



Schulberatung im Landkreis Ostallgäu und der Stadt Kaufbeuren
M. Willmy, Beratungsrektorin
MS Roßhaupten
Forgenseestr. 6, 87629 Roßhaupten
T: 08367 660
E-Mail: verwaltung@ms-rosshaupten.de

Ansprechpartner und Unterstützungsangebote in Zeiten von Corona: Schulische und außerschulische Hilfsangebote

Kinder, Jugendliche und Eltern können sich an der Schule vertrauensvoll wenden an:

- jede **Lehrkraft des Vertrauens**
- die **Beratungslehrerin** oder den **Beratungslehrer** der Schule
- die zuständige **Schulpsychologin/den Schulpsychologen**
- die **Jugendsozialarbeiterinnen und Jugendsozialarbeiter (JaS)** an Schulen

Die Kontaktdaten finden Sie in den Informationen der jeweiligen Schule, z.B. in den Elternbriefen oder der Schulhomepage.

Unterstützung bietet auch die:

Staatliche Schulberatungsstelle Schwaben

Beethovenstr.4

86150 Augsburg

T: 0821 509160

E-Mail: sbschw@as-netz.de

<https://www.km.bayern.de/ministerium/institutionen/schulberatung/schwaben.html>

Weitere Unterstützungsangebote und Informationen

für das schulische Lernen und selbständige Lernen zuhause

Lernapp Anton

ist die kostenlose Lernapp für Deutsch, Mathematik, Sachkunde, DaZ, Biologie und Musik für die Klassen 1-10. Sie bietet methodisch geschickt aufbereitetes Lernmaterial, das motiviert, sich mit den Lerngegenständen wiederholt zu beschäftigen.

<https://anton.app/de/>

COOLLAMA - das digitale Matheportal für Grundschüler

Dieses Lernportal bietet kostenlosen Zugang zu Mathelernspielen und zu reichhaltigen Übungsblättern für Grundschüler. Sowohl optisch als auch sprachlich ist das gesamte Portal für die jüngeren Schüler angelegt.

<https://www.coollama.de>

SIMPLECLUB

Eine Lern- und Nachhilfeapp mit zahlreichen Kurz- und Erklärvideos im Basisteil kostenlos.

<https://simpleclub.com/>

Corona-Lernunterstützung

Kostenlose digitale 1:1 Betreuung per Video-Chat. Dieses Angebot richtet sich an SchülerInnen, die herkömmliche Nachhilfe aufgrund von persönlichen, sozialen, kulturellen oder finanziellen Ressourcen engagieren nur sehr schwer wahrnehmen können. Unterstützt werden sie von Studierenden, die sich sozial engagieren wollen.

<http://www.corona-school.de/1-zu-1-lernunterstuetzung>

Fördern individuell

Das Portal will Materialien und Informationen für Lehrer aller Schularten und Fächer bieten. Die Materialien sind von Lehrkräften erarbeitet und in der Praxis erprobt. Das Portal befindet sich jedoch noch im Aufbau.

<https://www.foerdern-individuell.bayern.de/>

Deutscher Bildungsserver

Auf dieser Plattform findet man gesammelt zahlreiche digitale Lernangebote für die Grundschule und teilweise gute Lernprogramme und Medien für die Mittelschule

<https://www.bildungsserver.de/Digitales-Lernen-zuhause-12754-de.html>

Mebis Infoportal

Hier werden eine Reihe von LearningApps zu verschiedenen Themenbereichen vorgestellt, mit denen Kinder je nach Jahrgangsstufe Aufgaben selbständig üben können.

<https://www.mebis.bayern.de/infoportal/werkzeuge/autorensoftware/learningapps-org/>

#lesen.bayern

Das vom ISB betreute Leseportal bietet ausführliche Buchtipps, Vorlesevideos, sowie Materialien zur Leseförderung zu allen Altersstufen.

<https://www.lesen.bayern.de>

Mathe für Eltern

Eine Homepage, die Eltern Hilfen gibt, ihr Kind in Mathematik zu unterstützen. Mit Texten, Grafiken, Audiodateien und Videoclips werden mathematische Aufgaben nach Jahrgangsstufen für den Mittelschulbereich aufbereitet.

<https://www.mathe-fuer-eltern.de>

für Schülerinnen und Schüler:

Kinder- und Jugendtelefon "Nummer gegen Kummer" T: 116 111

<https://www.nummergegenkummer.de/kinder-und-jugendberatung/kinder-und-jugendtelefon/>

Montag bis Samstag von 14:00 - 20:00 Uhr; auch Online-Beratung oder Chat anonym und kostenfrei über Handy oder Festnetz.

bke-Jugendberatung (Bundeskonzferenz für Erziehungsberatung e.V.)

<https://jugend.bke-beratung.de/view/home/index.html>

Austausch von Jugendlichen und Unterstützung durch erfahrene BeraterInnen.

"Corona und DU" (LMU Klinikum München, Beisheim Stiftung)

<https://www.corona-und-du.info/>

Rat, Hilfestellung und konkrete Tipps in der Coronakrise.

Kopfhoch.de-Beratungsstelle

Beratungsstelle für junge Menschen

telefonisch: 0800 5458668 (6:00-22:00 Uhr)

Onlineberatung: www.kopfhoch.de (24 h)

U 25 Freiburg

Anonyme Mailberatung bei Krisen und Suizidgedanken

www.u25-freiburg.de

Telefonseelsorge

T: 0800 1110111 oder 0800 1110222

Die Telefonseelsorge ist 24 Stunden erreichbar.

Kooperationstandem "Kindergarten-Grundschule" am Landratsamt OAL

Powerpoint mit wertvollen Tipps zur Gestaltung der Zeit von der Vorschule bis zum Zeitpunkt der Einschulung in Coronazeiten

Daniela Ehlenberger: E-Mail: d.ehlenberger@gmx.de

Christina Römer: E-Mail: christina.roemer@beethovensschule.de



Einschulung in Coronazeiten_Frohe Botschaft und Tipps.pdf

für Eltern und Erziehungsberechtigte:

Die Erziehungsberatungsstellen vor Ort (z.B. in Buchloe, Kaufbeuren, Marktoberdorf, Füssen)

Der ärztliche Bereitschaftsdienst

bundesweite Telefonnummer: 116117

Niedergelassene Kinderärzte und Fachärzte für Kinder-und Jugendpsychiatrie

Ärzt suche unter www.kvb.de

Psychologische Psychotherapeuten

Therapiesuche online unter

www.kvb.de oder www.bptk.de

bke-Onlineberatung für Eltern (Bundeskonferenz für Erziehungsberatung e.V.)

<http://eltern.bke-beratung.de/view/home/index.html>

Beratung bei kleinen und großen Sorgen rund um Erziehung

Infoportal "Corona und Du" - Elterntipps (LMU Klinikum München, Beisheim Stiftung)

<https://www.corona-und-du.info/eltern/>

Infoportal für Eltern: Tipps zur Förderung der psychischen Gesundheit der Kinder

Krisendienst Schwaben

<https://www.bezirk-schwaben.de/soziales-gesundheit/hilfen/psychische-gesundheit/krisendienst-schwaben/>

Kostenfreie Rufnummer: T: 0800 655 3000

Psychische Gesundheit in Zeiten der Corona-Krise

<https://www.stmgp.bayern.de/coronavirus/psychische-gesundheit-in-zeiten-der-corona-krise/>

Verschiedene Informationen des Bayerischen Staatsministeriums für Gesundheit und Pflege

AETAS Kinderstiftung Corona-Krisenberatung

<https://www.aetas-kinderstiftung.de/coronavirus>

T: 089 997 40 90 20

E-Mail: beratung@aetas-kinderstiftung.de

Alle Fragen zur psychischen Belastung von Kindern und Familien, die durch die Corona-Krise, Quarantäne und Isolation entstehen können.

Ansprechpartner für Kinder, Jugendliche, Eltern, Familien, Bezugspersonen und Fachkräfte aus Bayern.

Corona- die Angst steigt (Uni Innsbruck)

<https://www.uibk.ac.at/newsroom/angst-steigt-und-hilft-krise-zu-bewaeltigen.html.de>

Anregungen um Angst und Krise zu bewältigen.

KIBBS aktuell

<https://www.km.bayern.de/allgemein/meldung/6918/eltern-koennen-ihre-kinder-im-umgang-mit-den-massnahmen-zum-coronavirus-unterstuetzen.html>

"11 Tipps, mit denen Sie Ihrem Kind helfen können.

Zuhause lernen

<https://www.pi-muenchen.de/schulpsychologie-tipps-lernen-zuhause/>

Empfehlungen für Eltern, Tipps zum Lernen

Mediennutzung zu Hause

<https://www.schau-hin.info/corona-krise>

SCHAU HIN! hat Tipps und Empfehlungen für Familien zusammengefasst. Man erhält Infos über "Regeln für Bildschirmzeiten", "Spaß mit Medien", "Umgang mit Fake News zu Corona" oder "Lernen zu Hause".

Berufsorientierung: Praktikum, Lehrstellensuche, Berufsberater

<https://www.arbeitsagentur.de/vor-ort/kempten-memmingen/fuessen>

für Lehrkräfte:

Psychologische Coronahilfe

<https://www.psychologische-coronahilfe.de/beitrag/tipps-fuer-lehrerinnen-und-lehrer-aus-der-lehr-lern-psychologie/>

Viele hilfreiche Tipps zur psychischen Gesundheit.

Angebote im Rahmen der Lehrgesundheit für Lehrkräfte aller Schularten

Stichwortsuche und Anmeldung jeweils unter:

<https://fibs.alp.dillingen.de/>

- a) Stressmanagement und AGIL (Arbeit und Gesundheit im Lehrerberuf)
- b) Kollegiale Fallberatung
- c) Supervision

Selbstfürsorge

a) Gesunder Lebensstil

<https://psychologische-coronahilfe.de/beitrag/gesunder-lebensstil/>

b) Sport, Bewegung, Entspannung

<https://www.sueddeutsche.de/sport/sport-uebungen-coronavirus-workout-zu-hause-training-1.4852843>

<https://www.vitanet.de/videos-selbsttests/entspannungsuebungen>

c) Positive Ablenkung: Online Kulturangebote:

<https://www.nzz.ch/feuilleton/streaming-angebote-opern-konzerte-im-netz-ld.1547661>

Stand:03/21