

Anlaufstellen für Familien unter Druck

Grosseltern dürfen ihre Enkel nicht mehr betreuen, die Schulen sind geschlossen und die öffentlichen Kontakte sind stark eingeschränkt. Familien mit Kindern sind durch diese Bestimmungen besonders belastet. Kleine Kinder können kaum verstehen, warum sie sich nicht mit ihren Gspänli treffen können, sie wollen nicht «eingesperrt» sein. Jugendlichen fällt es schwer, sich an Regeln zu halten, die von den Erwachsenen aufgestellt wurden - und im Moment einfach nicht verhandelbar sind. Über mehrere Wochen auf mehr oder weniger engem Raum müssen Familien es miteinander aushalten. Da können die Nerven schon mal blank liegen. Bevor es eskaliert: Hier haben wir ein paar Anlaufstellen aufgeführt, die Ihnen bei Überlastung und Überforderung helfen.

Beratung für Eltern

Verein ElternLehre

Bildung und Coaching für Eltern von Kindern ab Geburt – 16 Jahre
Telefon: 031 829 24 33, info@elternlehre.ch, www.elternlehre.ch

Elternnotruf

Bei schwierigen Situationen und Überforderung mit Kindern und Jugendlichen.
Telefon: 0848 35 45 55 (Festnetztarif), www.elternnotruf.ch

Kantonale Erziehungsberatung

Beratungsstellen für Eltern, Kinder, Jugendliche und Lehrkräfte zu Entwicklung, Erziehung, Schulung
Telefon: 031 633 41 41 www.bkd.be.ch/erziehungsberatung

Mütter- und Väterberatung Kanton Bern

Kostenlose Beratung für Eltern und Bezugspersonen von Kindern ab Geburt – 5 Jahre
Telefon: 031 552 16 16, www.mvb-be.ch/de

Verein Ehe- und Familienberatung Bern

Telefon: 031 312 10 66, E-Mail: info@eheundfamilienberatung-bern.ch

Dargebotene Hand

Kostenlose und anonyme Beratung per Telefon, Mail oder Chat
Telefon: 143, www.143.ch

Häusliche/sexuelle Gewalt

Rufen Sie in akuten Situationen die Polizei an.
Telefon: 117

Beratung für Kinder und Jugendliche

Pro Juventute

Kinder und Jugendliche erhalten hier kostenlos altersgerechte Beratung und Unterstützung
Telefon: 147, www.147.ch

Online-Beratung, Jugendinformation und Live-Chat:

www.tschau.ch

26_03_2020-mb