



KINDERSCHUTZ MÜNCHEN | ASTRID-LINDGREN-STRASSE 5 | 81829 MÜNCHEN

An die Schulfamilie des SFZ München-Ost

an alle Schüler\*innen

an alle Eltern & Angehörige

an alle Lehrer\*innen

15.04.2020

### **Anlaufstellen, Hilfangebote und Notfallnummern**

Liebe Schüler\*innen und liebe Eltern und Angehörige, liebe Lehrer\*innen,

die Corona-Krise bedeutet für alle eine große Herausforderung. Sie verlangt von allen Menschen viel Neues und Unbekanntes. Vielleicht ist man manchmal überfordert. Vielleicht kommt es häufiger mal zu Streit und Schwierigkeiten zu Hause. Es kann Probleme in der Arbeit und Geldsorgen geben. Selbst Überreaktionen kommen in diesen Tagen sicherlich häufiger vor.

Nicht jeder von uns kann mit dieser besonderen Herausforderung immer richtig reagieren. Dies ist normal und menschlich. Ob kleine oder große Sorgen, jetzt in den Zeiten der Ausgangsbeschränkungen wird jeder mehr als einmal auf die Bewährungsprobe gestellt.

Wir möchten **Dich, liebe\*r Schüler\*in** und **Sie, liebes Familienmitglied** damit nicht alleine lassen. Wir haben am Ende des Briefes verschiedene E-Mail-Adressen und Telefonnummern aufgeschrieben. **Ruft/ Rufen sie auch bei kleinen Sorgen, Kummer, Ängsten oder Problemen diese Nummern an. Holt euch / Holen sie sich Hilfe.** Schreckt /Schrecken sie nicht davor zurück. Dafür sind diese Nummer da, um euch / Sie in der aktuell schwierigen Situation zu unterstützen.

*Das Motto darf sein: „Lieber einmal zu viel gefragt, als einmal zu wenig!“*

Die Stadt München bietet Hilfe an unter der zentralen Servicenummer: **089-233-96833**.

Jedes Familienmitglied darf jederzeit das Haus verlassen, **um Hilfe zu suchen**. Dies ist ein **wichtiger Grund!** Hier gilt die Ausgangsbeschränkung nicht. Man kann dann auch eine Streifenpolizei um Hilfe bitten. Sie ist verpflichtet, Hilfesuchenden weiterzuhelfen.

Trotz der bevorstehenden Ferien können sie in dringenden Anliegen die Jugendsozialarbeit / Schulsozialarbeit telefonisch unter der Nummer **0160-95438939** erreichen. Vielleicht hängen Sie diese Kontaktliste für Beratungen an Ihren Kühlschrank oder an einer ande-

ASTRID-LINDGREN-STRASSE 5  
81829 MÜNCHEN

JÖRG BRUNNER  
TEL. 089 233 - 47434  
FAX 089 23 17 16 - 7699

J.BRUNNER@KINDERSCHUTZ.DE

#### **KINDERSCHUTZ E.V.**

LIEBHERRSTRASSE 8  
80538 MÜNCHEN

TEL. 089 23 17 16 - 0  
FAX 089 23 17 16 - 9969  
INFO@KINDERSCHUTZ.DE  
KINDERSCHUTZ.DE

#### **VORSTAND**

DR. ANNA LAUX, THOMAS MELLE

#### **VORSITZENDE DES AUFSICHTSRATES**

DR. INGRID KEMPF

AMTSGERICHT MÜNCHEN VR 7605  
STEUERNUMMER 143/218/00514

#### **BANKVERBINDUNG**

BANK FÜR SOZIALWIRTSCHAFT  
IBAN DE39 7002 0500 0007 8183 00  
BIC BFSWDE33MUE

#### **SPENDENKONTO**

BANK FÜR SOZIALWIRTSCHAFT  
IBAN DE44 7002 0500 0007 8183 07  
BIC BFSWDE33MUE

MITGLIED IM PARITÄTISCHEN  
WOHLFAHRTSVERBAND  
LANDESVERBAND BAYERN E.V.

15.04.2020

**Anlaufstellen, Hilfsangebote und Notfallnummern**



**KINDER  
SCHUTZ  
MÜNCHEN**

ren Stelle, zu der jedes Familienmitglied Zugang hat. Somit kann jede(r) selbst entscheiden, welches Hilfsangebot wann in Anspruch genommen wird. Gerne können Sie diese Liste auch an Bekannte weitergeben, die nicht zur Schulfamilie gehören. Zum Schluss bleibt uns nur noch zu wünschen, dass wir alle diese Zeiten gut überstehen und uns bald gesund wiedersehen.

Ihr Team der Schulsozialarbeit

N. Joseph

J. Brunner

Mit freundlichen Grüßen  
KINDERSCHUTZ MÜNCHEN

15.04.2020

Anlaufstellen, Hilfsangebote und Notfallnummern



**KINDER  
SCHUTZ  
MÜNCHEN**

**Kinder- und Jugendtelefon** - Nummer gegen Kummer [www.nummergegenkummer.de](http://www.nummergegenkummer.de)  
**116 111** - anonym, kostenlos Mo - Sa 14-20 Uhr  
*Stress mit Eltern, Freunden oder Mitschülern? Angst, Missbrauch, Essstörung, Depression oder Sucht?*

**Krisentelefon für Familien in der derzeitigen Coronakrise**  
Montag – Donnerstag 14:00 – 15:30 Uhr und Freitag von 10:00 – 11:30 Uhr  
Unter der Telefonnummer 0177 6253975  
Mail: [krisentelefon@kif-muenchen.de](mailto:krisentelefon@kif-muenchen.de)

**Elterntelefon** [www.elterntelefon.de](http://www.elterntelefon.de)  
**0800 – 111 0 550** - anonym, kostenlos Mo – Fr 9-11 Uhr, Di – Do 17-19 Uhr  
*Sorgen um das Kind, als Eltern überfordert, manchmal hilflos? Erziehungsprobleme, Familienkrisen, Sucht, Internetgefahren?*

**Telefonseelsorge** [www.telefonseelsorge.de](http://www.telefonseelsorge.de)  
**0800/1110-111 oder -222** kostenlos, anonym 24h an 365 Tagen im Jahr für ALLE  
*In akuten Krisen für alte und junge Menschen, Berufstätige, Hausfrauen, Schüler\*innen und Auszubildende oder Rentner*

**Rufen sie das Servicetelefon der Stadt München an. Hier bekommen sie Hilfe bei Sorgen, Ängsten und Problemen (z.B. durch das Sozialbürgerhaus oder das Jobcenter.)**

*In persönlichen und wirtschaftlichen Notsituationen, bei Familien- und Partnerkonflikten, bei Schwierigkeiten in der Versorgung und Erziehung von Kindern, bei Fragen zu Trennung / Ehescheidung und Sorgerechtsregelung, bei Wohnproblemen und drohender Wohnungslosigkeit, in Lebenskrisen und bei psychischen Belastungen, bei sozialen Problemen in Folge von Alter bzw. Krankheit, zur Versorgung von Familien in Notsituationen, Schuldnerberatung.*

**089-233-96833** – kostenlos, Das Servicetelefon ist Montag bis Mittwoch von 8 bis 16 Uhr, am Donnerstag von 8 bis 17 Uhr, am Freitag von 8 bis 13 Uhr und am Samstag von 9 bis 15 Uhr erreichbar.

**Oder sie rufen direkt in ihrem zuständigen Sozialbürgerhaus an:**

**Sozialbürgerhaus Berg am Laim-Trudering-Riem** Streitfeldstraße 23, 81673 München  
Tel.: [089 233-96808](tel:08923396808) / E-Mail: [sbh-btr.soz@muenchen.de](mailto:sbh-btr.soz@muenchen.de)

**Sozialbürgerhaus Orleansplatz** – Orleansplatz 11, 81667 München, 80993 München  
Tel.: [089 233-96802](tel:08923396802) / Email: [sbh-nm.soz@muenchen.de](mailto:sbh-nm.soz@muenchen.de)



**KINDER  
SCHUTZ  
MÜNCHEN**

### Hilfen bei Depressionen & Suizidgedanken

KrisenKompass – **App zur Suizidprävention** / Notfallkoffer für die Hosentasche. App richtet sich an Menschen in der suizidalen Krise; Angehörige, Kollegen und Freunde, die unterstützen möchten sowie an Angehörige, die eine Person durch Suizid verloren haben.



**Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie**, Psychosomatik und Psychotherapie Klinikum der Universität München Ambulanz:  
089 / 4400-55931

**Heckscher Klinikum**, Kinder- und Jugendpsychiatrie München Notfallnummer:  
089 / 99990

**Krisendienst Psychiatrie** – für Kinder, Jugendliche und Erwachsene  
0180 / 655 3000  
*Beratung und Krisenhilfe für Betroffene, Angehörige, Bezugspersonen und Hilfesuchende*

**IMMA Beratungsstelle für Mädchen und junge Frauen**  
089 / 260 75 31 [www.imma.de/beratungsstelle](http://www.imma.de/beratungsstelle) [www.onlineberatung.imma.de](http://www.onlineberatung.imma.de)  
*Beratung bei allen Fragen und in unterschiedlichen Problemlagen von Mädchen und jungen Frauen inkl. sexualisierte oder häusliche Gewalt sowie Folgen von Traumatisierungen*

**Kibs – Kontakt-, Informations- und Beratungsstelle für Jungen und junge Männer**  
089 / 23 16 16 – 9120  
*Beratung von betroffenen Jungen und deren Bezugspersonen bei Vermutungen oder bei sexualisierter oder häuslicher Gewalt*

**Hilfetelefon Gewalt an Frauen**  
08000 116 016 kostenlos  
*Beratung für Frauen, Information für unterstützende Personen*

**Polizei**  
110

### **Für Unterstützung und Hilfe im Alltag**

- #Nachbarn Helfen Nachbarschaftshilfe bieten Hilfe in der Corona-Krise an: Für Menschen, die das Haus nicht mehr verlassen können!  
Unterstützung wie:  
Einkaufen gehen, Medikamente und Rezepte abholen, zur Post gehen etc.  
Montag bis Freitag 10 – 16 Uhr  
Hotline: 0152 04 68 87 89
- Münchener Freiwillige Wir helfen

15.04.2020

**Anlaufstellen, Hilfsangebote und Notfallnummern**



**KINDER  
SCHUTZ  
MÜNCHEN**

Hilfsdienste für Risikogruppen

Unterstützung wie:

Einkaufen gehen, Medikamente und Rezepte abholen, zur Post gehen etc.

Telefonnummer 089 46132983

Oder über das Internet-Formular unter:

[www.muenchner-freiwillige.de/besorgungen.html](http://www.muenchner-freiwillige.de/besorgungen.html)

**Arbeitgeber-Service für finanzielle Hilfen wie Kurzarbeitergeld / Arbeitsagentur.de**

Montag – Freitag, 8 – 18 Uhr

Telefon: 0800 4 5555