Liebe Eltern und Familien
Liebe Schülerinnen und Schüler

Mit dieser Altweg-Info möchten wir euch und Sie über folgende Themen informieren:

Hygienemassnahmen zum Schutz vor Krankheiten: Gründlich Hände waschen



An den Händen sammeln sich oft winzige Keime. Sie gelangen sehr schnell an die Hände, zum Beispiel beim Naseputzen, auf der Toilette oder an einer Türfalle. Daher ist regelmässiges Händewaschen wichtig, um Krankheitserreger möglichst zu vermeiden.

Im folgenden Youtube-Video für Kinder wird erklärt, worauf beim Händewaschen geachtet werden soll.

⇨ Gründlich Hände waschen - zum Schutz vor Krankheiten! (Kurzfilm)

Kranke Kinder bleiben zu Hause



Kranke Kinder brauchen Ruhe und Pflege. Sie gehören nicht in die Schule, auch nicht mit fiebersenkenden Medikamenten. Nach einem fiebrigen Infekt sollte ein Kind mindestens noch einen weiteren Tag lang ohne Medikamente symptomfrei sein (kein Fieber, kein Husten, keine Schmerzen), bevor es wieder in den Kindergarten oder die Primarschule geht. So können Rückfälle und Ansteckungen von anderen vermieden werden.

Mit dem folgenden Link gelangen Sie zu weiteren Informationen über ansteckende Krankheiten von A bis Z.

⇨ Ansteckende Krankheiten von A bis Z

Weitere Hygienemassnahmen sowie Informationen des Schulärztlichen Dienstes, wenn ein Kind krank ist, sind im Anhang ersichtlich.

Auf unserer Webseite haben wir die wichtigsten Links zum Thema «Krankheiten im Kindesalter» aufgelistet.

⇨ Über uns - Dokumente und Links - Krankheiten im Kindesalter

Service «Meine Kinder»



Service «Meine Kinder»:
Anleitungen und Erklärungen

Damit alle Eltern die verschiedenen Funktionen und Möglichkeiten mit dem Online-Service «Meine Kinder» verstehen, hat die Stadt Zürich diverse Anleitungen und Hilfestellungen zu allen wichtigen Prozessen erstellt (siehe Links).

⇨ Webseite Altweg - Service «Meine Kinder»

⇨ Hilfe zur Nutzung des Service «Meine Kinder»

Büchertauschecke für Kinder

Am Dienstag, 01. Dezember 2026, eröffnen wir im Trakt A im Gang im 1. Stock eine Büchertauschecke für Kinder! Diese wird durch das Schulparlament und die Projektgruppe Bildung für nachhaltige Entwicklung (BNE) ins Leben gerufen.

Hast du zu Hause Bücher, die du schon gelesen hast? Dann bring sie mit und schenke ihnen ein zweites Leben! Dafür darfst du dir ein anderes Buch aussuchen und mit nach Hause nehmen. So entdecken alle immer wieder spannende neue Bücher und Geschichten.



Damit die Tauschecke allen Kindern Freude macht, gelten die folgenden Regeln:

- Bring ein Buch mit und nimm dir dafür ein anderes.
- Bring Bücher in gutem Zustand mit, damit auch die nächsten Leserinnen und Leser viel Spass daran haben.
- Wir halten die Tauschecke gemeinsam ordentlich, damit jede und jeder schnell ein passendes Buch finden kann.

Wir freuen uns auf viele tolle Bücher und viel Lesespass!

Elternkurs: Starke Eltern - Starke Kinder

Karin Vollbrecht, Schulsozialarbeiterin der Schule Altweg, bietet nach den Sportferien 2027 erneut den kostenlosen Elternkurs «Starke Eltern - Starke Kinder» von Kinderschutz Schweiz an.

Die Inhalte werden von Frau Vollbrecht vertraulich behandelt.

Anmeldemöglichkeiten und weitere Informationen sind auf unserer Webseite ersichtlich.

⇨ Elternkurs «Starke Eltern - Starke Kinder»

Herzliche Grüsse

Leitungsteam Schule Altweg

Elisa Gumpoltsberger *Leitung Betreuung*	Maneesha Ivonne Rappo *Leitung Betreuung*	Spendim Ademi *Leitung Hausdienst Technik*
Bettina Broger *Schulleitung*	Simone Vieceli *Schulleitung*	Micha Demsar *Schulleitung*

Verteiler Altweg-Info
Schülerinnen und Schüler – Eltern & Erziehungsberechtigte – Schulteam Altweg - Kreisschulbehörde Letzi

Anhang

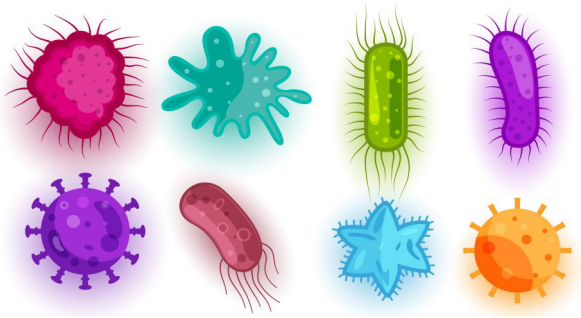
- Hygienemassnahmen zum Schutz vor Grippe und anderen ansteckenden Krankheiten
- Was tun, wenn mein Kind krank ist?

Stadt Zürich
Schulgesundheitsdienste

Schulärztlicher Dienst

Hygienemassnahmen zum Schutz vor Grippe und anderen anstecken-den Krankheiten

Durch einfache Massnahmen kann man dazu beigetragen, sich und andere vor Grippe und weiteren ansteckenden Krankheiten zu schützen.





Hände waschen

Waschen Sie sich mehrmals täglich gründlich die Hände mit Wasser und Seife. Halten Sie auch die Kinder dazu an, sich regelmässig die Hände zu waschen.



Papiertaschentücher

Benutzen Sie Papiertaschentücher und entsorgen Sie diese nach dem Nase-putzen in einem Abfalleimer. Waschen Sie sich danach die Hände.



Bleiben Sie bei Krankheits-symptomen zu Hause

Wenn Sie Grippesymptome verspüren, bleiben Sie zu Hause. So verhindern Sie, dass die Krankheit weiter übertra-gen wird. Kurieren Sie Ihre Grippeer-krankung vollständig zu Hause aus. Warten Sie nach dem kompletten Ab-klingen des Fiebers mindestens noch einen Tag, bis Sie wieder in den Alltag zurückkehren. Auch kranke Kinder ge-hören nicht in die Schule oder in den Hort!



In die Armbeuge husten oder niesen

Wenn Sie kein Taschentuch zur Verfü-gung haben, husten oder niesen Sie in Ihre Armbeuge. Dies ist hygienischer als die Hände vor den Mund zu halten. Leiten Sie auch die Kinder zu diesem Verhalten an.



Ansteckung verhindern

Vermeiden Sie engen Körperkontakt mit Kranken (keine Umarmungen, kein Küssen, kein Händedruck). Kranke Personen benutzen ihr eigenes Hand-tuch / Badetuch /Trinkgefäss.

Tipps für ein starkes Immun-system: Ein starkes Immunsys-tem wirkt wie ein Schutzschild gegen Krankheitserreger. Hilf-reich für die Stärkung des Im-munsystems sind: Genügend Schlaf, ausreichend Bewegung, gesunde Ernährung, kein Dauer-stress sowie Nichtrauchen.

Quelle: bag.admin.ch // Illustration gross: freepik.com

Kontakt und weitere Informationen:
Schulgesundheitsdienste der Stadt Zürich, Schulärztlicher Dienst
Die Adresse Ihrer Schulärztin bzw. Ihres Schularztes finden Sie unter:
www.stadt-zuerich.ch/schularzt

Stand: 04 / 2025

Stadt Zürich
Schulgesundheitsdienste

Schulärztlicher Dienst

Was tun, wenn mein Kind krank ist?

Kinder, die Fieber haben oder sich körperlich unwohl fühlen, sollten zu Hause bleiben und sich erholen können. Sie benötigen dann vor allem Ruhe und Pflege. Akut kranke Kinder gehören auf keinen Fall in die Schule, auch nicht mit fiebersenkenden Medikamenten. Ist Ihr Kind krank, informieren Sie bitte die Lehrperson vor Unterrichtsbeginn darüber.



Nach einem fiebrigen Infekt sollte ein Kind mindestens noch einen Tag lang ohne Medikamente symptomfrei sein (kein Fieber, kein Husten, keine Schmerzen), bevor es wieder in den Kindergarten oder die Schule geht. Erst dann ist es wieder vollständig gesund. So können sowohl Rückfälle als auch Ansteckungen von anderen Kindern und Lehrpersonen vermieden werden.

Vorübergehender Schulausschluss

Ist Ihr Kind gegen gewisse Krankheiten nicht oder nur unvollständig geimpft, kann es sein, dass es vorübergehend vom Schul- und Hortbesuch ausgeschlossen wird, wenn dort bestimmte ansteckende Krankheiten auftreten. Und zwar unabhängig davon, ob es von der Krankheit selber betroffen ist oder nicht. Dies als Vorsichtsmassnahme, damit Mitschüler*innen und Lehrpersonen nicht angesteckt werden und ebenfalls erkranken. Bei Masern z.B. kann ein solcher Schulausschluss bis zu 21 Tage dauern (siehe kantonale Richtlinien zum Schulausschluss, www.vsa.zh.ch).

Auf Krankheiten vorbereitet sein

Wenn Kinder krank werden, kommt dies für Eltern oft unpassend. Vielleicht stehen gerade jetzt wichtige Termine bei der Arbeit an, vielleicht ist eine Reise geplant oder Besuch angekündigt. Berufstätige Eltern sollten nach Möglichkeit bereits im Voraus klären, wie sie die Betreuung ihres kranken Kindes organisieren können. Dabei ist ein gutes Netz von Freund*innen, Nachbar*innen, Grosseltern, Gotten und Göttis etc. Gold wert.

Welche Rechte haben Eltern, wenn ihr Kind krank ist?

Gemäss Art. 36 des Arbeitsgesetzes (ARG) dürfen Eltern bis zu drei Tage pro Krankheitsfall zu Hause bleiben, um ihr krankes Kind zu pflegen. Dies gilt bei jeder neuen Erkrankung und bei jedem Kind einzeln. Auf der anderen Seite bedeutet es aber auch, dass Eltern gesetzlich verpflichtet sind, sich um das Wohlergehen ihres kranken Kindes zu kümmern. Zudem darf die Arbeitgeber*in ein ärztliches Zeugnis verlangen. Nach drei Tagen müssen die Eltern die weitere Betreuung des Kindes organisiert haben.

Krankes Kind in der Schule

Bitte beachten Sie, dass die Schule und der Hort keine (akut) kranken Kinder betreuen können. Entsprechend ist die Schule befugt, kranke Kinder wieder nach Hause zu schicken. Die Eltern werden vorgängig informiert, damit sichergestellt ist, dass jemand zu Hause ist.

Mögliche Unterstützung

Verschiedene Organisationen bieten einen Kinderhütedienst für plötzlich erkrankte oder verunfallte Kinder an. Eine betreuende Person beaufsichtigt dabei das Kind bei Ihnen zu Hause und verabreicht bei Bedarf auch Medikamente. Infos finden Sie z.B. unter:

www.kinderspitex-zuerich.ch
www.entlastungsdienst.ch
www.internursing-care.ch
www.phsag.ch

Einige Krankenkassen leisten einen Beitrag an einen solchen Kinderhütedienst. Erkundigen Sie sich diesbezüglich bei Ihrer Krankenkasse.

Kontakt und weitere Informationen:
Schulgesundheitsdienste der Stadt Zürich, Schulärztlicher Dienst
Die Adresse Ihrer schulärztlichen Praxis finden Sie unter:
www.stadt-zuerich.ch/schularzt

Stand: 7 / 2025