

Hilfreiche Adressen

Liebe Familien,

bleiben Sie gesund und kommen Sie gut durch die Corona-Zeit!

Im Folgenden haben wir für Sie Kontakte aufgelistet, damit Sie selbst oder Eltern in Ihrem Umfeld schnell und einfach professionelle Hilfe und Unterstützung erhalten können. **Die Beratung ist kostenfrei:**

- Sie machen sich Sorgen um das Wohlergehen von Kindern oder haben selbst ein Anliegen, dann rufen Sie bei der **Telefon-Hotline Frühe Hilfen und Kinderschutz** unter Telefon 0911 / 2 31-33 33 an – rund um die Uhr!
Hier erhalten Sie auch Informationen zu „Frühen Hilfen“ des Jugendamts.
- Die Mitarbeitenden des **Allgemeinen Sozialdienstes (ASD)** stehen Ihnen auch weiterhin zur Verfügung. Die Zuständigkeit erfahren Sie über die Zentrale des ASD unter Telefon 0911 / 2 31-26 86
- Für Mütter, Väter, Großeltern und anderen Erziehenden gibt es das **Elterntelefon** Telefon 0800 111 0 550, das Sie in den oft schwierigen Fragen der Erziehung Ihrer Kinder schnell, vertraulich und anonym unterstützt.
- Wenn Sie Unterstützung bei psychischen (seelischen) Problemen benötigen mit jemanden sprechen möchten, auch anonym, können Sie sich von 9 Uhr bis 24 Uhr an den **Krisendienst Mittelfranken** wenden.
In deutscher Sprache: Telefon 09 11 /42 48 55 - 0
In russischer Sprache: Telefon 0911 / 42 48 55 - 20
In türkischer Sprache: Telefon 0911 / 42 48 55 - 60
Der Krisendienst bietet auch eine Online-Beratung an:
https://krisendienst-mittelfranken.de/?page_id=1119
- Gespräche bieten auch folgende Dienste an:
Telefonseelsorge: 0800 111 0 111, rund um die Uhr, <https://www.telefonseelsorge.de/>
Muslimische Telefonseelsorge (Türkisch, Arabisch, Urdu): 030 / 44 35 09 821, rund um die Uhr, <http://www.mutes.de/home.html>
- Sie haben Fragen rund um die Erziehung, dann können Sie sich an die verschiedenen **Erziehungs- und Familienberatungsstellen** wenden:
 - Städtische Beratungsstellen des Jugendamts:
 - Philipp-Koerber-Weg 2, Telefon 0911 / 2 31-2 30 50
 - Fürreuthweg 95, Telefon 0911 / 64 40 94
 - Schoppershofstraße 25, Telefon 0911 / 2 31-29 85
 - Johannisstraße 58, Telefon 0911 / 2 31-38 86
 - Stadtmission:

- Erziehungs-, Paar- und Lebensberatung, Pirckheimerstraße 16a, Telefon 0911 / 35 05 -0
- Caritas:
 - Psychologische Beratungsstelle für Eltern, Kinder und Jugendliche, Montag bis Donnerstag: 9 Uhr bis 12 Uhr, 14 Uhr bis 16 Uhr und Freitag: 9 Uhr bis 12 Uhr und nach Vereinbarung, www.caritas-nuernberg.de
 - Tucherstraße 15, 90403 Nürnberg, Tel.: 0911 / 23 54-241
 - Nürnberg-Langwasser, Giesbertsstraße 67 b, Telefon 0911 / 800 11 09
- Bei Fragen rund um **Schule und Lernen** können Sie sich direkt an die Schule Ihres Kindes und an die jeweiligen Lehrerinnen und Lehrer wenden. Außerdem stehen Ihnen und Ihren Kindern die Fachkräfte der **Jugendsozialarbeit an Schulen** (JaS), die **Schulpsychologen** und die **Beratungslehrkräfte** zur Verfügung.
- Wenn andere Erwachsene zuhause gewalttätig gegen Sie oder gegen die Kinder werden, holen Sie sich Unterstützung bei Nachbarn, Freunden, bei den Telefonberatungen siehe oben oder direkt bei der Polizei: Polizei-Notruf 110, Polizeipräsidium Mittelfranken bei **häuslicher Gewalt** und Stalking: 09 11 / 21 12-13 44
- Für von Gewalt betroffene Frauen gibt es das bundesweite **Hilfetelefon Gewalt gegen Frauen**. Telefon 0800 0 116 016. Hier erhalten Sie kostenlos, anonym, rund um die Uhr, 365 Tage im Jahr und in 17 Fremdsprachen Unterstützung. Weitere Informationen über die Homepage www.staerker-als-gewalt.de
- Damit sich **Kinder und Jugendliche** auch direkt Hilfe holen können:
 - Anonym und kostenlos vom Handy oder Festnetz: die **Nummer gegen Kummer** Telefon 116 111, Montag bis Samstag 14 Uhr bis 20 Uhr, Montag, Mittwoch, Donnerstag 10 Uhr bis 12 Uhr
Auch E-Mail-Beratung ist möglich: www.nummergegenkummer.de
 - **Kinderschutzhotline** Telefon 0911 / 2 31-33 33, rund um die Uhr!

Sie sehen, es gibt eine Menge an Hilfsangeboten. Scheuen Sie sich nicht, diese selbst in Anspruch zu nehmen und bitte schauen und hören Sie NICHT weg, wenn Sie mitbekommen, dass Nachbarn überfordert sind und an die Grenzen ihrer Belastbarkeit kommen. Lassen Sie uns gemeinsam darauf achten, dass alle gut durch diese Krise kommen.