

# Kein Grund zur Langeweile

Von „Home Sport“ bis Kochen: Trotz aller Einschränkungen während der Corona-Pandemie – es gibt Spannendes zu tun

Die Zahlen von Neuinfektionen und Todesfällen gehen gerade, zum Zeitpunkt des Verfassens dieses Textes, zurück. Allerdings sind sie immer noch auf hohem Niveau. Deshalb ist davon auszugehen, dass wir noch eine ganze Zeit lang mit dem Lockdown leben müssen. Das ständige Rumhocken und Nichtstun macht uns verrückt, deshalb sind hier paar Alternativen, wie man sich in dieser Zeit nicht allzu sehr langweilt.

Die erste Alternative wäre, mit Geschwistern oder mit Eltern Brettspiele zu spielen – das ist auch eine gute Möglichkeit, sich mit seinen Geschwistern zu versöhnen, falls es mal Knatsch gegeben hat.

Eine weitere Alternative wäre, fest zu verabreden, etwas mit einem Freund oder einer Freundin zu unternehmen. Das geht sowohl draußen als auch drinnen. Ihr könnt zum Beispiel gemeinsam Filme anschauen, spazieren gehen, eine Partie Darts spielen, Tischtennis und vieles mehr.

Und damit kommen wir zur dritten Alternative, und zwar dem Lesen von spannenden Büchern. Du eröffnest dir neues Wissen, entspannst dich und reduzierst deinen Stress. Es hat vor allem positive



FOTO: DURANTE/ALERA/ISTOCK/ADobe.COM

Auswirkungen auf Körper und Geist und verbessert deine Aufmerksamkeit, Konzentration und Kreativität.

Meine vierte Alternative wäre Home Sport. Zugegeben, das ist alles andere als ein Geheimtipp gegen Langeweile. Da man zu Hause ist und sich nicht vom Fleck rühren kann, kann man sich auch gleich ein wenig austoben. Du kannst an einer Online-Sportstunde teilnehmen oder deine Freunde fragen, welche Workouts aus dem Netz sie machen. Auf Youtube und Co findest du viele (kostenlose) Workouts und Übungen.

Die letzte Alternative wäre, neue Talente zu entwickeln. Mit all der Zeit, die wir zu Hause verbringen, werden wir immer ideenreicher bei der Gestaltung unserer Tage. Das ist eine gute Gelegenheit, um Neues auszuprobieren, wie zum Beispiel in Kunst, Musik, Kochen, Kreativität und Sport. Für vieles haben wir im „normalen“ Alltag kaum Zeit. Wenn nicht jetzt, wann dann.

Also warum langweilen? Versuche diese fünf Alternativen, um die Langeweile im Lockdown zu vertreiben.

**Özgür Titrek, Klasse 8b,  
Weiherhof-Realschule (Freiburg)**

Lesen ist eine Beschäftigung, bei der man lernen und entspannen kann.