsern Musik machen <https://www.kids-and-science.de/experimente-fuer-kinder/detailansicht/datum/2009/11/23/mit-wassergefuellten-glaesern-musik-machen.html>
- Baue dir eine Höhle aus den Decken und Stühlen

- Zaubern lernen: <https://www.kinderspiele-welt.de/kinderparty/zaubertricks-fuer-kinder.html>
<https://www.kleineschule.com.de/raetsel.html>

Du hast eine Schwester oder einen Bruder? Ein Nachbarskind mit dem du spielen kannst? Vielleicht könnt ihr euch am Telefon unterhalten?

Lustige Spiele zu zweit:

- Wer bin ich? <https://www.kinderspiele-welt.de/kindergeburtstagsspiele-drinnen/wer-bin-ich.html>
- Ja Nein Schwarz Weiß https://www.spielewiki.org/wiki/Ja_Nein_Schwarz_Weiß
- Kettengeschichten erfinden
<https://www.kinderpolitik.de/component/methoden/?ID=258>
- Lernt zusammen eine Geheimsprache
<https://www.labbe.de/zzzebra/index.asp?themaId=472&titelId=1614>

Ihr habt nichts gefunden, was euch gefällt? Macht nix, das Internet hat **noch viel mehr Tipps und Ideen** auf Lager. So findest du sie ohne Probleme:

- <https://www.helles-koepfchen.de/>
- <https://www.fragfinn.de/>
- <https://www.klick-tipps.net/startseite/>
- <https://www.blinde-kuh.de/index.html>
- https://klexikon.zum.de/wiki/Klexikon:Willkommen_im_Klexikon
- <https://www.seitenstark.de/>
- <https://www.labbe.de/zzzebra/>
- <https://kinder.wdr.de/tv/wissen-macht-ah/>
- <https://www.wdrmaus.de/>

Aufgepasst! Wenn du dich alleine im Internet bewegst, pass gut auf dich auf und überlege immer, bevor du etwas anklickst oder einen Beitrag teilst. Wenn du dir unsicher bist, sprich mit jemanden darüber. Entweder mit deinen Eltern oder einer anderen Person, der du vertraust.

Wenn du **Hilfe beim Surfen im Internet** suchst findest du sie hier:

- <https://www.internet-abc.de/>
- <https://www.klicksafe.de/fuer-kinder/>
- <https://www.scroller.de/>
- <https://www.handysektor.de/startseite>

Die von mir zusammengestellten externen Links führen zu anderen Websites, auf deren Inhalt ich keinen Einfluss habe. Aus diesem Grund weise ich ausdrücklich darauf hin, dass ich für diese Inhalte keine Gewähr übernehmen kann. Für die Inhalte und Richtigkeit der bereitgestellten Informationen ist der jeweilige Anbieter der verlinkten Seite verantwortlich. Zum Zeitpunkt der Verlinkung waren keine Rechtsverstöße erkennbar. Bei Bekanntwerden einer solchen Rechtsverletzung wird der Link umgehend entfernt.



Kira Schuler
Kinderbeauftragte Eckenheim