

Hilfetelefone und Online-Beratung für Eltern, Kinder und Jugendliche

Die andauernde Corona-Pandemie und der damit verbundene erneute „Lockdown“ stellt besonders Familien vor herausfordernde Situationen. Der Alltag wurde teilweise komplett umgeworfen. Kindern und Jugendlichen fehlt der strukturierte Tagesablauf durch Kita und Schule und die damit verbundenen sozialen Kontakte. Eltern sehen sich vor der zusätzlichen Aufgabe, ihre Kinder zu betreuen und teilweise auch „zu beschulen“.

Manche Elternteile arbeiten von zuhause, andere können vielleicht die Notbetreuung in Anspruch nehmen. Vielen fehlen die unterstützenden Großeltern, Freunde oder Bekannte bzw. die Einrichtungen sowie Vereinsangebote für Kinder- und Jugendliche. Hinzukommt, dass sich Kinder und Jugendliche nicht in ihrem gewohnten sozialen Umfeld frei bewegen können, sondern den größten Teil des Tages zuhause verbringen müssen. In manchen Familien herrschen existenzielle Sorgen, nicht ausreichend Platz in den eigenen vier Wänden, der zu Konflikten führen kann – all das kann für Eltern und Kindern stark belastend sein.

Wo finden Eltern und Kinder Hilfe, wenn die Situation Zuhause zu eskalieren droht, oder sie einfach jemanden brauchen, um über ihre Belastungen und Probleme zu sprechen?

Hilfen vor Ort in der Region Hof

Stadtjugendamt Hof	09281 815 12 63
Kreisjugendamt Hof	09281 57 40 4
Diakonie Hochfranken	09281 160 710 200

Überwiegend kostenfreie bundesweite Rufnummern.

- Telefonseelsorge 0800 111 0 111
- Muslimisches Seelsorgetelefon 030 44 35 09 821
- Beratungshotline Zentralwohlfahrt der Juden in Deutschland e.V. 069 - 94 43 71-63
- Hilfetelefon Sexueller Missbrauch 0800 22 55 530
- Nummer gegen Kummer (für Kinder und Jugendliche) 116 111
- Elterntelefon 0800 11 10 550
- Hilfetelefon Gewalt gegen Frauen 08000 116 016
- Hilfetelefon Gewalt an Männern 0800 12 39 900
- Hilfetelefon Schwangere in Not 0800 40 40 020
- Hilfetelefon tatgeneigte Personen 0800 70 22 240
- Medizinische Kinderschutzhotline (für Angehörige der Heilberufe) 0800 19 21 000
- Bayerische Kinderschutzambulanz 089 21 80 73 01 1

Weitere Informationen zum Kinderschutz finden sich auf der Webseite der KoKi der Stadt Hof www.koki-hof.de/hof_deu/bereich-2/informationen-zum-kinderschutz.html bzw. auf der Webseite der KoKi Landkreis Hof www.landkreis-hof.de/dienstleistungen/koordinierender-kinderschutz/

- **Darüber hinaus stehen u.a. folgende Onlineangebote zur Verfügung.**

Eine umfangreiche Übersicht mit verschiedenen Onlineangeboten findet sich auf der Webseite vom Nationalen Zentrum Frühe Hilfen unter der Adresse: www.elternsein.info/beratung-anonym/anonym-kostenlos/corona-zeiten-beratung-jetzt-fuer-eltern/

Krisen-Training unter www.starkdurchdiekrise.de

Hilfe für Jugendliche unter www.jugendnotmail.de

Beratung rund um die Uhr unter www.krisenchat.de