

Beratungsadressen für Familien in der Krise:

Liebe Eltern, gerade leben Sie und Ihre Familien – wir alle - in einer außergewöhnlichen Situation. Viele von uns sind wegen der Nachrichtenlage verunsichert. Wir verbringen viel Zeit auf wenig Raum. Wir haben eine hohe Belastung mit Kinderbetreuung, Fernlernunterricht, Haushalt und eigenem Beruf. All die Anforderungen gleichzeitig zu schaffen, geht weit über die Belastungsgrenze hinaus.

Die Kinder sind von der langen Zeit ermüdet, ihnen fehlt die Motivation der Lehrkraft und der Lerngruppe. Sie werden quängeliger und herausfordernder.

Bitte denken Sie daran, **unsere wichtigste Botschaft ist: Kein Druck**. Die Situation gemeinsam gut zu bewältigen, ist wichtiger als das Durchdrücken von Lerninhalten.

Schule kann nicht all Ihren Kummer und Ihre Belastungen abfangen. Bitte scheuen Sie sich nicht, Rat und Hilfe anzunehmen. Klicken Sie sich durch das Angebot und wählen das für Sie passende aus.

https://www.heidelberg.de/hd/coronavirus_hilfsangebote+fuer+familien.html

Viele Adressen und Ideen von vielen Anbietern, finden Sie auf der Seite der Stadt Heidelberg.

<https://www.nummergegenkummer.de/>

Am **Elterntelefon** haben Väter und Mütter die Möglichkeit ohne thematische Einschränkung ihre Sorgen und Probleme darzulegen. Dabei bleibt die Anonymität aller Anrufenden streng gewahrt. Kostenlos vom Handy- und Festnetz bundesweit erreichbar, **Telefon: 0800 111 0550** (montags – freitags von 9 – 11 Uhr, dienstags + donnerstags von 17 – 19 Uhr)

Anonymes telefonisches Gesprächs- und Beratungsangebot für **Kinder** und Jugendliche bei Fragen, Sorgen, Problemen und in kritischen Situationen.

Kostenlos vom Handy- und Festnetz bundesweit erreichbar, **Telefon: 116 111** (montags – samstags von 14 - 20 Uhr)

Less@heiligenbergschule.de

Bei Unterstützungsbedarf wenden Sie sich an unsere Schulsozialarbeiterin.

Weitere nützliche Links:

<https://www.elternsein.info/beratung-anonym/anonym-kostenlos/corona-zeiten-beratung-jetzt-fuer-eltern/>

Kinderschutz-zentrum@awo-heidelberg.de

team-eb@caritas-heidelberg.de

<https://www.elternbriefe.de/aktuelles/>