

TIPPS, WIE SIE DIE CORONA-KRISE ALS FAMILIE GUT MEISTERN.

Liebe Eltern,

wir alle sehen uns in diesen Tagen mit völlig neuen Herausforderungen konfrontiert. Die Einschränkungen durch das Corona-Virus betreffen inzwischen jeden Lebensbereich unserer Gesellschaft und damit insbesondere auch Ihre Familie.

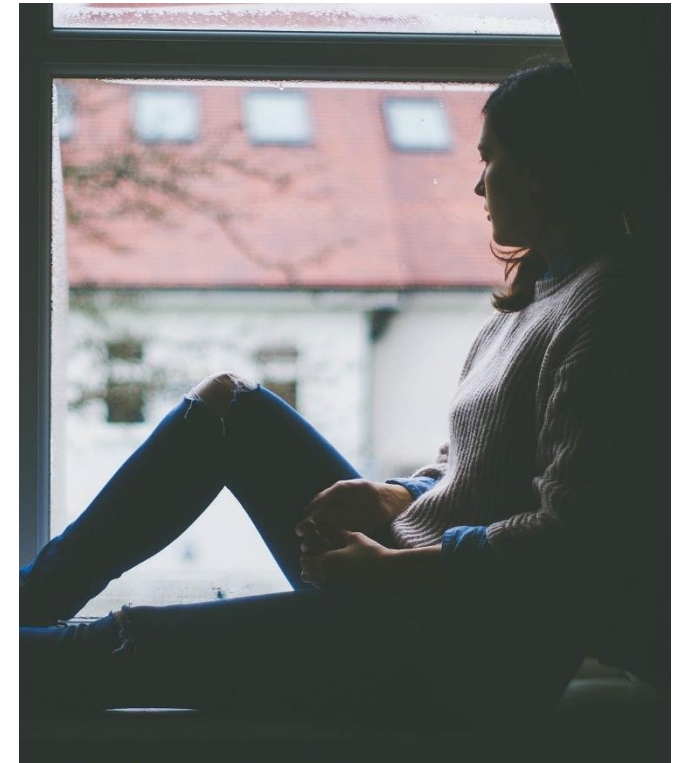
Die Einschränkungen und das Aufhalten in der Wohnung stehen dem, was Groß und Klein für einen ausgeglichenen Alltag brauchen, sehr entgegen. Bewegungsmangel, eine Liste mit zu bearbeitenden Schulaufgaben und fehlende soziale Kontakte stehen auf der Tagesordnung.

Sie als Eltern stehen nun vor der Aufgabe, ihren Kindern zu Hause dabei zu helfen, Schulaufgaben konzentriert zu bewältigen und sich in der Freizeit zu beschäftigen. Aber auch für sich selbst sollten Sie persönlichen Freiraum suchen. Das alles ist nicht leicht und zehrt an den Nerven! Um diese Zeit zu überbrücken und Sie zu unterstützen, möchten wir Ihnen ein paar Ideen und Tipps für ein möglichst stressfreies Zusammenleben an die Hand geben.

Mit den Herausforderungen stehen Sie nicht allein. Wir helfen Ihnen gern.

Deshalb sind wir **weiterhin in unseren Öffnungszeiten telefonisch oder per Mail für Sie erreichbar.**

Ihre Beraterinnen der Arbeitsgemeinschaft für Erziehungs- und Familienberatung



Arbeitsgemeinschaft Erziehungs- und
Familienberatung
Juristenstraße 1-2
06886 Luth. Wittenberg
Telefon: (03491) 409464
Mail: info@beratungsstelle-wittenberg.de

INHALTSVERZEICHNIS

Allgemeine Hinweise:	3
Für die ganze Familie	5
Zeit für Mich ist Zeit für Dich – Eltern	7
Kindergartenkinder	8
Grundschulkinder	10
5. bis 7. Klasse	12
Jugendliche	14
Kinder getrennter Eltern	16
Gedanken zum Abschluss	17

ALLGEMEINE HINWEISE:

➤ WAS IST CORONA EIGENTLICH?

Alles ist plötzlich neu. Nicht nur für die Erwachsenen, sondern auch für Kinder. Um die Situation zu Hause und das Verbleiben in der Wohnung besser verstehen zu können, brauchen Kinder Erklärungen. Das gibt ihnen Sicherheit und schützt vor eigenen, kindlichen Erklärungsversuchen.

- Wir empfehlen das **Erklärvideo** der Stadt Wien unter folgendem YouTube-Link: <https://www.youtube.com/watch?v=kU4oCmRFTw>
- Geschichte zum Vorlesen oder Vorlesen lassen → <http://www.praxis-hermans.de/kontakt/>
- Für die ganz Kleinen: ein „Corona-Männchen“ mit einem Stift auf den Handrücken malen. Spätestens am Abend muss es mit Wasser und Seife „weggewaschen“ sein. Oder das Händewaschen mit Liedern verknüpfen und ca. 20 Sekunden singen.

➤ WIE KANN ICH MICH SCHÜTZEN?

Eine gute Hände-Hygiene (Kinder-Experiment: <https://www.youtube.com/watch?v=QYTnsXpG0JY>). Außerdem so gut es geht zu Hause bleiben und Abstand von anderen halten (min. 1,5 m). Aktuelle Verhaltensregeln finden Sie online unter → <https://www.infektionsschutz.de/coronavirus/>.

➤ WAS DARF ICH JETZT EIGENTLICH NOCH?

Bitte informieren Sie sich über die aktuelle Situation. Hier finden Sie aktuelle Verhaltensregeln: <https://www.zusammengegencorona.de/> (Bundesministerium für Gesundheit).

Das Wichtigste in Kürze:

- ✓ Hände waschen
- ✓ Abstand halten
- ✓ kindgerechte Erklärungen



Für Sachsen-Anhalt finden Sie hier spezielle Hinweise: https://www.sachsen-anhalt.de/fileadmin/Bibliothek/Politik_und_Verwaltung/StK/STK/Startseite_pdf_Dokumente/VO_Zweite_SARS-Co-2-EindaemmungsVO_final.pdf

➤ WIE GESTALTE ICH JETZT DIE ZEIT?

Sie haben nun die Möglichkeit, Ihre Zeit zu gestalten. Beziehen Sie die Kinder ruhig mit in Ihre Tagesplanung ein und **überlegen Sie gemeinsam, wie Sie den Tag gestalten wollen**. Beachten Sie dabei die unterschiedlichen Bedürfnisse aller Familienmitglieder. Wenn Sie im **Home Office** arbeiten, ist Planung, Aufgabenverteilung und Struktur des Alltags besonders wichtig. Erwarten Sie nicht zu viel von Ihren Kindern, das Arbeiten wird anders sein als im Büro!



FÜR DIE GANZE FAMILIE

➤ IDEEN, DIE FREIET MITEINANDER ZU GESTALTEN

- Gehen Sie täglich für eine halbe Stunde gemeinsam nach draußen und suchen Sie Bewegungsmöglichkeiten je nach Alter der Kinder und in dem Rahmen, wie es erlaubt ist.

ERLAUBT

- ✓ Ein Spaziergang im Wald oder Park (aber immer mit ausreichendem Abstand von anderen min. 1,5 m)
- ✓ Nutzen Sie Ihre Möglichkeiten zu Hause (Hinterhof, Garten) → aber ohne Ihre Kinder mit Kindern aus anderen Familien gemeinsam spielen zu lassen

NICHT ERLAUBT

- Familienausflug in den Supermarkt oder zu Verwandten und Bekannten
- Besuche oder Sozialkontakte bei Freunden oder Verwandten
- Öffentliche Spielplätze oder Sandkästen

- Kochen oder Backen Sie gemeinsam was Sie als Familie mögen und woran sie Freude haben, es miteinander zu essen. Auch in anderen Bereichen können Sie die Kinder ruhig einbinden und ihnen ihrem Alter entsprechende Aufgaben geben.
- Ein Klassiker sind Brettspiele. Die machen Freude und vermitteln wichtige soziale Lerneffekte.

➤ DURCH DIE GANZE WOHNUNG...

➔ Tipp: Machen Sie die Wohnung „kindersicher“, sodass wichtige Dinge im Spiel nicht kaputt gehen.

- Verstecken spielen.
- Bauen Sie gemeinsam eine Marmelbahn durch die Wohnung mit unterschiedlichen Materialien. Auch ein alter Fußball kann eine Murmel sein! Gemeinsames Aufräumen inbegriffen!
- Puppen aus alten Socken basteln und ein Puppentheater machen.
- Bauen Sie gemeinsam eine Höhle. Legen sie zuvor jedoch fest, was genommen werden darf und was nicht. Eventuell stellen Sie Ihren Kindern gezielt Dinge zur Verfügung.

➤ „WANN KANN ICH OMA WIEDER SEHEN?“

- Die sozialen Kontakte nach außen zu den Großeltern, Freunden oder anderen Bekannten vermissen alle Familienmitglieder. Zum Glück gibt es heute viele Möglichkeiten, um am Leben der Liebsten Anteil zu nehmen. Medien, wie Telefon, E-Mails, Skype, Teamviewer oder Facetime können Wort, Ton oder auch Bild von A nach B übertragen. Aber auch die guten alten Briefe oder Postkarten gewinnen wieder an Bedeutung und werden als besonders liebevolle Überraschung in Empfang genommen.

➤ WEITERE GUTE IDEEN FINDEN SIE HIER:

- <https://geborgen-wachsen.de/>
- <https://www.geschwisterloewenstein.de/>
- <https://www.familie.de/>
- <https://web.de/magazine/ratgeber/kind-familie/kinder-zuhause-beschaeftigen-liste-100-ideen-corona-zeit-34537260>
- <https://www.sueddeutsche.de/leben/familie-kinder-eltern-corona-tipps-1.4851634>

➤ HILFREICHE PORTALE FÜR SCHULKINDER

- <https://www.planet-schule.de/>
- <https://learnattack.de/corona?belboon=2003141451005540945> (über das Duden-Institut bis zum 31.03.2020 anmelden und zwei kostenfreie Monate nutzen, ohne kündigen zu müssen)
- <https://www.sofatutor.com/> (30 Tage kostenlos testen, rechtzeitige Kündigung erforderlich)



ZEIT FÜR MICH IST ZEIT FÜR DICH – ELTERN

➤ FÜR SICH SELBST ZU SORGEN IST AUCH EINE FORM DER FÜRSORGE

- Die Herausforderung ist immer, einen Mittelweg zu finden. Dabei dürfen Sie sich selbst nicht vergessen. Nicht immer ist eine Zeit „für sich allein“ möglich. Sorgen Sie dennoch dafür, dass auch Sie ausreichend **Zeiten zur Entspannung** haben. Tun Sie etwas, das Ihnen guttut. Helfen kann Ihnen dabei eine Tagesstruktur: regelmäßige Mahlzeiten, klare Ausruhezzeiten, Freizeit, geregelte Medienzeiten, Zeit für Hausaufgaben und Homeoffice usw.
- **Positive Gedanken** in Quarantäne? – JA! Sie helfen dabei, kreativ zu bleiben und die Zeit zu nutzen. Nehmen Sie diese Zeit als Familienzeit wahr und gestalten Sie diese bewusst mit den einzelnen Familienmitgliedern.

➤ KRISENMANAGEMENT

- **Streit** gehört zum Familienleben dazu. Doch wenn man so viel Zeit miteinander verbringt, kann dies – insbesondere bei Geschwistern mit geringem Altersabstand – zur Zerreißprobe werden. Schreiten Sie, wenn möglich, nur ein, wenn aufgrund von Verletzungsgefahr ein Handeln notwendig wird. Klären Sie erst nach separaten Auszeiten und einer Beendigung des Streites, wie der Konflikt entstanden ist.
- Halten Sie **Langeweile** der Kinder aus. Das fördert die Kreativität!
- Es tauchen unerwartet andere, kleinere oder größere Schwierigkeiten auf? Sie haben Fragen zu weiteren Erziehungsthemen? Rufen Sie uns an und vereinbaren Sie mit uns einen Telefontermin zum **Beratungsgespräch**.
Unsere Telefonnummer der Beratungsstelle: **03491/40 94 64**

Das Wichtigste in Kürze:

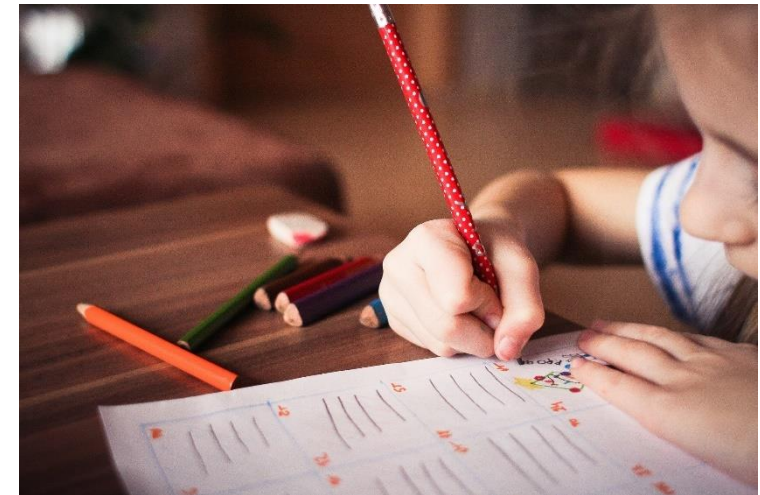
- ✓ Entspannungszeiten
- ✓ Struktur im Alltag
- ✓ positiv denken



KINDERGARTENKINDER

➤ KREATIVITÄT UND SPIELEN

- Viele Spielzimmer sind voller **Spielzeug**, sodass das breite Angebot auch eine Überforderung für kleinere Kinder ist. Unser Tipp: Sortieren Sie einen Teil des Spielzeugs aus und verstauen Sie es in einer Extra-Kiste. Tauschen Sie das Spielzeug im Kinderzimmer nach geraumer Zeit aus. So entstehen Abwechslung, Spannung und Übersichtlichkeit.
- Kinder lieben Geschichten. Inhalte zu verstehen und wiedergeben zu können, ist daher auch eine gute Übung für Vorschulkinder. **Lesen Sie Ihren Kindern vor** und lassen Sie ihr Kind den Inhalt erfassen. Vielleicht möchte Ihr Kind selbst auch eine Geschichte erfinden oder spielen?
- Auch **Malen und Basteln** macht Kindern in diesem Alter Freude. Wenn Sie einen Account bei Instagram besitzen, können Sie „quarantaene_kids“ folgen oder über die Webseite → <https://www.geschwisterloewenstein.de/> täglich neue Bastelanleitungen herunterladen. Vielleicht haben Sie ja auch noch etwas Straßenmalkreide in Petto?



➤ BEWEGUNG UND SPORT

- **Bewegung** ist wichtig, aber das Vorhaben „Spazieren“ sorgt in diesem Alter selten für Jubel. Kinder wollen **hüpfen, toben, rennen, balancieren**. Gestalten Sie also Ihren Spaziergang so, dass auch die Kleinen ihre Freude daran haben. Oder nutzen Sie das Sportangebot von ALBA Berlin für Kinder in der Kita bis zur Oberstufe → <https://www.youtube.com/albaberlin>.

- Auch **Tanzen** ist eine gute Form der Bewegung. Musik macht gute Laune – auch den Erwachsenen. Für Stopptanz (→ <https://www.familie.de/kleinkind/kinderspiele/spielanleitung-stopptanz/>) lassen sich Kindern begeistern.

➤ MEDIEN

- Medien spielen gerade jetzt eine große und wichtige Rolle. Auch für die Kleinen. Achten Sie darauf, was Ihr Kind im **Fernsehen** sieht! Welche Serien und Filme kindgerecht sind, finden Sie in der PDF-Zusammenfassung oder auf → <https://www.flimmo.de/>. Auch das Abschalten lernen ist für Kinder wichtig. Zwischen 3 und 5 Jahren sind ca. 30 min. Fernsehzeit am Stück ausreichend. Lassen Sie Ihr Kind nicht ohne Aufsicht Fernsehen schauen.
- Eine gute Alternative sind **Hörbücher**. Der Anbieter „Audible“ verschenkt 10 Hörbücher und stellt kostenlose alle Podcasts für klein und groß zur Verfügung → https://www.audible.de/ep/zuhausemitaudible?site=3582&ref=101248&awc=14444_1584965960_3df6cba042e25d7758d590deb26b6020&source_code=AFNORBN1028159032
Ebenso gibt es **Kinderradiosender** von DLF Kultur („Kakadu“) oder auch vom NDR („Mikado“) → <https://www.ndr.de/nachrichten/info/sendungen/mikado/index.html>



Das Wichtigste in Kürze:

- ✓ Medien ja, aber kindgerecht
- ✓ ausreichend Bewegung
- ✓ Hilfestellung beim Beschäftigen geben

GRUNDSCHULKINDER

➤ LERNEN UND SCHULE



➤ KREATIVITÄT UND SPIELEN

- **Vorlesezeit** ist eine besonders intensive Zeit zwischen Kindern und Eltern. Je nach Alter des Kindes können Sie auch gemeinsam ein Buch lesen oder die Geschichte von den Kindern nachspielen lassen.
- Ideen zum Basteln werden täglich z. B. bei Instagram über „quarantaene_kids“ oder auf der Webseite → <https://www.geschwisterloewenstein.de/> hochgeladen. Dort findet sich auch etwas für Grundschul Kinder. Recycling-Projekte oder aus-alt-mach-neu-Ideen begeistern Kinder dieses Alters.

- **Spielerisches Lernen** ist der Schlüssel, damit nicht alle an den Schulaufgaben verzweifeln. Bauen Sie Zählen, Rechnen oder Lesen in den Alltag mit ein (Kinderrätsel → <https://www.kleineschule.com.de/raetsel.html>) oder nutzen Sie die kostenlosen Lern-Apps wie → „Simple Club“, um die Motivation zu steigern. Helfen Sie Ihrem Kind zusätzlich bei den Aufgaben, indem Sie zu Hause eine Lernatmosphäre schaffen, die die Konzentrationsfähigkeit des Kindes unterstützt. Dazu gehört ein ruhiges und ordentliches Umfeld aber auch kleinere **Konzentrationseinheiten von 20 min.** Legen Sie Pausen ein und wechseln Sie die Aufgabe danach. Auch für das Kind ist die Situation neu. Deshalb: Loben Sie Ihr Kind, wenn es Dinge gut macht oder eine Zeit lang konzentriert arbeiten kann, legen Sie klare Zeiten und **Pausen** gemeinsam fest. Eine Eieruhr kann hierbei hilfreich für die Orientierung des Kindes sein.
- Weiterhin bieten verschiedene Sender TV-Programme zur Wissensvermittlung an, wie beispielsweise das virtuelle Klassenzimmer → <https://www.zdf.de/wissen/schulersatzprogramm-100.html> oder die Lernvideos aus der BR-Mediathek mit Auswahl der jeweiligen Klassenstufe. → <https://www.br.de/alphalernen/neu-portal-alpha-lernen-100.html>

- Osterkarten basteln und an die Großeltern schicken erfreut Enkel und Großeltern.

➤ AKTIVITÄTEN UND SPORT

- **Bewegung** ist wichtig, aber Spazieren ist für dieses Alter noch nicht das Richtige. Grundschul Kinder wollen **toben, rennen oder Fahrradfahren**. Gestalten Sie also Ihre Bewegungszeit so, dass auch Ihre Kinder Freude an der frischen Luft haben. Zusätzlich können Sie das Sportangebot von ALBA Berlin für Kinder in der Kita bis zur Oberstufe nutzen → <https://www.youtube.com/albaberlin>.
- Auch im Kinderzimmer kann „Haushalt“ erledigt werden. Binden Sie die Kinder mit ein, schaffen Sie gemeinsam Ordnung, sortieren sie z.B. Kleidung gemeinsam aus. Auch bei der Zubereitung von Mahlzeiten oder Gebäck können Kinder integriert werden.



Das Wichtigste in Kürze:

- ✓ altersgerechte Medien
- ✓ ausreichend Bewegung
- ✓ feste Zeiten für Schule und Freizeit ausmachen

➤ MEDIEN

- Medien spielen gerade jetzt eine große und wichtige Rolle. Achten Sie darauf, was Ihr Kind im **Fernsehen** sieht! Welche Serien und Filme kindgerecht sind, finden Sie zusammengefasst auf unserer Webseite oder auch auf → <https://www.flimmo.de/>. Auch das Abschalten lernen ist für Kinder wichtig. Zwischen 6 und 9 Jahren sind ca. 60 min. Fernsehzeit am Stück ausreichend. Besprechen Sie mit dem Kind gemeinsam, was es sehen möchte und wie lange es sehen darf.
- Eine gute Alternative sind **Hörbücher**. Der Anbieter „Audible“ verschenkt 10 Hörbücher und stellt kostenlos alle Podcasts für klein und groß zur Verfügung → https://www.audible.de/ep/zuhausemitaudible?site=3582&ref=101248&awc=14444_1584965960_3df6cba042e25d7758d590deb26b6020&source_code=AFNORBN1028159032. Außerdem gibt es **Kinderradiosender** von DLF Kultur („Kakadu“) oder auch vom NDR („Mikado“) → <https://www.ndr.de/nachrichten/info/sendungen/mikado/index.html>
- Lassen Sie Ihr Kind mit seinen Schulfreunden telefonieren, so bleiben die Kinder miteinander in Kontakt und können sich austauschen.

5. BIS 7. KLASSE

➤ SCHULAUFGABEN

- Inzwischen sind es nicht mehr nur die Hausaufgaben, die erledigt werden müssen, sondern darüber hinaus noch Vertiefungsaufgaben und die Vermittlung von neuem Lernstoff. Das ist nicht leicht, doch ein paar Tricks können schon helfen: Sorgen Sie für eine gute **Lernatmosphäre**. Loben Sie Ihr Kind, wenn es Dinge gut macht oder eine Zeit lang konzentriert arbeiten kann. Bemühen Sie sich um Geduld und fördern Sie ihre Kinder in der Fähigkeit, einen Teil der Verantwortung oder die gesamte Verantwortung für die Aufgaben zu übernehmen. Lern- und Nachhilfe-Apps wie „Simple Club“ können dabei helfen, um Kinder beim Erledigen der HA zu motivieren



- Schwierig zu erklären? Dann nutzen Sie die Kompetenzen anderer, die zur Wissensvermittlung TV-Programme gestalten. Eine Möglichkeit ist das virtuelle Klassenzimmer → <https://www.zdf.de/wissen/schulersatzprogramm-100.html> oder auch die Lernvideos aus der BR-Mediathek → <https://www.br.de/alphalernen/neu-portal-alpha-lernen-100.html>
- Spielerisches Lernen geht auch in Form von Physikexperimenten für zu Hause bei verschiedenen Themen → <https://www.experimentis.de/experimente-index/> oder <https://www.schule-und-familie.de/experimente.html>

➤ KREATIVITÄT UND SPIELE

- Nutzen Sie die zunehmende **Selbstständigkeit** der Kinder und kochen oder backen sie gemeinsam. Vielleicht können Sie erste, einfache Rezepte lernen von Mahlzeiten, die sie besonders gern mögen. Vielleicht entsteht ein erste Rezeptsammlung Ihres Kindes?
- Gemeinsames Spielen von verschiedenen Gesellschaftsspielen ist eine gute nicht- nicht-mediale Spielmöglichkeit für die ganze Familie.

➤ AKTIVITÄTEN UND SPORT

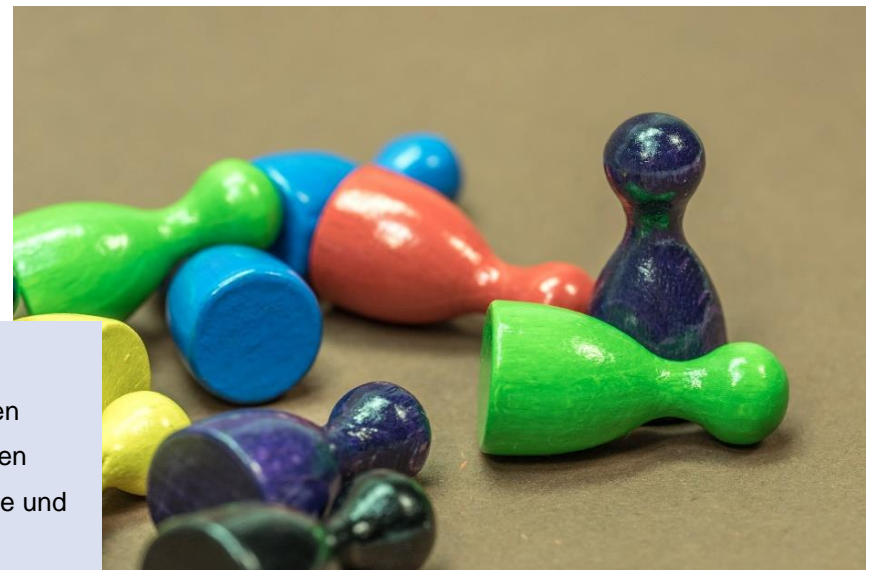
- **Bewegung** ist wichtig. Viele Sportvereine fallen jedoch aus. Kreative Alternativen zu finden ist wichtig für den Ausgleich. Fahrradfahren, ein paar Tore (allein) schießen, Springseil springen, joggen gehen sind möglich. Zusätzlich können Sie das Sportangebot von ALBA Berlin für Kinder in der Kita bis zur Oberstufe → <https://www.youtube.com/albaberlin> nutzen.
- Kinder wollen auch einen Beitrag zum Familienleben leisten. Binden Sie die Kinder mit in die alltäglichen Aufgaben ein. Müll nach draußen bringen, Tisch decken oder abdecken oder das eigene Zimmer in Ordnung bringen, sind zu bewältigen.

➤ MEDIEN

- Medien spielen gerade jetzt eine große und wichtige Rolle. Achten Sie darauf, was Ihr Kind im **Fernsehen** sieht! Welche Serien und Filme kindgerecht sind, finden Sie auf unserer Webseite als PDF-Zusammenfassung oder auf → <https://www.flimmo.de/>. Auch das Abschalten lernen ist für Kinder wichtig. Ab 10 Jahren können sie mit ihrem Kind Fernsehzeiten aushandeln. Ein regelmäßiger Wechsel der Medien ist zu empfehlen.
- Eine gute Alternative sind **Hörbücher**. Der Anbieter „Audible“ verschenkt 10 Hörbücher und stellt kostenlos alle Podcasts für klein und groß zur Verfügung → https://www.audible.de/ep/zuhausemitaudible?site=3582&ref=101248&awc=14444_1584965960_3df6cba042e25d7758d590deb26b6020&source_code=AFNORB1028159032.
- Lassen Sie ihr Kind mit seinen Freunden telefonieren. So bleiben Freundschaften erhalten. Skype oder TeamViewer machen Freunde auch auf den Bildschirmen sichtbar.

Das Wichtigste in Kürze:

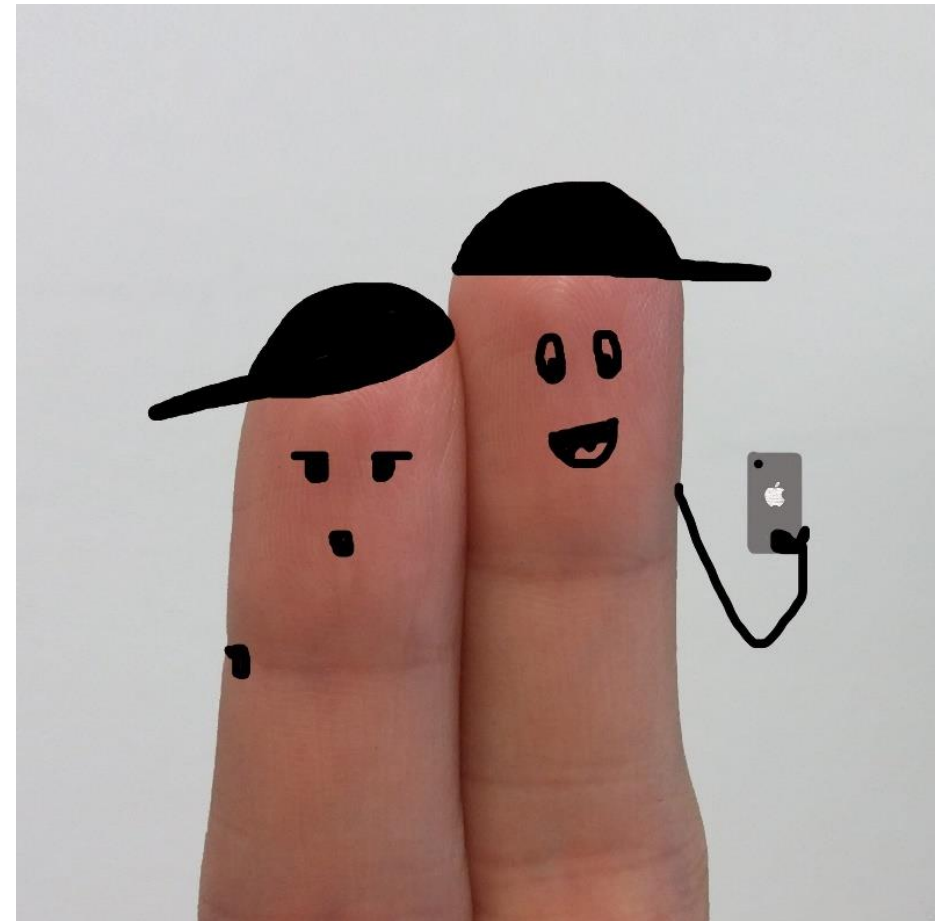
- ✓ Medien sinnvoll nutzen
- ✓ Bewegung ermöglichen
- ✓ feste Zeiten für Schule und Freizeit ausmachen



JUGENDLICHE

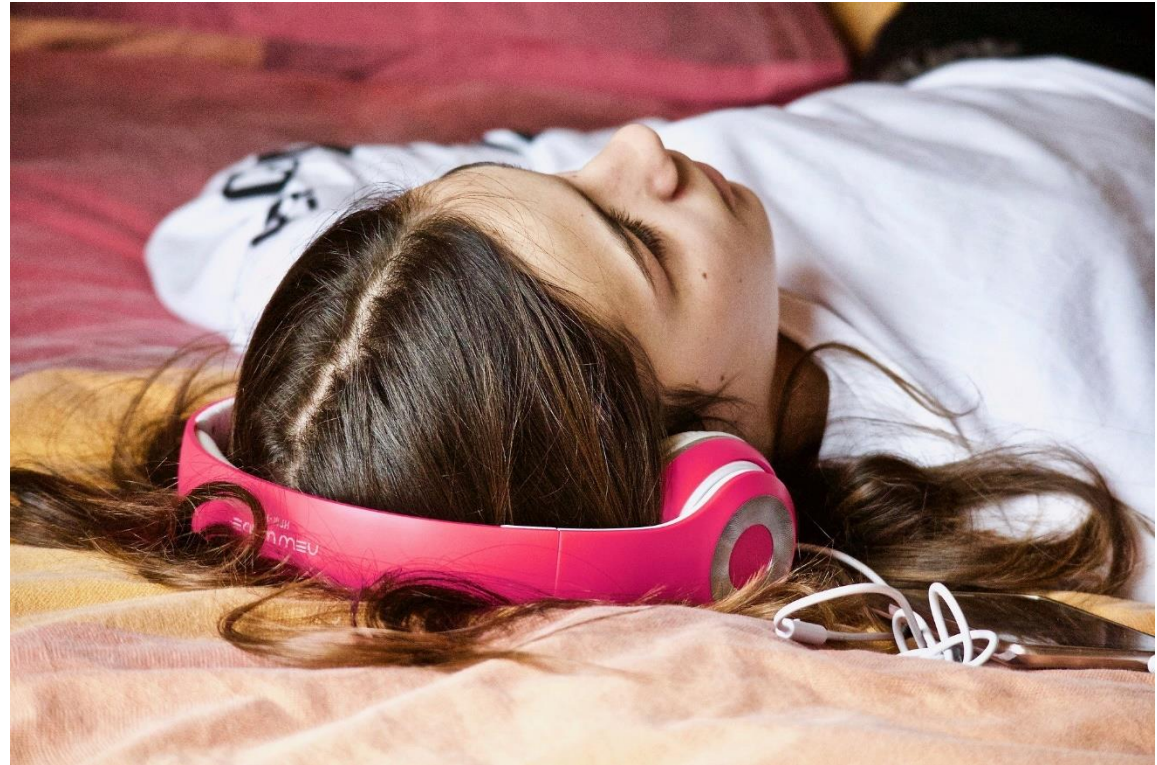
➤ MITEINANDER INS GESPRÄCH KOMMEN

- „Was mache ich mit meinem jugendlichen Sohn oder meiner jugendlichen Tochter?“ – Die Frage ist nicht so leicht zu beantworten, weil hier die Interessen immer weiter auseinandergehen. Für manche Jugendliche, die täglich viel Zeit zu Hause verbringen, ist der jetzige Zustand kein besonders großer Unterschied zum normalen Alltag. Andere Jugendliche, die viel draußen oder mit Freunden unterwegs sind, fällt die Umstellung schwerer. Bleiben Sie als Eltern gelassen, aber nehmen Sie die Bedürfnisse Ihrer Kinder ernst. Zeigen Sie sich (innerhalb des offiziell Erlaubten) **kompromissbereit** und handeln Sie **auf Augenhöhe** zwischen Wunsch und Möglichkeiten Mittelwege gemeinsam aus. Strikte Verbote fördern kein Verständnis. Klären sie die Notwendigkeiten der derzeitigen Maßnahmen, seien Sie Vorbild und suchen Sie nach Kontaktmöglichkeiten zu Freunden Ihrer Kinder.



➤ ZEIT GESTALTEN

- Bieten Sie Ihren Kindern an, Zeiten miteinander zu nutzen, um gemeinsam zu kochen oder **lassen Sie sich das Lieblings-Computerspiel Ihres Kindes zeigen und spielen Sie eine Runde mit.**
- Auch wenn Jugendliche selten fragen, ob sie **Verantwortung** im Haushalt **übernehmen** könnten, so beziehen Sie Ihre Kinder dennoch mit ein: Essensplan erstellen, Einkaufsliste schreiben, allein Einkaufen gehen. Hygieneregeln einhalten!
- Bewegung tut auch den Jugendlichen gut! Wenn der Sportverein zu hat, müssen neue Wege gegangen, gelaufen oder gefahren werden. Egal ob zu Fuß, mit dem Skateboard oder Fahrrad. Bewegung ist erlaubt, aber mit dem nötigen Abstand von anderen Personen.
- Zeigen Sie Verständnis für die Faszination der Medien für Ihre Tochter/Ihren Sohn. Weisen Sie auch auf Hörbücher hin, wenn Sie keine „Leseratte“ zu Hause haben. Ansonsten ist Lesen eine gute und sinnvolle Freizeitbeschäftigung.
- Auch Jugendliche spielen noch gerne Karten-, Brett- oder Würfelspiele, was spricht gegen einen gemeinsamen Spieleabend?



Das Wichtigste in Kürze:

- ✓ auf Augenhöhe aushandeln
- ✓ Verantwortung übertragen
- ✓ Zeit für sich allein lassen

KINDER GETRENNTER ELTERN



Vermeehrt erreichen uns Anfragen bezüglich der Kontaktgestaltung von Kindern getrennter Eltern. In Rücksprache mit dem Ministerium für Arbeit, Soziales und Integration Sachsen-Anhalt stellten sie uns folgende Information zur Verfügung:

"Im Hinblick auf Ihre Fragen darf ich Ihnen rückmelden, dass der zweiten Eindämmungsverordnung ein weit ausgelegtes Begriffsverständnis zu Grunde liegt. Die Wahrnehmung des gemeinsamen Sorgerechtes bleibt sowohl im Wechsel- als auch im Umgangsmodell entsprechend §18 Abs. 3 Nr. 7 der Verordnung möglich. Regelmäßige Besuchskontakte von umgangsberechtigten Elternteilen, die nicht mit ihren Kindern in einem Haushalt leben, bleiben ebenfalls weiter möglich. Auch nicht sorgeberechtigte, umgangsberechtigte Väter bzw. Mütter können ihre leiblichen Kinder zum Umgang in ihren Haushalt holen."

In Anbetracht der ohnehin schwierigen Situation für alle Beteiligten, halten Sie das Recht und das Bedürfnis Ihrer Kinder im Blick, Kontakt zu beiden Elternteilen haben zu dürfen.





Arbeitsgemeinschaft Erziehungs- und Familienberatung
Juristenstraße 1-2
06886 Luth. Wittenberg
Telefon: (03491) 409464
Mail: info@beratungsstelle-wittenberg.de

Öffnungszeiten:

Mo. 08:00 – 09:30 Uhr u. 13:00 – 15:30 Uhr
Di. 08:00 – 18:00 Uhr
Mi. 08:00 – 15:30 Uhr
Do. 08:00 – 17:00 Uhr
Fr. 08:00 – 14:00 Uhr

GEDANKEN ZUM ABSCHLUSS

Familien stehen aktuell vor vielfachen Herausforderungen. Zur dauerhaften Betreuung der Kinder kommen für viele Familien Existenzängste und die Angst vor einem Verlust der Arbeit hinzu. Ebenso gibt es die Sorge um die Gesundheit in der Familie, so dass die aktuelle Situation sicher kein „Urlaub“ ist. Zeit zu Hause mit den Familienmitgliedern zu verbringen ist eine aktuelle Notwendigkeit. In dieser ungewohnten Situation werden Sie alle gefordert sein. Kinder können jetzt lernen, wie man mit Herausforderungen umgeht. Bleiben Sie deshalb optimistisch. Nutzen Sie die gewonnene Zeit kreativ, berücksichtigen Sie die Bedürfnisse jedes Mitglieds in der Familie. Es darf auch Dinge geben, die sonst zu Hause nicht erlaubt sind und in Ausnahmesituationen wie diesen mal erlaubt und geduldet sein dürfen. Der Kreativität zu Hause sind keine Grenzen gesetzt und was Ihre Familie stärkt und guttut, ist erlaubt. Auch diese Zeit wird vorbei gehen.

Prüfen Sie, ob Menschen in Ihrer unmittelbaren Umgebung besonders gefährdet sind und Hilfe benötigen z.B. beim Einkauf von Lebensmitteln oder Medikamenten.

Halten Sie räumlich Abstand und stehen Sie einander bei, indem Sie die Medien nutzen zur Kontaktpflege mit gefährdeten Menschen.



Diakonisches Werk im Kirchenkreis Wittenberg e.V.

Arbeitsgemeinschaft Erziehungs- und Familienberatung im Landkreis Wittenberg



IB Mitte gGmbH Region Süd

Es kommt auf jeden Einzelnen an!