

Häusliche Quarantäne - Tipps für Eltern

- Sprechen Sie mit ihrer Familie über die Quarantäne und die damit verbundenen Fragen.
- Finden Sie gemeinsame Beschäftigung mit ihren Kindern, z.B. Spiele, malen, basteln.....
- Halten Sie den Tagesrhythmus weiterhin ein
- Machen Sie die Zeit der Quarantäne für sich und Ihr Kind überschaubar, streichen Sie die Tage im Kalender durch, damit die Kinder das Ende der Quarantäne sehen können.
- Auch in der Quarantäne sollte das Lernen nicht zu kurz kommen. Versuchen Sie mit ihrem Kind den Unterrichtsinhalt zu wiederholen.

Telefonische Beratung rund um das Thema Kind, Familie und Schule

Beratung für Eltern	0202 563 6644
Elterntelefon	0800 111 0550
Caritas Beratung	0202 389036010
Schulpsychologische Beratung	0202 563 6990

Telefonische Beratung für Kinder und Jugendliche

Nummer gegen Kummer	116111
---------------------	--------

Unterstützungsangebote der Stadt Wuppertal

Telefonseelsorge& Wuppertaler Krisendienst	0800 1 11 01 11
Corona- Krisen –Telefon	0202 698 342 -13/-14/-11
Kindeswohlgefährdung	0202 563 2061

Weitere psychologische Unterstützungsangebote unter

<https://www.wuppertal.de/presse/meldungen/meldungen-2020/maerz20/psychologische-unterstuetzungsangebote.php>