



Informationen und Quellen für Familien im Zusammenhang mit dem Coronavirus



©congerdesign – pixabay

Das *Corona-Virus* bestimmt das öffentliche und private Leben. Gerade Eltern stehen jetzt vor der Herausforderung, ihren Kindern die aktuelle Lage rund um das neue Virus erklären zu müssen. Unsere Jüngsten können nicht mehr in die Schule gehen. Auch die Kindergärten sind geschlossen. Für Eltern, die in systemrelevanten Berufen arbeiten, gibt es Betreuungsplätze. Seit 19.3.20 befinden sich alle Tiroler Gemeinden in Quarantäne. Viele Eltern mussten auf Telerworking umstellen. Das Village-Team hat für euch eine Übersicht von Links und Telefonnummern zusammengestellt, die für eure Familien in Zeiten der häuslichen Isolation und im Umgang mit den Kindern hilfreich sein können.

Links:

Das Coronavirus Kindern mit einer Illustrationen erklärt

https://ze.tt/diese-suessen-illustrationen-erklaeren-kindern-was-das-coronavirus-ist/?utm_source=facebook_zonaudev_int&utm_campaign=ref&utm_medium=sm&wt_zmc=sm.int.zonaudev.facebook.ref.zeitde.redpost_zon.link.sf&utm_content=zeitde_redpost_zon_link_sf&utm_term=facebook_zonaudev_int

Das Coronavirus Kindern einfach erklärt (Stadt Wien)

<https://www.youtube.com/watch?v=kU4oCmRFTw>

Wie man verhindert, dass Eltern und Kindern die Decke auf den Kopf fällt – Tipps für Eltern

https://www.sos-kinderdorf.at/aktuelles/themen/familiertipps/corona-tipps-fuer-eltern?fbclid=IwAR0BQ5uY02nUXV2_tXnPq3LHd1T1Zxr5P2Cf1NGXwT4YI4gofgNi5Ub6Cu_8

Wie spreche ich mit meinem Kind über das Coronavirus?

<https://www.sos-kinderdorf.at/aktuelles/themen/familiertipps/rat-auf-draht-coronavirus>

Bastel- und Spieltipps für Kindergarten- und Volksschulkinder (täglich kommen neue Tipps)

<https://www.muttererde.at/allgemein/bastel-und-spieltipps-fuer-kindergarten-und-volksschulkinder-teil-1/?fbclid=IwAR0CZ5dFSLJVEFbqUJbLZWF70FGeZQh9ny0xNeBGrAxX80K2rZg6iykGBYI>

Corona Nachbarschaftshilfe Tirol auf Facebook – Hier können Familien, um Unterstützung der unterschiedlichsten Art bitten

https://www.facebook.com/groups/1546921968807715/?multi_permalink=1549892441844001¬if_id=1584388663807797¬if_t=group_highlights&ref=notif

Schließung von Kindergärten und Schulen: Wie Familien die nächsten Wochen gut meistern

<https://www.kinderjugendgesundheit.at/nachrichtenleser/schliessung-von-kindergaerten-und-schulen-wie-familien-die-naechsten-wochen-gut-meistern.html>

Infoblatt vom BÖP (Berufsverband Österr. PsychologInnen) bietet Tipps

https://www.boep.or.at/download/5e70a6b23c15c85df5000007/20160317_COVID-19_Informationenblatt.PDF?fbclid=IwAR3qvYgrOX5B9g_OT-LXQu4_C0bfkWARwnOdds9wA1pXbP7nnFTbMEroSqc

10 Tipps für Eltern für konfliktfreien Heimunterricht

<https://awblog.at/10-tipps-fuer-heimunterricht/?fbclid=IwAR3OrNtxCrDHeeYNqeD4Zutf34Ft3sYSdIKoCONsphjvgRtk7i37sPWdkiQ>

Knetseife mit Kindern herstellen und Experiment das Kindern Viren erklärt und die Bewusstsein für das Händewaschen vermittelt

<https://www.derstandard.at/story/2000115787871/selbstgemachte-knetseife-fuer-kinder-in-der-corona-krise#Echobox=1584403922>

Coronavirus: Wie man sich richtig die Hände wäscht

<https://www.einfachgesund.com/coronavirus-wie-man-sich-richtig-die-haende-waescht/>

Eine illustrierte Geschichte die Kindern das Coronavirus erklärt https://ze.tt/diese-suessen-illustrationen-erklaren-kindern-was-das-coronavirus-ist/?utm_source=facebook_zonaudev_int&utm_campaign=ref&utm_medium=sm&wt_zmc=sm.int.zonaudev.facebook.ref.zeitde.redpost_zon.link.sf&utm_content=zeitde_redpost_zon_link_sf&utm_term=facebook_zonaudev_int

Elternbildung Tirol teilt hilfreiche Tipps

<https://www.facebook.com/ElternbildunginTirol/>

[Folgende Stellen und Helplines können Kindern und Familien Unterstützung bieten:](#)

Rat auf draht	147
Telefonseelsorge	142
Berufsverband Österreichischer PsychologInnen	01/504 8000
Corona Sorgen Hotline Land Tirol	0800 400 120
Hotline Notfallpsychologischer Dienst Österreich	+43 699 188 55 400

Tipps von der WHO für den Umgang mit COVID-19 (speziell für Menschen mit psychischen Problemen)

1. An die Fakten halten

Derzeit werden alle mit Informationen zu Corona überschwemmt. Das kann schnell zu Verunsicherung führen. Wichtig ist, sich an seriöse Quellen zu halten, wie z.B. Land Tirol in Leichter Lesen <https://www.tirol.gv.at/leicht-lesen/gesundheit-und-vorsorge/wichtige-informationen-zum-corona-virus/>

Die Beiträge von Menschen die Fake News auf den sozialen Medien verbreiten, kann man für eine Woche stumm schalten.

2. Umgang mit sozialen Medien

Wer Angst hat, versucht oft diese Ängste mit immer mehr Informationen in Schach zu halten. Das ist jedoch kontraproduktiv. Tipp: Ein bis zwei Zeitfenster festlegen in denen man sich über das Corona-Virus informiert. Und nicht mehr.

Soziale Medien sollten derzeit genutzt werden, um mit Menschen in Kontakt zu bleiben.

3. Routine für das tägliche Leben

Bestehende Routinen sollten aufrechterhalten bleiben – neue Routinen sollten etabliert werden, vor allem dann, wenn die Kinder nicht mehr zur Schule gehen können. Wichtig ist, gewohnte Essens- und Schlafenszeiten einzuhalten. Dies gibt Stabilität und Sicherheit.

Gut tut auch sportliche Betätigung, Malen, Basteln, Singen oder andere Aktivitäten.

4. Kinder

Kinder bemerken natürlich auch die Verunsicherung der Eltern. Dadurch sind sie anhänglicher und fordern die elterliche Nähe mehr ein. Kinder beobachten die Verhaltensweisen der Eltern im Umgang mit dem Virus und schauen sich diese auch ab. Deshalb ist es wichtig sie kindgerecht aufzuklären.

<https://www.youtube.com/watch?v=kU4oCmRFTw>

https://ze.tt/diese-suessen-illustrationen-erklaeren-kindern-was-das-coronavirus-ist/?utm_source=facebook_zonaudev_int&utm_campaign=ref&utm_medium=sm&wt_zmc=sm.int.zonaudev.facebook.ref.zeitde.redpost_zon.link.sf&utm_content=zeitde_redpost_zon.link.sf&utm_term=facebook_zonaudev_int