



Unterstützungsangebote für Familien

Sehr geehrte Eltern

Das Coronavirus Covid-19 breitet sich weiter aus und noch weiss niemand, wie lange der Fernunterricht nötig sein wird. Diese Situation stellt Sie und Ihre Kinder vor grosse Herausforderungen. Wie sollen Eltern zu Hause gleichzeitig arbeiten, die Kinder beschäftigen und dabei nicht die Geduld verlieren?

Gerne weisen wir Sie auf verschiedene Angebote hin, welche Ihnen vielleicht helfen, den Alltag zu gestalten und bei Schwierigkeiten oder familiären Problemen einen kompetenten Ansprechpartner zu finden. Zögern Sie nicht, sich in dieser anspruchsvollen Zeit Unterstützung und Hilfe zu holen.

Den Alltag gestalten – gesammelte Tipps und Anregungen

Online-Magazin «Fürs Leben gut» des Amts für Jugend und Berufsberatung

www.fuerslebengut.ch

Wir begleiten Sie bei grossen Schritten, wie dem Aufbau einer Tagesstruktur zu Hause, aber auch bei kleinen Schritten wie Spielen und Aktivitäten, die bei Langeweile Wunder wirken.

«Wenn die Kinder nur noch zu Hause sind» von Pro Juventute

<https://www.projuventute.ch>

Mit hilfreichen Tipps, aber auch rund um die Uhr erreichbar, ist Pro Juventute für Familien da.

«Homeoffice wegen Corona – wie es mit Kindern gelingt» von famigros

<https://famigros.migros.ch/de/ausfluege-und-freizeit/freizeitipps/coronavirus-zuhause-bleiben/home-office-mit-kindern>

Mit der nötigen Struktur und vielen Tipps zum ungewöhnlichen Alltag hält man die Probleme in Grenzen.

Hilfe bei familiären Problemen:

Schulsozialarbeit und Schulpsychologische Dienste

Der Schulpsychologische Dienst und die Schulsozialarbeiterinnen und Schulsozialarbeiter sind auch in diesen Zeiten für Kinder, Jugendliche und ihre Eltern da. Sie beraten und unterstützen in schwierigen Situationen. Sie unterstehen der Schweigepflicht.

Madeleine Vogel:

madeleine.vogel@zuerich.ch

044 413 01 66

Miro Metz

miro.metz@zuerich.ch

044 413 01 66



Kinder- und Jugendhilfezentren (kjz):

www.ajb.zh.ch/corona

Die Kinder- und Jugendhilfezentren (kjz) beraten Eltern bei Fragen zur Erziehung ihrer Kinder und zum Familienalltag. Bei Notlagen und familiären Konflikten bieten die kjz persönliche Hilfe. Die Angebote der Kinder- und Jugendhilfe-Zentren ist uneingeschränkt für Sie da. Die telefonische Erreichbarkeit der kjz ersehen Sie auf oben angeführten Webseite.

Elternnotruf:

www.elternnotruf.ch

Die Beraterinnen und Berater sind 24 Stunden am Tag für Notfälle und Krisensituationen in der Familie für Sie da.

147:

www.147.ch/de/dein-kontakt-zu-uns/

Beratung für Kinder und Jugendliche, vertraulich, kostenlos und rund um die Uhr.

«Kinderbetreuung zuhause»: Angebot des Schweizerischen Roten Kreuzes (SRK):

www.srk-zuerich.ch/damit-im-notfall-die-kinder-betreut-sind

Das kurzzeitige Kinderbetreuungsangebot richtet sich an Familien im Kanton Zürich in Situationen, in denen sie sich nicht oder nur schwer um ihre Kinder kümmern können. Die Kinderbetreuung zu Hause ist zeitlich begrenzt und nur für Notfälle und zur Überbrückung, bis sich die Situation beruhigt hat oder eine Anschlusslösung gefunden wurde. Benötigen Sie eine längerfristige Fremdbetreuung, unterstützt Sie das SRK dabei, eine Lösung zu finden.

Mit Ihrer Hilfe

Es ist uns wichtig, regelmässig mit Ihnen in Kontakt zu sein. Gerne dürfen Sie bei Fragen oder Unsicherheiten auch mit der Klassenlehrperson Ihres Kindes Kontakt aufnehmen.

Während den Frühlingsferien findet kein Fernunterricht statt. Es ist wichtig, dass sich die Kinder und Jugendlichen in den Ferien erholen können und eine andere Tagesstruktur haben als während des Fernunterrichts. Anregungen und Tipps für die Ferienzeit finden Sie auf den oben erwähnten Webseiten «Den Alltag gestalten» und vielen weiteren Seiten im Internet. Wir danken Ihnen für Ihre wertvolle Unterstützung und die gute Zusammenarbeit.

Freundliche Grüsse

Schule Am Uetliberg
Schulleitung