Bulgarisch

Семейството в ежедневието

Как можем да се срещаме с приятели, баба и дядо?

За съжаление в момента ситуацията не позволява на децата да се срещат нито с приятели нито с роднини.
Как въпреки това да се запазят връзките?

Осъществяване на контакт:
За децата е важно да поддържат връзката с техните приятели, бабите и дядовците. В такива ситуации на страх е важно да им се покаже, че например баба и дядо или приятелчетата са добре. В днешно време такава възможност предлагат видео-обажданията.
Също така децата биха могли да зарадват баба и дядо със собствена рисунка или саморъчно написано писмо, които да им изпратят по пощата.

Идея за семейна игра

Направете си игра на карти с идеи. (виж приложението към немската версия)
Сутринта всеки член на семейството си тегли по една карта. Написаната върху картата дейност трябва да се изпълни до вечерта.
Който си направи задачата получава една точка. В края на седмицата се броят всички точки. Събралият най-голям брой е победител! ☺

Идеи:

- да се научи един фокус и да се представи на другите
- да се нарисува красива рисунка за жилището
- да се изпече сладкиш
- да се прахосмукира жилището
- да се хвърли боклука
- да се направи цвете или животно от хартия
- да се потърси смешно видео от Youtube на определена тема и да се прдстави
- да се представи дигитална игра
- да се разкаже един виц
- да бъда мил и добър през целия ден
- да се боядисат яйца за Великден
- да се приготви любимо ядене

и т.н.

Шаблоните за картите към тази игра могат да се изрежат от немската версия.

Движението носи радост

Как децата могат да се движат в жилището?

Тук помощ може да предложи някой видеоканал в Youtube. Там има различни предложения за спорт специално за дечица, които са подходящи за изпълнение у дома.
Някои предложения за детски спорт от YOUTUBE: (снимки са приложени в немската версия)

- Alba Berlin
- Fussballtraining.tv

Други предложения за подходящи медии:

www.klicktipps.net
Klick-tipps предлага помощ при търсене на приложения за мобилни телефони и проверява кои са сигурни за деца.

www.flimmo.de
Флимо е човече, което гледа телевизия и помага да се ориентираме в телевизионния свят.

www.fragFINN.de
Това е специална търсачка с препоръки за подходящи детски сайтове.

Институции в спешни и кризисни ситуации

Прекарването на много седмици заедно вкъщи може да бъде натоварващо за всички членове на семейството и да навреди на взаимоотношенията родители-деца. Конфликти и караници се проявяват по-често в извънредни ситуации. Ако напрежението ескалира до момент, в които не бихте могли да се справите, е нужно да потърсите компетентна помощ.

- **КОНСУЛТАТИВЕН ЦЕНТЪР ПО МЛАДЕЖКИ И СЕМЕЙНИ ВЪПРОСИ КЪМ ГРАД РЕГЕНСБУРГ**
  Jugend- und Familientherapeutische Beratungsstelle Regensburg

  Тел: 0941/507-2762
  Работно време:
  Понеделник-Четвъртък 8.30 -12 часа и 13.30 -17.00 часа
  Петък 8.30 -15 часа

- **ПРИ ОПАСНОСТ ЗА СИГУРНОСТТА НА ДЕЦА И ЮНОШИ В КРИЗИСНИ СИТУАЦИИ:**

  в работното време
  ТЕЛ. (0941) 507-2512
  jugendamt@regensburg.de

  извън работно време
  ТЕЛ. (0941) 507-4760
  jugendschutz@regensburg.de

- **Финансови въпроси:**
  ТЕЛ. (0941) 507-3514

- **Други въпроси:**
  ТЕЛ. (0941) 507-1512
  jugendamt@regensburg.de

- или: www.bke-beratung.de

STADT REGENSBURG

Familie im Alltag

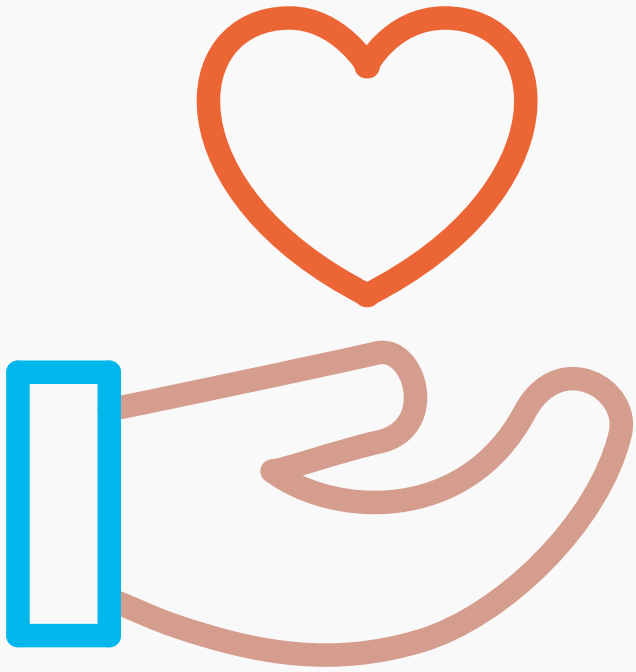
Wie kann man Freunde und Großeltern treffen?

Spielidee für die Familie

Bewegung macht Spaß

Medientipps

Ansprechstellen in Not- und Krisensituationen



FAMILIENLEBEN

in Zeiten von Corona - Covid 19

25.03.2020

Amt für Jugend und Familie
Regensburg 2

WIE KANN MAN FREUNDE UND GROSSELTERN TREFFEN?

Leider können Kinder aktuell weder Freunde noch Verwandte treffen. Wie können sie trotzdem in Kontakt bleiben?

KONTAKT HERSTELLEN

Für Kinder ist es notwendig den Kontakt zu Großeltern und Freunden zu ermöglichen. In Zeiten der Angst ist es wichtig den Kindern zu zeigen, dass es zum Beispiel Großeltern und Freunden gut geht. Eine gute Möglichkeit dafür bieten Videoanrufe. Man kann den Großeltern ein Bild malen und/oder einen Brief schreiben und diesen mit der Post versenden.

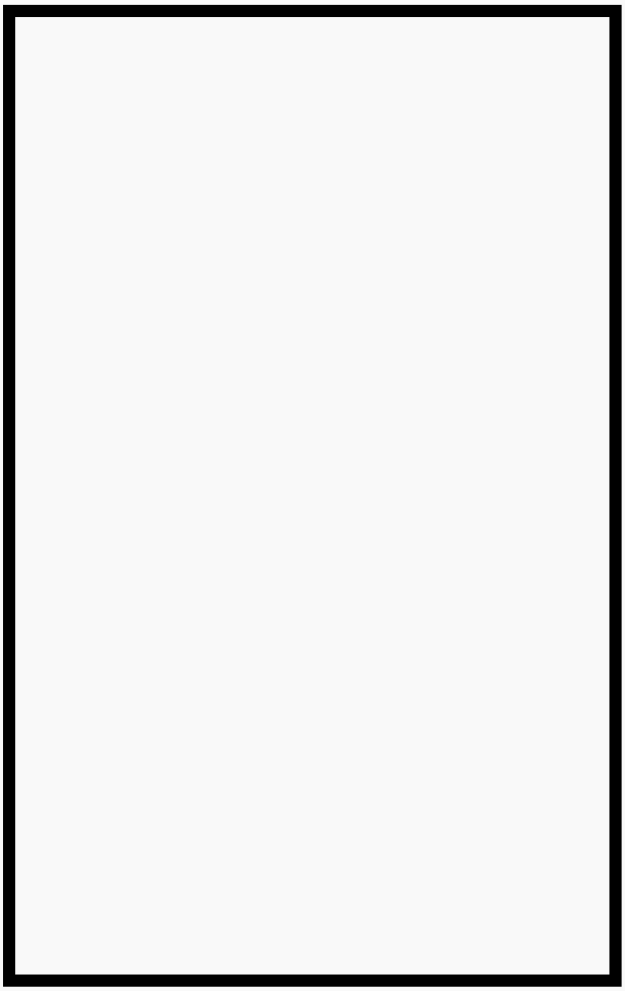
SPIELIDEE

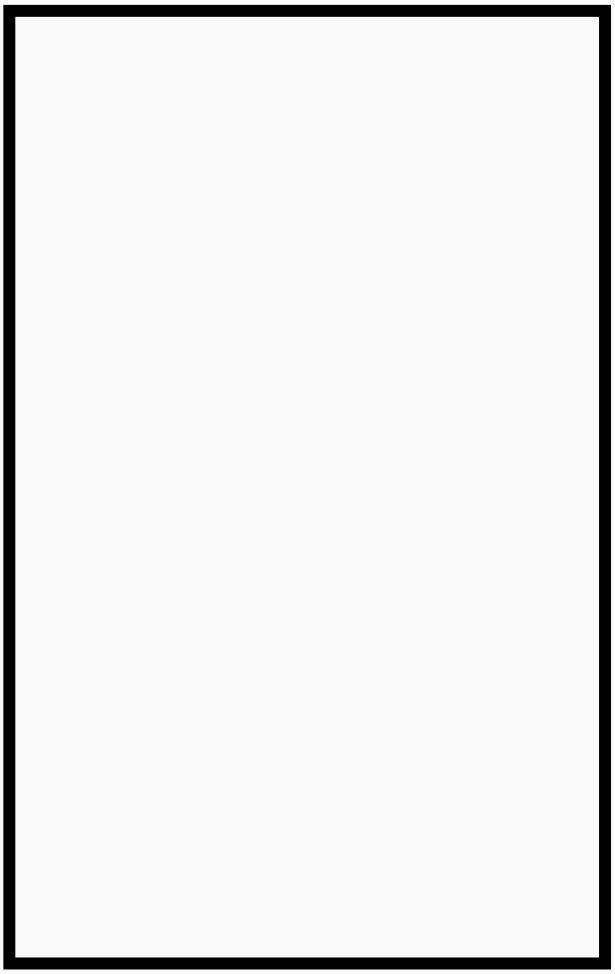
Ein Kartenspiel "Freizeitvertreib" mit To-Do-Ideen basteln. (siehe Vorlage)
Am Morgen zieht jedes Familienmitglied eine "To-do-Karte". Die genannte Aktivität muss bis zum Abend erfüllt werden.
Wer seine Aufgabe erfüllt, bekommt einen Punkt. Nach einer Woche werden die Punkte gezählt.Wer die meisten Punkte hat, hat gewonnen.

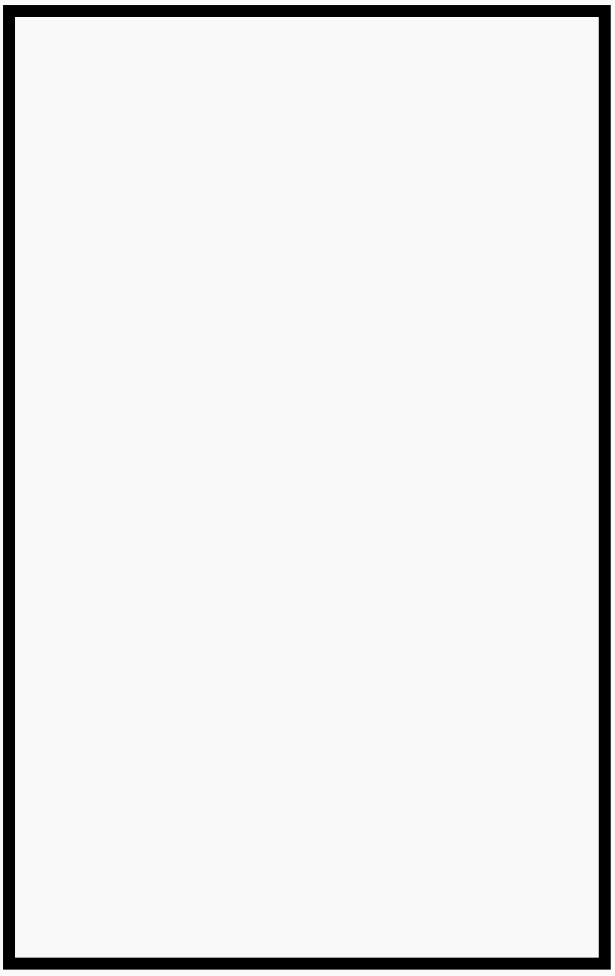
"To-do"-Ideen:

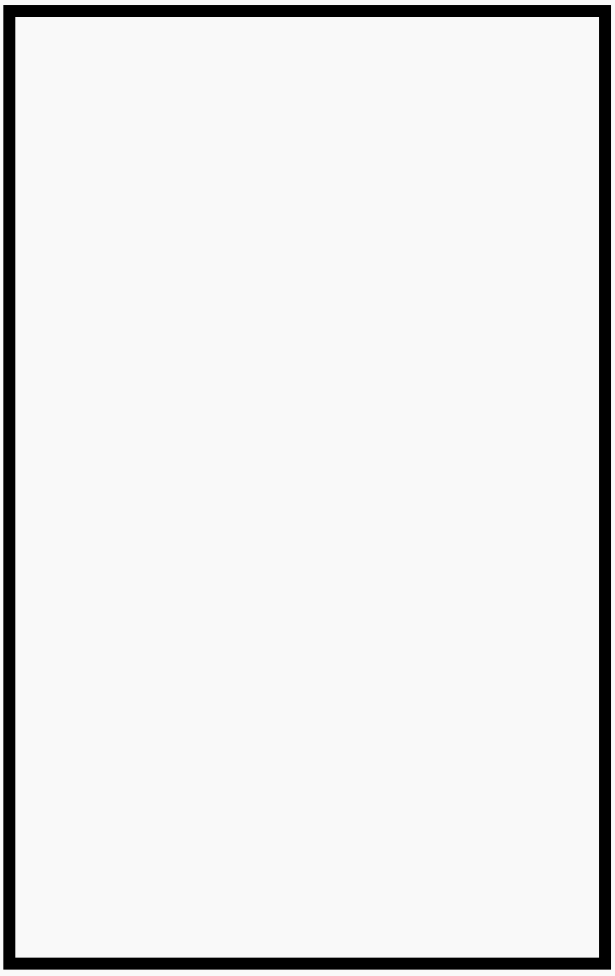
- einen Zaubertrick einüben und vorführen
- ein schönes Bild für die Wohnung malen
- einen Kuchen backen
- die Wohnung staubsaugen
- Müll rausbringen
- ein Origami-Tier oder eine Blume basteln
- ein lustiges Youtube - Video zu einem bestimmten Thema suchen und vorstellen
- ein digitales Spiel vorstellen oder sich zeigen lassen
- einen Witz erzählen
- den ganzen Tag freundlich sein
- Ostereier anmalen
- Lieblingsgericht kochen
- usw.

Kartenspielvorlage zum Selbstgestalten









WIE KÖNNEN KINDER SICH IN DER WOHNUNG BEWEGEN?

Hier bietet sich die Videoplattform Youtube an. Da finden sich Kindersport-Angebote die auch in der Wohnung nachgemacht werden können.

YOUTUBE SPORT-TIPPS

SPORTÜBUNGEN FÜR KINDER JEDEN ALTERS: TÄGLICH NEUE SPORTVIDEOS - ALBA BERLIN

FUSSBALLÜBUNGEN FÜR'S ZUHAUSE: MFS FUSSBALLTRAINING.TV

Medientipps

www.klick-tipps.net
Klick-tipps unterstützt auf der Suche nach guten App- Angeboten und präsentiert sichere Apps für Kinder.

www.flimmo.de
flimmo sieht fern und hilft den Durchblick zu behalten.

www.fragFINN.de
ist eine Kindersuchmaschine mit Empfehlungen für gute Kinderwebseiten.

ANSPRECHSTELLEN FÜR NOT- UND KRISTENSITUATIONEN

Viele Wochen zusammen zu Hause zu verbringen, kann für alle Beteiligten ziemlich anstrengend werden und die Eltern-Kind-Beziehung belasten. Konflikte und Streitereien entstehen in Ausnahmesituationen häufiger. Falls diese nicht mehr eingrenzbar werden, empfiehlt es sich, fachlichen Rat einzuholen.

JUGEND UND FAMILIENTHERAPEUTISCHE BERATUNGSSTELLE REGENSBURG

Tel: 0941/507-2762

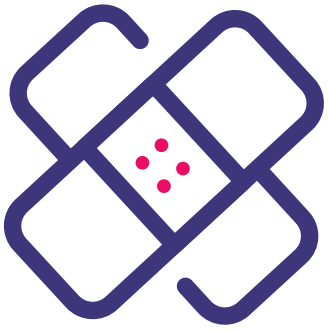
Erreichbarkeit:
Mo-Do 8.30 -12Uhr 13.30 -17.00 Uhr,
Fr 8.30 -15 Uhr

BEI KINDESWOHLGEFÄHRDUNGEN UND FÜR JUGENDLICHE IN KRISENSITUATIONEN:

während der Bürozeiten
TEL. (0941) 507-2512
jugendamt@regensburg.de

außerhalb der Bürozeiten
TEL. (0941) 507-4760
jugendschutz@regensburg.de

Finanzielle Fragen: Tel. (0941) 507-3514
sonstige Fragen Tel. (0941) 507-1512
jugendamt@regensburg.de



oder: www.bke-beratung.de