

# 10 Tipps für einen optimalen Familiensommer

Der Sommer ist für Familien die Zeit gemeinsamer Pläne und mehr Zeit miteinander. Hier ein paar Tipps, wie man die gemeinsame Freizeit optimal nützen kann.

11.07.2023

## 1. Flexibilität mit Rahmen

Auch wenn wir auf Urlaub sind, ist es wichtig, gute Gewohnheiten, die wir

während des Jahres erworbenen haben, weiter zu pflegen. Macht euch einen Stundenplan, der zugleich flexibel und offen ist, angepasst an die Umstände und Umgebung.

## **2. Aktivitäten mit der ganze Familie**

Ja, jeder hat seine eigenen Vorlieben und Pläne. Es sollte aber genug Zeit geben, um Dinge gemeinsam zu machen: egal ob kochen, Rad fahren, wandern, eine Stadtbesichtigung usw.

## **3. Dankbarkeit**

Die entspannte Atmosphäre des Sommers ist eine gute Gelegenheit, um zu danken, was im Alltagsstress manchmal zu kurz kommt. Danke den anderen bewusst für

Kleinigkeiten, für die Planung oder für die schöne Zeit, die man miteinander hat.

#### **4. Sich über einfache Dinge freuen**

Der ideale Plan muss weder teuer noch extravagant sein. Von klein auf kann man den Kindern beibringen, sich über einfache Dinge zu freuen, z.B. über den schönen Sonnenuntergang oder über ein Eis.

#### **5. Für andere offen sein**

Den ganzen Tag nur untereinander zu bleiben, tut nicht gut. Der Sommer ist die ideale Zeit, um sich anderen zu öffnen: Ladet Freunde nach Hause ein und ermutigt auch eure Kinder dazu.

#### **6. Ab in die Natur**

Die Natur ist ein wunderbarer Ort der Erholung und der gemeinsamen Entdeckung der Welt. Bewegung bringt die Seele in Schwung. Wie schön ist es, gemeinsam den Wald zu entdecken, die Stille oder Tiere zu erleben...

## 7. Kulturelle Ausflüge

Den Geschmack auf Kultur kann man sogar bei den Jüngsten wecken – wenn der Ausflug gut ausgewählt und geplant ist. Sucht euch kulturelle Ziele in eurer Umgebung, verbringt einen Nachmittag im Museum, bei einer Sehenswürdigkeit oder besucht eine Ausstellung.

## 8. Zeit für Bücher

Lesen ist Kino im Kopf, es bringt die Neuronen von Jung und Alt in Schwung: Abenteuerromane,

Biographien, Kurgeschichten, Märchen .... Besucht eine nahe gelegene Bücherei und stöbert nach passenden Büchern!

## **9. Verwandte, Freunde und Notleidende besuchen**

Während des Jahres sind Besuche bei Verwandten aus Zeitgründen oder größerer Distanzen manchmal schwierig: Großeltern, Cousins, Tanten und Onkeln. Es wäre schön, auch Zeit zu finden, um Kranke oder Notleidende zu besuchen.

## **10. Dankt Gott für die Freude miteinander und beisammen zu sein**

---

article/10-tipps-fur-einen-optimalen-familiensommer/ (15.02.2026)