

Was man tun kann, wenn man wegen dem Coronavirus zu Hause bleiben muss: 44 Ideen...

- 1 Geniess an der frischen Luft ein paar Sonnenstrahlen und lass deine Gedanken schweifen.
- 2 Ruf deine Grosseltern an und frage sie über ihr Leben aus, frage sie z.B. was das Verrückteste war, das sie erlebt haben.
- 3 Fahr mit dem Velo/Trottinette/Waveboard/Inlineskates herum, das ist auch ohne Ziel möglich.
- 4 Hast du einen Therapeuten? Dann vereinbare eine Therapiesitzung (kann man auch per Videokonferenz machen).
- 5 Wenn du einen Hund oder sonst ein Haustier hast, dann bring ihm neue Tricks bei.
- 6 Sei nicht zu lange auf Social Media. Auch wenn du dich langweilst, ist Social Media nicht der einzige mögliche Zeitvertrieb.
- 7 Spiele ein Spiel mit deinen Freunden oder mit deiner Familie – das geht auch digital. Z.B. mit der App Quizduell, einer Schach-App oder anderen.
- 8 Fang an Tagebuch zu schreiben.
- 9 Steh am Morgen auf, zieh dich an und mach dich für den Tag bereit, wie du es immer machst, auch wenn du nirgends hingehst.
- 10 Schreibe eine Liste mit Sachen, die dich glücklich machen.
- 11 Schreib eine Kurzgeschichte, ein Gedicht oder einen Roman, auch wenn du nicht gut bist im Schreiben, versuch es einfach. Es gibt auch ganz viele Ideengeneratoren im Internet, falls du selbst keine Idee hast.
- 12 Lerne zu tanzen. Es gibt ganz viele verschiedene Tanzstile und viele Tutorials auf YouTube.
- 13 Mache eine Playlist mit deinen Lieblingsliedern und schicke sie deiner besten Freundin/deinem besten Freund.
- 14 Finde einen guten Podcast (auf Youtube, Apple Music, usw.) und höre ihn dir an.
- 15 Lerne eine neue Sprache.
- 16 Nimm ein Schaumbad und crème dich danach mit einer wohlriechenden Bodylotion ein.
- 17 Falls du ein Instrument hast, dann spiele dein Lieblingslied oder lerne ein neues Lied.
- 18 Schreibe eine Liste mit Dingen, die du an dir magst – sie soll ganz lang werden.
- 19 Mach Yoga, z.B. mit der App Downtog.
- 20 Lerne zu meditieren.
- 21 Mach einen Spaziergang.

- 22 Räume dein Zimmer auf oder dekoriere es neu.
- 23 Nimm mit Freunden und Familie Kontakt auf (per Whatsapp, FaceTime oder Skype) und sprich über das, was dich beschäftigt.
- 24 Such auf Instagram z.B. nach «dogstagram». Du wirst ganz viele Bilder von süßen Hunden finden.
- 25 Schau dir die Fotos auf deinem Smartphone an und finde diejenigen, welche dich super glücklich machen.
- 26 Lerne kochen. Falls du das schon kannst, dann probiere ein neues Rezept aus.
- 27 Schaue deine Lieblingsserie auf Netflix.
- 28 Lerne etwas, was du schon immer lernen wolltest, aber nie die Zeit dazu hattest, z.B. mithilfe von YouTube Tutorials
- 29 Mach jeden Tag eine To-Do-Liste und versuche sie abzuarbeiten.
- 30 Schreibe deine eigene Liste mit vielen Dingen, die man jetzt tun kann.
- 31 Fang ein Fototagebuch an z.B. mit Polaroidfotos. Jeden Tag ein schönes Foto mit einem kurzen Text dazu.
- 32 Mache Scherenschnitte oder bastle irgendetwas.
- 33 Schreib deinen besten Freunden einen Brief, den du per Post verschickst
- 34 Bastle und gestalte ein Fotoalbum mit Fotos, die du im Internet (z.B. smartphoto oder ifolor) entwickeln lässt.
- 35 Mache Graffitis an deinen Fensterscheiben mit Kreidestiften (wieder abwaschbar).
- 36 Probiere neue Frisuren aus.
- 37 Mache dir ein aufwendiges Make-up.
- 38 Mach eine Modeschau mit den Kleidern deiner Familienmitglieder.
- 39 Miste dein Zimmer, deine Kleider oder deine alten Spielsachen und Zeichnungen aus.
- 40 Male ein schönes Bild mit Farbstiften oder Wasserfarben, es könnte z.B. auch ein Comic werden
- 41 Säe etwas Neues (z. B. Kräuter) in einem Topf, auf dem Balkon oder im Garten oder kümmerge dich um die Pflanzen.
- 42 Lies ein Buch oder lass es dir vorlesen.
- 43 Mach Karaoke, z.B. auf Youtube.
- 44 Stelle ein Rezeptbuch zusammen mit deinen Lieblingsrezepten
- 45 Und vieles mehr...
- 46 ...
- 47 ...