

Informationen für Eltern

Liebe Eltern,

das Corona-Virus betrifft uns alle.

Das ist eine schwere Zeit.

Ihre Kinder gehen nicht in die Schule.

Viele Eltern arbeiten jetzt auch anders.

Die Familie ist viel zu Hause.

Manchmal streitet man sich auch.

Deshalb haben wir Tipps für Sie.

Die Tipps kommen von Schul-Psychologen.

Psychologe spricht man so aus: Psü cho lo ge

Sie sind Fach-Leute.

Psychologen wissen viel über die Gefühle von Menschen.

Sie helfen Familien und Kindern.

Zum Beispiel, wenn man sich ganz schlimm streitet.

Oder man sehr ärgerlich oder traurig ist.

Dann reden die Psychologen mit den Menschen.

Kinder sind sehr unterschiedlich.

Viele Kinder haben keine Probleme.

Andere Kinder haben Angst.

Oder sie sind ärgerlich.

Oder sie schlafen schlecht.

Und sind dann müde.

Manchmal haben sie Bauch-Schmerzen.

Oder Kopf-Schmerzen.

Viele Kinder wollen auch nicht drinnen sein.

Sie wollen mit vielen anderen Kindern draußen spielen.

Das dürfen sie aber in dieser Zeit nicht.

Einige Kinder haben Probleme mit den neuen Regeln.

Das können Sie tun:

- **Machen Sie unterschiedliche Dinge am Tag.**

Wichtig sind:

- Spielen
- Schul-Aufgaben
- Handy und Computer
- zusammen essen
- draußen spazieren gehen
- zur gleichen Zeit schlafen gehen

Planen Sie den Tag **mit** Ihrem Kind.

Das hilft auch dem Kind.

- **Die Lehrer schicken Aufgaben an Ihr Kind.**

Ihr Kind soll jeden Tag ein paar Aufgaben machen.

Das hilft dem Kind.

Bleiben Sie bitte ruhig, wenn es Probleme gibt.

Sie können auch die Lehrer fragen.

Das Lernen zu Hause ist neu für Ihr Kind.

Ihr Kind braucht Zeit, bis es gut zu Hause lernen kann.

Auch für die Lehrer ist das neu.

- **Helfen Sie Ihrem Kind.**

Überlegen Sie, was jedem Menschen in der Familie gut tut.

Was kann die Familie gegen Langeweile machen?

Sie können zum Beispiel:

- lesen
- mit dem Haustier spielen
- Musik hören
- telefonieren
- schreiben oder malen
- sich bewegen und Sport machen

Achten Sie aber auf die Regeln zum Raus-Gehen!

- **Halten Sie mit Ihrer Familie die Regeln ein.**

Damit helfen Sie allen Menschen.

Wichtige Regeln sind:

- Bleiben Sie viel zu Hause.
- Ihre Kinder können Freunde über Handy oder Computer treffen.

Zum Beispiel mit:

- Whats App
- Skype
- Telefon
- Denken Sie an regelmäßiges Hände-Waschen.
- Zeigen Sie Ihrem Kind wie es geht.
- Reden Sie mit Ihrem Kind über die Regeln.
- Beantworten Sie die Fragen von Ihrem Kind.

Aber: Machen Sie Ihrem Kind keine Angst.

Im Internet und Fernsehen gibt es viele Bilder zum Corona-Virus.

Überlegen Sie, was davon gut für Ihr Kind ist.

Internet-Seiten mit Informationen über das Corona-Virus:

- www.rki.de
- <https://www.corona.hessen.de>

Die Internet-Seiten gibt es auch in Leichter Sprache.

Hilfe am Telefon

Es gibt verschiedene Telefon-Nummern zum Anrufen:

Wenn Sie zu Hause Probleme mit Ihren Kindern haben.

Zum Beispiel mit den Schul-Aufgaben.

Sie bekommen Hilfe von Schul-Psychologen.

Telefonnummern

<https://kultusministerium.hessen.de/schulsystem/umgang-mit-corona-schulen/fuer-eltern/schulpsychologische-hinweise-im-rahmen-von-corona/schulpsychologische-telefonberatung>

Von Montag bis Freitag:

Von 9 bis 16 Uhr.

Wenn es Ihnen schlecht geht.

Zum Beispiel, wenn Sie große Angst haben.

Sie bekommen Hilfe von Psychologen.

Die Psychologen sind von der Goethe-Universität in Frankfurt am Main.

Telefon:

069 798 466 66

Von Montag bis Freitag:

Von 15 bis 21 Uhr.

Am Samstag und Sonntag:

Von 16 bis 20 Uhr.

Ihr Kind kann dort auch anrufen.

Von Montag bis Freitag:

Von 9 bis 14 Uhr.

Telefon:

116 111

Hier kann Ihr Kind anrufen.

Wenn es ihm schlecht geht.

Das Kind muss nicht seinen Namen sagen.

Von Montag bis Samstag:

Von 14 bis 20 Uhr.

Das geht auch im Chat:

<https://www.nummergegenkummer.de/kinder-und-jugendtelefon.html>

Alles Gute!

Bleiben Sie und Ihre Familie gesund.

Übersetzt von: Stabsstelle LBIT, Regierungspräsidium Gießen

Webseite:

<https://rp-giessen.hessen.de/%C3%BCber-uns/beauftragte-f%C3%BCr-barrierefreie-it>

Hinweis: Wegen Corona konnte der Text noch nicht geprüft werden.