



kopfhoch.de
0800-5458668



Online- und
Telefonberatungsstelle Kopfhoch



kopfhoch.de



kopfhoch

"Kopfhoch" - Rückhalt in belastenden Zeiten: Kostenlos und direkt ins Wohnzimmer

- Oberpfalzweit für Kinder, Jugendliche und Familien
- Unter 0800/5458668 und www.kopfhoch.de beraten ehrenamtliche Fachkräfte
- In der Krisenzeit ist der Beraterpool aufgestockt: Ab sofort bis nach den Osterferien können sich auch Eltern melden, die Rat brauchen

In der aktuellen Krisensituation sind viele Freizeit- und Bildungsangebote gestrichen, falsche Informationen kursieren in sozialen Netzwerken, persönliche Kontakte sollen gemieden werden, manche finanzielle Situation ist unsicher und Familien verbringen plötzlich viel Zeit auf engem Raum. In dieser herausfordernden Situation gibt es in Familien viele Fragen. Es herrschen Angst, Stress und Ungewissheit. Da gerade jetzt zudem viele Beratungsstellen nicht öffnen können, sind telefonische und online-Angebote noch wichtiger als sonst.

Nicht nur junge Menschen, auch Eltern fühlen sich jetzt womöglich allein, haben eine brennende Frage oder brauchen einfach mal jemanden zum Reden. Eltern sind es, die Ruhe und Besonnenheit bewahren müssen und das ist manchmal gar nicht so einfach. Jemand, der zuhört, der die richtigen Fragen stellt und vielleicht sogar einen Rat hat – das kann eine angespannte Situation in einer Familie entzerren und die Wogen wieder glätten.

Deshalb hat der Kinderschutzbund vorübergehend seine Telefon- und Online-Beratung kopfhoch.de auch für Eltern geöffnet. [Kopfhoch.de](http://kopfhoch.de) ist eine kostenlose und anonyme Telefon- und Online-Beratung. Ehrenamtliche Sozialpädagogen, Psychologen und Erziehungswissenschaftler beraten am Telefon (6-22 Uhr) unter 0800-5458668 und online (rund um die Uhr) unter www.kopfhoch.de.