



LANDKREIS LÜNEBURG



Familien-Tipps

Tipps für ein friedvolles
Familienleben in der Corona Zeit

Familien Tipps

Tipps für ein friedvolles Miteinander.....	2
Tipps für einen geregelten Medienkonsum:	2
Tipps bei Geschwisterzwist:	3
Wie erkläre ich Corona? Hinweise und Anregungen für Eltern:.....	3
Unterricht im Kinderzimmer: Wie lernen Kinder effektiv zu Hause?	4
Pubertätskrach in Zeiten von Corona	5
Familienregeln und wozu sie gut sind	6
Wie Eltern dem Bewegungsmangel ihrer Kinder entgegenwirken	7
Sommerferien mal anders – Aktivitäten für drinnen und draußen.....	8
Weitere Informationsseiten im Internet.....	9

Tipps für ein friedvolles Miteinander

- Wenn Eltern gestresst sind, nörgeln sie mehr und loben weniger. Damit laufen sie jedoch Gefahr, dass ihr Kind genau das Verhalten wiederholt, was vorher kritisiert wurde. Nehmen Sie sich stattdessen Zeit, positives Verhalten angemessen wertzuschätzen.
- Kinder reagieren bei Enttäuschung oft mit heftigen Gefühlsausbrüchen. Lassen Sie sich nicht davon anstecken und gehen Sie auch nicht dagegen an. Atmen Sie durch und überlegen Sie, wie Sie geschickt aus der schwierigen Situation herauskommen, sonst entsteht schnell eine konflikträchtige Endlosschleife.
- Halten Sie es aus, wenn Ihr Kind mit Ihnen unzufrieden ist, wenn es nicht das bekommt, was es will. Statt immer neuer Erklärungen sind klare und genaue Ansagen gefragt.
- Nehmen Sie sich über den Tag verteilt mehrere kurze Zeitspannen, in denen Sie sich zu 100 Prozent auf Ihr Kind einlassen. Sagen Sie Ihrem Kind aber auch deutlich, wenn es gerade nicht geht. Halbe Aufmerksamkeit ist für beide Seiten unbefriedigend und führt zu Frust.
- Die Zufriedenheit der Eltern beeinflusst das Erziehungsverhalten sehr stark. Also: Sorgen Sie gut für sich selbst, seien Sie nachsichtig und akzeptieren Sie, dass nicht alles perfekt läuft.

Tipps für einen geregelten Medienkonsum:

Eltern haben momentan die Aufgabe, den Medienkonsum ihrer Kinder besonders achtsam zu begleiten. Digitale Medien sollen sich nicht als Lückenfüller für Leerstellen hervortun, die sich für Familien momentan ergeben. Die Rückkehr in einen regulären Alltag muss nach wie vor möglich sein. Darum gilt es zweigleisig zu fahren, analog und digital:

- Einerseits ist ein erhöhter Gebrauch digitaler Medien nachvollziehbar und noch kein Grund zu übermäßiger Sorge. Schließlich fallen für Lernen, Kontaktpflege und Unterhaltung gerade Schule, Verein oder persönliche Treffen aus. Somit ist die verstärkte Mediennutzung momentan auch ein Stabilisator. Daher hat sie als solche gerade auch positiven Effekte.
- Andererseits ist es wichtig, dass die „erzieherische Begleitung der Eltern“ nicht vollends ausfällt:
- Mehr noch als auf die Dauer, kommt es momentan auf den Inhalt an. Es ist weniger bedenklich, dass das Kind auch mal länger als empfohlen im Internet surft, wenn es sich auf altersgerechten Seiten aufhält und/oder von den Eltern über eine gewisse Zeit begleitet wird.
- Es müssen verbindliche Regeln vereinbart und auf bildschirmfreie Zeiten geachtet werden. Wie in der Schule sollten Pausenzeiten festgelegt werden, in denen sich Kinder ohne digitale Medien beschäftigen. Damit Eltern nicht unnötige Auseinandersetzungen führen, sollten „Richtzeiten“, also ein Zeitfenster, abgesprochen werden. Bei Computerspielen gibt es z.B. Speicherpunkte, an denen ein Spielstand automatisch abgespeichert wird. Falls Ihr Kind abrupt sein Spiel beenden muss, wird das sehr wahrscheinlich zu einem Streit führen.
- Familienzeiten am Morgen und Abend sollten analog gestaltet werden, beispielsweise mit gemeinsamen Mahlzeiten, basteln oder Gesellschaftsspielen.
- Besser als alle Verbote wirkt das gute Beispiel der Eltern. Falls es klare Regeln gibt (etwa „kein Smartphone beim Essen“), dann sollte diese Regel für alle am Tisch gelten.

Tipps bei Geschwisterzwist:

Geschwister müssen lernen, dass sie unterschiedlich behandelt werden. Wenn der kleine Bruder neidisch auf die neue Spielkonsole des älteren Bruders ist und sich lautstark über diese Zurücksetzung und Ungerechtigkeit beschwert, fühlen sich viele Eltern unter Druck gesetzt. Sie glauben, die Kinder gleich behandeln zu müssen und fangen an, nach einer Ausgleichshandlung für das benachteiligte Kind zu suchen. Das ist aber nicht sinnvoll. Das beharrliche Bemühen um Gleichbehandlung erzeugt erst das Problem, das man besiegen will: Kinder schauen immer argwöhnischer darauf, was andere bekommen. Wichtig ist nicht, dass die Kinder in jeder Situation gleichbehandelt werden. Allein unter dem Strich sollte es so sein.

Rivalität und Streitereien gehören zum Geschwisterleben.

Wenn sich Geschwister schlagen oder beschimpfen, dann sollten die Eltern sie erst einmal trennen. Die Botschaft muss lauten: „Ihr könnt gerne zusammen sein, wenn ihr besser miteinander umgeht.“ Es ist nicht sinnvoll, wenn Eltern übereilt oder einseitig Partei für ein Kind ergreifen. Warum? Während Kinder vordergründig um Kleinigkeiten kämpfen, geht es im Hintergrund zumeist um die Zuwendung der Eltern, Angst um den zustehenden Platz in der Geschwisterreihenfolge und um die eigene Selbstbestimmtheit bzw. das eigene Selbstwertgefühl. Eltern appellieren vielfach an die Vernunft des älteren Kindes. Dies erzeugt Frust und schlechte Laune und ist genau genommen auch nicht fair. Zuwendung gegenüber dem älteren Kind entspannt deshalb die Streitigkeiten eher, denn auch kleine Kinder müssen sich an Regeln halten.

Vermeiden Sie Vergleiche zwischen ihren Kindern!

Die meisten Geschwister führen eine Hassliebe. In ihrer Beziehung gibt es Zuneigung, Zusammenhalt, Rivalität und Eifersucht. Zudem stehen Geschwisterkinder in Konkurrenz um die Zuwendung und Aufmerksamkeit der Eltern. Genau das wird täglich neu verglichen und verhandelt. Die Regeln des fairen Kräftemessens müssen erst gelernt werden. Vergleiche der Eltern verstärken diesen Wettkampf negativ, weil sie die Verlustängste der Kinder steigern: „Nimm dir doch mal ein Beispiel an...“ kann also dazu führen, dass der Streit zunimmt und nicht nachlässt.

Wie erkläre ich Corona? Hinweise und Anregungen für Eltern:

Eine klare Orientierung und eine sichere Bindung - Das sind zwei Ankerpunkte, damit ein Kind eine Krisensituation gut bewältigt: „Es ist seltsam, was gerade passiert. Ich bin für dich da und wir stehen das durch.“

Gesprächsbereitschaft

Fragen Sie Ihr Kind, was es gehört hat, was es schon weiß oder fragen Sie nach seinen Einschätzungen, Gedanken und Sorgen. Ängste bzw. Angstreaktionen sind in dieser Situation normal und nicht bedrohlich. Nehmen Sie diese ernst und besprechen oder tun Sie Dinge.

Aktuelle Informationen vermitteln

Reden Sie über den Istzustand und nicht über die Zukunft. Unsicherheiten gehören zur jetzigen Situation.

Altersgerechte Ansprache

Orientieren Sie sich am Temperament, dem Entwicklungsgrad und dem Angstgrad Ihres Kindes. Verbreiten Sie keine Panik, erläutern Sie Probleme oder auch Regeln zum Kontaktverbot nur so intensiv, wie es im Moment unbedingt sein muss. Das Ziel aller Gespräche ist, dass es im Kopf und im Körper Ihres Kindes ruhiger wird und sich das Herz sicherer fühlt. Seien Sie ehrlich, wenn Sie selbst keine Antwort auf alle Fragen haben. Die Familie kann gemeinsam überlegen, wo sie passende Informationen findet.

Unterricht im Kinderzimmer: Wie lernen Kinder effektiv zu Hause?

In der Corona-Krise müssen viele Eltern den Lernalltag ihrer Kinder selbst gestalten – und ein Ende ihres Einsatzes ist für die meisten noch nicht in Sicht. Anzeige

Also gilt es, die kommende Zeit möglichst konstruktiv zu nutzen. Die Erziehungsberatungsstelle des Landkreises Lüneburg gibt Tipps, wie Eltern die Chance erhöhen, dass ihre Kinder effektiv zu Hause lernen:

- Schaffen Sie eine gute Arbeitsatmosphäre: Die Aufgaben sollte das Kind an einem Tisch erledigen. Dies kann sowohl der eigene Schreibtisch als auch der Esstisch sein. Es sollte dort ausreichend Platz für Bücher und Hefte geben und ruhig sein. Das heißt: Das Smartphone ist aus.
- Formulieren Sie gemeinsam mit Ihrem Kind Lernziele: Hat es beispielsweise Wissenslücken, welche es schwermachen, die vorgegebenen Aufgaben erfolgreich zu erledigen? Dann sollten Sie überlegen, ob und wie zunächst diese Lücken aufgefüllt werden können.
- Lassen Sie Ihre Kinder eigene Ideen verfolgen: Darüber entfaltet sich eine Aktivität und Begeisterung, die das Abarbeiten von Hausaufgaben in der Regel nicht hervorruft. Gerade, weil Kinder in der aktuellen Situation keinen regulären Freizeitangeboten nachgehen können, ist Spaß an der Sache unerlässlich.
- Nutzen Sie zwischendurch ruhig auch digitale Medien: Sie können klug und dosiert eingesetzt eine abwechslungsreiche Unterstützung sein. Es gibt viele hochwertige Lernportale, die derzeit kostenfrei angeboten werden.
- Jeder Mensch lernt anders. Das sollten Sie bedenken:
- Wann lernt Ihr Kind am besten? Diese Frage ist wichtig, ansonsten entstehen unnötige Konflikte. Sie sollten also Ihren Morgenmuffel länger schlafen lassen.
- Einige Kinder brauchen eine klare Struktur mit einer festen Abfolge von Lernfächern. Andere Kinder vertiefen sich lieber für mehrere Stunden in ein Thema. Dies sollten Sie berücksichtigen. Und auch Pausen dürfen nicht zu kurz kommen.
- Die Corona-Pandemie entschleunigt das gesamte Leben: Für Familien kann das auch eine Chance sein. Denn sie gewinnen vor allem eines: Gemeinsame Zeit. Bernd Albrecht-Hielscher von der Erziehungsberatungsstelle meint: „Zurzeit ist geht es nicht darum, dass sich Ihre Kinder zu Hause genauso viel Wissen aneignen wie in der Schule. Möglicherweise ist es eine ausreichende Aufgabe, einfach nur Familie zu sein. Zudem kann es sein, dass Kinder gerade mehr über das Leben lernen als Schule ihnen vermitteln könnte.“

Pubertätskrach in Zeiten von Corona

Kontaktbeschränkungen, Betreuung der Geschwister, Prüfungsdruck: Viele Jugendliche stehen in der aktuellen Corona-Situation unter besonderer Anspannung. Diese Gemütsverfassung kann Streitereien innerhalb der Familie begünstigen. Verstärkt wird das Konfliktpotenzial dadurch, dass junge Menschen gerade in der Phase der Pubertät ihre Grenzen austesten wollen, impulsiv reagieren und ihre Entscheidungen überwiegend emotional und lustbetont treffen. Um Eltern den Umgang mit ihren pubertierenden Kindern zu erleichtern, hat die Erziehungsberatungsstelle des Landkreises Lüneburg Tipps zusammengestellt:

Ohne Streit wird es nicht gehen

Damit Konflikte nicht eskalieren, sollten Eltern Verständnis für die Anliegen bzw. Widerstände ihrer Kinder entwickeln und nicht gleich mit massiver Kritik und pauschalen Bewertungen reagieren. Und wenn es einmal lauter wird, kann man sich hinterher auch entschuldigen.

Nur Nein sagen, reicht nicht

Verbote ohne Alternativen führen zwangsläufig in die Auseinandersetzung. Jugendliche sind –etwa durch soziale Medien – oft viel enger miteinander verbunden als Erwachsene. Erweitern Sie ruhig die Internetzeiten in einem begrenzten Rahmen und erlauben Sie etwas mehr Nutzung von sozialen Medien. Damit bieten Sie beispielsweise einen Ausgleich dafür, dass persönliche Begegnungen momentan stark reduziert sind.

Verantwortung zutrauen

Die aktuellen Einschränkungen erlauben beispielsweise ein Treffen mit ein bis zwei Freundinnen oder Freunden unter strengen Auflagen. Nur, weil Ihr Kind die Einschränkungen infrage stellt, bedeutet dies nicht, dass es sich nicht an die Regeln hält, um ein wenig Freiraum zu bekommen.

Eigenzeit organisieren

Eltern sollten ihren Kindern in der Pubertät dabei helfen, Eigenzeit zu nehmen, beispielsweise über Fahrradfahren, Laufen oder Spaziergehen. Wenn Sie da ein vernünftiges Verhältnis hinbekommen, vielleicht sogar gemeinsam einen Plan für die Woche machen, dann haben hoffentlich alle am Ende den Eindruck: Diese Tage waren ja gar nicht so langweilig oder so frustrierend wie gedacht.

Was sonst noch hilft

Eine standhafte, wohlwollende und nachvollziehbare Grundhaltung der Eltern, Rückzugsorte und -momente für jedes Familienmitglied, häufige Telefonate mit Freundinnen, Freunden und anderen Familienangehörigen, gemeinsam aufgestellte Regeln für Medien-Konsum sowie Erlebnisberichte oder ein Tagebuch.

Familienregeln und wozu sie gut sind

Eltern erziehen ihre Kinder vorwiegend über ihre unmittelbare Vorbildfunktion. Kinder identifizieren sich bewusst oder unbewusst mit ihren Eltern und ahmen sie dann nach. Eltern können also nicht etwas einfordern oder aufstellen, was sie selbst nicht vorleben.

- Regeln sollen Eltern dabei helfen, ruhig und friedvoll durch den Alltag zu kommen. Überreguliert werden darf der Familientag aber auch nicht, weil ansonsten ständig Diskussionen anstehen.
- Regeln verhindern keine Konflikte. Sie sind im besten Sinne Orientierungshilfen und können das Familienleben entspannen.
- Regeln sollten schrittweise gemeinsam mit den Kindern aufgestellt werden. Eine wöchentliche Familienkonferenz kann beispielsweise der Ort sein, in dem Abmachungen getroffen, verändert oder auch abgeschafft werden.
- Regeln gelten für die gesamte Familie, ohne Ausnahme. Damit wird ein Rahmen festgelegt, in dem sich alle frei bewegen können.
- Es gibt Regeln, die nicht verhandelbar sind. Diese beziehen sich auf die Familienmoral und stellen den Rahmen des Miteinanders dar. Jede Familie hat ihre ganz eigenen Vorstellungen, etwa ein ehrliches Verhältnis untereinander, Beziehungen auf Augenhöhe oder ein respektvoller Umgang. Diese Vorsätze sind im Kern unumstößlich und werden immer wieder neu eingeübt.

Beim Einhalten beziehungsweise Nichteinhalten von Regeln geht es nicht darum, zu belohnen oder zu bestrafen. Eltern, die sich nicht an eine Familienregel halten, haben normalerweise auch keine Konsequenzen zu befürchten. Auch Kinder wollen, dass das Familienleben klappt. Deshalb sollte bei einem Regelbruch herausgefunden werden, was helfen kann, dass es beim nächsten Mal besser funktioniert.

Wenn Eltern die Familienregeln glaubhaft mit Leben füllen, dann gelingt die Vorbildfunktion. Sie bauen eine natürliche Autorität auf, über die sie überzeugend wirken, ohne in Machtkämpfe abzurutschen.

Wie Eltern dem Bewegungsmangel ihrer Kinder entgegenwirken

Draußen toben und spielen ist für Kinder eine äußerst wichtige, effektive und gesunde Gelegenheit, um sich zu beschäftigen und zu entspannen. Doch aufgrund der aktuellen Corona-Situation können sich viele Kinder derzeit nur eingeschränkt an der frischen Luft bewegen. Mögliche Folgen: Stimmungsschwankungen, allgemeine Unlust und Dünnhäutigkeit. Was Eltern tun können, um dem Bewegungsmangel ihrer Kinder entgegenzuwirken und damit Konflikten vorzubeugen, erklärt Bernd Albrecht-Hielscher von der Erziehungsberatungsstelle des Landkreises Lüneburg:

1. Körperliche Aktivität als Alltagsroutine

Kinder brauchen nicht viel, um in Bewegung zu kommen. Stellen Sie sich bewusst die Frage, wie Sie körperliche Tätigkeiten als feste Tagesroutine einbauen können. Die Basis stellen sogenannte Alltagsaktivitäten dar, also gemeinsames Einkaufen (am besten ohne Auto), Kochen und auch Zimmeraufräumen und Müllwegbringen. Diese Dinge machen zwar nicht unbedingt Spaß, aber Ihr Kind ist aktiv und beschäftigt.

2. Frischluft und Sonnenlicht

Gehen Sie möglichst viel mit Ihren Kinder nach draußen. Radfahren, Fangenspielen, Fußball, Frisbee, all das ist innerhalb der Kernfamilie erlaubt – und solange das so ist, sollte man es auch unbedingt tun. Frische Luft und Sonnenlicht sind für die Stimmungslage ein wichtiger Faktor: Sich draußen zu bewegen hat nochmal einen deutlich positiveren Effekt, als gemeinsame Übungen im Wohnzimmer zu machen. Und selbst schlechtes Wetter kann bei passender Kleidung niemandem etwas anhaben.

3. Online-Angebote

Nehmen Sie die digitalen Medien zu Hilfe. Dort gibt es zahlreiche kostenfreie Übungs- und Trainingsangebote, etwa von Sportvereinen und lokalen Tanzschulen. Je mehr Familienmitglieder teilnehmen, umso motivierter sind auch die Kinder dabei.

4. Auszeiten mit Bewegung

Während langer Sitzphasen, zum Beispiel beim Hausaufgabenmachen, sollten Kinder alle 30 bis 60 Minuten eine Auszeit mit Bewegung eingelegen. Aufstehen und Herumlaufen helfen bereits.

5. Gemeinschaftserfahrung

Unternehmungen wie Brett- und Kartenspiele helfen zwar nicht gegen den Bewegungsmangel. Allerdings unterstützt die positive anregende Gemeinschaftserfahrung dabei, die körperliche Anspannung des Kindes abzubauen. Dies gilt sogar für das gemeinsame Fernsehen: Ein Familienfilm ist besser als das Alleinschauen. Bildschirmzeiten sollten allerdings nicht unmittelbar vor der Schlafenszeit stattfinden. Wenn Kinder aufgrund des Bewegungsmangels ohnehin überschüssige Energie haben, dann kommen sie nicht zur Ruhe.

6. Ausgeglichenere Ernährung

Beachten Sie, dass Bewegungsmangel und Süßigkeiten eine unheilvolle Kombination sein können, weil bestimmte Nährstoffe, wie beispielsweise Zucker, die körperliche Unruhe eines Kindes verstärken können. Auch wenn dies manchmal nicht ganz einfach ist: Die Ernährung des Kindes ist ein wichtiger Zusatzfaktor.

7. Treffen

Zumindest bei Kindern im Grundschulalter können Sie sich als Eltern beratschlagen, ob ein begleitetes und zeitlich begrenztes Treffen mit dem besten Freund oder der besten Freundin möglich sein kann, beispielsweise ein gemeinsamer Fahrradausflug. Viele Kinder sind in dem Alter in der Lage, sich an Absprachen zu halten, die eine solche Aktivität möglich machen.

Eltern, die Fragen zur Erziehung ihrer Kinder haben oder sich Sorgen über das Verhalten und die Entwicklung ihrer Kinder machen, berät die Erziehungsberatungsstelle für Hansestadt und Landkreis Lüneburg gerne unter Telefon 04131 26-1680 oder per E-Mail an erziehungsberatung@landkreis-lueneburg.de.

Sommerferien mal anders – Aktivitäten für drinnen und draußen

Das Corona-Virus wird das Reiseverhalten von Familien wohl noch länger beschränken. Zwar sollen in Europa die Grenzen für Touristen bald wieder öffnen, doch schon jetzt steht fest: Die Sommerferien werden in diesem Jahr anders als gewohnt. Manche Familien müssen ihre Fernreise absagen, andere verzichten freiwillig darauf. Eltern, die sich fürs Bleiben entscheiden, sollten ihren Kindern diese Pläne klar kommunizieren. Ein Familientagebuch während der Ferien kann helfen, die freie Zeit (trotzdem) zu etwas Besonderem zu machen. Bei abendlichen Runden können alle Mitglieder gemeinsam hineinschreiben, zeichnen und einkleben, was sie erlebt und gelernt haben und was sie am nächsten Tag unternehmen wollen. Weitere einfache und kostengünstige Beschäftigungsmöglichkeiten stellt Bernd Albrecht-Hielscher von der Erziehungsberatungsstelle des Landkreises Lüneburg vor:

Aktivitäten im Freien

Naturphänomene beobachten:

Sonnenauf- und -untergänge, Vollmond- oder sternenklare Nächte können sehr schöne Momente für eine Familie schaffen. Sie können sie mit einem Picknick, einem Lagerfeuer und einer Übernachtung im Zelt kombinieren. Zudem gibt es Apps, anhand derer man Sternbilder erkennen lernen kann. Sternwarten stellen momentan deutschlandweit ihre digitalen Sternfahrten kostenlos als Stream ins Internet.

Abenteuerurlaub im Zelt:

Viele Bauernhöfe in der Lüneburger Heide haben kleine Zeltplätze. Sie sind eine Alternative zum Campingplatz und mit dem Bauernhof in der Nähe vielleicht sogar spannender für Kinder. Sie als Eltern können Mini-Exkursionen einbauen, beispielsweise: Über eine Stunde werden alle Vögel, Insekten, Blumen usw. fotografiert. Oder machen Sie eine Nachtwanderung.

Pflanzprojekte:

Zum Beispiel: Alte Socken werden mit Kressesamen befüllt, Blumenerde darauf, eine Kugel formen, fest zusammenbinden, Gesicht malen, in eine Schale mit Wasser stellen, warten und sich an den grünen „Haaren“ freuen.

Weitere Ideen:

Auch Minigolf kommt fast immer gut an, genauso wie Pfützenspringen im Regen. Im Internet gut zu finden: Familienwanderungen im Landkreis Lüneburg und in der Lüneburger Heide. Es gibt etwa Heidschnucken, Moore, Flüsse, Erlebnispfade und Märchentemen.

Aktivitäten für drinnen

Modenschau mit Fotoshooting:

Alte Turnschuhe und Kleidungsstücke oder preiswerte neue Sachen mit Stofffarbe bearbeiten. Am Abend gibt es eine Modenschau in der Familie, das heißt, Sie müssen sich auch über die Musik, den Auftritt und die Beleuchtung Gedanken machen. Findet die Schau im Freien statt, können Sie eine weitere Familie oder Zaungäste einladen – natürlich immer nach den gültigen gesetzlichen Vorschriften.

Fotoschau:

Alte oder neue Digitalfotos durchsehen. Jedes Familienmitglied stellt sein eigenes Fotoalbum zusammen. Dieses wird den anderen Mitgliedern als digitale Diashow vorgestellt. Auch hier kann Musik eingebaut werden. Zusätzlich kann jedes Familienmitglied kleine Geschichten zu den Fotos niederschreiben, zum Beispiel „mir gefällt dieses Foto, weil...“.

Kinotage:

Das Wohnzimmer wird als Kino zurechtgemacht. Popcorn, Kindercola, Gummibärchen bereitstellen. Mal können die Eltern und mal die Kinder die Präsentation des Filmes übernehmen.

Fremdsprache lernen:

Warum nicht mal eine neue, ungewöhnliche Sprache ausprobieren? Guten Tag, Danke, Bitte, Mein Name ist XY und bis 10 zählen. Guten Tag auf Finnisch heißt übrigens: „Hyvää päivää!“

Falls Sie weitere Ideen benötigen, stehen unter anderem die Sozialraumträger im Landkreis und die Stadtteilhäuser in der Hansestadt Lüneburg mit weiteren guten Vorschlägen zur Seite. Eltern, die Fragen zur Erziehung ihrer Kinder haben oder sich Sorgen über das Verhalten und die Entwicklung ihrer Kinder machen, berät die Erziehungsberatungsstelle für Hansestadt und Landkreis Lüneburg gerne unter Telefon 04131 26-1680 oder per E-Mail an erziehungsberatung@landkreis-lueneburg.de.

Mit diesem Text endet die Reihe der Familientipps in Corona-Zeiten.

Weitere Informationsseiten im Internet

Verlässliche und fundierte Informationen finden Eltern auf folgenden Seiten:

Robert-Koch-Institut

www.rki.de und https://www.rki.de/SharedDocs/FAQ/NCOV2019/FAQ_Liste.html

UNICEF:

<https://www.unicef.de/>

Bundesregierung:

<https://www.bundesregierung.de/breg-de/aktuelles/familien-in-corona-zeit-1738334>

Der Seite des Kinder-Ministeriums des Bundesministeriums für Familie, Senioren, Frauen und Jugend:

www.kinder-ministerium.de/ und ihrem You-Tube-Kanal www.youtube.com/user/familienministerium

Dem Bundesamt für Bevölkerungsschutz und Katastrophenhilfe:

www.bbk.bund.de/

Tipps für Eltern– der Welt-Gesundheits-Organisation WHO:

<http://www.euro.who.int/de/home>

Infos für Eltern auf den Seiten des Kinderkanals von ARD/ZDF:

<https://www.zdf.de/kinder/logo/wichtige-infos-zum-coronavirus-100.html>

Sendung mit der Maus:

<https://www.wdrmaus.de>