

Änderungen und Entlastungen für Familien in Bayern 2021 (während Corona)

Kinderkrankentage:

- verdoppeln sich für *berufstätige* Eltern die *gesetzlich-versichert* sind
 - früher 10 jetzt 20 Kinderkrankentage für jedes Elternteil pro Kind im Jahr
 - bei mehreren Kindern: Maximal 45 Kinderkrankentage für jedes Elternteil im Jahr
- Alleinerziehende Berufstätige:
 - Alleinerziehende: Früher 20 jetzt 40 Kinderkrankentage pro Kind im Jahr
 - bei mehreren Kindern: Maximal 90 Kinderkrankentage im Jahr

Weitere Infos: <https://www.bmfsfj.de/bmfsfj/themen/corona-pandemie/kinderbetreuung-bei-schul-und-kitaschliessungen/faq-kinderkrankentage-kinderkrankengeld/fragen-und-antworten-zu-kinderkrankentagen-und-zum-kinderkrankengeld/164976>

Neue Familienleistungen ab 2021:

- Mehr *Kindergeld*: 15 € pro Kind mehr → 219 € für Kind 1 und 2 / 225 € für Kind 3 / 250 € ab 4. Kind
- Entlastungen in der *Einkommensteuer*:
 - Kinderfreibetrag erhöht sich auf 2730 € pro Elternteil
 - Freibetrag für Betreuungs-, Erziehungs- und Ausbildungsbedarf steigt auf 1464 € pro Elternteil
 - Entlastungsbetrag für Alleinerziehende erhöht sich auf 4008 €
- *Kinderzuschlag* bei geringem Einkommen erhöht sich auf bis zu 205 € pro Kind → prüfen Sie hier Ihren Anspruch: <https://www.arbeitsagentur.de/familie-und-kinder/kiz-lotse>
- *Unterhaltsvorschuss* für Alleinerziehende: 174 € für Kinder bis 5 Jahre / 232 € für Kinder von 6 bis 11 Jahre / 309 € für Kinder von 12 bis 17 Jahre

Weitere Infos: <https://www.bmfsfj.de/bmfsfj/aktuelles/alle-meldungen/aenderungen-2021-kindergeld-kinderzuschlag-unterhaltsvorschuss/163388>

Tipps, wie Familien gut (oder besser) durch die Krise kommen können:

<https://www.br.de/nachrichten/bayern/familien-im-lockdown-wie-kommen-wir-gut-durch-die-corona-krise,SLs75lS>

Unterstützung der Familien durch:

- Notfallbetreuungen an den Kitas und Schulen
- Jugendsozialarbeit an Schulen bietet Beratung an (Fr. Ammon-Kraudelt/ Fr. Sünkel)
- feste Tagesstruktur (bei Fragen dazu gerne an suenkel@haus-marienthal.com wenden)
- Homeschooling beim Kom,ma in Schweinfurt (Räume, Tablets): <https://www.kom-ma.biz/>
- weitere Links:
 - Psychologie für Zuhause:
<https://www.youtube.com/channel/UCnnFZ0OotnKC-DWHTPu7XXg>
 - anonyme Elternberatung:
<https://www.elternsein.info/beratung-anonym/anonym-kostenlos/>

Aktivitätenliste für Kinder und Jugendliche – als Vorschlag für die Freizeit

Sportübungen:

<http://www.sportpaedagogik-online.de/fitness1.html>

<https://www.youtube.com/watch?v=a7Oq8m99aWM>

<https://www.youtube.com/watch?v=wD4cehJp2A4>

Tanzschritte für Partys: <https://www.youtube.com/watch?v=BDFXg6XP9v0>

Life-Kinetik für Konzentration und Gehirnaktivierung: <https://www.praxis-jugendarbeit.de/jugendarbeits-blog/T86-lifekinetik-interessant-fuer-Schueler-Sport-Jugendarbeit.html> oder <https://www.youtube.com/watch?v=B-SiWsKZGCc>

Berufswahl – finde heraus, was dich interessiert / was zu dir passt:

<https://www.arbeitsagentur.de/bildung/welche-ausbildung-welches-studium-passt> - mit Anmeldung eines Accounts

Berufe-Entdecker ohne Anmeldung: <https://entdecker.biz-medien.de/starte-check>

„Persönlichkeits“-Tests / Stärken-Schwächen-Tests / Selbstfindungs-Tests:

<https://www.palverlag.de/talente-test.php>

<https://www.selbstbewusstsein-staerken.net/selbstfindung/#18> Praktische Tipps zur Selbstfindung

Quiz/Rätsel/Scherzfragen:

<https://www.praxis-jugendarbeit.de/spielesammlung/spiele-quiz-scherzfragen-raetsel.html#Punkt8>

Quiz zu WhatsApp:

https://www.klicksafe.de/typo3conf/ext/quiz_maker/Resources/Public/game/?path=https%3A%2F%2Fwww.klicksafe.de%2F%3FeID%3DquizJson%26uid%3D7

Online-Games:

Die Sims als kostenlose App: https://praxistipps.chip.de/sims-online-spielen-geht-das_41449

Anno 1602 - Strategie-Aufbauspiel mit geschichtlichem Hintergrund als App kostenlos:

https://www.chip.de/downloads/Anno-1602-Vollversion_155637813.html

Lifehacks / DIY (Do-it-yourself):

Dart selber bauen: <https://www.youtube.com/watch?v=fW2-fl-Quy4>

Deko/Muttertagsgeschenk - Schriftzug aus Streichhölzern oder Nägeln selbst machen:

<https://www.youtube.com/watch?v=zJySuSzWVnY>

Badelatschen aus Plastikröhrchen selbst machen: <https://www.youtube.com/watch?v=-RyHxiWx7cl>

– und andere Ideen z.B. Armkettchen selbst machen

Seife selbst machen aus Duschgel: <https://www.youtube.com/watch?v= 0xt6mnPovw>

Schale aus Toilettenpapier selber machen (Pappmaché):

<https://www.youtube.com/watch?v=460HPUfwVnU>

Magische Schleim selbst herstellen: <https://www.youtube.com/watch?v=9R9YeBzze4w>

Kinetischen Sand selber machen: <https://www.youtube.com/watch?v=YH8iWMaUqtC>

Beauty-Produkte selbst machen: <https://www.youtube.com/watch?v=hO8TvnkCsDk>

Basteln aus Müll (recycling): <https://www.youtube.com/watch?v=nc6Hyylwz0>

3 Gewinnt aus Toffifee selbst basteln: <https://www.youtube.com/watch?v=HVwmmMwDwKQ>

Klamotten Hacks: <https://www.youtube.com/watch?v=CJtwK2IOBEs>

Sonstige Spiele:

- Karten Spiele: Mau-Mau, Boss&Arsch, SkipBo, HalliGalli, etc.

- Twister

- Spielesammlung (Mensch ärgere dich nicht, Halma, Mühle etc.)
- Stadt-Land-Fluss
- Wer bin ich? (sich gegenseitig Zettel an die Stirn kleben mit Namen von z.B. berühmten Personen darauf, dann selbst erraten wer man ist – Fragen dürfen nur mit Ja oder Nein beantwortet werden)
- 4 Gewinnt
- Cludeo
- Galgenmännchen
- Rummikub
- Carcassonne
- Monopoly
- Phase 10
- Das verrückte Labyrinth

Hörbücher:

Krimis: <https://www.gratis-hoerspiele.de/genre/jugendkrimi/>

Die 131 beliebtesten: <http://www.audioobook.com/de/genre/jugend.html>

Zeichnen / Comics / Cartoons:

Tiere zeichnen: https://www.youtube.com/watch?v=uT_iv5kjuOE

Menschen zeichnen: <https://www.youtube.com/watch?v=grcJ8R0etRE>

Autos zeichnen: <https://www.youtube.com/watch?v=2omTQoYeayU>

Verschiedene Zeichnungen:

<https://www.youtube.com/watch?v=vnSYZZTr7Ls&list=PLhberYsvgOeeGaFuDJdHPWjoPvEEea4nm>

Comics zeichnen: <https://www.youtube.com/watch?v=F-kH39nGwCc>

Karikatur von sich selbst zeichnen lernen: <https://www.youtube.com/watch?v=00EX1a8GFxM>

Tagebuch schreiben: Dokumentiere deinen Tag, was hast du so gemacht, wie war der Tag für dich (gut, mittel, schlecht – benenne deine Gefühle), für was warst du heute dankbar, welche Ziele hast du für den nächsten Tag etc.

Kochen / Backen:

Cake-Pops: <https://www.einfachbacken.de/rezepte/cake-pops-das-grundrezept-zum-selber-machen>

Kartoffelchips: <https://www.lecker.de/selbstgemachte-kartoffel-chips-15788.html>

Energie-Riegel: <https://strong-magazine.com/energy-bars-selber-machen-30-energie-riegel-rezepte-granola-bars/#bar>

andere Gemüsechips: <https://www.wir-essen-gesund.de/gemuesechips-selber-machen/>

Schoko-Crossies: <https://www.einfachbacken.de/rezepte/schoko-crossies-einfaches-blitzrezept>

Gummibärchen: <https://lachfoodies.de/low-carb-gummibaerchen/>

Obst&Gemüse-Lifehacks: <https://www.youtube.com/watch?v=QejzxXliRBk>

Überlegt euch ein 3-Gänge-Menü für eure Familie z.B. Salat als Vorspeise, Nudeln als Hauptgericht, Cake-Pops als Nachspeise etc.

Programmieren lernen:

<https://code.org/hourofcode/overview>

<https://lab.open-roberta.org/>

Seid selbst kreativ, überlegt was euch interessiert, sucht im Netz nach Tutorials auf YouTube zum Beispiel, probiert selbst etwas aus, entwickelt eure eigenen Spiele oder Sportübungen, dreht einen Zeichentrickfilm, schaut Dokumentationen, informiert euch was andere so machen, lest Bücher, hört Hörbücher, backt/kocht für eure Lieben, stellt euer Zimmer um, mistet Klamotten aus, stellt Dinge die ihr nicht mehr braucht in Ebay oder Vinted zum Verkauf etc.

Gerne könnt ihr mir weitere Ideen schicken oder euch untereinander austauschen.

Informiert euch über die aktuelle Lage, darüber was ihr dürft und was nicht:

<https://www.zeit.de/thema/jugendliche>

<https://www.br.de/nachrichten/unterfranken.QXAQ1wr>

Wer Probleme/Sorgen hat, kann mich wie unten beschrieben erreichen oder:

<https://www.nummergegenkummer.de/kinder-und-jugendtelefon.html>

(Online-Chat oder Telefon - auch für Eltern)