

PRESSEMITTEILUNG

Auskünfte zu dieser Pressemitteilung erteilt:

Gleichstellungsbeauftragte
Kontakt: Svenja Gruber
Zimmer: 1.19
Telefon: 04193 / 963 - 170
Telefax: 04193 / 963 - 190
E-Mail: svenja.gruber@h-u.de

Henstedt-Ulzburg, den 26.03.2020

Hilfsangebote für Familien in Zeiten von Corona

Die Landesarbeitsgemeinschaft (LAG) der kommunalen hauptamtlichen Gleichstellungsbeauftragten Schleswig-Holsteins macht auf die herausfordernde Situation aufmerksam, die das Corona Virus und die Isolation mit sich bringen und verweist auf diverse Notfalltelefonnummern, die in Krisenzeiten Hilfe leisten. Wenn der zwischenmenschliche Kontakt fehlt, ist nicht nur Solidarität gefragt, sondern auch Rücksicht und Verständnis. Nicht immer sind die familiären Umstände so stabil, dass eine Krise wie diese bewältigt werden kann.

Isolation durch Corona

In Zeiten der Digitalisierung und Schnellebigkeit ist es ungewohnt, zu Hause zu sein. Mindestens genauso ungewohnt ist es, soziale Kontakte zu meiden und isoliert darauf zu warten, dass die Zeiten wieder besser werden. „Diese Ausnahmesituation betrifft uns alle“, so Svenja Gruber, Gleichstellungsbeauftragte der Gemeinde Henstedt-Ulzburg, „und die Folgen können vielschichtig sein: Von Langeweile, Unausgeglichenheit bis hin zur Depression oder Aggressionen.“ Zusätzlich zu diesen Herausforderungen kann es vermehrt zu psychischen Belastungen kommen, da die Anspannung innerhalb der Familie aufgrund der räumlichen Nähe wächst. Kinder, Home-Office und Partnerschaft unter einen Hut zu bekommen, ist im Alltag schon schwierig genug. Wenn dann auch noch Routine und gewohnte Sozialkontakte fehlen, ist der Lagerkoller nicht weit.

Hilfetelefone

Wenn Sie Hilfe benötigen, nicht mehr weiterwissen oder sich über Ihre Situation austauschen wollen, wenden Sie sich an folgende Nummern oder an die Online-Beratungsangebote:

<p><i>Gewalt gegen Frauen</i> 0800 0116 016 Rund um die Uhr, oder im Sofort-Chat www.hilfetelefon.de</p>	<p><i>Müttertelefon</i> 0800 333 2 111 20 bis 22 Uhr</p>	<p><i>Elterntelefon</i> 0800 111 0550 Mo.-Fr.: 9 bis 11 Uhr Di. & Do.: 17 bis 19 Uhr</p>
<p><i>Sucht & Drogen Hotline</i> 01805 313031 (kostenpflichtig) Rund um die Uhr</p>	<p><i>Telefonseelsorge</i> 0800 111 0 111 oder 116 123 Rund um die Uhr, oder in der Chat-Beratung www.telefonseelsorge.de</p>	<p><i>Nummer gegen Kummer: Für Kinder und Jugendliche</i> 116 111 Mo.-Sa.: 14 bis 20 Uhr <i>Für Eltern</i> 0800 111 0 550 Mo.-Fr. 09 bis 11 Uhr, Di.-Do. 17 bis 19 Uhr</p>
<p><i>Silbertelefon - Seniorentelefon gegen Einsamkeit</i> 0800 4708090 täglich: 8 bis 22 Uhr</p>	<p><i>Pflegenottelefon</i> 01802 49 48 47 (6ct/Anruf) Rund um die Uhr, auch sonn- und feiertags</p>	<p><i>Hilfetelefon Schwangere in Not</i> 0800 4040020 Rund um die Uhr, oder als Online-Beratung www.geburt-vertraulich.de</p>
<p><i>Polizei</i> 110 Rund um die Uhr</p>	<p><i>ProFamilia</i> Bundesweite Online-Beratung www.profamilia.de</p>	<p><i>Internetberatung für Mädchen und Frauen</i> www.gewaltlos.de</p>
<p>Frauenfachberatungsstelle Kaltenkirchen 04191/85699 Mo-Do 10-18/Fr 10-15h</p>	<p>Deutscher Kinderschutzbund Henstedt-Ulzburg 0162/5415673</p>	<p>Haus der Sozialen Beratung Henstedt-Ulzburg 04193/966450 Mo/Di 8-12.30h Mi/Do 14-18h Fr 8-12.30h</p>

Für Rückfragen steht Svenja Gruber zur Verfügung, Tel.: 04193/963170 oder
gleichstellungsbeauftragte@h-u.de

Svenja Gruber

Gleichstellungsbeauftragte