



# Kinder mit Long Covid in der Schule: Ideen zur Umsetzung

- Oberste Priorität bei allem: **Crashes vermeiden**, um keine Verschlechterung zu provozieren und **flexibel** bleiben. Die Krankheit entwickelt sich nicht zwingend linear.
- Ein gutes Energiemanagement (**Pacing**) ist bei Long Covid das A und O: Grenzen erkennen und das passende Tempo wählen bzw. frühzeitig abbrechen (egal ob körperliche oder geistige Tätigkeit. Auch Reize erschöpfen.)
- **Räumlichkeiten** passend anbieten (Ruheraum, Lift zur Benutzung erlauben zusammen mit einem Gspändli, ev. in separatem Zimmer lernen oder zuhause)
- **Klassenassistenz** engagieren/Schulbegleitung bzw. **Fahrdienst** anbieten/finanzieren
- Mehr **Zeit** geben wo notwendig (für Prüfungen, längere Pausen ev. mit Gspändli=Schulfreund:in)
- **Präsenzzeit** im Unterricht **anpassen** (stundenweise, ev. erst am Nachmittag in den Unterricht). Achtung: der Besuch einzelner Fächer ist nicht immer die ideale Lösung: Kann das Kind dabei den Schulstoff nicht aufnehmen, lohnt sich ein **1:1 Unterricht**.
- **Angepassten Lern- und Förderplan** erstellen, z.B. Reduktion auf die Kernfächer oder noch mehr. In sich aufbauende Fächer möglichst priorisieren.
- Weitere **Infektionen verhindern** durch nötige Hygienemassnahmen, regelmässiges Lüften, allenfalls Luftfilter. Reinfekte können die Krankheit verschlimmern.
- **Hilfsmittel** erlauben (Kopfhörer, Vorleseprogramm, Taschenrechner etc. je nach Situation kann hier die IV involviert werden)
- Prüfungsarten und den Umfang der **Prüfungen** anpassen, evtl. anderen Leistungsnachweis erlauben bzw. **Notendispensation**. Die Leistung kann auch ohne Noten bewertet werden und Prüfungen sind oft ein Grund für Crashes.
- Weitere Massnahmen des **Nachteilsausgleichs** abklären (ev. Mithilfe SPD).
- Prüfen von **hybriden Unterrichtsformen, Fern- und/oder Einzelunterricht** im Schulhaus oder zuhause. Je nach Situation das Kind ganz ins **Homeschooling** nehmen (private Beschulung in Verantwortung der Eltern) aber gesundheitsbedingt möglichst mit Finanzierung durch die öffentliche Hand.
- Einbezug von **externen Online-Schulangeboten** (z.B. einzelne Fächer über Swissonlineschool, nicht für jedes Kind geeignet).
- **Sozialisierung**: Viele Kinder sind vor lauter Erschöpfung nicht mehr in der Lage zu sozialisieren. Da lohnt es sich nach anderen Formen zu suchen: z.B. ein Gspändli wöchentlich zum Mittagessen einladen.

*Die Inputs werden grösstenteils im zukünftigen Schulflyer des BAG veröffentlicht (ca. Sommer 24).  
Die Ideen müssen auf den aktuellen Krankheitszustand angepasst werden und können sich ändern.*

#### Hinweis zu medizinischen Themen und Haftungsausschluss

Die hier gegebenen Inhalte dienen ausschliesslich der Vermittlung von Wissen. Die Texte erheben keinen Anspruch auf Vollständigkeit, Richtigkeit und Aktualität. Die Inhalte ersetzen keinesfalls die fachliche Beratung durch einen Arzt, Apotheker oder Therapeuten und dürfen nicht als Grundlage zur eigenständigen Diagnose oder Behandlung von Krankheiten verwendet werden. Bei gesundheitlichen Fragen oder Beschwerden soll immer ein Arzt konsultiert werden. Wir übernehmen keine Haftung für mögliche negative Folgen (inkl. direkte oder indirekte Folgeschäden), die sich aus der Anwendung der hier dargestellten Information ergeben.