

## Freizeittipps für Familien

Das BildungsLokal wünscht einen schönen Frühling!



<https://pixabay.com/de/photos/blume-fr%C3%BChling-4973701/>

Wir stellen jede Woche neue Ideen für zu Hause vor:  
Kochrezepte, Bastelanleitungen, Spiele und vieles mehr.

Die lokale Bildungsberatung im BildungsLokal hat viele weitere  
Ideen für zu Hause: Lerntipps, Spiele und vieles mehr!

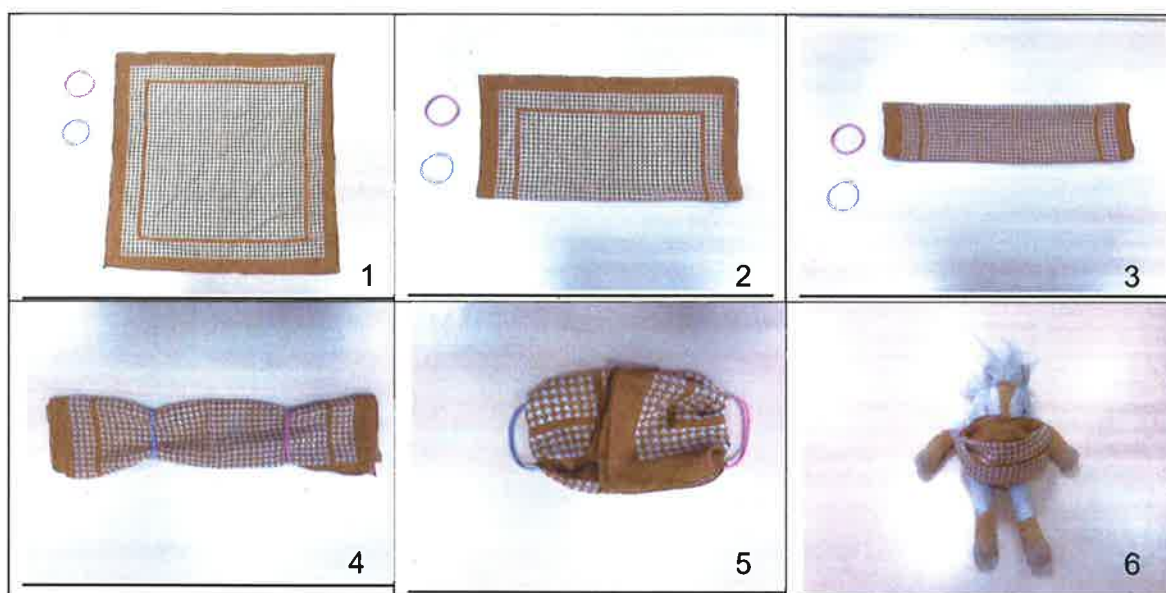
Rufen Sie uns an oder schreiben Sie eine E-Mail  
- wir beraten und helfen gerne!

BildungsLokal Hasenberg	BildungsLokal Berg am Laim - Ramersdorf	BildungsLokal Neuperlach	BildungsLokal Riem	BildungsLokal Neuaubing- Westkreuz	BildungsLokal Schwanthalerhöhe
Patrizia Fritsche	Sascha Burmann	Hülya Hayirli	Florian Jakobi	Kerstin Heymann- Deja	i.V. Hülya Hayirli
0152/54850291 patrizia.fritsche@ muenchen.de	0152/56871252 sa.burmann@ muenchen.de	0152/22955765 huelya.hayirli@ muenchen.de	0152/56871202 fl.jakobi@ muenchen.de	0152/56871251 kerstin.heymanndeja@ muenchen.de	0152/22955765 huelya.hayirli@ muenchen.de

Stand: 30.04.2020

## Freizeittipps für Familien

### Mundschutz selbst gemacht



#### Material:

- Ein Halstuch oder kleines Kopftuch (ca. 50 x 50 cm)
- Zwei größere Gummibänder oder Haargummis (ca. 7 – 10 cm)

#### Anleitung:

1. Das Tuch ausbreiten
2. Das Tuch in der Mitte falten und aufeinander legen
3. Jetzt das Tuch nochmals in der Mitte falten und aufeinander legen
4. An den beiden Stoffenden je ein Gummiband ca. 15 cm nach innen ziehen
5. Die beiden Enden des Tuches nach innen einschlagen
6. Jetzt das Tuch über Nase und Mund halten und die Gummibänder hinter den Ohren einhängen

Bleiben Sie gesund!

Bildung im Quartier

## Freizeittipps für Familien Gemeinsam mit Kindern Früchteeis zubereiten



Mampfbar.de

### Material und Zutaten:

- 100g frische Früchte/ frisches Obst je nach Geschmack, z.B. Bananen, Erdbeeren, Mango (es können auch tiefgekühlte Früchte sein)
- 30 ml Fruchtsaft (z.B. Orangensaft, Multivitaminsaft)
- 1 Standmixer oder Mixer
- Spezielle Eisformen oder andere Formen nach Wahl (z.B. leere und saubere Joghurtbecher) und einen Stiel zum Hineinstecken

### Zubereitung:

- Frisches Obst gut waschen, Bananen schälen
- Obst oder Früchte klein schneiden
- Tiefgekühlte Früchte können Sie sofort in den Standmixer geben
- Die Früchte/ das Obst sehr gut mixen, bis Püree entsteht
- Den Fruchtsaft in die Masse geben und weiter verrühren, bis ein dicker Brei entsteht
- Diesen Brei in die Eisformen oder Formen nach Wahl geben und diese in die Tiefkühltruhe geben. (Bei frischen Früchten/ frischem Obst braucht das Eis ca. 3-4 Stunden, bei tiefgekühlten Früchten ist das Eis in 1-2 Stunden fertig)

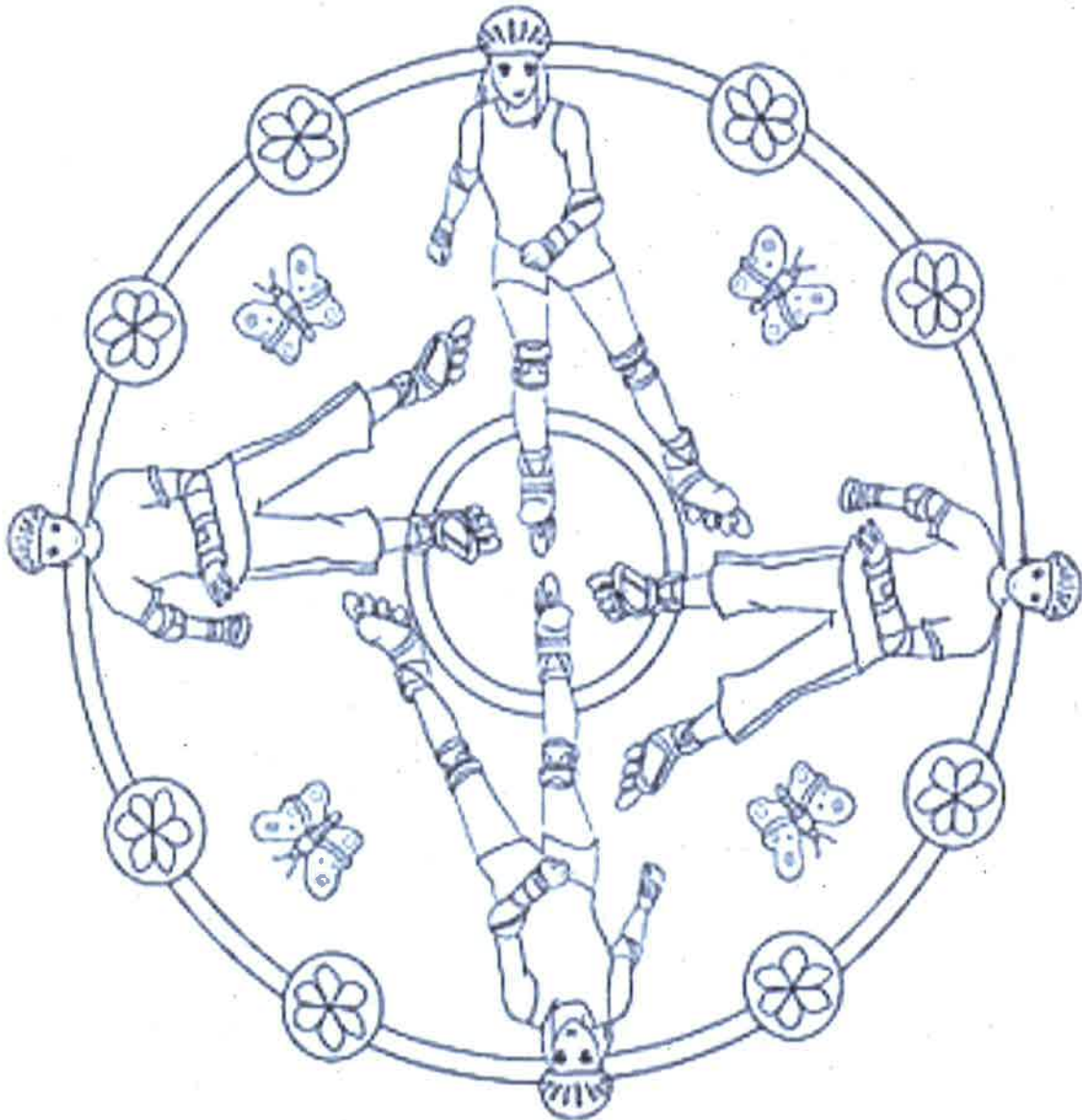
Guten Appetit und lasst euch das selbst gemachte Eis  
schmecken!

Stand: 30.04.2020

Bildung im Quartier

## Freizeittipps für Familien

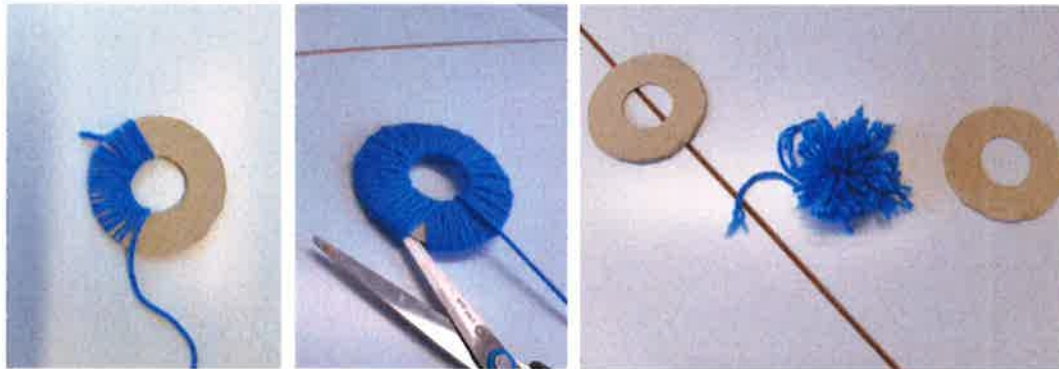
### Rollschuhlaufen in Farbe



Viel Spaß beim Ausmalen!

## Freizeittipps für Familien

### Wollbommel selber machen



©Kerstin Heymann-Deja

#### Material:

- Wolle
- Pappe
- Schere
- Stift
- Gläser oder Becher

#### Anleitung:

- Male zwei Kreise auf die Pappe.
- Jetzt male zwei kleine Kreise in die großen Kreise.
- Schneide beide Pappringe aus.
- Lege beide Ringe genau aufeinander.
- Jetzt nimm die Wolle und wickle sie immer wieder durch die Mitte um die Pappkreise.
- Jetzt schneide mit der Schere außen entlang.
- Führe den Wollfaden zwischen den Pappscheiben um die anderen Wollfäden herum, ziehe fest und mache einen Doppel-Knoten.
- Jetzt schiebe die Pappscheiben weg. Du kannst sie wieder nehmen für einen anderen Bommel.
- Mit dem fertigen Bommel kannst du Kleidung oder Schuhe verzieren, oder du nimmst ihn als ganz weichen Ball.
- Hier gibt es auch eine schöne Videoanleitung:  
<https://www.youtube.com/watch?v=m4yHVV9X93U>

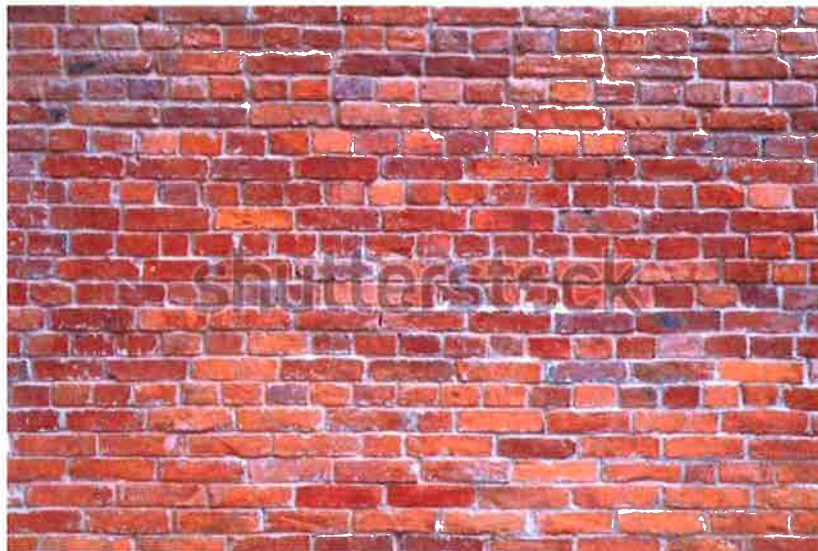


Viel Spaß beim Ausprobieren!

Bildung im Quartier

## Freizeittipps für Familien

### Ballspiel: Fangen üben



www.shutterstock.com · 521356129



#### Material:

- Wand oder Mauer (ohne Fenster!!)
- Ball

#### Anleitung:

Du wirfst den Ball an die Wand und fängst ihn mit verschiedenen Handgriffen/  
Techniken wieder auf z. B.:

- Werfen und fangen mit beiden Händen
- Werfen mit der linken Hand, fangen mit der rechten
- Werfen, in die Hände klatschen, fangen
- Werfen, Ball auf den Boden aufprallen lassen, fangen
- Ball unter dem Knie durchwerfen, fangen
- Werfen, sich einmal um sich selbst drehen, fangen
- Mit dem Rücken zur Wand werfen, fangen
- Mit dem Rücken zur Wand über den Kopf werfen, sich drehen und fangen
- Mit dem Rücken zur Wand durch die gegrätschten Beine werfen, sich drehen und fangen usw.

Viel Spaß beim Ausprobieren!

Stand: 30.04.2020