



# HILFE & UNTERSTÜTZUNG FÜR KINDER & FAMILIEN IN DER CORONA-ZEIT

Viele Familien sind derzeit zu Hause, Orte der Begegnung sind geschlossen. Diese Zeit kann Stress und Konflikte mit sich bringen. Wir brauchen neue Wege, um in Kontakt zu bleiben. Deshalb sind Unterstützungsangebote genauso wie Achtsamkeit und Zivilcourage jetzt wichtiger denn je.

## HILFETELEFONE:

Gewalt gegen Frauen:  
**08000 116 016**

Nummer gegen Kummer  
für Kinder und Jugendliche:  
**116 111**

Das Elterntelefon:  
**0800 111 0550**

Polizei:  
**110**

Telefonseelsorge:  
**0800 111 0111**

Kinder- und  
Jugendnotdienst (KJND):  
**040 428 15 32 00**

Corona-Sorgen-Telefon  
der Schulbehörde:  
**040 428 12 8209**

The Violence against Women  
Support Hotline:  
**08000 116 016**

**016 116 08000**  
خط تلفنى پشتيبانى خشونت عليه زنان:  
الخط الساخن للدعم ضد تعنيف المرأة:

## WEITERE UNTERSTÜTZUNGSMÖGLICHKEITEN:

Notfall-Kinder Zuschlag (KiZ):  
[www.notfall-kiz.de](http://www.notfall-kiz.de)  
Infos auch unter Kinderzuschlag:  
[www.kinderzuschlag.de](http://www.kinderzuschlag.de)

Umgang mit Stresssituationen  
für Eltern und Kinder:  
z.B. [www.dksb.de](http://www.dksb.de)

Kostenloser Zugang zu  
digitalen Angeboten  
der Bücherhallen Hamburg:  
[www.buecherhallen.de](http://www.buecherhallen.de)



ALFRED  
TOEPFER  
STIFTUNG  
F.V.S.