



Schulärztlicher Dienst

Winter erleben und geniessen

Schneeflocken, Eisblumen, gefrorene Seen – der Winter bietet viel Naturspektakel. Verbringen Sie mit Familie und Freunden fröhliche, verschneite Stunden draussen. Der Hängger- oder der Uetliberg sind ideal zum Schlitteln; Wälder, Wiesen und Parks perfekt für Spiele, zum Herumtoben, Iglu bauen und Tee schlürfen.



Winterspass, aber wo?

Zürichs Pärke, z.B. die Bäckeranlage, oder die Chinawiese sowie die Wälder am Hängger- oder Uetliberg bieten auch bei Schnee viele Spielmöglichkeiten. Auf dem online-Stadtplan finden Sie diese unter den Suchbegriffen «Spielplatz», «Schlitteln» oder «Park und Picknick».

www.maps.stadt-zuerich.ch

Warme Winterkleidung

Für Spiele im Schnee, die wirklich Spass machen, braucht es gute, warme Schuhe und warme Kleidung, die während einiger Zeit Feuchtigkeit abhalten. Funktionale Kleider gibt es auch in Second-Hand-Läden oder Kleiderbörsen (z.B. in Gemeinschaftszentren).

Heisser Tee

Kalt, nass und doch können die Kinder nicht genug vom Schnee bekommen – ein heisser Tee wärmt - wenigstens für den Moment. Mit einer Thermoskanne und Bechern von zu Hause kann der Schneespass verlängert werden.

Spiele im Schnee

Engel formen

- ▶ Kinder und Erwachsene legen sich auf dem Rücken in den Schnee.
- ▶ Arme und Beine seitlich ausstrecken, danach im Schnee auf und ab bewegen.
- ▶ Vorsichtig aufstehen und den Engelsabdruck bewundern.

Spuren lesen

- ▶ Ein Kind schliesst die Augen, die anderen machen Spuren im Schnee
- ▶ Augen öffnen, aber wem gehört welche Spur?
- ▶ Variante: am Waldrand gibt es viele Spuren zu entdecken – zu welchen Tieren gehören die Spuren wohl?

Verstecken spielen im Winterwald

Wie im Sommer, aber Achtung – die Spuren im Schnee...

Leuchtende Schneefigur bewundern

- ▶ Mit Schnee grosse Figuren bauen.
 - ▶ In der Dämmerung ein Teelicht auf, oder in die Figuren stellen.
- Tipp: Löchrige Figuren sind besonders wirkungsvoll...

Winterspezial auch im Zoo

Von November bis etwa März leben die Pinguine in der Aussenanlage des Züri Zoo. Draussen ist es dann auch kalt genug (unter 10 Grad) für einen Spaziergang durch den Zoo. www.zoo.ch/de

Murmel-Bahn bauen

- ▶ Zusammen einen grossen Schneeburg bauen.
- ▶ Mit der Hand eine Bahn um den Berg ziehen und Tunnel, Sprungschancen oder Brücken einbauen
- ▶ Murmeln rollen lassen!

Hut ab!

- ▶ Einen grossen Schneemann bauen mit einem Hut auf dem Kopf.
- ▶ Viele Schneebälle in ca. 2 Meter Abstand um den Schneemann platzieren.
- ▶ Wer trifft den Hut oder schafft es gar ihn abzuwerfen?

Schneeballschlacht

Die Königin der Schneespiele möglichst am Schluss eines Ausflugs einbauen - denn danach sind viele nass.

