

## Notrufe für Eltern:

Wenn Sie selbst oder jemand aus Ihrem Freundes- und Bekanntenkreis unter der Corona-Krise leidet und an die Grenzen der Geduld oder Leidensfähigkeit kommt, zögern Sie nicht, eine der Hilfsangebote anzunehmen! Sollte die Nummer aus irgendeinem Grund nicht zu erreichen sein, geben Sie bitte nicht auf, sondern nehmen Sie die nächste Nummer, bis Sie Hilfe bekommen! Wenn Sie Eltern, andere Sorgeberechtigte oder Kindern selbst Hilfe zukommen lassen wollen, könnten Sie ihnen diese Adressen zukommen lassen, sofern dies nicht Ihre eigene Sicherheit gefährdet.

## Hilfreiche Internetseiten:

<https://www.eltern.de/familienleben/krisenmanagement-an-wen-du-dich-wenden-kannst>

<https://www.familie.de/kleinkind/wenn-kinder-streit-haben/>

<https://www.zdf.de/nachrichten/panorama/coronakrise-konflikte-familien-100.html>

<https://www.diepholz.de/familie-und-senioren/familie/elternberatungsstellen/>

## Ansprechpartner regional:

### Elternberatungsstelle Syke bzw Elternberatungsstelle Diepholz:

bei Fragen, Sorgen, Zweifeln z.B. zu Themen wie

- Gestaltung der Corona-Zeit mit Kleinkindern, Kindergarten- und Schulkindern oder Jugendlichen
- Ängste bei Eltern oder Kindern
- Umgang mit „Corona-Fällen“
- Quarantäne
- Elternkonflikte, Scheidung

„ Eltern können sich mit den Erziehungsaufgaben überfordert fühlen. Aber auch Beziehungsschwierigkeiten der Eltern, Probleme bei Trennung und Scheidung bedürfen oftmals der professionellen Hilfe und Unterstützung durch die zuständige Stelle. Eltern und andere Sorgeberechtigte haben einen Rechtsanspruch auf Erziehungsberatung. Kinder und Jugendliche können eine Beratungsstelle auch ohne Beisein der Eltern aufsuchen.“

### Eltern- Beratungsstelle Diepholz:

Hindenburgstr. 6

49356 Diepholz

**Telefon:** 05441 976 2800

**e-mail:** [elternberatung-diepholz@diepholz.de](mailto:elternberatung-diepholz@diepholz.de)

offene Sprechstunde: Montags 16- 17.30 Uhr

**Eltern- Beratungsstelle Syke:**

Schloßweide 8

28857 Syke

Telefon: 04242 976 2700

e-mail: elternberatung-syke@diepholz.de

\*\*\*\*\*

**(Verdacht auf) Sexuelle Gewalt:**

Fachberatungsstelle bei sexualisierter Gewalt an Kindern und Jugendlichen

St. Annen- Str. 15

27239 Twistringen

04243 9412630

**Deutscher Kinderschutzbund**

Ortsverband Delmenhorst

Lange Str. 101

27749 Delmenhorst

Telefon: 04221- 13 636

e-mail: dksb\_delmenhorst@web.de

Homepage: <http://www.kinderschutzbund-delmenhorst.de>

\*\*\*\*\*

**Papillon** – Beratungsstelle bei sexueller Gewalt an Kindern und Jugendlichen

Terminvereinbarung: 05441 976 2826

email: papillon@diepholz.de

Die Beratung ist kostenlos und vertraulich, die Berater haben Schweigepflicht.

**Beratungsangebot:**

- Beratung und Begleitung von betroffenen Kindern und Jugendlichen
- Beratung von Eltern und nahen Bezugspersonen
- Beratung bei Verdachtsfällen
- Telefonberatung
- Krisenintervention in Zusammenhang mit sexualisierter Gewalt
- Prävention

## Jugendamt

Bei Sorgen und Nöten können sich Kinder, Jugendliche oder auch Familien an ihre Jugendämter vor Ort wenden.

### Jugendamt Diepholz

Prinzhornstr. 4  
49356 Diepholz  
Telefon: 05441 / 976-4243

### **Leitung**

Detlef Klusmeyer  
Telefon: 05441 / 976-1052  
Fax: 05441 / 976-1754  
E-Mail: verena.schwartz@diepholz.de

## **Ansprechpartner überregional:**

### Telefonseelsorge:

Die Telefonseelsorge bietet ihr Angebot auf drei Weisen an; als Telefonat, im Chat oder per e-mail:

**Die Telefonseelsorge** ist anonym, kostenlos und rund um die Uhr erreichbar:

Telefonnummer: 0800 111 0 111 oder 0800 111 0 222

Der Anruf taucht nicht auf der Telefonrechnung auf! Auch nicht auf dem Einzelbindungsnachweis!

### **Hilfe – Chat:**

Anmeldung auf der Webseite der Telefonseelsorge  
den Chatraum kann man auch ohne Termin betreten, mit etwas Glück ist ein Berater frei. Auf jeden Fall klappt es mit einem gebuchten Termin.

### **Hilfe per e-mail:**

Auf der Seite der Telefonseelsorge anmelden und Nachricht schreiben, da können dann auch die Antworten der Berater gelesen werden. So taucht der e-mail-Verkehr nicht in den normalen Postfächern auf.

\*\*\*\*\*

## **Berufsverband Deutscher Psychologinnen und Psychologen (BDP e.V.)**

anonymer und kostenloser Beratungsservice „BDP Corona- Hotline“: 0800 777 2244 (täglich 8-20 Uhr)

## Die Nummer gegen Kummer:

für Kinder und Jugendliche:

Telefon: 116 111 ,

Mo-Sa 14 – 20 Uhr, und wegen der Corona-Krise zusätzlich: Mo, Di und Do 10- 12 Uhr

\*\*\*\*\*

## Bundesweites Elterntelefon des Kinderschutzbundes:

Wenn Sie sich überfordert oder hilflos fühlen. Unsere Berater wissen, vor welchen Herausforderungen Eltern manchmal stehen und unterstützen Sie, Lösungen zu finden. Auch wenn Sie „nur“ eine Frage haben!

**Telefon:** 0800 111 0550 (anonym und kostenlos aus Festnetz und vom Handy)

Montag bis Freitag zwischen 9 – 17 Uhr

zusätzlich Dienstag und Donnerstag von 17 – 19 Uhr

\*\*\*\*\*

## Hilfetelefon bei Gewalt gegen Frauen:

Da Experten angesichts der Corona- Krise eine Zunahme von Fällen häuslicher Gewalt befürchten, verweisen sie jetzt auf das Hilfetelefon „Gewalt gegen Frauen“:

**Telefon:** 08000 116 016

Der Service ist rund um die Uhr besetzt, anonym, kostenlos und bietet Unterstützung in 18 Sprachen!

Es gibt auf der Internetseite [hilfetelefon.de](https://www.hilfetelefon.de) ebenfalls einen Hilfe-chat und E- mail Beratung.

Link des Bundesamtes für Familie:

<https://www.hilfetelefon.de/beratung-fuer-frauen.html>

### Beratungsinhalte z.B.:

- Häusliche Gewalt (psychische, physische und sexualisierte Gewalt)
- Stalking
- Mobbing
- Digitale Gewalt
- Zwangsheirat
- Frauenhandel
- Sexuelle Belästigung an Arbeitsplatz oder öffentlichem Raum
- und etliches mehr

„Sie bestimmen, was Sie uns anvertrauen und was Sie lieber für sich behalten wollen! Wir hören erst einmal nur zu und nehmen Sie, Ihre Situation und Fragen ernst. Wenn Sie möchten, bieten wir Ihnen Unterstützung in Ihrer Nähe an.“