

Bielefelder Beratungsstellen sind auch jetzt weiterhin an Ihrer Seite

Liebe Eltern,

auch wir Bielefelder Beratungsstellen möchten Ihnen sagen, dass wir mit unseren Unterstützungsangeboten weiterhin für Sie da sind, wenn auch in (Corona-)angepasster Form mit Hygienevorschriften und Abstandsregeln, inzwischen auch wieder im persönlichen Kontakt.

Für alle Familien bedeutet diese Zeit eine große Beanspruchung, auf die sich niemand vorbereiten konnte. Eine Familie zu managen ist auch in „normalen“ Zeiten eine immer wieder mehr oder weniger große Herausforderung und hat viel damit zu tun, die verschiedenen Bedürfnisse und Verpflichtungen der Familienmitglieder zu jonglieren, unter einen Hut zu bekommen, nacheinander zu berücksichtigen, etc. Jetzt fallen wichtige Strukturierungsangebote und Freizeitbeschäftigungen weg und gleichzeitig gibt es Sorgen und Ängste, die je nach beruflicher Situation, gesundheitlicher Lage oder familiärem Belastungsgrad unterschiedlich stark sein können.

Auch plötzlich so viel Zeit zu Hause miteinander zu verbringen, ist ungewohnt und kann Konflikte mit sich bringen oder auch einfach Unsicherheit im Miteinander.

Wir sind sicher, dass Sie alle Ihr Bestes tun, um diese Situation zu meistern!

Dennoch kann die Belastung so groß sein, dass es gut und entlastend ist, sich bei einem professionellen Gegenüber auszusprechen.

Wir möchten Sie ermutigen, sich an uns zu wenden, wenn Sie Rat und Hilfe benötigen! Alle Fragen sind wichtig!

Wir wünschen Ihnen alles Gute!

Achten Sie gut auf sich und aufeinander!

Ihre Beratungsstellen

- **Mädchenberatungsstelle:** 0521 -173016, auch Online-Beratung, www.maedchenhaus-bielefeld.de
- **Diakonie für Bielefeld, MutWerkstatt** Beratung für Kinder, Jugendliche, Familien und Schwangerschaft: Tel. 0521 – 98892 601, **Standort Sennestadt:** 05205 – 2880, www.diakonie-fuer-bielefeld.de
- **AWO Beratungsstelle** für Eltern, Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene 0521 – 9216421, www.awo-jugendundfamilie-owl.de
- **AWO Beratungsstelle** für Familien mit Kindern von 0 – 6 Jahren, 0521 – 9216 421, www.awo-jugendundfamilie-owl.de

- **Beratungsstelle Bethel** für Kinder, Jugendliche und Eltern, 0521 / 329 662 10, beratungsstelle@bethel.de
- **Regionale Schulberatungsstelle (Schulpsychologie):** 0521 – 51 8685
- **Ärztliche Beratungsstelle gegen Misshandlung von Kindern e.V.:** 0521 130813 www.aerztliche-beratungsstelle-bielefeld.de
- **Beratungsstelle Stieghorst:** 0521-557 574 20, beratungsstelle.stieghorst@gfs-bielefeld.de / Beratung für Erwachsene, Eltern, Kinder und Jugendliche aus dem Stadtteil Stieghorst und Umgebung
- **Beratungsstelle im Stadtteil Baumheide:** 0521-557 627 50, beratungsstelle.baumheide@t-online.de , Beratung für Erwachsene, Eltern, Kinder und Jugendliche aus dem Stadtteil Baumheide und Umgebung
- **Psychologischer Beratungsdienst:** 0521-132415, beratungsdienst@gfs-bielefeld.de / Beratung für Erwachsene
- **Nummer gegen Kummer:** Kinder- und Jugendtelefon: 116 111 Elterntelefon: 0800 – 111 0 550
- **Hotline für Kinder, Jugendliche und Familien in Zeiten von Corona:** 0521 -98892-900 (9 – 15 Uhr an 7 Tagen in der Woche)
- **Jugendamt:** 0521 – 512084
- **Beratungsangebot der polizeilichen Opferschützer (auch anonym)**
0521 – 5837-2554