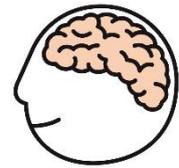


Linkliste Caritas-Emstor-Werkstätten

Gehirntraining

www.mental-aktiv.de

Viele Übungen zum Gehirntraining aus den Bereichen Logik, Gedächtnis, Konzentration, Sprache und Knobelspiele. Online spielbar oder als Download.



<https://sp.neuronation.com/de/>

Wissenschaftlich entwickeltes Gehirntraining

Lernen

BGW Lernportal Arbeitssicherheit

https://bgw.uv-lernportal.de/iliass/goto_BGWLP_crs_1903.html

Lernportal der BGW Berufsgenossenschaft für speziell für Werkstätten für Menschen mit Behinderungen. Unterteilung in die Bereiche Berufsbildungsbereich, Garten- und Landschaftsbau, Holzwerkstatt, Küche und Hauswirtschaft, Lager und Transport, Metallwerkstatt, Montage und Verpackung.



ARD – Schule zuhause

https://www.ard.de/home/ard/Schule_zuhause/6009188/index.html

Sehr umfangreiche Angebote der ARD mit Online-Lernangeboten und vielen Filmen, Spielen und Wissenssendungen

Deutschland schreibt!

www.deutschland-schreibt.de/training/

Im Trainingsbereich des großen Rechtschreibwettbewerbs können alle Interessierten ihre Rechtschreibkenntnisse mit Texten zum Mitschreiben in drei Schwierigkeitsgraden testen und erweitern.

Deutsch und deutlich

www.deutschunddeutlich.de

Einheiten für den Deutschunterricht, Arbeitsblätter zum Download

Beschäftigung und Hobby

Kikisweb

www.kikisweb.de

Bunte Homepage mit Tipps und Tricks für Freizeit, Hobby und Familie



Wikihow

<https://de.wikihow.com/Ein-neues-Hobby-suchen>

Anregungen zur Suche nach neuen Hobbies und Ideen, sich wieder mit altbekannten und vertrauten Freizeitgestaltungen zu beschäftigen.

Rätseldino

www.raetseldino.de

Viele verschiedene Rätsel und Knobelien. Zahlenrätsel wie Sudoku fordern das logische Denken mit Zahlen, Kreuzworträtsel das Wissen und das Gedächtnis heraus. Bei Drudeln, Scherzfragen und Teekesselchen ist das kreative Denken gefragt.

Bewegung und Entspannung



Videos der AOK

https://www.youtube.com/playlist?list=PLOIUWgpArj5YPLd5dD8uXt2cLFm_oQLw-

Der bekannte Sportmediziner Prof. Ingo Froböse bietet in Zusammenarbeit mit der AOK verschiedene Sportvideos bei Youtube an, es gibt zum Beispiel Rückenübungen oder Übungen für Schultern und Nacken.

<https://www.youtube.com/watch?v=c8NdFOXBgxE>

Progressive Muskelentspannung im Liegen, ein Angebot der AOK

<https://www.youtube.com/playlist?list=PLOIUWgpArj5ZycMuVviRcdusjO7K5DKbV>

Outdoor Workouts mit Felix Klemme – ein Angebot der AOK

<https://www.youtube.com/playlist?list=PLOIUWgpArj5b4C2j75dDxMichgx4tEJ1I>

Stressbewältigung durch Achtsamkeit mit Angela Homfeldt – ein Angebot der AOK

Lesen

Digitale Magazine lesen

<https://aktion.grunerundjahr.de/deutschland-bleibt-zuhause>

„Wer sich schützt, hilft auch anderen. Bleiben wir also zuhause.“ Das Verlagshaus Gruner+Jahr möchten diesen landesweiten Appell unterstützen, um die Ausbreitung des Coronavirus zu verlangsamen. Sie bieten 40 Magazine – für jeden ist etwas dabei. Kostenlos und unverbindlich alle ePaper, Apps und PLUS-Inhalte, bis 30. April alle aktuellen Ausgaben lesen – endet automatisch.



Lieferservice der Stadtbibliothek Rheine

Neben der Möglichkeit, e-books zu leihen bietet die Stadtbibliothek Rheine auch einen Lieferservice an. Natürlich achten sie auch auf den nötigen Sicherheitsabstand - Blaue Box vor die Haustür gestellt, klingeln, drei Schritte zurück! Und hinterher genau anders rum. Klappt super! Wie das mit dem Bestellen von Medien geht, findet Ihr auf der Homepage www.rheine-bibliothek.de

Zusätzlich gibt es an Eingang der Stadtbibliothek in der Mall einen Schrank mit aussortierten Büchern zum kostenlosen Mitnehmen.