

Worum geht's?

In diesem Text werden nützliche und hilfreiche Informationen rund um das Corona-Virus, Quarantäne und entsprechende Angebote gesammelt und kurz vorgestellt. Darunter befinden sich etwa Telefonnummern von Gesundheitsämtern, Notrufnummern, Informationsportale aber auch Portale, die Bastel-, Sport- oder sonstige Freizeitangebote für Familien beinhalten.

Ab 7 Jahre

Wer ist HopeLit?

HopeLit ist ein Zusammenschluss von Kreativen, meist aus der Buchbranche. HopeLit möchte mit kreativem Input Hoffnung schenken und ein Lichtblick sein in einer Welt, die im Moment so chaotisch ist. HopeLit möchte zeigen: „Wir halten zusammen, über Branchengrenzen und Konkurrenzsituationen hinweg. Es gibt ein Leben nach der Corona-Crise, und darauf arbeiten wir hin. Gemeinsam. Insieme. Ensemble. Samen. Birlikte ...“

Was dürfen Sie mit unseren Texten und Bildern machen?

Dieses Buch wird von HopeLit zur Verfügung gestellt und darf gern kostenlos ausgedruckt, verbreitet und vervielfältigt werden, jedoch nur in dieser Form und solange es zum Download auf hopel.it angeboten wird. Jegliche Änderungen und Bearbeitungen sind nicht gestattet. Zudem dürfen keine Kosten für z. B. Druck oder Papier, weder gegenüber HopeLit noch dem Endnutzer, geltend gemacht werden. Auch eine weitere Verbreitung im Internet oder auf anderen Plattformen ist nicht gestattet. Gerne dürfen Sie auf unsere Webseite verweisen: www.hopel.it. Alle Rechte vorbehalten.

Impressum:

www.hopel.it
Copyright © 2020 HopeLit
hallo@hopel.it

Mittelstraße 12
76227 Karlsruhe
Deutschland/Germany

Verantwortlich:
Sandra Bennua
Melanie Czarnik

Claudia Gliemann
Elisabeth Jäcklein-Kreis
Ann Cathrin Raab

Anja Samstag
Sabrina Weber

Elisabeth Jäcklein-Kreis

Was, Wie, Wo



Ansprechpartner und Links rund um Corona

Mit Illustrationen von
Julia Kotowski

Elisabeth Jäcklein-Kreis

Was, Wie, Wo

Inhaltsverzeichnis

Infos zum Virus	4
Was soll dieses „Corona“ denn überhaupt sein?.....	4
Corona – Themenseite	4
Fünf Regeln gegen Ansteckung	5
Händewaschen nicht vergessen!	5
Fragen an eine Ärztin	6
Hab' ich vielleicht Corona?	6
Zu Hause bleiben – und was machen wir jetzt?	6
Wir werden immer schlauer!	7
Wir machen es uns schön!	7



Wir entdecken neue (Spiele-)Welten!	8
Wir bleiben in Kontakt!	8
Wir schmeißen uns vor den Fernseher!	10
Wenn's brenzlig wird	11
Stress, Streit, Traurigkeit – Notfalltelefone, wenn es dir nicht gut geht	12
Unfall, Krankheit – die Notrufnummern	12
Corona-Verdacht	14
Für Eltern	17
Hilfen und Unterstützungsangebote bei (finanziellen) Engpässen	19



Infos zum Virus

Was soll dieses „Corona“ denn überhaupt sein?

Dieses Video der Stadt Wien erklärt dir, was Corona eigentlich ist und was du jetzt tun kannst, um gesund zu bleiben und andere zu schützen:

https://www.youtube.com/watch?v=_kU4oCmRFTw

Corona – Themenseite

Bei ZDF tivi findest du eine Themenseite mit ganz vielen Infos, Erklärungen und kurzen Filmen rund um Corona. Hier werden (fast) alle Fragen beantwortet!

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

Fünf Regeln gegen Ansteckung

Bei ZDF tivi gibt es einen kurzen Film mit fünf einfachen Tipps und Regeln für jeden Tag, um sich selbst und andere zu schützen:

<https://www.zdf.de/kinder/logo/schutz-vor-corona-100.html>

Händewaschen nicht vergessen!

Händewaschen ist ein super Schutz vor Viren und Bakterien. Aber wie musst du es machen, damit es wirklich hilft? Das erklärt NetDoktor in diesem Video:

<https://www.youtube.com/watch?v=fAFi4asRT7s>



Übrigens – schon gewusst? Wenn du beim Händewaschen zweimal „Happy birthday“ singst, hast du sie lang genug gewaschen – und Spaß macht es auch noch!



Fragen an eine Ärztin

logo! hat einer Ärztin viele Fragen gestellt, die du jetzt auch haben könntest:

<https://www.zdf.de/kinder/logo/eure-corona-fragen-an-einen-arzt-100.html>

Hab' ich vielleicht Corona?

Ein komisches Gefühl im Bauch? Husten, Schnupfen, Heiserkeit? Bei Quarks findest du eine Übersicht, welche Symptome meist zu Corona gehören – und welche eher nicht:

<https://www.quarks.de/gesundheit/medizin/corona-virus-das-wissen-wir/>

Zu Hause bleiben – und was machen wir jetzt?

Wir werden immer schlauer!

Wenn du die Arbeitsblätter aus der Schule längst fertig hast und trotzdem noch was lernen möchtest, findest du hier jede Menge schlaue Apps – manche davon sind für die Corona-Zeit sogar ausnahmsweise kostenlos:

<https://www.inside-digital.de/ratgeber/von-zu-hause-lernen-coronavirus>

Wir machen es uns schön!

Wenn wir schon so lange zu Hause bleiben, soll es wenigstens schön sein! Nix wie ran an Stifte, Schere und Kleber – jetzt wird gemalt, gebastelt und jedes Zimmer neu dekoriert! Und bestimmt freuen sich Oma und Opa auch über bunte Post!

Tolle Ideen zum Basteln und Ausmalbilder findest du hier:

www.besserbasteln.de

oder hier: <https://www.geo.de/geolino/basteln>

und hier gibt es sogar jeden Tag eine neue Idee:

<https://www.geschwisterloewenstein.de/ideenpost/>



Wir entdecken neue (Spiele-)Welten!

Fangen, Verstecken und „Mensch ärgere dich nicht“ kommt euch schon zu den Ohren raus? Dann schaut doch mal hier: Massenhaft Ideen für neue Spiele – drin oder draußen, zu zweit, zu dritt, zu viert, wild oder kreativ – wetten, da wird's so schnell nicht langweilig?

<https://www.familienbande24.de/wissen/nachwuchs/paedagogik/spielen/spielesammlung/>



Wir bleiben in Kontakt!

Oma und Opa sollen wir gerade nicht besuchen, die Freunde müssen selbst zu Hause bleiben? Doof! Aber kein Grund, sich zu vergessen!

Nutz doch die Zeit und bastle bunte Karten für deine Verwandten und Freunde – ein lieber Gruß im Briefkasten ist bestimmt für jeden eine schöne Überraschung!

Trefft euch online! Zum Beispiel bei Skype kannst du mit Oma und Opa mit Video telefonieren und erzählen, was du gerade machst, Kunststücke zeigen oder ihr schaut zusammen ein Buch an. Dann fühlt es sich fast an wie ein Besuch!

Mach ein Fotoalbum! Schieß Bilder davon, wie du gerade deine Tage gestaltetest – dann kannst du deinen Freunden später genau zeigen, was bei dir los war!

Wir schmeißen uns vor den Fernseher!

Du hast den ganzen Tag schon gelernt, getobt und gespielt – und jetzt geht's vor den Fernseher? Die ZEIT hat ein paar Tipps für besonders gute Filme und Serien gesammelt. Manche Sachen gibt es sogar nur jetzt, ausnahmsweise. Zum Beispiel jeden Tag eine „Sendung mit der Maus“:

<https://www.zeit.de/kultur/film/2020-03/kinderserien-jugendliche-serien-beschaeftigung-quarantaene>



Wenn's brenzlig wird

Stress, Streit, Traurigkeit – Notfalltelefone, wenn es dir nicht gut geht

Wenn du lange zu Hause bleiben musst, kann es schon mal passieren, dass dir die Decke auf den Kopf fällt. Vielleicht bekommst du sogar Streit mit deinen Eltern oder Geschwistern, weil ihr euch nicht aus dem Weg gehen könnt.

Wenn du jemanden brauchst, der dir zuhört und dir gute Tipps geben kann, sind die Leute an den Notfalltelefonen immer für dich da:

<https://www.sorgen-tagebuch.de/soforthilfe/notfalltelefone>

Stress, Streit, Traurigkeit – Notfalltelefone, wenn es dir nicht gut geht



Unfall, Krankheit – die Notrufnummern

Jemand hat sich verletzt, du hattest einen Unfall oder ein Familienmitglied fühlt sich sehr krank? Dann kannst du die Notrufnummern wählen:

Polizei: 110

Bei einem Unfall, wenn ein Streit außer Kontrolle gerät, wenn sich Menschen prügeln oder aggressiv sind oder wenn du sonst in eine Situation gerätst, die dir große Angst macht – dann ruf die Polizei an! Sie ist rund um die Uhr erreichbar und hilft dir gern!

Rettungsdienst und Feuerwehr: 112

Wenn es brennt, aber auch bei einem schweren Verkehrsunfall oder einem Notfall – wenn du zum Beispiel sehr schlimm vom Fahrrad gefallen bist, wenn jemand etwas gegessen oder getrunken hat, das vielleicht giftig ist oder wenn jemand starke Schmerzen hat oder bewusstlos ist – dann solltest du die 112

anrufen. Sie schickt dir entweder die Feuerwehr oder einen Notarzt, der die verletzte Person behandelt und ins Krankenhaus bringt.

Ärztlicher Bereitschaftsdienst: 116 117

Du oder ein Familienmitglied fühlen sich krank? Jemand hat Fieber oder Schmerzen – aber gerade hat keine Arztpraxis offen? Dann kommt der ärztliche Bereitschaftsdienst zu euch nach Hause und behandelt dich oder dein Familienmitglied.

Wichtig:

Bleib ruhig! Erkläre der Person am Telefon genau, was los ist – je mehr sie weiß, desto besser kann sie helfen!

Beantworte die W-Fragen:

- *WO bist du? Sag unbedingt zuerst deinen Namen und deine Adresse!*
- *WAS ist passiert? Erkläre genau, warum du anrufst!*
- *WIE VIELE Personen sind betroffen? Gibt es eine verletzte Person oder mehrere?*
- *WELCHE Art von Notfall liegt vor? Erkläre genau, was passiert ist.*
- *WARTEN auf Rückfragen. Wenn du alles erklärt hast, lege nicht auf, sondern warte ab, ob die Person am Notruf noch Fragen hat.*



Corona-Verdacht

Wenn du oder jemand aus deiner Familie sich mit Corona angesteckt haben könnte – weil ihr zum Beispiel an einem Ort mit hohem Risiko wart oder weil ihr jemanden getroffen habt, der schon krank ist – solltet ihr auf keinen Fall einfach zum Arzt fahren. Dort könntet ihr viel zu leicht andere Menschen anstecken.

Das könnt ihr machen:

- *Ruft euren Arzt an. Alle Ärzte können euch beraten und erklären, was zu tun ist.*
- *Ruft in einem Krankenhaus oder beim ärztlichen Bereitschaftsdienst (116 117) an. Auch die Ärzte dort wissen, was zu tun ist.*



- In allen Bundesländern gibt es Bürgertelefone. Dort sitzen Menschen, die sich sehr gut auskennen und euch beraten und helfen können:
- Nummer der Bundesgesundheitsministeriums (für ganz Deutschland): 030 - 346 465 100
- Bayern: 09131 - 680 851 01 (<https://www.br.de/nachrichten/bayern/coronavirus-in-niederbayern-ansprechpartner-und-infos,Rt6Cflx>)
- Baden-Württemberg: 0711 - 904 395 55 (<https://sozialministerium.baden-wuerttemberg.de/de/gesundheitspflege/gesundheitschutz/infektionsschutz-hygiene/informationen-zu-coronavirus/>)
- Berlin: 030 - 902 828 28 (<https://www.berlin.de/corona/>)
- Brandenburg: 0331 - 868 377 7 (https://service.brandenburg.de/lis/detail.php/land_bb_boa_01.c.421096.de)
- Bremen: 115 oder 3610 (<https://www.service.bremen.de/>)
- Hamburg: 040 - 428 284 000 (www.hamburg.de/coronavirus)
- Hessen: 0800 - 555 466 6 (<https://www.hessen.de/fuer-buerger/aktuelle-informationen-zu-corona-hessen>)
- Mecklenburg-Vorpommern: 0385 - 588 588 8 (<https://www.regierung-mv.de/Landesregierung/sm/Service/Corona/>)
- Niedersachsen: 04131 - 261 000 (https://www.ndr.de/nachrichten/niedersachsen/lueneburg_heide_unterelbe/Bei-Corona-Verdacht-immer-Buergertelefon-anrufen,aktuelllueneburg3360.html)

- Nordrhein-Westfalen: 0211 - 911 910 01 (<https://www.land.nrw/de/pressemitteilung/landesregierung-buendelt-informationen-und-massnahmen-rund-um-das-corona-virus-auf>)
- Rheinland-Pfalz: 0800 - 575 810 0 (<https://www.swr.de/swraktuell/rheinland-pfalz/Krankenhaeuser-bereiten-sich-vor-So-wappnet-sich-Rheinland-Pfalz-gegen-das-Coronavirus.corona-rp-100.html>)
- Saarland: 0681 - 501 442 2 (https://www.saarbruecker-zeitung.de/saarland/landespolitik/saarland-richtet-krisenstab-und-eine-hotline-zum-coronavirus-ein_aid-49235495)
- Sachsen: 0351 - 564 558 60 (<https://www.sms.sachsen.de/coronavirus.html>)
- Sachsen-Anhalt: 0391 - 256 422 2 (<https://ms.sachsen-anhalt.de/themen/gesundheit/aktuell/coronavirus/>)
- Schleswig-Holstein: 0431 - 797 000 01 (https://www.schleswig-holstein.de/DE/Schwerpunkte/Coronavirus/coronavirus_node.html)
- Thüringen: 0361 - 573 411 500 (<https://www.landesregierung-thueringen.de/corona-bulletin/>)

Das Bundesministerium für Gesundheit hat auch eine Informationsseite: <https://www.zusammengegencorona.de/>



Für Eltern

Die aktuelle Situation ist schon für uns Erwachsene schwierig – surreal, unabsehbar, verwirrend, vielleicht sogar angsteinflößend.

Für unsere Kinder ist sie noch schwieriger zu verstehen – schließlich passieren ganz und gar abstrakte Dinge und die Kinder merken genau, dass auch die Erwachsenen verunsichert sind.

Das Gute ist: Wir sitzen alle in einem Boot! Und wir stehen das alle zusammen durch!

- Wenn Sie gerade nicht wissen, wie Sie Ihren Kindern Corona erklären können: UNICEF hat acht gute Tipps zusammengestellt:

<https://www.unicef.de/informieren/aktuelles/blog/coronavirus-acht-tipps-mit-kindern-darueber-zu-sprechen/212392>

- Beim JFF gibt es eine Sammlung an guten Ideen, wie Kinder mit Medien sinnvoll Zeit verbringen können:

<https://www.jff.de/meldungen/details/medien-im-ausnahmestand/>



- Sie müssen in Quarantäne, wissen aber gar nicht so genau, was das jetzt für Sie bedeutet? Das Robert-Koch-Institut hat einen Flyer mit allen wichtigen Informationen zusammengestellt:

https://www.rki.de/DE/Content/InfAZ/N/Neuartiges_Coronavirus/Quarantaene/Inhalt.html

- Und auch die Bundesregierung und das Bundesgesundheitsministerium haben Tipps für Eltern gesammelt und stellen jeden Tag neue Informationen online – und das auf Deutsch, Englisch, Türkisch und in einfacher Sprache:

<https://www.bundesregierung.de/breg-de/themen/coronavirus/wie-eltern-ihren-kindern-jetzt-helfen-koennen-1730182>

<https://www.bundesgesundheitsministerium.de/coronavirus.html#c17088>



Hilfen und Unterstützungsangebote bei (finanziellen) Engpässen

Anregungen und Ideen für Kleinunternehmer und Selbstständige:

https://www.deutschlandfunk.de/unternehmer-in-der-coronakrise-diese-hilfen-gibt-es-fuer.766.de.html?dram:article_id=472838

Zusammenstellung mit allen Hilfsmöglichkeiten, Links zu Anträgen etc.:

<https://www.jimdo.com/de/magazin/corona-hilfen-fuer-selbststaendige-kleine-unternehmen/>

