

## **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](mailto: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 (Bundeskongress 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.stmfp.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-bayernsschulen.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/Corvid-19\\_Flyer\\_bzga\\_BBK.html](https://www.bbk.bund.de/SharedDocs/Downloads/BBK/DE/Publikationen/Broschueren_Flyer/Corvid-19_Flyer_bzga_BBK.html)