

خانم ها و آقایان عزیز،

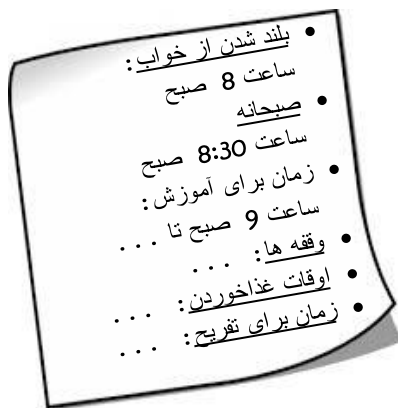
از مدت سه هفته بدینسو مدارس (مکتب ها) بسته اند. این یک حالت ویژه برای همه است.

ما برای شما توسط این نامه توصیه ها و کمک های خود را

- برای برنامه ریزی روزانه یکجا با اطفال تان،
- برای آموزش در خانه،
- در مورد مشکلات، نگرانی ها و پرسش ها ارایه میدهیم.

برنامه ریزی روزانه

رفتن روزانه به مدرسه (مکتب) یک امر همیشگی و عادی است، اما حالا این امر اجرا نمیشود. این حالت برای شما و همچنان فرزندان شما غیر عادی است. **توصیه:** با فرزند خود یکجا فکر کنید که چطور برنامه روزانه خود را بدون مدرسه طراحی میکنید! در یک برگه، این که چه چیزی در کدام زمان انجام شود را بنویسید.



آموزش در خانه

فرزند شما مواد آموزشی را از مدرسه (مکتب) دریافت کرده است. آیا در این مورد سوالی دارید؟ با مدرسه فرزند خود به تماس شوید (زنگ بزنید).

توصیه: یکجا با فرزند خود در مورد این که در کدام موقعیت داخل خانه میشود بهتر درس خواند، فکر کنید. بعداً به وظایف خانگی نگاه بیندازید تا بدانید کدام وظیفه برای انجام دادن است. زمان تفریح (وقفه) را تعیین کنید.

از فرزند خود بخواهید، وظایف خانگی انجام داده شده خود را به شما نشان دهد.

توصیه های بیشتر در مورد آموزش در خانه در این صفحات اینترنتی

<https://schuleonline.bildung-rp.de/unterstuetzung-fuer-eltern-und-schueler.html>

<https://schuleonline.bildung-rp.de/handreichung-onlinegestuetzter-unterricht.html>

مشکلات، نگرانی ها و پرسش ها

در برگه های بعدی صفحات اینترنتی و شماره های تماس مفید را دریافت میکنید.

ما برای شما و خانواده تان آرزوی بهترین ها و قوت و انرژی بیشتر را داریم.

با احترام

مشکلات، نگرانی ها و پرسش ها

اینجا شما و فرزندتان کمک دریافت میکنید، بیشتر بدون هزینه و بدون ذکر نام:

مشاوره در مورد مشکلات روانی در زمان کرونا (BDP-Corona-Hotline): 0800 777 22 44 (بدون هزینه)

<https://www.bdp-verband.de/aktuelles/2020/corona/bdp-corona-hotline.html>

شماره تماس مربوط به تکفین و تدفین (تماس بدون هزینه): 0800-1110111 / 0800-111 0 222 / 116 123

<https://online.telefonseelsorge.de/>

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

شماره تماس نهاد مشوره دهی (Nummer gegen Kummer) برای اطفال، نوجوانان و والدین (تماس بدون هزینه و ذکر نام): 116111

https://www.nummergegenkummer.de/kinder-und-jugendtelefon.html#log_in

موسسه فدرال برای مشوره دهی در موارد خانواده و پرورش فرزندان

<https://jugend.bke-beratung.de/>

شماره تماس برای درخواست کمک در مورد "خشونت علیه زنان"

(تماس بدون هزینه و ذکر نام) 08000 116 016

مراکز مشوره دهی در مورد مشکلات روحی و روانی در مدارس

<https://schulpsychologie.bildung-rp.de/schulpsychologische-beratungszentren.html>

انستیتوت تحقیقاتی غیردانشگاهی Leibniz-Institut für Resilienzforschung (معلومات در مورد پاندمی کرونا)

<https://lir-mainz.de/corona-pandemie-empfehlungen-zur-staerkung-der-psychischen-gesundheit>

توصیه هادر مورد برنامه های روزمره

توصیه ها و پیشنهادات عمومی

<https://www.bildungserver.de/Kinderbetreuung-in-der-Corona-Krise-12757-de.html>

تشریح حقوق کودکان در زمان کرونا

https://www.invidio.us/watch?v=_kU4oCmRFTw

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

مواد و ویدیو های آموزشی برای آموزش در خانه

<https://www.planet-schule.de/>

<https://materialwiese.de/>

مفکوره ها برای مشغول ساختن فرزندان

<https://www.familie.de/kleinkind/kinderspiele/>

<https://www.albaberlin.de/news/details/reaktion-auf-coronavirus-albas-taegliche-digitale-sportstunde-fuer-kinder-und-jugendliche/>

<https://vimeopro.com/plrlp/sportchallenge>

برخورد با اخبار جعلی

<https://www.klicksafe.de/service/aktuelles/news/detail/coronavirus-covid-19-umgang-mit-panikmache-und-fake-news/>