

Kreisverwaltung Bad Dürkheim, 67089 Bad Dürkheim

Abteilung: **Jugendamt**
Referat 46: Schulsozialarbeit
Ansprechpartner/-in: Claudia Noll
Dienstort: IGS Deidesheim/Wachenheim
Telefon: 0172/800855
eMail: claudia.noll@kreis-bad-duerkheim.de
Datum: 25.03.2020

Rat, Trost und Beschäftigungsangebote

Liebe Schüler und Schülerinnen der IGS Deidesheim/Wachenheim,

für uns alle ist die Situation der Ausgangsbeschränkung und des Kontaktverbots eine komplett Neue. Gerade euch Kindern und Jugendlichen fällt es bestimmt oft schwer, sich den ganzen Tag zu Hause mit den Eltern und Geschwistern zu beschäftigen.

Anbei haben zwei Kolleginnen von mir eine Liste mit Beschäftigungsmöglichkeiten erstellt, die dir Ideen zur Gestaltung deiner Situation zu Hause geben kann. Vielleicht ist ja etwas Passendes für dich dabei.

Trotzdem kann es vorkommen, dass dir zu Hause die Decke auf den Kopf fällt, es Ärger gibt oder du jemand zum Sprechen brauchst.

Trotz geschlossener Schule bin ich für dich da.

Du kannst mich montags, mittwochs und freitags zwischen 7.30 und 12.00Uhr telefonisch unter 0172/8008558 oder rund um die Uhr per Mail (Claudia.Noll@kreis-bad-duerkheim.de) erreichen.

Scheue dich nicht, dich bei mir zu melden. Manchmal tut es einfach gut, mit jemand zu sprechen.

Auch eine Liste mit sonstigen Notfallnummern findest du im Anhang.

Ansonsten wünsche ich dir kreative Ideen der Freizeitgestaltung, viel Geduld mit deinen Eltern und eine stressfreie Zeit.

Bleib gesund,

liebe Grüße

Deine Schulsozialarbeiterin Claudia Noll

Wie kann ich mich zu Hause beschäftigen?

Dir gehen langsam die Ideen aus, was du zu Hause neben deinen Schulaufgaben machen kannst? Vielleicht ist ja hier etwas Passendes für dich dabei:

Kreatives:

- Deckblatt Schulplaner IGS Deidesheim/Wachenheim erstellen
- Osterdekoration & -karten basteln
- Briefe schreiben (z.B. an die Großeltern, Freunde und Verwandte), sicher freuen sie sich, wenn du noch ein Bild oder etwas Gebasteltes beilegst
- Etwas nähen, besticken, filzen oder stricken
- Bienenhotel z.B. aus einer Konservendose bauen und im Garten aufhängen
- Steine bemalen
- Spiele selbst basteln: z.B. Tic-Tac-Toe, Memory, Fangbecherspiel, Anti-Stress-Ball
- Glückwunschkarten für die nächsten Geburtstage basteln
- (Freundschafts-)Armbänder knüpfen & anderen Schmuck designen
- Basteln mit Tetra Paks: Blumentöpfe, Stifte-Halter, Vogelhäuschen, Teelichter
- Badebomben herstellen
- Bilder malen (z.B. mit der Marmorier-Technik, mit Sand, Pustebilder, Stempeltechnik)
- Geschenke/Anhänger mit Salzteig machen
- Dekoration für dein Zimmer basteln: Girlanden, Lichterketten, Bilderrahmen verschönern oder basteln, selbstgemalte Bilder aufhängen, Fotowand, Wanddekoration
- Teelichter aus (Marmeladen)-Gläsern oder Konservendosen herstellen
- Verkleiden: Kostüme ausprobieren, Theaterstücke proben, ...
- Lesezeichen basteln
- Bücher lesen
- Kugelbahnen aus Toilettenpapierrollen basteln
- Hörspiele und Musik hören

- Telefonate mit deinen Verwandten und Freunden führen
- Mandalas & Ausmalbilder ausdrucken oder selber zeichnen und ausmalen
- Bereite Filmabende vor mit selbstgemalten Ticket, Popcorn und Dekoration

Anleitungen und Inspirationen dazu findest du im Internet ☺

Lernen:

- Lerne etwas Neues, z.B. Jonglieren, ein Musikinstrument, Hand Lettering, Zaubertricks, eine Tanz-Choreographie, Lieder auswendig, ...(Kreuzwort)-Rätsel lösen
- Sudokus machen
- Beschäftige dich mit wichtigen Themen, wie z.B. Was kann ich für den Umweltschutz tun?, Wie halte ich mich fit und gesund?, Wie lerne ich schneller und intensiver für Tests und Klassenarbeiten?
- Eigene Geschichten und Gedichte schreiben
- Eine Liste mit InternetLinks findet ihr separat

Spiele:

- Puzzeln
- Gesellschaftsspiele
- Spiele ohne Material: Schiffe versenken, Stadt-Land-Fluss, Tic-Tac-Toe, Montagsmaler, Galgenmännchen, Käsekästchen, Ich sehe was, was du nicht siehst, Stopp-Tanz, Wer bin ich?, Kommando Bimberle, Schere-Stein-Papier
- Spion: Spanne Wollfäden durch dein Zimmer. Wer schafft es hindurch, ohne einen Faden zu berühren?
- Der Luftballon darf nicht den Boden berühren

Im Haushalt helfen:

- Kochen & Schneiden helfen
- Fenster putzen
- Saugen, Wischen, Aufräumen, ...
- Balkon- oder Gartenmöbel säubern
- Pflanzen gießen, einsähen, düngen, umtopfen
- Der Familie etwas Gutes tun: z.B. ihnen einen Tee kochen, ihnen einen Gefallen tun, sie bei Aufgaben unterstützen, ...
- Klamotten und Spielzeuge aussortieren
- Du hast Haustiere? ➡ Gehege putzen und umgestalten, etwas Neues basteln (z.B. Spiele/Tunnel für Hamster, Mäuse etc.), füttern
- Picknick für dich und deine Familie im Wohnzimmer vorbereiten
- Kekse und Kuchen backen
- Eis selbst machen
- Marmelade kochen
- Eigene fruchtige Drinks mixen

(Neben-) Job annehmen:

- Ab 15 Jahren möglich: Bspw. Erntehelfer; Lager auffüllen im Supermarkt; Alltagsbegleiter Altenheime
- Nachbarschaftshilfe: Bspw. Einkaufen für Risikopatienten

Notfallnummern

Corona-Verdacht	116 117
Hotline Fieberambulanz	0800 9900400
Gesundheitsamt Neustadt	06322 961 7401
Beratungsstelle für Alleinerziehende und Frauen	06324 981 602

Diakonisches Werk Pfalz Bad Dürkheim: Beratungsstelle für Eltern, Kinder und Jugendliche; Sucht und Abhängigkeit; Jugend und Drogen; Sozial- und Lebensberatung; Schwangeren- und Schwangerenkonfliktberatung

06322 941 80

Postanschrift:
Postfach 1562
67089 Bad Dürkheim

Hausanschrift:
Philipp-Fauth-Str. 11
67098 Bad Dürkheim

Telefon: (06322) 961-0
Telefax: (06322) 961-1156
e-Mail: info@kreis-bad-duerkheim.de
Internet: www.kreis-bad-duerkheim.de

Postbank
Amt Ludwigshafen/Rh
(BLZ 545 100 67)
Kto.-Nr. 15940-676

Sparkasse
Rhein-Haardt
(BLZ 546 512 40)
Kto.-Nr. 141



Metropolregion
Rhein-Neckar
Kinderschutzbund Neustadt-Bad Dürkheim
e.V. 06321 80055



Agentur für Arbeit Geschäftsstelle Neustadt	0800 45 55 520
Jobcenter Deutsche Weinstraße (ARGE)	06321 932 0
Kinder- und Jugendtelefon	0800 111 0 333
Nummer gegen Kummer für Kinder und Jugendliche	116 111
Elterntelefon	0800 111 0 550
Gewalt gegen Frauen	08000 116 016
Schwangere in Not	0800 404 0020
Telefonseelsorge	0800 11 10 111
	0800 11 10 222
	116 123
Info-Telefon Depression	0800 334 45 33
Pflegetelefon	030 2017 9131
Sucht und Drogen Hotline	01805 31 30 31

Postanschrift:
Postfach 1562
67089 Bad Dürkheim

Hausanschrift:
Philipp-Fauth-Str. 11
67098 Bad Dürkheim

Telefon: (06322) 961-0
Telefax: (06322) 961-1156
e-Mail: info@kreis-bad-duerkheim.de
Internet: www.kreis-bad-duerkheim.de

Postbank
Amt Ludwigshafen/Rh
(BLZ 545 100 67)
Kto.-Nr. 15940-676

Sparkasse
Rhein-Haardt
(BLZ 546 512 40)
Kto.-Nr. 141