



Kinderkrippe  
Zaubergarten

# Alltagstipps

## Kreativer Corona - Alltag

### Teil 3

#### Dazu brauchen Sie:

- Mehl
- Wasser
- Salz
- Evtl. Pflanzenöl (z.B. Sonnenblumenöl)
- Ausstechformen
- Acryl-, Finger-, Wassermalfarben
- Haarlack (Haarspray)
- Pappteller / Plastikteller
- Haushaltsutensilien / Spielsachen
- Große Pappe / großes Blatt
- Einen (zwei) Koffer
- Evtl. destilliertes Wasser
- Fairy Ultra Spülmittel
- Kleister
- Evtl. Baumwollschnur, Stöcke, Strohhalm, Pfeifenputzer

Liebe Eltern,

Gönnen Sie sich und ihrer Familie mal eine Auszeit. Der veränderte Alltag bringt neue Hürden und Probleme auf die Sie alle spontan und schnell reagieren müssen. Und als wäre das allein noch nicht stressig genug, haben viele Eltern auch noch den Druck von Zuhause arbeiten zu müssen, die Kinder wollen beschäftigt werden und der Haushalt steht auch noch an... Deshalb heißt unser heutiger Tipp:

### 3. Glücklich Eltern, glückliche Kinder

Im Sinne dessen, entschleunigen Sie Ihren Alltag. Nehmen Sie Abstand von ihren perfektionistischen „normalen“ Standards. Wir befinden uns momentan nicht in einer normalen Situation. Lassen Sie z.B.

- die Wäsche heute mal ungewaschen
- die Frühstücksteller stehen oder
- das Kinderzimmer unaufgeräumt .

Wenn Sie gerade keine Zeit oder keine Nerven dafür haben. Es wird Sie morgen niemand besuchen kommen. Wenn Sie heute etwas für sich selbst tun, haben Sie morgen wieder mehr Geduld und Zeit für diese Dinge. Etwas für sich selbst tun ist in Zeiten von einer ständigen Belastung durch die immer neue Flut an Informationen und Anforderungen enorm wichtig. Gönnen auch Sie sich mal eine Auszeit und tun Sie etwas für ihre Seele wie z.B.

- Ein Spaziergang
- Eine Joggingeinheit
- Yoga (z.B. mit Onlinekursen, Youtube-Kursen)
- Freeletic- Übungen (z.B. Onlinekurs, Youtube)
- Ein Buch lesen
- Abends gemeinsam im Kerzenschein auf dem Balkon genießen .

# Kreativteil

## Osterstrauch-Anhänger

Das Thema Ostern ist noch immer präsent deshalb handelt unser 3. Quarantäne- Special wieder von einem Basteltipp, mit dem aber nicht nur Osterdekoration sondern vieles mehr gestaltet werden kann.

Auch hier können Sie Ihr Kind in die Vorbereitungen sowie die Durchführung und die Verzierung mit einbeziehen.

## Salzteig

Salzteig ist eine einfache und spannende Beschäftigung für Ihr Kind. Mit 3 einfachen Zutaten

- Mehl
- Wasser
- Salz

Im Verhältnis 2:1:1 gemischt (Also z.B 250 g Salz, 250 g Wasser und 500g Mehl). Einfach

Salz und Mehl verrühren und dann nach und nach unter kneten das Wasser zugeben. Sollte der Teig zum Ausrollen noch zu pappig sein, fügen Sie einfach nach Bedarf noch mehr Mehl hinzu, genauso wenn er zu fest ist, mehr Wasser. Der Teig soll eine gleichmäßige Masse werden ohne zu bröckeln oder zu kleben. Sollte das ausrollen für ihre Kinder wegen der Beschaffenheit des Teiges zu schwer sein, können Sie nach Belieben etwas (ca. 1-3 Esslöffel Öl ) zufügen. Evtl. auch das Nudelholz etwas damit einreiben.



Jetzt nach Lust und Laune z.B mit den Osterausstechformen, Plätzchenausstechern etc. ausstechen und eigene Figuren formen und gestalten. Z.B

- Anhänger für den Osterstrauch (Dazu einfach die ausgestochenen Figuren mit einem Strohalm oben mit einem Loch versehen und später nach dem Backen und anmalen eine Schnur durchfädeln.
- Spielfiguren für Kinderküche oder Kaufmannsladen
- Hand und Fußabdruckplatten
- Tischdekorationen

Beim Gestalten nur drauf achten, dass sie Figuren nicht zu dünn sind, ca 0,5 - 1 cm. Und relativ gleichmäßig dick sonst brauchen manche länger zum Trocknen wie andere.

Zum Backen:

- Zuerst 30 Minuten bei 60 Grad
- 30 Minuten bei 100 Grad
- 2 Stunden 120 Grad

Tipp: der Teig ist durchgetrocknet, wenn die Mitte der Unterseite hart ist.

Wenn alles komplett ausgetrocknet und abgekühlt ist können Sie mit ihrem Kind die Figuren beliebig bemalen z.B mit Fingermalfarben, Wassermalfarben oder Acrylfarben.

Zum Versiegeln eignet sich Haarspray oder besser noch Haarlack. Halte ungefähr 20 Zentimeter Entfernung ein und besprühe das Stück komplett gleichmäßig. Warte dann die Trocknungszeit des Lacks ab und sprühe nun zum zweiten Mal. Jetzt nur nochmal gut austrocknen und fertig sind die Figuren.

# Bewegungsteil

Der Bewegungsteil besteht aus zwei Komponenten, dem Indoor- und dem Outdoor-Teil. Hier geben wir Ihnen Ideen und Tipps wie Sie mit einfachen Mitteln und wenig Utensilien täglich einen Bewegungsteil in Ihren Alltag einbauen können. Unsere Bewegungsideen können Sie ganz einfach und individuell bei Ihnen zu Hause, im Garten oder im Hof nachmachen.

## Indoor-Teil

### XXL - Spiele

Heute geht es um beliebte Spiele der Kinder, die Sie einfach mal in einer XXL-Variante ausprobieren können. Dies bringt mehr Bewegung und Abwechslung ins Spiel.

### XXL-Memorie

Memorie ist ein beliebtes Spiel auch schon bei den kleineren Kinder. Je nach Alter und der Kinder können Sie die Anzahl der Pärchen anpassen. Für die XX-L Variante einfach Pappteller, oder undurchsichtige Plastikteller bereit legen. Dann können sie immer zwei gleiche Haushalts-Dinge , Spielsachen oder einfach ausgedruckte Bilder bereit legen. Jetzt einfach die Utensilien unter die Teller legen, eso dass man nichts davon sieht und großflächig im Raum verteilen. Jetzt kann es schon losgehen!

### XXL-Puzzle

Bei den XXL\_ Puzzeln ist wieder Ihre Kreativität gefragt. Sie können alle möglichen Spielsachen und Haushaltsdinge benutzen. Eine große Pappe ( z.B. zerschnittener Karton) oder ein großes Papier bereitlegen. Jetzt die Spielsachen (z.B Bausteine, Kaufmannsladen-Utensilien, Zugteile etc.) oder Alltagsmaterialien (z.B Haarreifen, Kochlöffel, Sieb etc.) auf das Blatt / die

Pappe legen und die Kontur mit einem dicken Stift nachzeichnen. Danach die Dinge großflächig im Raum verteilen und puzzeln.

### Bewegungskofferpacken

Dazu einen Koffer in mitten eines Raumes (z.B Kinderzimmer) bereitstellen und öffnen. Jetzt geht es los wie bei dem beliebten Spiel Kofferpacken dürfen Sie und Ihr Kind jetzt nacheinander Dinge aus dem Raum in den Koffer legen. Immer nachdem Sie und ihr Kind einmal dran waren wird der Koffer geschlossen. Wer kann sich noch dran erinnern was im Koffer liegt? Wer kann sich noch dran erinnern was von letzter Runde nch im Koffer liegt?

Hier kann man auch wieder verschiedene Variationen einbauen. z.B

- Man stellt 2 Koffer auf und muss um die Wette die beiden Koffer mit 10 Sachen füllen ( Dabei darf immer nur eine Sache getragen werden)
- Man bereitet eine Bingokarte vor mit Bildern/Fotos der Dinge die jeder für sich dann suchen muss und in seinen Koffer packen soll. (z.B. verschiedene Kuscheltiere, verschiedenfarbige Autos etc.)

## Outdoor-Teil

### Seifenblasen

Mein heutiger Outdoor-Tipp heißt Seifenblasen. Diese können Sie in vielen Supermärkten jetzt kaufen oder ganz leicht selber mischen mit:

- 900 ml kaltes Wasser (sehr kalkhaltig evtl. destilliertes Wasser).
- 60 ml Fairy Ultra (JA! ES MUSS FAIRY ULTRA SEIN, z.B. DM )
- Für Riesenseifenblasen zusätzlich: 1 TL Kleister (Pulver)

**Zubereitung:** Den Kleister im kalten (!) Wasser auflösen, anschließend das Spülmittel dazu geben - fertig!

Unten finde Sie Versuche, Ideen und Tipps mit Seifenblasen.

## (XXL-)Seifenblasen

Die Mischung oben können Sie beliebig variieren, dazu habe ich Ihnen hier z.B einen Link rausgesucht, auf dem noch viele andere tolle Rezepte stehen.

<https://www.moms-blog.de/riesenseifenblasen-rezept-mischung/>

Als Seifenblasenstäbe können wieder ganz kreativ viele Dinge von Zuhause eingesetzt werden.

- Eine Wollschnur auf die 2 Strohhalme aufgefädelt werden und dann verknotet wird. Einfach einen Strohhalm über den Knoten ziehen, den anderen Strohhalm gegenüber hinschieben zum festhalten und schon können die Seifenblasenversuche losgehen
- Einen Seifenblasen Stab können Sie ganz einfach aus 2 Holzstäben und einer Schnur (z.B. 4 mm Baumwolle ohne „Kern“) und einer Unterlegscheibe selber machen oder. Dazu die Schnur nach Armweite des Kindes abgemessen zwischen die beiden Stücke knoten und den Rest nach unten hängen lassen. Jetzt unten mit Abstand zusammenknoten und z.B eine Beilagscheibe befestigen als Gewicht.
- Die eigenen Hände gut in die Seifenlösung tauchen und dann Zeigefinger und Daumen zusammenführen zu einem Kreis und durchpusten.
- Eine Fliegenklatsche
- Einen Stab an dessen Ende in eine relativ stabile Baumwollschnur (mit „Kern“) zu einem Kreis zusammengelegt wird und mit einem Kabelbinder befestigt.
- Eine halbierte Flasche (Möglichst Dick damit sie nicht scharfkantig ist) mit der Lösung befüllen. In die Mitte ein Loch für den Strohhalm hineinbohren. Den Strohhalm durchstecken und pusten lassen.
- Pfeifenputzer einfach als Kreis formen, eintauchen, los geht` s!

## Stein-Mandalas mit Salzteig

Quelle: [printerest, kochbar.de](http://printerest.kochbar.de)



### Salzteig

#### Zusätzlich:

- Kieselsteine oder Kürbiskerne/Leinsamen;
- Wassermalfarben oder Fingermalfarben.

#### Anleitung in 5 Schritten:

1. Salzteig: alles zusammenkneten und etwas ruhen lassen, damit die Salzkristalle sich auflösen;
2. Die Kleinen können aus dem Teig tolle Figuren formen, nicht unbedingt eine runde Form. Die Kinder sind sehr kreativ!
3. Die Kieselsteine oder Kürbiskerne/Leinsamen werden im Salzteig eingebettet;
4. Die fertigen Werke werden dann im Ofen bei 160°C gebacken, bis sie eine schöne Farbe bekommen;
5. Nach dem Auskühlen können die Figuren, nach Wunsch, noch bemalt werden.