

# Lust auf verrückte unvergessliche Zeit in der Familie?

## 12 coole Ideen für Aktivitäten zu Hause mit Deinem Kind

### Entdecke Dein Kind

#### und verbringt eine schöne gemeinsame Zeit

Wie schön, dass Du Dir Zeit für Dich und Deine Familie nimmst. Ich habe Dir hier 12 Ideen gesammelt, wie Du mit Deiner Familie Zeit verbringst, die Ihr in 10 Jahren noch erinnern werdet. Viel Spaß!! Deine Kinder werden staunen...

#### Essen mal anders

1. **Badewannendinner:** Nach einem Spaziergang könnt Ihr die Badewanne knöcheltief mit warmem Wasser füllen, Kerzen anzünden, ein paar Brote schmieren und ein Buch zum Vorlesen parathalten. Anschließend setzt Ihr Euch dann alle zusammen auf den Beckenrand der Badewanne und wärmt gemeinsam abendbrotessend Eure Füße.
2. **Frühstück nicht am, sondern unterm Tisch:** Warum nicht das Essen einfach unterm Tisch decken und alles hübsch herrichten. Was meint Ihr, wie die Kinder staunen, wenn es sich alle im Schneidersitz gemütlich machen dürfen. Klar, es wird sicher ein eher kurzes Essen, aber lustig ist es allemal.
3. **Hauseigenes Restaurant:** Wenn schon kein externer Restaurantbesuch möglich ist, könnt Ihr als Eltern einen für Eure Kinder schaffen. Ladet sie ein, um 18 Uhr hübsch angezogen an der Haustür zu klingeln. Dann führt ihr sie zum Tisch, reicht Ihnen eine kleine Menükarte und los geht's. Als Kellner verkleidet dürft ihr sie nun nach Herzenslust mit 3 Gängen verwöhnen. Und ich sage Euch, die Kinder werden es lieben, die Idee auch andersrum mal zu verwirklichen
4. **Speisen an kreativen Orten:** So wie unterm Tisch ist es auch möglich, das Essen mal an einem ungewöhnlichem Ort zu Hause zu servieren. Vielleicht mal auf dem kleinen Kindertisch im Spielzimmer oder auf einer Picknickdecke im Wohnzimmer, wir haben schon im Keller, auf dem Dachboden und im Auto gegessen. Und ich meine hier nicht Mc-Donald & Co, nein, so richtig mit Tellern, Besteck, etc.

5. **Andere Länder, andere Sitten:** Wenn reisen im Moment schon nicht möglich ist, könnt Ihr als Familie einfach mal andere Länder kulinarisch bereisen. Sucht Euch ein Land aus und kocht neue Sachen, experimentiert mit neuen Zutaten, Gewürzen, Gemüse oder Früchten und macht daraus ein besonderes Event. Vielleicht bestellt Ihr Indisch, macht Sushi selber oder backt eine Pizza. Um es authentisch zu machen, könnt ihr nun passende zum Land Musik aussuchen, Euch verkleiden und ggf. auch mit den Händen essen, auf dem Boden sitzen oder danach zur Musik traditionell tanzen.

## Aktivitäten mal anders

6. **Jahreszeitenwechsel:** Warum nicht mal den Winter zum Sommer machen und umgekehrt; Das Wohnzimmer richtig warm heizen und dann alle in kurzer Hose, Badesachen und mit Handtüchern im Wohnzimmer auf den Boden legen, Bücher lesen, Lampenschirme als Sonne benutzen. Dazu einen Fruchtcocktail schlürfen und Eis am Stiel essen. Es darf dann nur nicht an der Tür klingeln, aber das passiert im Moment ja nur selten.
7. **Lesenacht:** In unserer Schule gab es im vorletzten Jahr eine Lesenacht. Die Schule war gemütlich hergerichtet, überall standen Kerzen, waren Knabbersachen, Decken und Kissen. Alle Eltern waren aufgerufen, aus einem Lieblingskinderbuch ein paar Seiten vorzulesen und damit diese Bücher vorzustellen. Dies könntet Ihr auch zu Hause machen: Bittet jedes Kind, ein Buch rauszusuchen und ein paar Seite daraus vorzulesen oder darüber zu erzählen. Anschließend könnt Ihr dann gemeinsam eine gemütliche Lesezeit machen.
8. **Erlaube-Tag:** Dies meine ich wörtlich. Erlaube Deinen Kindern alles, was nicht gefährlich oder schädlich ist. Sie werden es lieben: Kuchen zur Vorspeise, einen Tag im Schlafanzug, Waffeln zum Abendessen etc. Wichtig ist, dass Ihr diese Aktion wirklich nur machen solltet, wenn ihr mit der Idee mitgehen könnt. Sagt klar, was möglich ist und wo Grenzen sind. Überlegt Euch vorher gemeinsam verrückte Sachen, die sonst nicht erlaubt sein. Mit den Händen essen, den ganzen Tag in Skiklamotten rumlaufen oder 3 Stunden gemeinsam zocken. Warum nicht? Es ist ja nur an diesem einen Tag erlaubt!
9. **Indoor-Camping:** Unser Sohn hat den ganzen 1. Lockdown in einem Zelt in seinem Zimmer geschlafen. Zunächst auf dem Boden und dann hat er sich doch seine Matratze geholt. Wenn Ihr den Platz habt, baut Euer Zelt doch mal für eine Nacht im Wohnzimmer auf. Für die Kinder wird dieses Indoor-Camping ein Riesenspaß.

10. **Rollentausch:** Ihr könntet mal für eine Zeit lang einen Rollentausch spielen. Du bist wieder „Kind“ und Euer Kind spielt „Mutter“ oder „Vater“. Und ich meine jetzt nicht nur wie im Puppenspiel, nein, ich meine richtig im Alltag: Alleine zu hören, wie sie in Eurer Rolle sprechen und Euch nachmachen, ist super komisch und auch augenöffnend. Ihr könntet es beim Abendessen starten und dann noch eine Stufe weitergehen: Es gibt nämlich für Kinder nichts Schöneres als im Elternbett zu übernachten. Warum dann nicht auch einmal hier die Rollen tauschen? Ihr könntet Euch eine Nacht auf die Betten der Kinder aufteilen (wenn das Bett zu klein ist, geht auch eine Luftmatratze daneben) und die Nacht in die Rolle Eures Kindes schlüpfen. Eure Kinder dürfen dann in Eurem Bett übernachten. Dieser Perspektivwechsel kann so verbindend sein.
  
11. **Nachtausflug:** Jetzt wo noch nicht überall wieder Schule ist, sind die Bettgehzeiten eh überall etwas lockerer. Als kleine Überraschung für den Abend könntet Ihr Eure Kinder bitten, sich warm angezogen um 20 Uhr an der Haustür zu treffen. Ihr habt dann schon einen Rucksack mit heißen Getränken, Keksen und Taschenlampen gepackt und es kann zum Nachtausflug losgehen. Es reicht schon, wenn ihr einmal um die Häuser zieht und kurz in den naheliegenden Park, Wald oder Feld geht. Für die Kinder ist das eine aufregende Abwechslung.
  
12. **Stadtrundfahrt mal anders:** Manche von Euch haben sicher schon einmal eine Stadtrundfahrt gemacht, aber eher nicht in der eigenen Stadt. Ihr könntet Euch also vornehmen, Eure Stadt mit dem Auto, Fahrrad oder zu Fuß selbständig zu erkunden. Jeder aus der Familie, je nach Alter natürlich, nimmt sich ein 1-2 Ziele vor. Dann werden (mit Eurer mit Hilfe) ein paar Infos aus dem Internet, sowie Bilder, Geschichten zu den Sehenswürdigkeiten zusammengesammelt. Ihr habt vielleicht 4-6 Ziele, die Ihr nun gemeinsam abklappern könnt. Jeder erzählt den anderen von seinen Ergebnissen. Ihr werdet Eure Stadt danach mit anderen Augen betrachten. Versprochen!

*Hier ist Platz für eigene Ideen:*

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....