



## BELOHNUNGSTAFEL FÜR DIE ISOLATIONSZEIT

Noch mindestens drei Wochen mit kleinen Kindern allein daheim. Um da nicht durchzudrehen, braucht es vor allem Optimismus, Hingabe und Organisation. Damit ihr das als Team gut hinbekommt, haben wir das Isolations-Star-Chart entwickelt! Am besten räumt ihr nach dem Frühstück den Tisch leer und legt direkt los.

### STERNEN-WOCHEN-PLAN HERUNTERLADEN

Lade den Plan herunter und drucke ihn aus. Fülle die leeren Felder der Karte mit den Vorsätzen deines Kindes und bringe ihn an einen für dein Kind gut erreichbaren Ort an.

### DAS BRAUCHST DU:

Sternensticker

## ANLEITUNG:

- 1** Denkt gemeinsam laut darüber nach, wie die ersten beiden Corona-at-home-Wochen für euch gelaufen sind. Was hat Spaß gemacht? Was war frustrierend? Was wollt ihr ab jetzt anders machen?  
  
Denkt dran: kleine, alltägliche Schritte zu unternehmen, hilft, um gesund zu bleiben und ein langfristiges Ziel zu erreichen.
- 2** Besprecht, was ihr unter Aufgaben im Haushalt und spaßigen Tätigkeiten daheim versteht.
- 3** Jeden Tag sollen folgende Aktivitäten erledigt werden:  
Frische Luft getankt? / Zuhause-Aktivität / Haushalt-Aktivität  
(mit frischer Luft meinen wir einen Spaziergang oder eine Radtour durch den Park oder im Wald – mit großem Abstand zu anderen Personen natürlich)
- 4** Um die Belohnung zu bekommen, müssen alle Aktivitäten erledigt sein. Jede erledigte Tätigkeit wird mit einem Stern markiert.
- 5** Hänge den Wochenplan an eine leicht zugängliche Stelle oder befestige ihn mit den Magneten an den Kühlschrank.

**STERNEN-WOCHEN-PLAN HERUNTERLADEN**

## TEILE DEINE KREATION MIT UNS

Wir würden gerne deine Kreationen sehen, also teile ein Foto auf [Facebook](#) oder [Instagram](#) mit dem Hashtag #toucanbox. Die besten Fotos könnten es ins nächste toucanBox Magazin schaffen!!