

Liste hilfreicher Telefonnummern

Die zur Eindämmung der Corona-Pandemie erforderlichen Maßnahmen gehen mit tiefgreifenden Einschränkungen im Alltag von Familien einher. Dies kann zu psychosozialen Belastungssituationen führen. Dann ist es wichtig, sich an professionelle Unterstützungsangebote zu wenden.

Angebote und Rufnummern der Stadt Karlsruhe

Bürgertelefon des Stadt- und Landkreis Karlsruhe

Tel.: 0721 133 3333, Mo.-So. von 9 bis 16 Uhr

Hotline für Fragen rund um die Corona-Krise.

Psychosoziales Beratungstelefon des Stadt- und Landkreis Karlsruhe

Tel.: 0721 133 1313, Mo.-So. von 9 bis 16 Uhr

Telefonische Beratung bei psychosozialen Belastungen durch die aktuelle Lage.

AllerleiRauh

Tel.: 0721 133 5381, Mo.+Mi. von 11 bis 12 Uhr, Di.+Do. von 16 bis 17 Uhr

Beratungsstelle für Mädchen und Jungen in Karlsruhe, die von sexueller Gewalt betroffen sind sowie deren Eltern, Vertrauenspersonen und pädagogische Fachkräfte.

Frühe Hilfen

Tel.: 0721 133 5060

Telefonsprechzeiten: <https://www.karlsruhe.de/b3/soziales/einrichtungen/fruehehilfen>

Beratungsstelle für Eltern mit Babys und Kleinkindern.

Jugend- und Drogenberatung

Tel.: 0721 133 5391, Mo.-Do. von 9 bis 12 Uhr und 13 bis 16 Uhr, Fr. von 13 bis 16 Uhr

Mail: jdb@karlsruhe.de

Psychologische Beratungsstelle Ost und West für Eltern, Kinder und Jugendliche

Tel.: 0721 133 5360, Mo.-Do. von 9 bis 12 Uhr und 14 bis 16 Uhr, Fr. von 9 bis 13:30 Uhr

Mail: pbs@sjb.karlsruhe.de

Familientelefon des Kinderbüros

Tel.: 0721 133 7240, Mo.-Fr. von 9 bis 12 Uhr und Di.+Do. von 13 bis 16 Uhr

Allgemeiner Sozialer Dienst

Beratung zu Fragen der psychosozialen Versorgung und bei Erziehungsthemen.

Nord-West: 0721 133 5303

West: 0721 151160

Ost: 0721 133 5306

Mitte-West: 0721 133 5311

Süd-West: 0721 133 5305

Durlach: 0721 133 1917

Mitte-Süd: 0721 133 5307

Weitere hilfreiche Rufnummern

Lebensberatungsstelle „brücke“

Tel.: 0721 38 50 38, Mo., Di., Do., Fr. von 10 bis 13 Uhr und 15 bis 18 Uhr, Mi. von 16 bis 20 Uhr
Beratung, Krisenbegleitung und Seelsorge.

Ehe-, Familien- und Partnerschaftsberatung Karlsruhe e.V.:

Tel.: 0721 84 22 88, Mo.-Fr. von 9 bis 12 Uhr und von 14 bis 17 Uhr

Krisenhotline Parzival-Zentrum

Tel.: 0721 68 078 66 22, Mo.-Fr. von 9 bis 21 Uhr

Eine Hotline für Eltern, Kinder und Jugendliche, die sich in ihrem häuslichen Umfeld überfordert, geängstigt, destabilisiert oder bedroht fühlen.

Kinderschutzbund Karlsruhe

Tel.: 0721 84 22 08

Eltern-Stresstelefon zur Hilfe der Bewältigung der aktuellen Corona-Krise.

Da die Mitarbeiter teilweise im Home Office arbeiten, sind sie zu unterschiedliche Zeiten und über unterschiedliche Telefonnummern zu erreichen; Übersicht: <https://kinderschutzbund-karlsruhe.de/eltern-stress-telefon/>

Elterntelefon

Tel.: 0800 111 0550, Mo.-Fr. von 9 bis 11 Uhr, Di.+Do. von 17 bis 19 Uhr

Für Eltern, die sich unkompliziert und anonym konkrete Ratschläge holen möchten.

Nummer gegen Kummer

Tel.: 116 111, Mo.-Sa. von 14 bis 20 Uhr

Telefonberatung für Kinder, Jugendliche und Eltern.

Online: www.nummergegenkummer.de

Hilfetelefon „Gewalt gegen Frauen“

Tel.: 08000 116 016

Information und Beratung in 18 Sprachen zu allen Formen von Gewalt gegen Frauen.

Hilfetelefon „Sexueller Missbrauch“

Tel.: 0800 22 55 530, Mo.+Mi.+Fr. von 9 bis 14 Uhr, Di.+Do. von 15 bis 20 Uhr

Online: www.save-me-online.de

Hilfetelefon „Schwangere in Not“

Tel.: 0800 40 40 020, 24 Stunden am Tag erreichbar

Es findet auch fremdsprachige Beratung statt.

Pflegetelefon

030 20 179 131, Mo.-Do. von 9 bis 18 Uhr

Das Pflegetelefon richtet sich an pflegende Angehörige.

Mail: info@wege-zur-pflege.de

TelefonSeelsorge Karlsruhe

Tel.: 0800 111 0 111 und 0800 111 0 222, rund um die Uhr erreichbar