

Beratungsangebote in Zeiten von Corona

Die gegenwärtigen Situation könnte bei manchen Eltern oder Schülerinnen und Schülern zu Unsicherheiten oder Ängsten führen und für manche Familien eine Belastungsprobe darstellen. Daher weisen wir im Folgenden auf verschiedene Möglichkeiten hin, sich beraten oder unterstützen zu lassen.

Grundsätzliche Hilfs- und Unterstützungsangebote

Nummer gegen Kummer

Kinder- und Jugendtelefon: 116111 (anonym und kostenfrei, montags bis samstags, 14 – 20 Uhr)

Elterntelefon: 0800/1110550 (anonym und kostenfrei, Mo–Fr 9–11 Uhr, Di + Do 17–19 Uhr)

www.nummergegenkummer.de, auch Onlineberatung

Telefonseelsorge

0800/1110111 oder 0800/1110222, 24h an 365 Tagen erreichbar

<http://www.telefonseelsorge.de>, auch Webmail und Chat

Onlineberatung für Eltern und Jugendliche, z.B.

<https://www.bke.de>

Weitere allgemeine Anlaufstellen

<https://jgg-waldkirchen.de> -> Angebote und Beratung -> Anlaufstellen und Hilfsangebote

Informationen und Unterstützung durch das Landratsamt Freyung-Grafenau

Themenseite: <https://www.freyung-grafenau.de/corona-virus>

Bürgertelefon zum Thema Coronavirus

08551/57-470 (Montag bis Donnerstag 8- 16 Uhr, Freitag bis Sonntag, 8 bis 12 Uhr)

buergerservice@landkreis-frg.de

Seelsorgetelefon des Kreis-Caritasverband Freyung – Grafenau e.V

0160/18 25 076

Anregungen und Tipps in Zeiten von Corona

- Anregungen für Schülerinnen und Schüler, aber auch für Eltern während der unterrichtsfreien Zeit: <http://www.pi-muenchen.de/unerwartet-schulfrei>
- Allgemeine Leitlinien gegen "Quarantäne-Stress"
<https://www.uibk.ac.at/newsroom/angst-steigt-und-hilft-krise-zu-bewaeltigen.html.de>
- Tipps für Eltern im Umgang mit den Maßnahmen zum Coronavirus vom Kultusministerium
<https://www.km.bayern.de/allgemein/meldung/6918/eltern-koennen-ihre-kinder-im-umgang-mit-den-massnahmen-zum-corona-virus-unterstuetzen.html>
- COVID-19: Infos zur häuslichen Quarantäne sowie Tipps für Eltern vom Psychosozialen Krisenmanagement des Bundesamtes für Bevölkerungsschutz und Katastrophenhilfe (BBK)
https://www.bbk.bund.de/DE/TopThema/TT_2020/TT_Covid_19_Quarantaene_Tipps_fuer_Eltern.html
- Leitlinien im Umgang mit Angst und Quarantäne:
<https://www.uibk.ac.at/newsroom/angst-steigt-und-hilft-krise-zu-bewaeltigen.html.de>
- Informationen des Kriseninterventions- und -bewältigungsteam bayerischer Schulpsychologinnen und Schulpsychologen (KIBBS) https://www.km.bayern.de/download/22854_2020-03-16-Informationen-Eltern-Covid-19.pdf
- Informationen über finanzielle Unterstützungsangebote, zur Kinderbetreuung oder Hilfsangeboten in Krisensituationen während der Belastungsprobe Corona-Pandemie.
<https://www.bmfsfj.de/bmfsfj/themen/corona-pandemie>

Informationen zum Coronavirus

FAQ Corona-Virus auf bayern.de

<https://www.corona-katastrophenschutz.bayern.de/faq/index.php>

Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA)

<https://www.infektionsschutz.de>

Robert-Koch-Institut

https://www.rki.de/DE/Content/InfAZ/N/Neuartiges_Coronavirus/nCoV.html

Bayerisches Gesundheitsministerium

www.coronavirus.bayern.de

Weitere Zusammenstellungen von Informationen und Angeboten

Bayerisches Kultusministerium

<https://www.km.bayern.de/allgemein/meldung/6901/unterricht-an-bayerischen-schulen-wird-eingestellt.html>

Staatliche Schulberatungsstelle Bayern

<https://www.km.bayern.de/ministerium/institutionen/schulberatung.html>