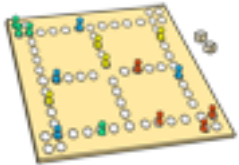










## Tipps gegen Langeweile

<p><b>Spiele</b></p>		<p>Zum Beispiel:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Uno</li> <li>- Mensch ärgere dich nicht</li> <li>- Memory</li> <li>- Puzzle</li> </ul>
<p><b>Musik oder Hörspiele anhören</b></p>		<p><a href="https://www.play-europa.de/produktwelt/hoerspiele">https://www.play-europa.de/produktwelt/hoerspiele</a></p> <p><b>oder:</b></p> <p><a href="https://www.gratis-hoerspiele.de/genre/marchen/">https://www.gratis-hoerspiele.de/genre/marchen/</a></p>
<p><b>Malen oder Zeichnen</b></p>		<p>Hier gibt es schöne Vorlagen:</p> <p><a href="https://www.kinder-malvorlagen.com/">https://www.kinder-malvorlagen.com/</a></p> <p><b>oder</b></p> <p><a href="https://www.mandala-bilder.de/">https://www.mandala-bilder.de/</a></p>
<p><b>Briefe schreiben</b></p>		<p>Zum Beispiel an:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Oma</li> <li>- Opa</li> <li>- Freunde</li> <li>- Bruder</li> <li>- Schwester</li> <li>- Mama</li> <li>- Papa</li> <li>- Verwandte</li> <li>- Caritas OBA Team, Hansastr. 134, 81373 München</li> </ul> <p>Alle freuen sich über Post, wir auch.</p>

<p><b>Lesen</b></p>		<p>Zum Beispiel:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Bücher</li> <li>- Zeitschriften</li> <li>- Comics</li> <li>- Tageszeitung online:</li> </ul> <p><a href="https://www.abendzeitung-muenchen.de/">https://www.abendzeitung-muenchen.de/</a></p> <p><b>oder</b></p> <p><a href="https://www.tz.de/">https://www.tz.de/</a></p> <p><b>oder</b></p> <p><a href="https://www.tz.de/">https://www.tz.de/</a></p> <p><b>oder</b></p> <p><a href="https://www.merkur.de/">https://www.merkur.de/</a></p>
<p><b>Im Internet surfen oder Online Spiele spielen</b></p>		<p>Zum Beispiel:</p> <p><a href="http://www.spielzweig.de/">http://www.spielzweig.de/</a></p> <p><a href="https://www.spielen.com/spiele/leichte-spiele">https://www.spielen.com/spiele/leichte-spiele</a></p> <p><a href="https://www.blinde-kuh.de/index.html">https://www.blinde-kuh.de/index.html</a></p>
<p><b>Basteln</b></p>		<p>Zum Beispiel:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Ostereier färben</li> <li>- Osternester basteln</li> <li>- Karten für Ostern</li> <li>- Origami Tiere</li> </ul> <p>(Anleitungen dazu gibt es hier:</p> <p><a href="https://www.talu.de/basteln/basteln-papier/origami-anleitungen/">https://www.talu.de/basteln/basteln-papier/origami-anleitungen/</a></p>

<p><b>Fernsehen</b></p>		<p><a href="https://www.daserste.de/">https://www.daserste.de/</a> (hier gibt es auch immer aktuelle Nachrichten aus der ganzen Welt)</p> <p><a href="https://www.zdf.de/">https://www.zdf.de/</a> (hier gibt es auch immer aktuelle Nachrichten aus der ganzen Welt)</p> <p><a href="https://www.br.de/nachrichten/">https://www.br.de/nachrichten/</a> (hier gibt es aktuelle Nachrichten aus Bayern und München)</p>
<p><b>Gymnastik oder Yoga</b></p>		<p>Zum Beispiel: <a href="https://www.seniorenratgeber.de/Sport/Gymnastik-Mit-diesen-Uebungen-bleiben-Sie-fit-149689.html">https://www.seniorenratgeber.de/Sport/Gymnastik-Mit-diesen-Uebungen-bleiben-Sie-fit-149689.html</a></p> <p><a href="https://www.gesundheit.de/fitness/fitness-uebungen/rueckenuebungen/rueckenuebungen">https://www.gesundheit.de/fitness/fitness-uebungen/rueckenuebungen/rueckenuebungen</a></p> <p><a href="https://www.yogaeasy.de/artikel/7-einfache-yoga-uebungen-die-immer-jedem-guttun">https://www.yogaeasy.de/artikel/7-einfache-yoga-uebungen-die-immer-jedem-guttun</a></p>



**Viel Spaß und bitte bleiben Sie gesund!**

Hier ist noch die „Darauf freue ich mich- Liste“, die Sie selber ausfüllen können.

<p>Darauf freue ich mich, wenn ich wieder frei aus dem Haus gehen kann:</p> <p>z. B. Freunde treffen</p>	