

Infobrief zu Beratungs- und Unterstützungsangeboten

Liebe Eltern,

aktuell befinden wir uns alle in einer besonderen Ausnahmesituation.

Sie als Eltern sind möglicherweise mit vielen zusätzlichen Fragen konfrontiert:

- Wie können wir feste Abläufe und unser Zusammenleben als Familie gestalten?
- Was tue ich, wenn meine Kinder nicht lernen wollen?
- Wie handle ich, wenn wegen viel miteinander verbrachter Zeit Konflikte entstehen?
- Wie kann ich mit den eigenen Sorgen, Unsicherheiten und Ängsten, aber auch denen meiner Kinder umgehen?
- Was kann ich tun, wenn ich es nicht mehr schaffe, geduldig und verständnisvoll zu sein, und es mir schwerfällt, mich im Griff zu haben?
- Was kann ich tun, wenn ich erfahre, dass es anderen Kindern nicht gut geht?

Für alle diese Fragestellungen gibt es auch in der aktuellen Situation ein umfassendes Beratungs- und Unterstützungsangebot.

Unten finden Sie Namen und aktuelle Kontaktdaten von Fachberatungsstellen, die Sie bei Ihren Fragen und Sorgen unterstützen.

Aktuelle Informationen zum Schulbetrieb und Tipps für Familien, wenn Unterricht zu Hause stattfindet, finden Sie auf der Internetseite der Senatorin für Kinder und Bildung unter:

www.bildung.bremen.de.

Auch die **Regionalen Beratungs- und Unterstützungszentren** sind in diesen besonderen Zeiten für Sie da. Wir beraten Eltern, Schülerinnen und Schüler und Lehrkräfte.

Telefonische und digitale Beratung bis zur Wiedereröffnung aller Schulen - auf Wunsch auch anonym

Montag bis Donnerstag 09:00 Uhr bis 15:00 Uhr und Freitag 09:00 Uhr bis 13:30 Uhr

ReBUZ Nord Tel. 0421 361-7792

ReBUZ Ost Tel. 0421 361-96018

ReBUZ Süd Tel. 0421 361-10559

ReBUZ West Tel. 0421 361-10803

www.rebuz.bremen.de

Wir wünschen Ihnen und Ihrer Familie, dass Sie gut durch diese schwierige Zeit kommen!

Mit herzlichen Grüßen

Ihre REBUZ Bremen

Beratungsstellen: Erreichbarkeit und Angebote während der Corona-Krise

<p>Nummer gegen Kummer für Kinder und Jugendliche Tel. 111 611</p> <p>Nummer gegen Kummer für Eltern Tel. 0800 1110550 www.nummergegenkummer.de</p>	<p>bundesweit, kostenlos und anonym von Montag bis Samstag von 14 - 20 Uhr von Montag bis Freitag von 9 - 11 Uhr sowie Dienstag und Donnerstag von 17 - 19 Uhr</p>
<p>Kinder- und Jugendschutztelefon Bremen 0421 699 11 33</p>	<p>24 Stunden erreichbar</p>
<p>Onlineberatung der Erziehungsberatungsstellen:</p> <p>Erziehungsberatungsstelle Nord Tel.: 0421 – 361 - 7800 Erziehungsberatungsstelle- Nord@AFSD.BREMEN.de</p> <p>Erziehungsberatungsstelle Süd Tel.: 0421 – 361 – 79 940 Erziehungsberatungsstelle-Sued@AFSD.BREMEN.de</p>	<p>https://jugend.bke-beratung.de</p> <p>Erziehungsberatungsstelle Ost Tel.: 0421 – 361 – 3405 Erziehungsberatungsstelle-Ost@AFSD.BREMEN.de</p> <p>Erziehungsberatungsstelle Mitte / West Tel.: 0421 – 361 – 38365 Erziehungsberatungsstelle-West@AFSD.BREMEN.de</p>
<p>Kinderschutz-Zentrum Tel. 0421 240 112 20 Fax 0421 240 112 89 www.dksb-brmen.de</p>	<p>Telefonzeiten: Montag - Mittwoch 11 – 13 Uhr und Donnerstag 15 -17 Uhr</p> <p>Angebot: Eltern, Kinder und Jugendliche sowie Fachkräfte können sich bei Fragen zu körperlicher, sexueller, psychischer und häuslicher Gewalt sowie zu Vernachlässigung an das Kinderschutz-Zentrum wenden.</p>
<p>Schattenriss Beratungsstelle gegen sexuellen Missbrauch an Mädchen e. V. Tel. 0421 61 71 88 Fax 0421 61 71 74 www.schattenriss.de</p>	<p>Beratung für Mädchen* und junge Frauen* sowie Angehörige und pädagogische Fachkräfte in Bremen</p> <p>Telefonberatung Montag und Freitag von 11 – 13 Uhr sowie Mittwoch von 14 – 16 Uhr</p> <p>Online Beratung für Mädchen* und junge Frauen* bis 26 Jahre, Partner*innen, Freund*innen und Geschwister: https://schattenriss-onlineberatung.de</p>
<p>Mädchenhaus Bremen e.V. Anlauf- und Beratungsstelle Tel. 0421 33 65 444 Fax 0421 33 65 031 info@maedchenhaus-bremen.de www.maedchenhaus-bremen.de www.hilfe-fuer-maedchen.de</p>	<p>Onlineberatung: https://ssl.hilfe-fuer-maedchen.de/</p> <p>Telefonischen Sprechzeiten Montags 10-12 Uhr; Dienstag 14-16 Uhr Donnerstag 10-12 Uhr</p> <p>Am Mittwoch zwischen 14 und 16 Uhr: per videocall über die App wire zu erreichen, indem an die Beratungsstelle@hilfefuermaedchen.de eine Kontaktanfrage geschickt wird</p>
<p>Bremer JungenBüro Tel. 0421 59 86 51 60 www.bremer-jungenbüro.de</p>	<p>Onlineberatung für Jungen* und junge Männer*: www.jungenberatung-bremen.de</p> <p>Telefonische Sprechzeiten: Montag 10 - 12 Uhr und Donnerstag von 14 - 16 Uhr</p> <p>Mail unter: info@bremer-jungenbuero.de</p>
<p>praksys Ewert, Möller & Pavlidis Tel. 0421 173 28 24 www.praksys-therapie.de kontakt@praksys-therapie.de</p>	<p>Beratung und Therapie im Bereich der Sexualität & sexuellen Grenzverletzung (analog und digital)</p> <p>Fall/- und Fachberatung</p> <p>Mobil: Paul-Th. Ewert 0176 - 8485 4609 & Christos C. Pavlidis 0176 - 327 61 887</p>
<p>Keine Gewalt- und Straftaten begehen Bundesweite kostenlose Hotline Tel.: 0800 70 222 40 www.bevor-was-passiert.de</p>	<p>Beratungsangebot wenn Sie Angst davor haben, gewalttätig gegen einen Angehörigen zu werden oder einen sexuellen Übergriff an einem Kind zu begehen</p>
<p>Kein Täter werden – Präventionsnetzwerk www.kein-taeter-werden.de</p>	<p>„Kein Täter werden“ bietet ein durch Schweigepflicht geschütztes Hilfsangebot für Menschen, die sich sexuell zu Kindern hingezogen fühlen</p>