



Isolation und Quarantäne bei Kindern und Jugendlichen

Anregungen für die Quarantäne oder Isolation

Ideen für Spiele:

- Elternsein.info: [Ideen für Familien | Elternsein.info](#)
- Pro Juventute: [Kreative Spiele für Zuhause \(projuventute.ch\)](#)
- [Spielschweiz - Dein Tor in die Welt des Spielens... - Spielschweiz - Das Tor in deine Welt des Spielens!](#)
- Freizeit.ch: [Geniale Ideen für Abwechslung zuhause - Neuigkeiten - Freizeit.ch](#)
- Ideen von UNICEF: [Was kann man während Corona machen? Lockdown Beschäftigung | UNICEF](#)
- KI!ck-T!pps.net: [Apps und Webseiten für Kinder | klick-tipps.net](#)

Tipps für Eltern zum Thema Medienkonsum:

Während der Quarantäne/Isolation werden meist vermehrt Medien konsumiert. Verschiedene Kantone weisen auf Anlaufstellen rund um das Thema Mediennutzung bei Kindern/Jugendlichen sowie die Problematik Sucht hin:

- Pro Juventute: [Wie viel Bildschirmzeit ist gut für ihr Kind? \(projuventute.ch\)](#)
- Suchtschweiz: [Survival Kit – Für Eltern | Sucht und Corona-Krise \(suchtschweiz.ch\)](#)
- meineteenager.ch: [Bildschirme - MonAdo \(meinteenger.ch\)](#)

Anlaufstellen bei Fragen und Sorgen

Eltern

- Elternberatung 24/7 der Pro Juventute (Tel: 058 261 61 61): [Elternberatung rund um die Uhr \(projuventute.ch\)](#)
- Elternnotruf 24/7: [Home - Elternnotruf](#)
- Pro Mente Sana: [Startseite | Pro Mente Sana | Psychische Gesundheit stärken](#)
- Mütter- und Väterberatung (regional aufgeteilt): [Schweizerischer Fachverband Mütter- und Väterberatung - Fachverband Mütter- und Väterberatung \(sf-mvb.ch\)](#)
- Pro Familia Schweiz (regional aufgeteilt): [Familien in Zeiten der Corona-Krise: Angebote, Anlaufstellen und Dienstleistungen - Pro Familia Schweiz](#)



- Schulpsychologischer Dienst (regional aufgeteilt): [Schulpsychologie Schweiz](#)
- Dureschnufe: [Entdecke die Schweizer Kampagnen zur psychischen Gesundheit! \(dureschnufe.ch\)](#)
- Beratungen in Spitälern (regional unterschiedlich)

Kinder und Jugendliche

- ciao.ch: [Site d'information, d'aide et d'échanges pour les 11-20 ans - CIAO](#) (in Französisch)
- Beratung 147 Pro Juventute ([Kinder- und Jugendberatung Pro Juventute - 147.ch](#))
- Kinderschutz Schweiz: [Melde- und Beratungsstellen | Kinderschutz Schweiz](#)
- Wie geht's dir? [Gesprächstipps | Wie geht's dir? \(wie-gehts-dir.ch\)](#)
- Dureschnufe: [Entdecke die Schweizer Kampagnen zur psychischen Gesundheit! \(dureschnufe.ch\)](#)
- Kinderseele.ch: [Was ist los? - Institut Kinderseele Schweiz](#)
- [Lehrpersonen](#)
- Kinder- und Jugendpsychiatrische Dienste (regional unterschiedlich)
- Beratungen in den Kinderspitälern (regional unterschiedlich)

Informative Seiten der Kantone zum Thema Coronavirus

Informative Webseiten:

- Bern: [Corona - Psychische Gesundheit](#)
- Freiburg: [Alles über psychische Gesundheit](#)
- Nidwalden: [Psychische Gesundheit](#)
- St. Gallen: [Infos und Tipps für zu Hause in Zeiten des Coronavirus | sg.ch](#)
- Kanton Zug: [Corona - Sich und seiner Familie Sorge tragen](#)
- Basel-Land: [Fürenand in Baselland — baselland.ch](#)
- Solothurn: [Gesprächs- und Unterstützungsangebote - Bevölkerung - Kanton Solothurn](#)
- Kanton Appenzell Innerrhoden: [Beratung und Hilfe — Appenzell Innerrhoden \(ai.ch\)](#)

Hinweise zu verwandten rechtlichen Grundlagen

[Anweisungen Isolation und Quarantäne](#)
[Massnahmen Erwerbsentschädigung](#)