



**DU HAST LANGEWEILE?  
DIR FÄLLT DIE DECKE AUF DEN KOPF?**

**DANN KLICKE HIER...**

- **Tipps gegen Langeweile: Kreatives und Spiel mit einfachen Materialien**  
[www.unicef.de/informieren/aktuelles/blog/coronavirus-tipps-gegen-langeweile-zuhause/212678](http://www.unicef.de/informieren/aktuelles/blog/coronavirus-tipps-gegen-langeweile-zuhause/212678)
- **Tipps für zuhause: Spiele und Bastelideen: Tipps für zuhause/zuhause.triki.de**  
[www.triki.de](http://www.triki.de)
- **Beschäftigungsideen für Familien mit Kindern: Spiel- und Beschäftigungsideen für drinnen und draußen mit dem Beschäftigungsideen-Generator (Link unten rechts)**  
[www.portafamilia.de](http://www.portafamilia.de)
- **Kostenlose Webinare für alle Kids im schulpflichtigen Alter: Für Kinder mit Lust auf Kreativität und neue Impulse**  
<https://www.simoneabelmann.com>
- **Schreibwettbewerb für Schülerinnen und Schüler:**  
<https://www.buchmesse-rheinland-pfalz.de>
- **Web-Magazin für Kinder: Zebra/Zzebra**  
<https://www.labbe.de>
- **Wir-sind-da.online: Spiel- und Aktionsideen des BDKJ Rottenburg Stuttgart**  
<https://www.wir-sind-da.online>
- **Montagsmaler digital: ohne Account:**  
[www.skribbl.io](http://www.skribbl.io)
- **Spiel/Methode: Alle anders – alle gleich? Sensibilisiert für alltägliche Diskriminierung**  
[www.digitale-spielewelten.de](http://www.digitale-spielewelten.de)
- **Rollenspiel und Diskussionen in Last exit Flucht:** Hier geht es um die Erfahrungen von Geflüchteten. Das Spiel wurde von dem UN-Flüchtlingskommissariat entwickelt und ist in 11 Sprachen kostenlos verfügbar.  
[www.uno-fluechtlingshilfe.de](http://www.uno-fluechtlingshilfe.de)
- **App: Just a Line - AR (USK 0)**  
Der Nutzer/ die Nutzerin sieht direkt in der App das Livebild der Kamera, auf dem dann mit dem Finger gezeichnet oder geschrieben werden kann. Die Bilder oder Wörter verbleiben dann exakt an der Stelle im Raum und können durch Bewegung des Smartphones oder Tablets von allen Seiten angeschaut werden
- **App: StopMotion Studio**  
Die kostenlose App eignet sich gut um kreative Stop Motion Filme zu erstellen. Verfügbar für Android und IOS.



- **PicsArt**

Mit PicsArt kann man Bilder aufnehmen und bearbeiten, mit Ebenen zeichnen und die Bilder für die PicsArt-Community und in anderen Netzwerken wie Facebook und Instagram freigeben.

[www.picsart.com](http://www.picsart.com)



- **ComicLife3**

Comic Life 3 ist ein Programm, um Fotostories, Comics, Flyer, Schülerzeitungen, etc. zu erstellen. Die App ist kostenpflichtig und auf mehreren Plattformen verfügbar. Wer das Programm nicht direkt kaufen will, kann sich eine 30-tägige Demoversion herunterladen.

[www.comiclif3.eu](http://www.comiclif3.eu)

- **Audacity**

Audacity ist ein Gratis-Tonstudio zum Aufnehmen, Bearbeiten und Abspielen von Audio-Dateien. Hiermit können z.B. Hörspiele und Podcasts erstellt werden.

[www.audacity.de](http://www.audacity.de)

- **StoryMap**

Mit StoryMap lassen sich interaktive Karten erstellen, in die Videos, Fotos, Texte und Links eingebaut werden können. Hierfür kann ein Google-Account genutzt werden.

[www.storymap.knightlab.com](http://www.storymap.knightlab.com)

## UND ZUM ABSCHLUSS:



### Die tägliche Sportstunde

Ein bisschen Bewegung am Tag tut gut. Der [YouTube-Channel von Alba Berlin](#) bietet aktuell jeden Tag eine gratis Sportstunde für viele verschiedene Altersstufen an.

## UND WENN ES DOCH MAL SCHWIERIG WIRD:

### anonym und kostenlos:

- Kinder- und Jugendtelefon NummergegenKummer: **116111**  
(Montag bis Samstag von 14 bis 20 Uhr)  
oder <https://www.nummergegenkummer.de>
- Kinderschutzbund Ahrweiler: **02641/79798** (Mo +Do 14 bis 18 Uhr,  
Mi + Fr 9 bis 12 Uhr)  
Kinderschutzbund Mayen: **02651/6002** (Mo – Fr 9.30 bis 14.30 Uhr)  
Kinderschutzbund Neuwied: **02631/28521** (Mo – Fr 9 bis 13 Uhr)
- Elterntelefon: **0800/111 0 550**
- Telefonseelsorge: **0800/111 0 111** oder **0800/111 0 222** oder **11612**

### Noch ein Hinweis:

Für Kinder kann die jetzige Situation besonders schwer sein. In engen Wohnsituationen, belasteten Familienverhältnissen leben, ohne Möglichkeiten des Rückzuges oder anderer hilfreicher und sicherer Orte, wie Kita, Schule oder Jugendgruppe, ist es nicht einfach, gut durch diese Zeit zu kommen. Für diese Kinder (und alle Interessierten) hat die Fachstelle Kinder- und Jugendschutz des Bistums Trier eine Homepage gestaltet, die auf kindgerechte Weise Kinder in ihren Rechten stärken will, Mut machen möchte ihre Grenzen zu zeigen, sich Hilfe zu holen und sich mit schwierigen Themen und Situationen auseinanderzusetzen. Dieses Angebot richtet sich an Kinder ab etwa 9 Jahren. Näheres dazu unter [www.grenzenzeigen.de](http://www.grenzenzeigen.de).

**WIR SIND FÜR DICH DA 😊:**

[www.fachstellejugend-andernach.de](http://www.fachstellejugend-andernach.de)