

14.12.2020

Ansprechpartner und Unterstützungsangebote in der Corona-Zeit: Beispiele innerschulischer und außerschulischer Hilfsangebote

Kinder, Jugendliche und Eltern können sich an der Schule vertrauensvoll wenden an:

- jede **Lehrkraft des Vertrauens**
- die **Beratungslehrerin** oder der **Beratungslehrer** der Schule
- die zuständige **Schulpsychologin/ den Schulpsychologen**
- die **Jugendsozialarbeiterinnen und Jugendsozialarbeiter (JaS)** an Schulen (falls vorhanden)

Die Kontaktdaten der für Ihre Schule zuständigen Beratungslehrkräfte, Schulpsychologinnen und Schulpsychologen finden Sie in den Informationen der jeweiligen Schule, z.B. den Elternbriefen oder der Schulhomepage.

Staatliche Schulberatungsstelle für Niederbayern

Tel.: 0871/43031-0 oder E-Mail: info@sbndb.de

Öffnungszeiten in den Ferien laut Homepage

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

Weitere Information und Unterstützung auch außerhalb der Schulzeit

für Schülerinnen und Schüler:

Kinder- und Jugendtelefon „Nummer gegen Kummer“, Tel.: 116 111

Montag bis Samstag von 14 bis 20 Uhr; auch Online-Beratung per Mail oder Chat
anonym und kostenfrei von Handy und Festnetz

bke-Jugendberatung (Bundeskonzferenz für Erziehungsberatung e.V.)

<https://jugend.bke-beratung.de/views/home/index.html>

Bei der bke-Jugendberatung findest du viele andere Jugendliche, mit denen du dich austauschen kannst, und erfahrene Beraterinnen und Berater, die dich unterstützen.

„Corona und Du“ (LMU Klinikum München, Beisheim Stiftung)

<https://www.corona-und-du.info/>

Rat, Hilfestellungen und konkrete Tipps, damit Du positiv und psychisch gestärkt durch diese Zeit gehen kannst

für Eltern und Erziehungsberechtigte:

Erziehungsberatungsstellen vor Ort

z.B. in Deggendorf, Dingolfing, Eggenfelden, Freyung-Grafenau, Landshut, Passau, Regen

bke-Elternberatung (Bundeskongress für Erziehungsberatung e.V.)

<https://eltern.bke-beratung.de/views/home/index.html>

Beratung bei kleinen und großen Sorgen rund um die Erziehung Ihrer Kinder

Psychische Gesundheit in Zeiten der Corona-Krise

<https://www.stmgp.bayern.de/coronavirus/psychische-gesundheit-in-zeiten-der-corona-krise/>

Verschiedene Informationen des Bayerischen Staatsministeriums für Gesundheit und Pflege

Infoportal „Corona und Du“ – Elterntipps (LMU Klinikum München, Beisheim Stiftung)

<https://www.corona-und-du.info/eltern/>

Infoportal für Eltern: Tipps zur Förderung der psychischen Gesundheit Ihres Kindes

Anlaufstellen, wo Eltern Beratung und Unterstützung finden und Anlaufstellen für Kinder

Telefonseelsorge, Tel.: 0800/1110111 oder 0800/1110222

Die Telefonseelsorge ist 24 Stunden erreichbar.

Bereitschaftsdienst der Kassenärztlichen Vereinigungen, Tel.: 116 117

bei Erkrankungen, bei denen ich normalerweise zu meinem Hausarzt gehen würde

Weitere Informationen:

FAQs auf der Homepage des Bayerischen Staatsministeriums für Unterricht und Kultus

<https://www.km.bayern.de/allgemein/meldung/7047/faq-zum-unterrichtsbetrieb-an-bayerns-schulen.html>

Informationen zu Unterrichtsbetrieb und Infektionsschutz an Bayerns Schulen sowie zu Beratungsmöglichkeiten, „Häufig gestellte Fragen“ (FAQ) rund um das Coronavirus

Coronavirus-Hotline der Staatsregierung, Tel.: 089 / 122 220

Montag bis Freitag 8.00 Uhr bis 18.00 Uhr, Samstag 10.00 Uhr bis 15.00 Uhr

Einheitliche Anlaufstelle für alle Fragen zum Corona-Geschehen.

Bundesamt für Bevölkerungsschutz und Katastrophenhilfe

Verhaltensregeln und –empfehlungen für die häusliche Quarantäne (19.11.2020)

https://www.bbk.bund.de/SharedDocs/Downloads/BBK/DE/Publikationen/Broschueren_Flyer/Co-vid-19_Flyer_bzga_BBK.html