

Tipps gegen Langeweile während der Corona Zeit

Derzeit gibt es nur vier Gründe aus dem Haus zu gehen. Um zur Arbeit zu gehen, um Besorgungen von Dingen des tagtäglichen Lebens zu erledigen, um anderen Menschen zu helfen die Hilfe benötigen und um ins Freie zu gehen, natürlich nur sofern diese Punkte notwendig sind. Nach diesen vielen Tagen zu Hause kann einem langsam die Decke auf den Kopf fallen. Diese Tipps werden gegen die Langeweile während der Corona Zeit helfen.

Viele Bürgerinnen und Bürger sind derzeit freiwillig zu Hause und manche befinden sich in angeordneter Quarantäne. Mit der vielen Zeit in den eigenen vier Wänden gehen einem sehr schnell die Beschäftigungsideen aus. Darum gibt es hier ein paar kreative Tipps um die Langeweile während der Corona Zeit im Zaum zu halten.

Familie & Kinder

Vorarlberger Familienpass App für das Smartphone

Die Vorarlberger Familienpass App bietet interessante Angebote für diese besondere Zeit. Angefangen von Workouts mit Kids, über kochen mit Kindern bis hin zu regionalem Onlineshopping ist alles dabei. Die App kann im App Store oder bei Google Play kostenlos heruntergeladen und mit

dem Zugangscode, welcher im Familienpass-Brief am Anfang des Jahres zusammen mit dem Familienpass 2020 zugesandt wurde, aktiviert werden. Der Zugangscode kann auch unter info@familienpass-vorarlberg.at angefordert werden.

Knetseife basteln

Mit selbstgemachter Knetseife fällt es den Kindern leichter, sich an die derzeitigen Hygienerituale zu gewöhnen und macht automatisch mehr Spaß.

Was braucht man dafür:

- 1 Esslöffel flüssige Seife
- 1 Esslöffel Speiseöl
- 2 Esslöffel Speisestärke
- Lebensmittelfarbe
- biologisch abbaubarer Glitzer (optional)

So funktioniert es: Alle Zutaten in einer Schüssel mit dem Löffel gut verrühren, bis die Masse fest und klumpig wird. Dann können Sie mit den Händen kleine Kügelchen formen.

Es gilt: Je mehr Stärke Sie dazu mischen, desto trockener und leichter formbar wird die Seife.

Die Masse ausrollen und verschiedene Formen ausstechen. Die fertigen Knetseifenstücke müssen noch kurz trocknen und können dann in Gläsern neben dem Waschbecken aufbewahrt werden, bis

sie zum Einsatz kommen. Ein kinderleichter Schutz vor einer Infektion mit Corona Viren.

Osterdeko selber machen

Die Ostertage stehen vor der Türe und eventuell fehlt noch die Dekoration dafür. Leere Klopapierrollen werden mit bunten Papier-Ohren, Draht-Schnurrbarthaaren und Watteschwänzchen zu kleinen Osterhasen. Aus einfachem Salzteig entstehen Herzen oder Tiere als Tisch-Deko.

Die große Wörterfabrik

Lesen, spielen, lernen, entdecken, träumen: eine Bilderbuch-App nach dem Bestseller „Die große Wörterfabrik“ von Agnès de Lestrade und ValeriaDocampo. Highlights: integrierte Minispiele, spielerisches Lernen, künstlerische Illustrationen und liebevolle Vertonung. Ab 3 Jahren.

www.diewoerterfabrik.de

Erwachsene

Onleihe App der Stadtbibliothek Dornbirn

Rund um die Uhr lesen, hören und sich informieren. Mit der Bibliothekskarte können die Angebote der Mediathek Vorarlberg genutzt werden und E-Books, E-Audios (Hörbücher und Musik), E- Papers (Zeitungen, Zeitschriften, Magazine) und E-Videos (Filme) für Kinder, Jugendliche und Erwachsene ausgeliehen werden. Die Onleihe App ist über das Tablet oder Smartphone zum Download verfügbar (App Store, Google Play). Einloggen kann man sich ganz einfach mit der Bibliothekskarte: die Ausweisnummer auf der Rückseite ist der Benutzername, das Passwort ist das eigene Geburtsdatum (z.B. 01.02.2000).

Zuhause kochen mit foodtastic

Eva Fischer ist Food Bloggerin aus Dornbirn und hat auf ihrer Seite „foodtastic“ viele leckere Gerichte zum Nachkochen vorbereitet. Gerade in Zeiten wie diesen, ist es sehr wichtig, auf sich selbst zu schauen, sich gesund zu ernähren und sich regelmäßig zu bewegen. Dabei ist es wichtig, viel Obst und Gemüse in seine tägliche Ernährung zu integrieren und weniger Zucker zu essen.

Auf der Seite www.foodtastic.at gibt es viele Inspirationen für gesunde Rezepte. Viel Freude beim Nachkochen und -backen.

„dinner & konzert“ für Daheim

Die „wirtschaft“ Dornbirn wird in nächster Zeit leckere Rezepte & feine Sounds auf die Bildschirme zuhause servieren. Alle Informationen dazu gibt es auf der [Facebook Seite](#).

Aktionstheater Ensemble

Das aktionstheater ensemble zeigt in den nächsten Wochen – alle zwei Tage per stream ein Stück in Fernsehqualität.

www.aktionstheater.at

Drinnen & Draußen

Frühjahrsputz in den eigenen vier Wänden

Putzen reinigt die Seele und man fühlt sich danach gleich besser.

Gartenarbeit

Milde Temperaturen nutzen um Obstbäume, Gräser und Rosen zu schneiden. Im Garten kann aber auch geputzt werden. Zum Beispiel Fliesen und Platten kärchern, Kinderspielgeräte putzen, Gartenmöbel sommertauglich machen und vieles mehr.

Foto- und Erinnerungsbücher gestalten

Wenn noch viele Fotos zuhause rumliegen, kann nicht nur in Erinnerungen eingetaucht werden, sondern es bietet sich die Gelegenheit ein tolles Fotoalbum zu erstellen. Mit Hilfe der Seite „[Scrapbooking](#)“ kann leeren Seiten Kreativität und Accessoires verliehen werden.

Wellness zuhause

Ein warmes Bad, eine Gesichtsmaske, eine Tasse Tee im Kerzenlicht auf der Couch – Wellness und Entspannung ist auch im eigenen Zuhause möglich.