

# Quarantäne-Langeweile? Hier unsere Vorschläge

- Hat euer Sportverein geschlossen? Macht doch wieder einmal ein paar Liegestützen? **Sport** kann auch zu Hause allein gemacht werden. Es gibt zahlreiche Übungen, die keine teuren Sportgeräte benötigen. Einfach im Internet, wie zum Beispiel auf **Pinterest** suchen. Auf Pinterest findet man im allgemeinen sehr kreative Ideen.
- Pizza statt Gemüse? Statt nur noch Pizza und sonstige Fertigprodukte zu bestellen: **Suche ein Rezept** für eure Familie! Geht einkaufen und kocht für sie. Eure Eltern würden sich bestimmt freuen. (Aber denkt daran, Abstand halten im Supermarkt). Oder einen **Kuchen backen** oder Cookies mit extra viel Schokolade 😊 Ihr könntet anschliessend mit den Rezepten ein **eigenes Kochbuch** erstellen
- Übernimmt doch für eure Eltern den **Frühlingsputz**? Jetzt habt ihr Zeit euer Zimmer mal wieder richtig aufzuräumen.
- Statt immer nur im Insta zu scrollen, könntet ihr ja mal selbst Live gehen. Macht doch einen **lustigen Podcast**.
- Masken basteln und live gehen, ist bestimmt auch lustig
- Gruppen Video-Chat starten und ein Scribble spielen
- Kreativität! Ihr könntet **Malen, Basteln, Musik machen**, ja auch dies könntet ihr online stellen, oder gleich Live ein **Klavier-Stück präsentieren**. Oder euer eigener YouTube-Kanal
- Statt ständig Serien zu schauen könntet ihr doch auch mal eine Doku sehen? Selbst auf Netflix gibt es etliche **Dokumentarfilme**. So kommt die Schule nicht zu kurz. Auf YouTube findet ihr großartige **Lernportale**, wie z.B.: **TheSimpleClub**
- Falls ihr noch keine **Lehrstelle** habt, jetzt habt ihr erst recht genügend Zeit, um zu suchen!
- Und wenn ihr doch Gamen wollt: Es gibt genügend Spiele welche ihr über das Internet zusammen spielen könntet. Z.B.: euer eigener **Minecraft Server**! (JA Villmergen)
- Mit WhatsApp könntet ihr gut eine Gruppe erstellen und eure **Beschäftigungen teilen**, nicht vergessen: WhatsApp für den PC so könnt ihr auch direkt am PC miteinander schreiben
- Da wir voraussichtlich über einen Monat zu Hause bleiben, wie wäre es mit einer **30-Tage Challenge?**
  - Jeden Tag eine gute Tat
  - 100 Liegestütze (oder auch Situps o.a.) jeden Tag
  - 30 Tage keine Süßigkeiten!
  - Jeden Tag 20 Seiten eines Buches
  - Eine Geschichte Schreiben, jeden Tag 10 Sätze
  - Lernt 30 Minuten lang jeden Tag eine **neue Sprache**! Es gibt großartige Apps dafür
  - Überlegt euch jeden Tag etwas, dass ihr in eurem Leben noch tun wollt und führt dann eine Dreamlist
  - ...
- Gründet eine **Hilfegruppe**, über WhatsApp, Instagram, Facebook oder anderen Portalen, könnt ihr euch austauschen, wenn jemand Hilfe benötigt.
- Spielerisch gegen das Coronavirus. Gamen für die Gesundheit?? Ja das geht, sucht einfach **«fold it»** auf [www.google.ch](http://www.google.ch) und ihr werdet eine Homepage finden auf welcher ihr ein Protein gestalten könnt um als Gegenmittel für Krankheiten (auch den Coronavirus) zu verwenden