

Rundbrief Nr. 1 – 20. März 2020

Liebe Pflegeeltern,

eine Situation wie die jetzige hat wohl noch niemand von uns erlebt. Damit meine ich nicht nur die Schließung der Krippen, Kindergärten und Schulen, die viele von uns vor ungeahnte Herausforderungen stellt. Die Familien verbringen auf einmal viel Zeit miteinander, die überall beschworene Entschleunigung mag sich aber angesichts der Sorgen über die Zukunft bei vielen nicht so recht einstellen.

Wir als PFZ-Team können uns vorstellen, dass Sie sich in den Zeiten des Abstandhaltens, auch Social Distancing genannt, mit jenen Dingen allein fühlen, die sich sonst im Alltag mit Freunden, Kollegen oder Verwandten teilen ließen. Deshalb unsere wichtige Botschaft: Wir sind unverändert für Sie da. Und haben einen Rundbrief ins Leben gerufen, mit dem wir Sie von nun an regelmäßig über Unterstützungsangebote unsererseits informieren, ihnen aber auch Anregungen liefern, wie sich die kommenden Familienwochen möglichst gut gestalten lassen.

Lassen Sie uns gern wissen, welche Fragen Sie derzeit besonders beschäftigen und wir ggf. in unserem nächsten Rundbrief aufgreifen sollten: pflge-familien-zentrum@caritas-im-norden.de

Seien Sie versichert: Wir nutzen all unsere Erfahrung und unser Fachwissen, um Ihnen in diesen Tagen zur Seite zu stehen.

Ihre Grit Gaida im Namen des gesamten PFZ-Teams

Wir sind unverändert für Sie da – auch in Zeiten von Social Distancing

Sie haben es vermutlich in der vergangenen Woche schon wahrgenommen – Ihre Ansprechpartner*innen beim PFZ sind telefonisch auch weiterhin für Sie erreichbar. Melden Sie sich also gern bei uns, wenn Sie Rat oder einfach mal „ein Ohr“ brauchen.

Austausch mit anderen Pflegeeltern – wir machen ihn trotzdem möglich

Damit Sie untereinander in Kontakt treten oder bleiben können, richten wir eine eigene Gruppe im Messenger „Signal“ ein (der datensicheren Alternative zu Whatsapp). Sie wären gern dabei? Einfach den Messenger auf Ihrem Mobiltelefon installieren und danach eine Mail an uns schreiben (pflge-familien-zentrum@caritas-im-norden.de) – alles weitere organisieren wir für Sie.

Meine Kinder haben viele Fragen zur aktuellen Situation – wer kann antworten?

Vielleicht ja wir. Die Kinder können uns über einen Signaleinzelchat Fragen stellen, die sie derzeit beschäftigen. Unser Psychologe Kai Schlarbaum antwortet darauf zeitnah. Und Sie können danach lesen oder hören, was so besprochen wurde – und gern darüber mit ihren Kindern ins Gespräch kommen. Interessiert? Schreiben Sie einfach eine Nachricht an Kai Schlarbaum über die Telefonnummer 0176 1001 8931.

Lange gemeinsame Familientage – was können wir tun, wenn wir gemeinsam zuhause sind?

Quirlige Kinder den ganzen Tag um sich zu haben und dabei die gute Laune nicht zu verlieren, ist gar nicht so leicht. Auf den folgenden Seiten haben wir ein wenig Inspiration für Sie zusammengestellt – Anregungen für die „Schule zuhause“, einen Basteltipp und ein leckeres, einfaches Backrezept.

Schule zuhause – hilfreiche Websites und Apps

Sicherlich hat Ihnen die Schule Aufgaben zur Verfügung gestellt, aber ein vollwertiger Unterricht ist damit noch lange nicht organisiert. Vielleicht hilft eines der folgenden Angebote weiter:

- ❖ Auf der Website **Mathepirat** (<https://www.mathepirat.de/neu/start.php>) können Lerninhalte in Mathe wiederholt und geübt werden.
- ❖ Der **Grundschulkönig** (<https://www.grundschulkoenig.de/>) stellt Arbeitsblätter für Kinder der Klassenstufen 1 bis 4 bereit.
- ❖ Schüler der Oberstufe können über den **Youtube-Kanal Technicality** (<https://www.youtube.com/Technicality>) ihr Englisch auffrischen und ihr Wissen erweitern.
- ❖ Bei **Schlaukopf** (<https://www.schlaukopf.de/>) gibt es Angebote für alle Altersstufen und verschiedene Schulformen, von der Grundschule bis zur weiterführenden Schule.
- ❖ Die **Lern-App Anton** (Playstore, App-Store) stellt kostenlose Lernangebote für die 1. bis 10. Klasse zur Verfügung. Erledigte Aufgaben werden mit Punkten belohnt, die dann für Spiele genutzt werden können.

Qualitativ hochwertige Fernseh-, Radio- und Podcast-Angebote für Kinder

- ❖ Der SWR bietet in der Sendung **Planet Schule** Filme, Lernspiele und Simulationen an – auf der SWR-Website, in der Mediathek und zu festen Sendeterminen.
- ❖ Für Vorschulkinder gibt es auf dem KiKa in Kürze ein erweitertes **Kikaninchen**-Bildungsangebot, für die Älteren laufen die Kindernachrichten **Logo** nun jeweils um 11.05 Uhr und um 19 Uhr.
- ❖ Der WDR strahlt die **Sendung mit der Maus** nun einmal täglich aus.
- ❖ Das **NDR-Kinderradio Mikado** sendet derzeit täglich von 9-13 Uhr. Die Sendungen richten sich an Kinder im Alter von 7 bis 13 Jahren und enthalten Wissen zu verschiedenen Schulfächern, Kindernachrichten und Geschichten.

Und wenn die Schularbeit geschafft ist – und trotzdem noch viel vom Tag übrig? Vielleicht inspirieren Euch unsere Ideen auf den nachfolgenden PFZ-Kinderseiten...

PFZ-TIPPS FÜR KIDS – IDEEN FÜR BESONDERS LANGE ZUHAUSETAGE

Unser Backtipp der Woche: Fluffig-leckere Schokobrötchen

Ihr braucht dafür:

- ❖ 500g Mehl
- ❖ 1 Päckchen Trockenhefe oder 1 Hefewürfel
- ❖ 125g Zucker
- ❖ 30g dunkles Kakaopulver
- ❖ 1 große Prise Salz
- ❖ 300ml Milch
- ❖ 75g weiche Butter
- ❖ 50g Schokotropfen oder -stückchen
- ❖ Zum Glasieren: Erhitzte Aprikosenkonfitüre ODER Honig

Und so geht's:

1. Eine Mischung aus Mehl, Trockenhefe, Zucker, dunklem Kakaopulver und Salz zubereiten. Tut dazu alles in eine große Rührschüssel und vermischt es sorgfältig.
2. Erwärmt die Milch mit der Butter in einem kleinen Topf auf dem Herd – aber bitte nur so lange, bis die Butter schmilzt. Die Milch sollte nicht wirklich heiß werden oder sogar kochen, sonst zerstört sie beim Vermischen die Hefekultur.
3. Gebt den Milch-Butter-Mix zu der Mischung in der Rührschüssel hinzu und verknetet alles zu einem elastischen Teig. Dazu sollte man am besten einen elektrischen Rührer benutzen, kann aber auch mit den Händen. Ist der Teig nach 5 bis 7 Minuten kneten noch zu klebrig, gebt ein bisschen mehr Mehl dazu (ungefähr einen Esslöffel zusätzlich).
4. Stellt den Teig für ca. 1,5 Stunden, gut abgedeckt (z.B. mit einem Geschirrtuch), an einen warmen Ort. Dort kann er in Ruhe aufquellen – am Ende sollte er ungefähr doppelt so groß sein wie am Anfang.
5. Knetet den Teig noch einmal gut durch und gebt die Schokotropfen oder Stückchen hinzu. Knetet sie vorsichtig unter den Teig.
6. Teilt den Teig in 12 gleichgroße Stücke und rollt aus jedem einen kleinen runden Ball. Legt alle Teigbälle auf ein Backblech (eingefettet oder mit Backpapier) oder in eine ofenfeste Auflaufform.
7. Deckt die Teigbälle mit dem Küchentuch ab und lasst sie noch einmal ungefähr 40 Minuten gehen.
8. Heizt den Ofen vor(180°C, Ober- und Unterhitze).
9. Sobald der Ofen die richtige Temperatur hat, könnt Ihr die Teigbälle für 25 bis 30 Minuten backen (auf der mittleren Ofenschiene).
10. Bestreicht die noch warmen Schokobrötchen nun mit dem Honig oder der erwärmter Aprikosenkonfitüre.

Und jetzt: Gemeinsames Familien-Schokobrötchen-Futtern – warm schmecken sie am besten!

Unser Basteltipp der Woche: Die Wunderschildkröte

Hättet Ihr vielleicht Lust, diese wunderbare Meeresschildkröte zu basteln? Oder gleich eine ganze Schildkrötenfamilie? Dazu braucht Ihr:

- ❖ Buntes Papier oder Pappe
- ❖ Bleistift
- ❖ Schere und Kleber
- ❖ Eine alte CD
- ❖ Sachen zum Verzieren, z.B. Glitzersteine, Edding- und/oder Acrylmalstifte, Buntpapier, Perlen, Wolle, Bonbonpapier, Sand, getrocknete Blütenblätter, Samen und Körner



Schritt 1: Druckt euch die Schildkrötenvorlage aus (Seite 5) oder versucht, Eure ganz eigene Schildkröte zu malen: Legt dazu die CD auf ein Blatt Papier und zeichnet dann den Umriss einer Schildkröte um die CD herum.

Schritt 2: Schneidet die ausgedruckte oder selbst gemalte Schildkröte aus.

Schritt 3: Klebt die CD mit der silbernen Seite nach oben auf den Bauch der Schildkröte.

Schritt 4: Nutzt all Eure Bastelmaterialien, um die CD nach Belieben zu verschönern.

Schritt 5: Gebt Eurer Schildkröte oder Eurer Schildkrötenfamilie einen schönen Namen.

Schritt 6: Denkt Euch eine Geschichte darüber aus, wie die Schildkröte(n) zu Euch gekommen ist/sind.

Schritt 7: Sucht oder baut ein schönes Zuhause, in dem die Schildkröte(n) in den nächsten Wochen wohnen kann/können.

VIEL SPASS!

