

Hey liebe Schülerinnen und Schüler!

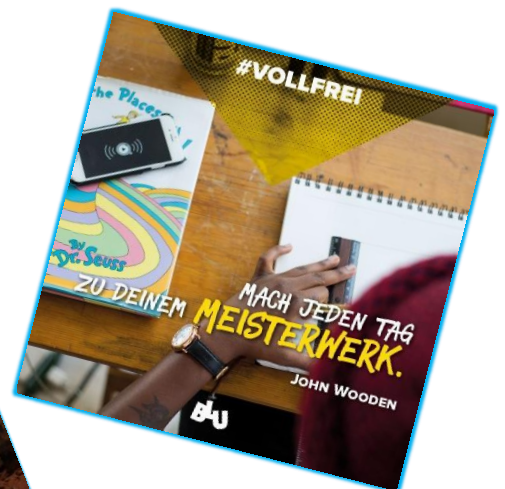
In Zeiten wie diesen braucht es echt starke Nerven und viele Ideen um die Zeit gesund zu überstehen. Wir haben mal gesammelt, was ihr sinnvolles mit eurer Freizeit machen könnt.

Vielleicht ist was für euch dabei. Bitte beachtet dabei die aktuellen Bestimmungen der Landes- / Bundesregierung.

Ihr habt weitere Ideen: Schickt sie uns: [schulsozialarbeit.schwarzenberg@blaues-kreuz.de](mailto:schulsozialarbeit.schwarzenberg@blaues-kreuz.de) oder über Instagram @vollfrei.

## Im Freien könntet ihr ...

- # Dinge sammeln (Münzen, Muscheln, Steine, Zapfen, Äste, Natur-Deko)
- # Herausforderungen annehmen (Die meisten Schritte an einem Tag...)
- # Haustierpflege (Kuscheln, spazieren, Kunststücke beibringen...)
- # Oder was ganz verrücktes: Rasen mähen & Unkraut zupfen
- # Ein Hochbeet anlegen & Kräuter aussäen oder anpflanzen
- # Zimmer, Garage, Wohnung oder Gartenhaus aufräumen
- # Handwerken → Einen Auslauf für Kleintiere bauen
- # Auf ner Wiese chillen und in die Sonne schauen
- # Fridays for Future: Müll sammeln gehen
- # Fotografieren oder ein Video drehen
- # Gartenmöbel säubern oder reparieren
- # Frühlingsspaziergang im Wald....
- # Balkonkästen frisch bepflanzen
- # Picknick im Freien mit Familie
- # In der Hängematte relaxen
- # Ein richtig krasses Workout
- # Drachen steigen lassen
- # Drohne fliegen lassen
- # Guerilla Gardening
- # Fahrräder putzen
- # Parcours laufen
- # Bogenschießen
- # Sonnenbaden
- # Laufen/joggen
- # Geocachen
- # Wandern
- # Angeln
- # Reiten
- # Skaten
- # Biken
- # .....





- # Mit Freunden quatschen und einander zuhören via Telefon, Sprachnachricht, Video-Chat
- # Kreative Videos/ Clips drehen und mit den besten Freunden teilen
- # Etwas fertig machen, was ihr vor euch hingeschoben habt





## In der Wohnung könntet ihr ...

- # Lachyoga ;-)
- # Witze erzählen
- # Tagebuch schreiben
- # Wohnzimmerkonzerte auf youtube
- # Vorbereitungen für Referate, Freiarbeiten
- # Hefter sortieren, Ordnung in die Schulsachen bringen
- # HomeOffice Arbeiten: Die Schule geht ja trotzdem weiter
- # In die Zukunft blicken: Berufsplanung, Bewerbungen vorbereiten
- # Kreative Videos/ Clips drehen und mit den besten Freunden teilen
- # Etwas fertig machen, was ihr vor euch hingeschoben habt
- # gemeinsam einen Familienstammbaum erstellen
- # Musik machen (geht auch mit Kochtöpfen;-))
- # Einen Artikel oder ein Gedicht schreiben
- # Schränke aussortieren, aufräumen
- # etwas Interessantes recherchieren
- # Karten an Großeltern... schreiben
- # Schauspielern oder wild tanzen
- # In der Badewanne entspannen
- # nähen, entwerfen, designen
- # die nächste Reise planen
- # basteln oder Handwerken
- # Zimmerpflanzen pflegen
- # Soziale Projekte planen
- # Karten oder Brettspiele
- # Ein Aquarium anlegen
- # mal wieder puzzeln
- # Fotobuch machen
- # Fotos anschauen
- # Dinge reparieren
- # malen/ zeichnen
- # Comic gestalten
- # Soaps schauen
- # singen/rappen
- # Bücher lesen
- # Musik hören
- # ...

**BLU-APP**  
 DEIN SCHUTZ GEGEN DIE SUCHT

Fragen? Trouble? Chatte mit uns anonym in der blu:app

Hier kostenlos downloaden:  
[app.bluprevent.de](http://app.bluprevent.de)

### „Reden hilft!“

#### Unser Chat Angebot für euch!

Speziell für euch bieten wir die Möglichkeit über die blu:app mit uns in Kontakt zu treten Chatangebotes:

→ ..... zwischen  
 .....!

- Zugang über den Help Button
- Google Play für Android Download [hier](#)
- App Store für Apple Download [hier](#)

