

Tipps & Anlaufstellen für Familien während des Corona Virus

Ideen fürs Familienleben zuhause

- Die Offene Kinder- und Jugendarbeit stellt Eltern, Kindern und Jugendlichen verschiedene **Bastel-, Spiel-, Experiment-, Film- und Bewegungsideen** vor.
- Alle Ideen sind zuhause und mit Materialien aus einem Lebensmittelladen durchführbar.
- Die gesammelten Ideen werden laufend ergänzt und finden sich hier:
 - o Facebook: OKJA Muri Gümligen
 - o Instagram: fkjf_muri_guemligen
 - o Google Drive https://drive.google.com/drive/folders/1bB0ZClg_0gFQ2ixzt13H3gsMkgXpSYfO
- Auf Instagram & Facebook wird täglich eine Idee neu vorgestellt. Auf Instagram gibt es für Kinder- und Jugendliche zudem jugendgerechte Informationen und Tipps, wie man in dieser Situation (auch psychisch) gesund bleibt.
- Habt ihr auch eine Idee: schickt sie uns per Mail, Whatsapp, Facebook oder Instagram, dann können wir diese auch veröffentlichen.

Spielverleih Fachstelle für Kinder- und Jugendfragen

- Wir haben **diverse Spiele für Kinder und Familien** bei uns auf der Fachstelle
- Die Liste der Spiele finden sich auf Google Drive: https://drive.google.com/drive/folders/1bB0ZClg_0gFQ2ixzt13H3gsMkgXpSYfO
- Das Ausleihen der Spiele ist gratis & sie können 4 Wochen ausgeliehen werden
- Der Verleih erfolgt in Absprache mit dem Kanton und nach den Sicherheitsbestimmungen vom BAG (z.B. Übergabe der Spiele in Handschuhen, etc.)
- Ausgeliehene Spiele kommen 10 Tage in Quarantäne, weil die Viren nach heutigem Wissensstand auch auf glatter Oberfläche einige Stunden bis Tage überleben. Erst danach werden sie desinfiziert und wieder ausgeliehen.
- Die Spiele können MO-FR jeweils 10.00 – 12.00 und 14.00 – 17.00 an der Worbstrasse 211 in Gümligen (auf dem Weg zum Einkaufen) ausgeliehen werden. Sollte totale Ausgangssperre verhängt werden, können die Spiele auch per Post verschickt werden, ruft dafür an oder schickt uns ein Mail.

Was tun, wenn man sich zuhause nicht sicher fühlt?

- **Kinder & Jugendliche:** Die Notrufnummer 147 von Pro Juventute hilft Kindern und Jugendlichen bei Fragen, Problemen und in Notsituationen weiter. Rund um die Uhr. Via Telefon, SMS, Chat, E-Mail und Webservice <https://www.147.ch/de/>
- **Frauen:** Telefonische Beratungen für Betroffene, ihre Angehörigen und Fachpersonen sind im Frauenhaus Bern jederzeit möglich, auch anonym. <https://stiftung-gegen-gewalt.ch/wsp/de/fachstellen/frauenhaus-bern/>
- **Männer:** Das Männerhaus bietet Männern Schutz, die physisch, psychisch oder sexuell misshandelt wurden, oder von Familienangehörigen stark kontrolliert werden. <https://www.zwueschehalt.ch/bern/>

Bitte befolgt die Anweisungen vom BAG: Haltet Abstand, wäscht die Hände, schüttelt keine Hände, bleibt bei Fieber oder Husten zuhause, niest und hustet in die Armbeuge oder in ein Taschentuch und geht nur nach telefonischer Anmeldung in die Arztpraxis. Die **Fachstelle für Kinder- und Jugendfragen** bleibt für Sie bei allen Fragen zu Kindern und Jugendlichen erreichbar. Das Büro ist jeweils MO-FR 10.00 bis 12.00 und 14.00 – 17.00 besetzt.