



## UNSERE IDEEN FÜR HEUTE:

DATUM

Montag  Dienstag  Mittwoch  Donnerstag  Freitag  Samstag  Sonntag

 **MORGENS** 

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

**MORGENS:**  
**Feste Aufstehzeit**  
 mit gemeinsamem Frühstück  
**Macht Euch einen Tagesplan.**  
 Wann ist Zeit für Aktivitäten, wann für Ruhe?

 **VORMITTAGS** 

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

**VORMITTAGS:**  
 · Freies Spiel  
 · Gemeinsame Zubereitung des Mittagessens

 **ABENDS** 

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

**ABENDS:**  
**Feste Zeiten**  
 für gemeinsames Abendessen  
**Abendrituale:**  
 Bücher lesen, Spiele spielen, feste Zubettgehzeiten

 **NACHMITTAGS** 

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

**NACHMITTAGS:**  
 · Freies Spiel  
 · Rausgehen  
 · Basteln  
 · Singen  
 · Sport

 **MITTAGS** 

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

**MITTAGS:**  
**Feste Zeiten** mit gemeinsamem Mittagessen  
**Mittagspause:**  
 Gönnst Euch und Eurem Kind eine Auszeit

