

Liebe Eltern!

Der erneute Lockdown fordert von uns allen wiederum ein hohes Maß an Ressourcenmobilisierung, um diese außergewöhnliche Situation bestmöglich zu meistern. Möglicherweise fühlen Sie sich als Eltern ziemlich gefordert, den Balanceakt zwischen der eigenen Arbeit und der lerntechnischen Betreuung Ihrer Kinder bestmöglich hinzubekommen. Neben der angespannten Wirtschaftslage gilt Ihre Sorge vielleicht auch dem Gesundheitszustand Ihrer Eltern und Großeltern. Die Belastung ist bei manchen sehr hoch.

Vielleicht können wir Ihnen, was die Schule anbelangt, ein bisschen von dem Druck nehmen, der auf Ihnen lasten mag:

Im Gegensatz zum Lockdown im Frühjahr bleiben die Schulen diesmal ausdrücklich für alle SchülerInnen, die Betreuung oder Lernunterstützung brauchen geöffnet.

Leistung sollte in dieser Zeit nicht an erster Stelle stehen, vor allem, wenn Sie oder ihr Kind persönlich womöglich zu kämpfen haben. Nehmen Sie sich Qualitätszeit füreinander, machen Sie Dinge, die Sie schon lange gemeinsam zu Hause tun wollten, reden und lachen Sie auch miteinander.

Ja: Und manchmal geht einfach nichts mehr!! Auch das ist in dieser extremen Situation auf oft engstem Raum nichts Besonderes.

Vielleicht kann ein gutes Gespräch mit einer außenstehenden Person dann zur Entlastung beitragen.

In der Folge finden Sie die **wichtigsten Telefonnummern** für die **psychosoziale Soforthilfe**, kostenlos, vertraulich, 24 Stunden:

**Telefonseelsorge: 142**

**Rat auf Draht (für Kinder und Jugendliche): 147**

**Sozialpsychiatrische Soforthilfe: 01 31 330**

**Frauenhotline: 0800 222 555**

**Krisenintervention: Mo – Fr, 10 – 17 Uhr: 01 406 95 95**

Wenn Sie oder Ihr Kind mit uns persönlich in Kontakt treten wollen, dann wenden Sie sich bitte mit Ihrem Anliegen telefonisch (vormittags) oder per E-Mail an uns.

Mögen Sie und Ihre Kinder mit Zuversicht und Geduld kraftvoll durch diese herausfordernden Zeiten gehen!  
Dies wünschen Ihnen von ganzem Herzen.

Barbara Breuss (Beratungslehrerin) und Marlis Wottawa-Posch (Schulpsychologin)

Kontakt:

email: [barbara.breuss@theodor-kramer.at](mailto:barbara.breuss@theodor-kramer.at)

tel: 0664 8269232 (vormittags)

email: [marlis.wottawa-posch@oezpgs.at](mailto:marlis.wottawa-posch@oezpgs.at)

tel: 0664/88588275 (vormittags)