



Hier finde ich Hilfe und Unterstützung in Corona-Zeiten sowie generell

Allgemein

- Coronavirus-Hotline des Bundesgesundheitsministeriums: **(030) 34 64 65 100**
- **Berliner Krisendienst:** Krisenberatung und Krisenintervention. Telefonisch oder persönlich ohne Voranmeldung. Mehrsprachig. In dringenden Fällen Hausbesuch, Arzt /Ärztin in Rufbereitschaft. Alle Standorte täglich 16-24 Uhr geöffnet. Erreichbarkeit Rund-um-die-Uhr durch überregionale Bereitschaft. Montag - Freitag 8-16 Uhr nur telefonische Information und Weitervermittlung. **Telefonnummer für Neukölln (030) 390 63 90. www.berliner-krisendienst.de**
- **Telefon Seelsorge:** Bei psychosozialen Krisen und Suizidgefahr. 24 Stunden Notruf. Anonym und Kompetent. **Tel.: 0800-111 0 222 oder 0800-111 0 111. www.telefonseelsorge-berlin.de**
- **Muslimische Seelsorge:** 24 Stunden Notruf. Anonym und vertraulich. **Tel.: (030) 443 509 821. www.mutes.de**
- **Telefon Doweria:** 24 Stunden Russischsprachige Telefonseelsorge. Anonym und kompetent. **Tel.: (030) 440 308 454. Chat: Dienstag und Donnerstag: 20-22 Uhr. www.doweria-chat.de**

Nachbarschaftliche Hilfe

- in der Weißen Siedlung helfen die Streetworker vom Jugendclub Sunshine Inn mit vielen engagierten Ehrenamtlichen, z.B. bei Einkäufen. Telefon: **0163 974 47 53/ 0163 974 47 61**
- Das Neuköllner EngagementZentrum organisiert auch Nachbarschaftshilfe. Apothekengänge, Dolmetschen, Einkäufen, Fahrdienste, Telefonischer Besuchsdienst, Tierbetreuung. **Tel.: (030) 629 336 320. www.nez-neukoelln.de**
- weitere Nachbarschaftshilfe kann man hier finden: **www.wirgegencorona.com, www.quarantaenehelden.org, www.nebenan-stiftung.de**

Für ältere Menschen

- **Silbernetz:** Für Menschen über 60 eine Gelegenheit zu Gesprächen. Kostenlos und anonym. Jeden Tag 8-22 Uhr. **Tel.: 0800 4 70 80 90. www.silbernetz.org**
- **Pflege in Not:** Beratungs- und Beschwerdestelle bei Konflikt und Gewalt in der Pflege älterer Menschen. Montag, Mittwoch und Freitag 10-12 Uhr. **Tel.: (030) 69 59 89 89. www.pflege-in-not-berlin.de**



Kinder, Jugendliche und Eltern

- **Hilfe für Eltern in der Corona-Zeit "Der Notfall-KiZ"**: Um Eltern und ihre Kinder in der Corona-Zeit zu unterstützen, hat das Bundesfamilienministerium den Notfall-KiZ gestartet. Berechnungsgrundlage für den Notfall-KiZ ist der letzte Monat vor der Antragsstellung. Pro Kind kann das **monatlich bis zu 185 Euro** ausmachen. www.bmfsfj.de/kiz
- **Evangelischer Kirchenkreis Neukölln**: Hilfe für Familien bei Sorgen, Nöten und Fragen. Montag-Freitag 9-15 Uhr. **Tel.: 0156 785 792 82.** www.neukoelln-evangelisch.de/familie-jetzt
- **Kinder- u. Jugendtelefon**: Allein mit deinen Problemen? Darüber reden hilft! Anonym, kostenfrei und vertraulich. Montag - Samstag 14-20 Uhr. **Tel.: 116111.** www.nummergegenkummer.de
- **Kindernotdienst**: Hilfe für Kinder und Eltern. **Tel.: (030) 61 00 61.** www.kindernotdienst.de
- **Jugendnotdienst**: Hilfe für Jugendliche und Eltern. **Tel.: (030) 61 00 62.** www.jugendnotdienst-berlin.de
- **Mädchennotdienst**: Hilfe für Mädchen und junge Frauen. **Tel.: (030) 61 00 63.** www.maedchennotdienst-berlin.de
- **Hotline Kinderschutz**: Wenn Sie sich um ein Kind Sorgen machen, rufen Sie uns bitte an. **Tel.: (030) 61 00 66.** www.hotline-kinderschutz.de
- **Elterntelefon**: Beratung bei Sorgen um ihr Kind. Anonym, kostenfrei, vertraulich. Montag - Freitag 9-11 Uhr, Dienstag und Donnerstag 17-19 Uhr. **Tel.: 0800 111 0550.** www.nummergegenkummer.de
- **neuhland**: Beratung für Kinder, Jugendliche und Eltern bei psychischen Krisen, Suizidgefährdung. Montag - Freitag 9-18 Uhr. **Tel.: 030 87 30 111.** www.neuhland.de
- **Kinderstarkmachen**: Unterstützung für Kinder, Jugendliche und Eltern beim suchtfreien Leben www.kinderstarkmachen.de/unterstuetzung/eltern.html

Für Frauen

- **BIG Hotline**: Hilfe für Frauen und ihre Kinder bei häuslicher Gewalt. Jeden Tag 8-23 Uhr. **Tel.: (030) 611 03 00.** www.big-hotline.de
- **Lara**: Krisen- und Beratungszentrum für vergewaltigte und sexuell belästigte Frauen. Montag - Freitag 9-18 Uhr, **Tel.: (030) 216 88 88.** www.lara-berlin.de