

LANGWEILIG? Kinder mit Ideen machen dir Vorschläge.

prävention **tyons**

Zürcher Oberland





WALD UND WIESE

Einen Entdeckungsclub gründen und Waldspion spielen: aus Ästen eine Burg bauen, sich verstecken und Tiere beobachten.

Fabienne (8) & Giuliana (10)

Indianertag: Instrumente, Pfeile und Pfeilbogen basteln, Spiele machen, am Lagerfeuer singen, tanzen und Fladenbrot backen.

Angela (9)

Einen Vogel beobachten.

Thomas (10)

**Aus Korkzapfen,
Stecken und Holzrinden
ein Floss basteln und
schwimmen lassen.**

Nick (10)

**Im Wald einen riesigen
Laubhaufen machen und
darin herumtollen.**

Lukas (10) & Fabian (8) & Patrick (6)

BASTELN UND ERFINDEN

**Aus Kartonröhren eine
Kugelbahn erfinden.**

Nick (10)

**Kastanien und Eicheln
sammeln und daraus
einen Zoo basteln.**

Rebecca (10)

**Einen Drachen
bauen und im Wind
steigen lassen.**

Raphael (9)

**Aus Korkzapfen, Moos-
gummi und kleinen
Sachen ein Puppenhaus
basteln.**

Bettina (9)

Ein richtiges Iglu bauen.

Silvana (9)

FREUNDE TREFFEN

**Mit Freunden ein
interessantes Geheim-
versteck suchen
und sich da treffen.**

Evamaria (9)

Eine Pyjamaparty organisieren, spielen und Spass haben.

Stephanie (9)

Im Sandkasten eine Beachbar einrichten.

Silvan (9)

Mit Freunden zusammen picknicken.

Zilan (11)

Eine Kuschelecke einrichten mit Sofa, Drinks, etc.

Sahra (10)

Eine Disco einrichten und zusammen tanzen.

Matthäus (10)

GEWINNEN UND VERLIEREN

Ein Spielturnier mit Brettspielen durchführen.

Sofia (9)

Ein Kartonraupenrennen machen: Boden und Deckel einer Kartonkiste wegschneiden und sich mit Herumrollen fortbewegen.

Martin (10)

Im Dorf einen Postenlauf veranstalten.

Tannir (8)

Einen Malwettbewerb machen.

Gina (9)

RAUF UND RUNTER

**Einen Hip-Hop Tanz
üben und aufführen.**

Chiara (10)

**Auf der abgemähten
Weide den Hang
hinabkugeln – im Schnee
machts fast noch
mehr Spass!**

Linus (4)

**Einen Barfussparcours
machen mit Schlamm,
Kieselsteinen, Gras, Heu,
Tannzapfen, warmem
und eisigem Wasser und
trockener Erde.**

Jorina (11)

**Mit einem Hund
spazieren gehen und
spielen.**

Désirée (10)

SPIELE SPIELEN

**Mit Kreide Hüpfspiele
malen und spielen.**

Seraina (10)

**Mit Salzteig Gemüse
formen, trocknen lassen,
anmalen und damit
«Verkäuferlis» spielen.**

Jenny (8)

**Auf Kickboards
mit Golfbällen Fußball
spielen.**

Nils (12)

**Mit dem Velo
«Abstiigerlis» spielen.**

Thomas (9)

SCHREIBEN UND MALEN

**Eine Seilbahn von
Nachbar zu Nachbar
machen und damit
Briefe verschicken.**

Livia (9)

**Kunstobjekte herstellen
und eine Ausstellung
machen.**

Dario (9)

**Eine Brieffreundin
suchen und
ihr schreiben.**

Dominique (10)

**Eine Bildergeschichte
beginnen und anderen
Kindern zum Weiter-
malen geben.**

Julia (9)

**Für arme Kinder Geld
sammeln, damit
sie in der Zukunft ein
besseres Leben haben.**

Joséphine (9)

**Wir danken allen Kindern
für ihre Vorschläge.**

Suchtpräventionsstelle Zürcher Oberland
Gerichtsstrasse 4
Postfach
8610 Uster

Telefon 043 399 10 80 (MO – DO, 14 – 17 Uhr)

info@sucht-praevention.ch
www.sucht-praevention.ch
www.sucht-praevention.ch/flimmerpause

Das Projekt Flimmerpause wurde von Akzent Prävention und Suchttherapie des Kantons Luzern entwickelt und wird seit Jahren mit grossem Erfolg durchgeführt.