



Lüfte dein Zimmer nach dem Aufstehen, vor dem Schlafengehen und zwischendurch beim Lernen und Spielen für jeweils 5 Minuten.

So bleibt die Raumluft frisch und sauber, du schläfst gut und kannst dich beim Lernen besser konzentrieren.



## LASS FRISCHE LUFT REIN!

Fabienne weiß: Frische Luft macht den Kopf frei. Alle 20 Minuten für ein paar Minuten lüften vertreibt außerdem ganz viele der fiesen Grippe- und Coronaviren aus geschlossenen Räumen.

## RÄTSEL FÜR SCHLAUE FÜCHSE

Lüften ist eine wichtige Maßnahme gegen Virenerkrankungen wie zum Beispiel Corona.

### Was hilft noch dabei, gesund zu bleiben?

- 1 Ich halte Abstand zu Menschen, die erkältet sind.
- 2 Ich trage meine Alltagsmaske.
- 3 Ich ernähre mich gesund mit viel Obst und Gemüse.
- 4 Ich spiele nicht mehr draußen an der frischen Luft.
- 5 Ich lade mir viele Freunde nach Hause ein und spiele mit ihnen am Computer.
- 6 Ich wasche häufig und gründlich meine Hände.

Mit Luft kann man spielen! Lass Papierflieger fliegen oder ...

## BASTELTIPP: Federanhänger

Nimm eine saubere Feder, umwickele den Federkiel fest mit einem dünnen Draht, fädle Perlen auf den Draht und den Federkiel, wickle den Draht zum Abschluss wieder um den Federkiel, forme eine Schlaufe und schneide den Draht danach ab. Verstecke den Rest in den Perlen.



Rätsel-Auflösung im Spiegel lesbar: 1.5.2.0

... balanciere einen Luftballon auf dem Kopf – wie lange schaffst du das?



Unter [www.svlfg.de/kinderseite](http://www.svlfg.de/kinderseite) findest du noch viele starke Tipps! Klicke doch mal rein!