



Lindau, 6.4.2020

Jugendsozialarbeit an Schulen (JaS) bietet Impulsberatung bei persönlichen Anliegen für Eltern, Kinder und Jugendliche, Familien, Lehrpersonen und schulische Fachpersonen an. Diese Gespräche können einmalig oder mehrmalig genutzt werden. Erkennen wir zusammen die Notwendigkeit und Möglichkeit weiterführender Beratungsangebote und Unterstützungen, können wir gemeinsam nach einer passenden Lösung suchen! Oder aber wir hatten einen schönen Austausch oder ein nettes Gespräch miteinander!

EINFACH ANRUFEN oder SCHREIBEN!

Mobil: 0151 64508372

jane.sonntag@awo-schwaben.de

täglich erreichbar

– auch in den Ferien –

von 13 bis 18 Uhr

Ich möchte Sie / Euch ermuntern, sich Unterstützung zu suchen!

Hier sind eine Anzahl weiterer wichtiger Beratungsmöglichkeiten aufgezählt, die uns allen zur Verfügung stehen! Für jede/n gibt es einen passenden Ansprechpartner, wenn es Ihnen / euch nicht gut geht, weil Fragen und Sorgen, Unwohlsein, unkontrollierbare Wut, alte schmerzvolle Erinnerungen oder aktuelle Beobachtungen, finanzielle und somit existentielle Sorgen und Ängste aufkommen und belasten!

Nutzen Sie es/ nutzt es!

Hilfetelefon:

- Kinder- und Jugendtelefon - Die Nummer gegen Kummer: 116111
 - Elterntelefon: 0800 111 0550
 - Hilfetelefon Gewalt gegen Frauen: 08000116016
 - Hilfetelefon sexueller Missbrauch: 08000 116016
-
- **Familien mit kleinen Kindern „Erste Schritte“ Team**
Branka Bilgeri (Tel. 01520 8679242, Branka.Bilgeri@landkreis-lindau.de)
Heike Motz (Tel. 01522 2676707, Heike.Motz@landkreis-lindau.de)



Anke Fischer (Tel. 01522 2676712, Anke.Fischer@landkreis-lindau.de)
sind von Montag bis Freitag von 9 bis 12 Uhr und von 16 bis 18 Uhr erreichbar.

- **Erziehungsberatungsstelle:**
Mo-Fr von 9-12 Uhr in Lindau 08382/4190 oder 083831/3443
E-Mail: eb.lindau@kjf-kjh.de
- **Psychologische Beratungsstelle für Paare, Einzelpersonen und Familien:**
in Lindau und Lindenberg: 08382/5568
Onlineberatung: <https://bayern.onlineberatung-efl.de/ueber-uns.html>
- **Kinderschutzbund Lindau**
Mo. – Fr. vom 8:30 – 12:00 Uhr, Tel. 08382/3706
- **Kinderschutzbund Lindenberg**
Montag bis Freitag von 8 bis 17 Uhr, Mobil: 0151/27165999
- **Beratung in belastenden Lebenssituationen:**
Onlineberatung: [https://www.bke-beratung.de/\(3iyv3jtqu5ogwsw8g48\)-Aa78sS/](https://www.bke-beratung.de/(3iyv3jtqu5ogwsw8g48)-Aa78sS/)
- **Beratung für Jugendliche:**
Online Jugendnotmail: <https://www.jugendnotmail.de/>
- **Beratung für junge Menschen mit Migrationshintergrund:**
Onlineberatung: <https://www.jmd4you.de/>
- **Beratung für junge Menschen auf der Straße:**
Onlineberatung: <https://sofahopper.de/>
- **Unterstützung für Schwangere**
E-Mail (burglind.tanz@landkreis-lindau.de)
Telefon (08382/ 270 163)
Schwangerschaftskonfliktberatung Telefon: 08382/ 270 162
- **Unterstützung für Opfer von Gewalt**
Die Webseite „stärker als Gewalt“ (www.staerker-als-gewalt.de) bündelt bestehende Hilfsangebote für gewaltbetroffenen Frauen und Männer und zeigt praktische Maßnahmen und Wege zur Unterstützung und Hilfe auf.

Hilfe für Frauen in Not e.V. unterstützt alle Frauen bei häuslicher Gewalt
unteren Landkreis (Tel. 0172- 885 14 83)
oberen Landkreis (Tel. 0172-219 79 52)

AETAS Kinderstiftung bietet von Montag bis Freitag 10-14 Uhr (Tel. 089-997 40 90 20)

Trauma Hilfe Zentrum München e. V. (Tel. 089-41 32 79 523)



Onlineprogramme:

- Online-Selbsthilfe bei Depression: iFightDepression Tool
<https://www.deutsche-depressionshilfe.de/unsere-angebote/fuer-betroffene-und-angehoerige/ifightdepression-tool>

Finanzielle Unterstützung für Familien:

- Notfall-Kinderzuschlag
<https://www.arbeitsagentur.de/familie-und-kinder/kinderzuschlag-verstehen>
- Wohngeld
- Bei Arbeitsausfall wegen Betreuung der eigenen Kinder kann geprüft werden, ob Anspruch auf Entschädigung besteht. Muss mit dem Arbeitsgeber abgeklärt werden.
- Es gibt kein bayrisches Krippengeld, wenn die Elternbeiträge entfallen
- Beitragszuschuss für den Kindergarten in Höhe von 100 Euro wird weiterhin gezahlt.
- Landesstiftung Familie in Not
<https://www.zbfs.bayern.de/familie/hilfe-muki/familie-in-not/index.php>

Information zum Umgangsrecht:

- Die Rechtsordnung verbietet den Umgang des Kindes mit beiden Elternteilen nicht, sondern sorgt für eine kindeswohlgerichte Regelung des Umgangs. Gibt es eine Umgangsregelung oder eine gerichtliche Entscheidung zum Umgang, gilt sie trotz der Coronakrise weiter.
https://www.bmjv.de/DE/Themen/FokusThemen/Corona/SorgeUmgangsrecht/Corona_Umgangsrecht_node.html?fbclid=IwAR29cphpHuuJ5H0fjeC8tGd8am0WPRS6o3LvuTR1gO3aQD-_d9RrLaLi1jQ

Mit herzlichen Grüßen

Ihre/Eure Jane Sonntag

