



# Gabriele-von-Bülow-Gymnasium

Bilinguales Profil Deutsch – Englisch  
Europäische Begegnungsschule mit Polen

[www.gvb-berlin.de](http://www.gvb-berlin.de)

Tile-Brügge-Weg 63 13509 Berlin Fon: 030 21005246-0 Fax: 030 21005246-8 [info@gvb-berlin.de](mailto:info@gvb-berlin.de)

## Was tun, wenn mir die Decke auf den Kopf fällt?

Liebe Schülerinnen und Schüler,

die nächsten Tage und Wochen können unter Umständen sehr lang werden. Persönliche Kontakte zu Freunden und Mitschülern werden eingeschränkt oder müssen ganz in die virtuelle Welt verlegt werden, Freizeitbetätigungen können nicht stattfinden, ungewohnter Weise sind alle Familienmitglieder zur gleichen Zeit zu Hause, der Raum für den Rückzug und das „In-Ruhe-gelassen-werden“ fehlt.

Unsere Tipps:

Plant den Tag, nehmt die angebotenen Lernmaterialien ernst und füllt einen häuslichen Schultag mit geistiger Arbeit.

Nutzt die zusätzlichen Lernangebote, die Liste habt Ihr bekommen, ihr findet sie auch auf der Homepage.

Auch körperliche Betätigung tut gut. ALBA hat eine Lösung erarbeitet, mehr Infos dazu findet ihr unter: <https://www.albaberlin.de/news/details/reaktion-auf-coronavirus-alba-berlin-startet-taegliche-digitale-sportstunde-fuer-kinder-und-jugendliche/>

Wenn es ganz eng wird, jemand so gar nicht mit der Situation zurecht kommt, stehen wir Euch selbstverständlich mit offenem „Ohr“ und Rat zur Seite. Gerne könnt Ihr Euch an den/die Lehrer/in Eures Vertrauens, an die Klassenleitung, an die Schulsozialpädagogin Frau Seeger [s.seeger@gvb-gymnasium.de](mailto:s.seeger@gvb-gymnasium.de), Tel.: 0171 7330211 oder an das Krisenteam [krisenteam@gvb-gymnasium.de](mailto:krisenteam@gvb-gymnasium.de) wenden.

Kostenlose Beratung bietet der Kinderschutzbund unter 030/450 81 26 00 bzw. unter [info@kinderschutzbund-berlin.de](mailto:info@kinderschutzbund-berlin.de)

Weitere Anlaufstellen für den Notfall findet Ihr auf unserer Homepage unter Schule/Schulsozialarbeit/Rat und Hilfe im Notfall.

Mit den besten Wünschen für die nächsten Wochen!

Heike Briesemeister  
Schulleiterin