

Tipps und Hinweise für Familien - ÜBERSICHT

Corona-Zeiten - Tipps und Hinweise für Familien - Aktivitäten für Jugendliche - sich kreativ ausleben, sportlich betätigen und die Seele baumeln lassen!

Aktivitäten für Jugendliche - sich kreativ ausleben, sportlich betätigen und die Seele baumeln lassen!

Zur Zeit sind alle Einrichtungen für Kinder und Jugendliche geschlossen.

Die Kontakteinschränkungen haben zur Folge, dass auch die Beschäftigungsmöglichkeiten im öffentlichen Raum begrenzt sind.

Wir möchten nun mit dem beiliegenden Flyer gesondert auf Aktivitäten für Jugendliche aufmerksam machen, damit auch diese die bestehende (schul)freie Zeit im Familienkreis gut gestalten können.

Jugendliche sind manchmal schwer für gemeinsame Aktivitäten zu begeistern. Dennoch haben wir die Idee, dass die Familien/Jugendlichen für die ein oder andere Anregung offen sein könnten und diese nun ausprobieren.

Das Team der [Erziehungs- und Familienberatungsstelle für den Landkreis Mansfeld-Südharz \(ASFW\)](#) hat sich dazu Gedanken gemacht. Die Spezialistinnen der Beratungsstelle für alle Fragen rund um Familie und Erziehung haben für Sie einige Tipps für Jugendliche zusammengestellt.

Holen Sie sich die Anregungen und Tipps:

[Aktivitäten für Jugendliche ... sich kreativ ausleben, sportlich betätigen und die Seele baumeln lassen! \(PDF-INFORMATIONSBLETT ZUM HERUNTERLADEN\)](#)



Das Albert-Schweitzer-Familienwerk
Sachsen-Anhalt e.V.

Aktivitäten für Jugendliche

... sich kreativ ausleben, sportlich betätigen
und die Seele baumeln lassen

- ✚ Buch lesen
- ✚ Federball, Volleyball, Frisbee spielen
- ✚ Gesellschaftsspiele spielen (Karten, Tabu, Nilpferd in der Achterbahn, Monopoly, Activity ...)
- ✚ Puzzle, Kreuzwörterrätsel usw. lösen / ausdenken
- ✚ Pantomime (Begriffe selbst ausdenken)
- ✚ Comics zeichnen
- ✚ Zaubershow für die Familie oder als Videoaufnahme
- ✚ mit künstlerischen Materialien arbeiten (Ton, Schmuck, Leder, Perlen, Holz, Stoff, Wolle usw.), Weben, Basteln und Bauen
- ✚ Dinge selbst herstellen (z.B. Seife, Badekugel, Insektenhotel, Vogelhaus)
- ✚ Backen, neue Rezepte ausprobieren, eigenes Rezeptbuch erstellen, Promi-Dinner für die Familie
- ✚ Modenschau, Stylings ausprobieren und neue kreieren, Fotoshooting zuhause
- ✚ Sport treiben, Workout, Aerobic, Zumba, Yoga (Anleitungen auf YouTube)
- ✚ ein Lied oder ein Musikstück texten
- ✚ Musik hören, Tanzen zu Musik, Karaoke, Choreografie zu einem Lied ausdenken



- ✚ Wellness zuhause (z.B. Gesichtsmaske selbst herstellen, Rückenmassage, Nägel lackieren ...)
- ✚ neue Frisuren ausprobieren
- ✚ Hörspiel hören (z. B. ARD Audiothek), Hörspiel selbst ausdenken und aufnehmen
- ✚ Skypen / Videochat mit Freunden
- ✚ Instrument oder Fremdsprache selbst erlernen
- ✚ Fahrrad / Moped fit machen
- ✚ Zimmer umgestalten, renovieren



Die Pubertät ist eine Zeit voller Veränderungen und Herausforderungen für alle Familienmitglieder. Wünschen Sie sich Anregungen, Ideen oder einfach jemanden zum Reden?

Wir stehen Ihnen gern auch fachlich als Ansprechpartner zur Seite. Nehmen Sie Kontakt zu uns auf!

Sie erreichen uns unter:

**Erziehungs- und Familienberatungsstelle
für den Landkreis Mansfeld-Südharz**

- in Trägerschaft des Albert-Schweitzer-Familienwerk
Sachsen-Anhalt e.V. -
Straße Glück Auf 41 * 06526 Sangerhausen

Tel: 03464/ 57 29 45

e-mail: asfw-eb-sangerhausen@t-online.de

Bevor die Belastung zu Hause zu groß wird, holen Sie sich Unterstützung! Die Fachkräfte der unterschiedlichen Beratungsangebote helfen Ihnen gerne weiter!

Beratungsstellen im Landkreis Mansfeld-Südharz - INFORMATIONEN	Regional-Bereich	StandOrt	Telefon	Wegbeschreibung
Erziehungs- und Familienberatungsstelle (EFB) - Sangerhausen	Regionalbereich Sangerhausen	Sangerhausen	0 34 64 - 57 29 45	Auf Karte zeigen ...
Kinder-, Jugend- und Familienberatungsstelle Mansfeld-Südharz (KJFB) - Eisleben	Regionalbereich Eisleben	Eisleben	0 34 75 - 711 80 90	Auf Karte zeigen ...
Kinder-, Jugend- und Familienberatungsstelle Mansfeld-Südharz (KJFB) - Hettstedt	Regionalbereich Hettstedt	Hettstedt	0 34 75 - 711 80 90	Auf Karte zeigen ...
Familienzentrum (ABI) / Sangerhausen - Familienbildung und Familienberatung	Regionalbereich Sangerhausen	Sangerhausen	0 34 64 - 51 51 97	Auf Karte zeigen ...
Kinder-, Jugend- und Familienberatungsstelle Mansfeld-Südharz (KJFB) - Eisleben	Regionalbereich Eisleben	Eisleben	0 34 75 - 711 80 90	Auf Karte zeigen ...

Weitere Beratungsangebote im LANDKREIS und im INTERNET sowie als TELEFON-HOTLINE finden Sie hier ...

Kinderschutz

Beobachten Sie Gewalt gegenüber Kindern und Jugendlichen, ergeben sich für Sie direkte oder indirekte Hinweise auf Gewalt? Das Jugendamt geht allen Hinweisen einer Kindeswohlgefährdung nach. Nehmen Sie Kontakt mit uns auf!



Lesen Sie mehr ...

Beratungs-Angebote

Erziehungsfragen? Probleme in der Familie? Persönliche Probleme? Manchmal hilft ein offenes Ohr, ein Rat, ein klärendes Gespräch: Eltern, Mütter, Väter, aber auch Kinder und Jugendliche erfahren hier Unterstützung im Alltag, wie auch in Krisen.



Lesen Sie mehr ...

Kinder & Jugendliche

Im Landkreis Mansfeld-Südharz finden sich vielfältige Angebote für Kinder u. Jugendliche, Mütter, Väter, Eltern und Familien. Die verschiedenen Themen und Ansprechpartner finden Sie in unserer Infothek. Schauen Sie ruhig mal vorbei.



Lesen Sie mehr ...

[Das Jugendamt im Landkreis Mansfeld-Südharz](#)
[Unterstützung für Kinder, Jugendliche und Eltern](#)

[Tipps und Hinweise für Familien - ÜBERSICHT](#)

From:

<https://netzwerk-kinderschutz-msh.de/> - **Netzwerk Kinderschutz - Netzwerk Frühe Hilfen - Mansfeld-Südharz**

Permanent link:

https://netzwerk-kinderschutz-msh.de/a_06_serviceangebote/corona_tipps_07



Last update: **2023/10/10 08:20**