

Grundschule Alesheim – Emetzheim

An der Buergel 2
91793 Alesheim



Tel.: 09141 – 6507
Fax: 09141 – 921780
Mail: verwaltung@gs-alem.de
Homepage: www.gs-alem.de

Alesheim, den 20.03.2020

Liebe Eltern,

eine ganze Woche sind die Schulen nun bereits geschlossen. Wir hoffen, Sie und Ihre Familie sind gesund, und Sie haben einen Weg gefunden, mit den veränderten Bedingungen umzugehen. Alle im schulischen Bereich Beschäftigten wurden von diesem Umfang und der Kürze der getroffenen Anordnung überrascht. So blieb uns Lehrkräften wenig Zeit, die Kinder auf die veränderte Situation nach dem Wochenende vorzubereiten, bzw. ihre neuen Fragen zu beantworten oder sie zu trösten oder zu beruhigen in ihren Ängsten. Das Kriseninterventionsteam des Bezirks Mittelfranken richtet nun an alle Eltern einen Ratgeber, der Ihnen und Ihrem Kind helfen kann bei der Bewältigung der täglich neuen Herausforderungen, die uns in dieser unsicheren Zeit seit dem Auftreten des Virus begegnen.



Informationen für Eltern

Umgang mit den Maßnahmen zum Corona-Virus

Liebe Eltern,

die durch das Corona-Virus hervorgerufene Krankheit COVID-19 betrifft uns alle: Die Schülerinnen und Schüler dürfen die Schulen nicht mehr besuchen. In Bayern wurde der Katastrophenschutz ausgerufen. Wir wissen nicht, welche Maßnahmen in den kommenden Tagen und Wochen noch getroffen werden.

Diese besondere Situation verunsichert viele Menschen. Daher haben wir vom Kriseninterventions- und Bewältigungsteam Bayerischer Schulpsychologinnen und Schulpsychologen (KIBBS) einige hilfreiche Hinweise für Sie zusammengestellt.

Wie reagieren Kinder und Jugendliche auf belastende und verunsichernde Situationen?

Jedes Kind, jeder Jugendliche reagiert anders. Manche spüren körperliche Symptome wie Müdigkeit, Kopf- und Bauchschmerzen oder Appetitverlust. Manche sind sehr ängstlich, sehr verunsichert oder besonders nervös und reizbar. Andere wiederum haben Ein- und Durchschlafprobleme. Es gibt aber auch Kinder, die keine offensichtlichen Stressanzeichen zeigen.

Was können Sie für Ihr Kind tun?

Ihr Kind braucht Sie jetzt besonders. Zeigen Sie Zuverlässigkeit, Zuversicht und Ruhe in Ihren Worten und Taten.

- **Lassen Sie Ihr Kind Gefühle auf seine Art zeigen und seien Sie da.** Nehmen Sie die Gefühle und Sorgen Ihres Kindes ernst.
- **Nehmen Sie sich jetzt besonders viel Zeit für Ihr Kind!** Wenn es will, kann es beim Spielen, beim Basteln oder beim Malen leichter über Beunruhigendes sprechen oder schwierige Fragen stellen.
- **Geben Sie Ihrem Kind viel Nähe und Zuwendung.** Auch wenn es dafür eigentlich schon zu groß ist. Manche Kinder wollen jetzt nachts nicht alleine schlafen oder nassen plötzlich wieder ein. Das sollte nach ein paar Tagen besser werden.
- **Sprechen Sie so mit Ihrem Kind, dass es die Dinge verstehen kann.** Erklären Sie Maßnahmen wie Schul- und Geschäftsschließungen oder eingeschränkte soziale Kontaktmöglichkeiten. Machen Sie es nicht zu schwer, aber beantworten Sie die Fragen ehrlich, wenn Sie es können.
- **Besprechen Sie nicht alles, was vielleicht sein kann.** Sonst werden Angst und Unsicherheit noch größer. Beschützen Sie Ihr Kind gerade jetzt vor beunruhigenden Bildern aus dem Fernsehen und dem Internet.
- **Zeigen Sie Ihrem Kind, wie besonnen Sie mit der Situation umgehen.** Besprechen Sie, was Sie beruhigt und Ihnen hilft. Ihr Kind lernt von Ihnen mit der schwierigen Situation umzugehen.
- **Fragen Sie Ihr Kind, welche Hilfe es möchte,** wenn es beunruhigende Gedanken hat. Vielleicht möchte es Ablenkung oder mehr Ruhe?
- **Helfen Sie Ihrem Kind auch, sich abzulenken.** Spiel, Sport und Spaziergehen sind dafür gut. Beziehen Sie Ihr Kind zum Beispiel auch mehr in Haushaltstätigkeiten mit ein.
- **Geben Sie Ihrem Kind eine feste Tagesstruktur** mit ausgewogenen Aktivitäten (Lern- und Spielzeiten), regelmäßigen gemeinsamen Mahlzeiten und Schlafenszeiten. Planen Sie den Tag oder die Woche gemeinsam mit Ihrem Kind (z.B. mithilfe von einem Übersichtsplan oder Kalender, den Ihr Kind gestalten kann).
- **Nutzen Sie die Lernangebote der Schule Ihres Kindes.** Informationen dazu bekommen Sie von Ihrer Schule.
- **Ermöglichen Sie Kontakte mithilfe der sozialen Medien.** Auch wenn geliebte Menschen wie Großeltern oder gute Freunde jetzt nicht mehr besucht werden sollten, zeigen Sie Ihren Kindern wie sie trotzdem in Kontakt bleiben können (z.B. Telefon, Bilder und Gespräche über soziale Medien). Aber lassen Sie sich und Ihre Familie auch hier nicht von zu viel Aufregung anstecken!
- **Informieren Sie sich über Aktuelles auf seriösen, vertrauenswürdigen Seiten.** z.B. auf der Seite des Robert-Koch-Instituts (www.rki.de od. www.km.bayern.de)
- **Lassen Sie sich nicht entmutigen!**

Falls Sie sich große Sorgen machen, können Sie auch jetzt die Hilfsangebote und Beratungsstellen in Ihrer Nähe anrufen!

Mit herzlichen Grüßen

Ihre Schulpsychologinnen und Schulpsychologen von KIBBS

Zusammengestellt

- in Zusammenarbeit mit Schulpsychologie für Nürnberg (IPSN)

- mithilfe der Broschüren des Bundesamts für Bevölkerungsschutz und Katastrophenhilfe (BBK)

https://www.bbk.bund.de/DE/TopThema/TT_2020/TT_Covid_19_Quarantaene_Tipps_fuer_Eltern.html

Liebe Eltern,

wir betreuen an der Schule die Kinder von Eltern, die beide –bei Alleinerziehenden, der/die Alleinerziehende- in einem Bereich der kritischen Infrastruktur tätig ist /sind. Diese Bereiche wurden erweitert. Dazu zählen jetzt alle Einrichtungen, die der Aufrechterhaltung der Gesundheitsversorgung und der Pflege sowie der Behindertenhilfe, Kinder- und Jugendhilfe, der öffentlichen Sicherheit und Ordnung einschließlich der nichtpolizeilichen Gefahrenabwehr, der Sicherstellung der öffentlichen Infrastrukturen, der Lebensmittelversorgung, des Personen- und Güterverkehrs, der Medien und der Handlungsfähigkeit zentraler Stellen von Staat, Justiz und Verwaltung dienen.

Treffen diese Voraussetzungen auf Sie zu, dann nehmen Sie bitte per Mail oder telefonisch Kontakt mit uns auf. Die Schule ist täglich von 7.30 Uhr bis 12.00 Uhr besetzt.

Wir wünschen Ihnen und Ihrer Familie alles Gute, vor allem aber Gesundheit und grüßen Sie sehr herzlich

Ihr Kollegium der Grundschule Alesheim-Emetzheim

Ilse Wenninger, Schulleitung