



An die
Eltern und Erziehungsberechtigten
der Schülerinnen und Schüler
der Stadt Bern

Bern, 2. April 2020

Elterninfo: Schulferien und COVID-19

Liebe Eltern und Erziehungsberechtigte

Seit drei Wochen erlebt die ganze Schweiz die «ausserordentliche Lage». Seit drei Wochen sind die Schulen im ganzen Land geschlossen. Ab Samstag, 4. April haben die Schülerinnen und Schüler im Kanton Bern zwei Wochen Ferien. Wie es nach den Ferien weitergeht, ist gegenwärtig unklar.

Nicht nur die Lehrpersonen auch die Kinder haben in den letzten Wochen ausserordentliches geleistet. Sie haben sich übers Wochenende auf neue Formen des Lernens eingelassen und mussten ein schönes Stück Selbstständigkeit aufbringen. Danke, dass sie ihre Kinder dabei unterstützt haben.

In den Ferien gilt auch in der ausserordentlichen Lage von COVID-19: **Ferien sind Ferien**. Während den Ferien findet kein Angebot der Fernschulung statt. Über die Ferien werden auch keine Hausaufgaben und Arbeitsaufträge erteilt.

Wenn Ihr Kind Freude an der Fernschulung entwickelt hat und auch während den Ferien Interesse für das digitale Lernen zeigt, dann empfehlen wir Ihnen und Ihrem Kind die folgenden Links:

- https://www.erz.be.ch/erz/de/index/kindergarten_volksschule/kindergarten_volksschule/corona/fernunterricht.html
- https://www.erz.be.ch/erz/de/index/kindergarten_volksschule/kindergarten_volksschule/corona/fruehlingsferien.html
- https://www.faechnet21.erz.be.ch/faechernet21_erz/de/index/navi/index/fernunterricht.html
- <https://www.klett-online.ch/>
- <https://www.superloop.ch/ideen/inno-kidz/>
- Zugriff auf base4kids-Portal mit privatem PC:
Portal.base4kids.ch
- Videos und Sendungen auf SRF1 mySchool:
<https://www.srf.ch/sendungen/myschool>

Ferienbetreuung:

Die Stadt Bern hält das Angebot der Betreuung für Eltern, die ihre Kinder während den Ferien nicht privat betreuen können, aufrecht. Wenn Sie Betreuung benötigen, wenden Sie sich an das Schulamt der Stadt Bern (schulamt@bern.ch /Tel. 031 321 64 78).

Gesund zu Hause

Aufgrund der Corona-Krise verbringen wir mehr Zeit zu Hause. Nutzen wir diese Zeit auch für das eigene Wohlbefinden. Tun Sie sich und Ihren Kindern/Ihrem Kind etwas Gutes. Was hilfreich ist:

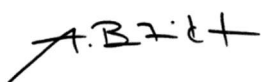
- Tagesstruktur/Tagesplan festlegen: Teilen Sie Ihren Kindern bereits am Vorabend mit, wie der nächste Tag aussehen wird. Zeitpunkt vom Aufstehen, Frühstück, Mittagessen etc.
- Gemeinsame Zeiten/Rituale bewusst einplanen: zusammen ausgewogen essen, gemeinsam spielen oder einander von Erlebnissen erzählen sind wichtige Momente für den Zusammenhalt in der Familie.
- Bewegen Sie sich: Bewegung ist elementar für Kinder und Erwachsene, sei es drinnen (z.B. Fitness oder Tanzen), auf dem Balkon oder draussen an der frischen Luft (z.B. Spaziergang oder Velofahren).
- Frische Luft und Sonne tanken: dies ist auch während der Corona-Zeit notwendig. Wenn Sie aus dem Haus gehen, vermeiden Sie Menschenansammlungen (Gruppen von mehr als 5 Personen) und halten Sie die BAG-Bestimmungen des "social distancing" ein (vgl. Flyer).
- Soziale Kontakte pflegen: Bleiben Sie via Medien in Kontakt mit Freunden, Familie und anderen Bekannten. Austausch und Aufmunterung ist wichtig und tut gut.
- Humor hilft: Schauen Sie sich gemeinsam lustige Filme und Bücher an oder erzählen Sie einander Witze - lachen ist gesund!
- Sich Hilfe holen: Reden Sie mit einem Freund, einer Freundin, wenn Ihnen alles zuviel wird oder kontaktieren Sie ein Unterstützungsangebot z.B. 143.ch (für Erwachsene), 147.ch (für Kinder und Jugendliche) oder die Schulsozialarbeit. Erzählen hilft.

Schulsozialarbeit:

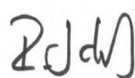
Das Angebot der Schulsozialarbeit steht auch während den Frühlingsferien von Montag bis Freitag (8.00 – 12.00 Uhr und 14.00 – 17.00) zur Verfügung. Nehmen Sie frühzeitig Kontakt auf und besprechen Sie Ihre Anliegen. Die Kontaktdaten finden Sie unter www.bern.ch/schulsozialarbeit.

Nun wünschen wir Ihnen und Ihrem Kind/Ihren Kindern erholsame und sonnige Frühlingstage. Bleiben Sie gesund!

Freundliche Grüsse



Anna Bütikofer
Leiterin Schulamt



Richard Jakob
Co-Leiter Gesundheitsdienst