

Angebote für Kinder, Jugendliche und Familien während der Coronapandemie

Informations- und Beratungsmöglichkeiten für Kinder und Jugendliche

Name	Beschreibung	Internet	Telefon	Mail
Jugendarbeit Worb	Zentrale Anlaufstelle für Worber Kinder, Jugendliche, junge Erwachsene und Familien zu allen Themen, die Kinder, Jugendliche und deren Umfeld betreffen.	www.jugendarbeit-worb.ch	079 439 15 32	info@jugendarbeit-worb.ch
147	Beratung für Kinder und Jugendliche, vertraulich, kostenlos und rund um die Uhr.	www.147.ch	147	beratung@147.ch
Tschau.ch	E-Beratung und Jugendinformation	https://www.tschau.ch/		
du-bist-du	Informationen und Beratungen zur sexuellen Orientierung	https://du-bist-du.ch/		info@du-bist-du.ch
lilli	Beratung zu Sexualität, Verhütung, Beziehung, Gewalt, Frauen- und Männerthemen	www.lilli.ch		info@lilli.ch
feel-ok	Informationen zu verschiedenen Themen aber auch zu Sucht, Rechten, Freizeit und Vieles mehr. Es ist auch eine (anonyme) Beratung per SMS, Telefon oder Mail möglich.	https://www.feel-ok.ch/de_CH/jugendliche/jugendliche.cfm		

Schulsozialarbeit Worb	Eine Fachstelle der Gemeinde Worb, welche Kinder und Jugendliche im Prozess des Erwachsenwerdens begleitet.	https://www.worb.ch/information/bildung/2169	076 587 85 23 076 248 67 31	
------------------------	---	---	--------------------------------	--

Informations- und Beratungsmöglichkeiten für Erwachsene und Familien

Name	Beschreibung	Internet	Telefon	Mail
Elternberatung der Pro Juventute	Rundum die Uhr telefonische Beratung	https://pj.projuventute.ch/Elternberatung.2585.0.html	058 261 61 61	
Erziehungsberatung	Angebot für Eltern, Familien, Kinder, Jugendliche und Schulen. Die Beratungen sind kostenlos und vertraulich. Es ist möglich eine/n Dolmetscher/in telefonisch beizuziehen.	https://www.erz.be.ch/erz/de/index/erziehungsberatung/erziehungsberatung/regionalstellen/bern.html	+41 31 633 41 41	eb.bern@be.ch
Elternnotruf	Notruf für Eltern in schwierigen und überfordernden Situationen mit Kindern & Jugendlichen.	www.elternnotruf.ch/	0848 35 45 55	
Mütter- und Väterberatung	Beratung für Mütter und Väter für Fragen in der Erziehung, zum Alltag und zu Ängsten.	https://www.mvb-be.ch/de	031 552 16 16	
Ehe- und Familienberatung	Informationen und Beratungen zu Spannungen in der Ehe, Familie, zu Fragen zu den Themen Scheidung, Trennung, Intimität und Sexualität.	https://www.eheundfamilienberatung-bern.ch/	031 312 10 66	info@eheundfamilienberatung-bern.ch

Kindes- und Erwachsenenschutzbehörde	Die Kindes- und Erwachsenenschutzbehörde befasst sich mit Themen wie Kinderschutz und Kindeswohl, der elterlichen Sorge und Vaterschaft, Besuchsrecht und Unterhalt sowie mit Kindeswohlgefährdungen.	https://www.igk.be.ch/igk/de/index/direktion/organisation/kesb/kesb_kreise/kesb_bern.html	031 635 20 00	info.kesb-be@be.ch
Parentu- App	Informationsapp für Eltern mit Push-Mitteilungen	www.parentu.ch		
Schuldenberatung	Kostenlose telefonische Beratung über Budget und Schulden. Kontaktaufnahme per Telefon.	https://www.schuldeninfo.ch/uebersicht.html	031 376 10 10	
Schwanger- wir helfen	Kostenlose Beratung für Frauen und Männer zum Thema Schwangerschaft und die Zeit danach.	http://schwanger-wir-helfen.ch/	031 961 64 74	info@schwanger-wir-helfen.ch
Jugend und Medien	Wichtige Informationen zur Förderung der Medienkompetenz	https://www.jugendundmedien.ch/digitale-medien/games.html		
Dargebotene Hand	Anonyme Beratung per Telefon für Erwachsene	https://www.143.ch/	143	

Gesundheit und Sucht

Name	Beschreibung	Internet	Telefon	Mail
Contact- Stiftung für Suchthilfe	Contact, die Stiftung für Suchthilfe, bietet ambulante Angebote mit dem Ziel, die Risiken und Folgeschäden des Suchtmittelkonsums zu mindern.	https://www.contact-suchthilfe.ch/	031 378 22 20	info@contactmail.ch

Berner Gesundheit	Suchtberatung- und Theorie, Gesundheitsförderung und Prävention, Sexualpädagogik.	https://www.bernergesundheit.ch/	0800 070 070	info@beges.ch
Rave it save.	Liefert Infos und bietet Beratung zu Substanzen an. Das Angebot steht für eine lebendige Partykultur – mit möglichst wenig Risiken.	https://www.raveitsafe.ch/	031 378 22 32	dib@contactmail.ch
Schweizerische Koordinations- und Fachstelle Sucht.	Infodrog ist die vom Bundesamt für Gesundheit BAG eingesetzte Schweizerische Koordinations- und Fachstelle Sucht.	https://www.infodrog.ch/de/	031 376 04 01	office@infodrog.ch

Gewaltübergriffe und Opferhilfe

Name	Beschreibung	Internet	Telefon	Mail
LANTANA	Beratung und Hilfe für Frauen, weibliche Jugendliche und Mädchen sowie Bezugs- und Fachpersonen bei sexueller Ausbeutung in der Kindheit, Verdacht auf sexuellen Missbrauch, Vergewaltigung und sexueller Nötigung, sexuelle Belästigung (u.a. am Arbeitsplatz).	www.lantana-bern.ch	031 313 14 00	info@stiftung-gegen-gewalt.ch

VISTA	Beratung und Hilfe für Frauen, weibliche Jugendliche und Kinder sowie Bezugs- und Fachpersonen bei häuslicher Gewalt, sexueller Ausbeutung in der Kindheit, Verdacht auf sexuellen Missbrauch, Vergewaltigung und sexueller Nötigung. Online-Beratung möglich.	www.vista-thun.ch	033 225 05 60 (Ausserhalb der Bürozeiten: 031 533 03 03 Appelle)	info@vista-thun.ch / info@stiftung-gegen-gewalt.ch
Frauenhaus Bern	Frauen und ihre Kinder die von Gewalt betroffen sind, erhalten dort Schutz.	https://stiftung-gegen-gewalt.ch/wsp/de/fachstellen/frauenhaus-bern/	031 332 55 33	info@stiftung-gegen-gewalt.ch
Beratungsstelle Opferhilfe Bern	Beratung und Begleitung, wenn man von Straftaten betroffen ist.	www.opferhilfe-bern.ch	031 370 30 70	beratungsstelle@opferhilfe-bern.ch
Männer- und Väterhaus	Hilfe für Väter mit Kindern, aber auch für Männer.	www.zwueschehalt.ch/	031 552 08 70	bern@zwueschehalt.ch
Fachstelle Gewalt Bern	Informationen zu Gewalt in verschiedenen Sprachen.	www.violencequefaire.ch		
AppElle!	Telefonische Beratung zum Thema häusliche Gewalt rund um die Uhr- eine Hotline der Frauenhäuser.	https://stiftung-gegen-gewalt.ch/wsp/de/aktuelles/appelle-neue-hotline-fur-mehr-sicherheit/	031 533 03 03	info@stiftung-gegen-gewalt.ch

Ideen zur Freizeitgestaltung für Kinder und Jugendliche

Name	Beschreibung	Internet	Telefon	Mail
Robi-Digital	Der Spielplatz wurde kurzerhand ins Internet verschoben. Lustige Bastel- und Rezeptideen usw.	https://robi-digital.jimdosite.com/	079 940 61 80	Info@jugendarbeit-worb.ch
Pfadi Homescouting	Pfadiaktivitäten für zu Hause	www.pfadi.swiss/de/homescouting/		
Sport und Bewegung für zu Hause	Verschiedene Links zu Sport und Bewegung	www.sport.sites.be.ch/sport_sites/de/index/kinder_jugendliche/kinder_jugendliche/meine_gesundheit/sport-und-bewegung-zu-hause.html		
Drin-bleib-Monster	Digitales Bilderbuch, Ausmalbilder und weitere Ideen für Zuhause.	www.drin-bleib-monster.de/		
schreib dich frei	Auf schreibdichfrei.net erhältst du dein eigenes Profil und deinen persönlichen Schreibtisch. Dort kannst du deinen Text schreiben und anschliessend posten oder auch vorerst unveröffentlicht speichern bis du bereit bist, ihn anderen zu zeigen.	www.schreibdichfrei.net		
Online Ferienspass von Pro Juventute	Der online Ferienspass von Pro Juventute ist da! Mit kostenpflichtigen, als auch kostenfreien, online Angeboten.	https://freizeit.feriennet.projuvntute.ch/activities		

Schlaumeier. Online-Lektionen für Kinder!	Die interaktiven und kostenlosen Online-Lektionen finden von Montag bis Freitag täglich um 9 Uhr statt. Kinder können mit den Schlaumeiern interagieren, Fragen stellen oder an Umfragen teilnehmen - wie in der Schule.	https://www.schlaumeier.online/		
Spick	Spannende Berichte zu unterschiedlichen Themen aus der Natur, Musik, Sport, Umwelt und der Stars. Dort findest du auch Basteltipps und Wettbewerbe.	https://www.spick.ch/		

Weitere Angebote

Name	Beschreibung	Internet	Telefon	Mail
Lernhilfe über Videochat	Hier erhältst du Hilfe beim Lernen	www.heks.ch/was-wir-tun/lernhilfe-ueber-videochat		bern@heks.ch
Guets tue tuet guet!	Hier findest du Geschichten wie Leute anderen Leuten helfen, oder Ideen wie du dies tun kannst.	https://www.guetstuetuetguet.ch/		
Dureschnufe	Informationen und Tipps für die psychische Gesundheit rund um die momentane Situation mit dem Coronavirus.	www.dureschnufe.ch		
Stopp das Virus!	Informationen zum Coronavirus in verschiedenen Sprachen.	www.virus.redcross.ch/de		

Worb hilft Worb	Solidaritätsnetzwerk aus Worb, welches Personen unterstützt, die sich wegen dem Coronavirus isolieren müssen. Die ehrenamtlichen Helferinnen und Helfer greifen bei Einkäufen, Botengängen, Spaziergängen mit Haustieren und Weiterem unter die Arme.	https://www.agumweltworb.ch/	077 429 59 59	agumweltworb@gmail.com
Hygiene- und Verhaltensregeln in verschiedenen Sprachen		www.bag.admin.ch/bag/de/home/krankheiten/ausbrueche-epidemien-pandemien/aktuelle-ausbrueche-epidemien/novel-cov/downloads-in-verschiedenen-sprachen.html		