



Hilfe und Informationen in Zeiten von Corona

JENFELD

- **Stadtteilbüro Jenfeld:** Soziale Beratung, Unterstützung bei Behördenangelegenheiten => **Rückrufbitte** per E-Mail an ludwig@quadriga-hamburg.de oder vollmer@quadriga-hamburg.de (bitte angeben: Namen, Telefonnummer!!!) im Notfall: 0162 2652198
 - Hinweise und Aktualisierungen zu Links und Tipps in der Corona Krise bitte an Heike Steinkamp: steinkamp@quadriga-hamburg.de
- **Viva Wandsbek-Take Care! und das Viva Wandsbek ‚Sucht- und Drogenhilfe‘:**
 - takecare@jugendhilfe.de; 040 / 244 242 59-0 oder 0177 – 20 94 549 (10:00 bis 18:00 Uhr)
 - vivawandsbek@jugendhilfe.de; 040 / 47 11 31-0 (Mo, Di, Mi 10:00 bis 18:00 Uhr; Do und Fr: 13:00 bis 18:00 Uhr)
- **Jenfelder Kaffeekanne** (ggf. laufen die Mailboxen. Es wird aber zurückgerufen. Die Beratung kann nur telefonisch stattfinden)
 - **Schulkinderprojekt:** schulkinder@jenfelder-kaffeekanne.de
0151 671 08 725 (Barbara Höfer)
0151 721 25 119 (Matthias Liebsch)
 - **Elternprojekt:** eltern@jenfelder-kaffeekanne.de
0176 495 761 98 (Monika Berling)
0176 347 00 746 (Tatjana Joos)
- **Therapiehilfe gGmbH – ambulantes Beratungszentrum Hamburg Ost (Brücke)**
 - Wir beraten telefonisch zu allen Fragen rund um Gebrauch und Abhängigkeit von Suchtmitteln und Verhaltensweisen (Vermittlungen in Entgiftungen und stationäre Reha-Maßnahmen sind weiterhin möglich). Unsere erweiterten Zeiten sind Mo 10-15 Uhr, Di 10-17 Uhr, Mi 10-16, Do 10-18 Uhr, Fr 8-15 Uhr. Zu erreichen sind wir unter der 040 – 2000 10 1310 oder der bruecke@therapiehilfe.de Gerne können Interessierte uns auch eine Nachricht hinterlassen und wir rufen zurück.
- **Straßensozialarbeiter Jenfeld** E-Mail: strasojenfeld@gmx.de
 - Beratung Zielgruppe: 14 bis 27 Jahre, Montag bis Freitag, von 10 bis 18.00 Uhr, Tel.: 0176 428 599 90 und
- **Jexit – Jenfeld gegen Gewalt:** ein Zusammenschluss sozialer Einrichtungen in Jenfeld, das sich für einen **gewaltfreien Lebensraum** einsetzt
 - Beratung und Hilfe für Kinder, Jugendliche und Erwachsene!!! Zurzeit nur telefonische Sprechstunde – **unter 0162/134 29 01 montags 10:30Uhr – 11:30Uhr und mittwochs 9:30Uhr – 11:30Uhr**
E-Mail: jexit@hakiju.de
- **fördern und wohnen- Ambulante Sozialpsychiatrie in Jenfeld: Stress, Sorgen, Ängste oder gesundheitliche Probleme?** Wir beraten und unterstützen Sie und Ihre Angehörigen in einer schwierigen Lebensphase sowie bei Fragen rund um das Thema **seelische Gesundheit** und/oder **psychische Krisen**. Unser Angebot ist für Sie auf Wunsch anonym! **Montag bis Freitag von 09:00- 17:00 Uhr** telefonisch unter: 0176-4285 596 01 oder per Mail unter: kaskadenpark@foerdernundwohnen.de
- **Jugendbüro und Mädchentreff Jenfeld:** telefonische Erreichbarkeit Kerstin Luther:
 - Montag bis Freitag [040-654 81 71](tel:040-6548171) oder [0176-499 24 604](tel:0176-49924604)
gern auf die Mailbox sprechen - Rückruf erfolgt garantiert
- **Your Life! Berufsorientierung für Mädchen und Jungen**
 - Zurzeit Beratungen ausschließlich per Telefon oder Mail
Themenschwerpunkt: Beratung rund um Schule und Ausbildung.
Your Life! Mädchen:
0176 - 57294911 / yourlife.maedchen@diakonieundbildung.de (Simone Kokemor)
Erreichbar: Montag - Donnerstag von 9-16 Uhr, Freitag von 9-13 Uhr
Your Life! Jungen:
0176 - 57231565 / yourlife.jungen@diakonieundbildung.de (Alexander Banaski)
Erreichbar: Montag - Donnerstag von 9-16 Uhr
- **Erziehungs- und Familienberatungsstelle Wandsbek:** aufgrund der aktuellen Situation zurzeit keine persönliche Beratung, **telefonische Beratung Mo, Di und Do von 9-13 Uhr:** 42881 - 2205 und per Mail: erziehungsberatungsstelle-wandsbek@wandsbek.hamburg.de
- **Abendroth Haus:** Telefonische Sprechstunde der **Familienhebamme:**
 - Stephi Gerdes : freitags von 9:30 bis 12:30 Uhr, Tel.: **0157 88 316 772**



- **Gleiwitzer Bogen:** Kita ist in Bereitschaft und eine neue homepage mit Interaktionsmöglichkeiten wird zzt. entwickelt. **Notfallnummern sind Mo. - Fr. 10 - 16 Uhr**
 - Kita 0172/4464482
 - Baui 01794733984
- **Familienplanungszentrum: Konfliktberatung** und auch **Elterngeldberatung telefonisch!**
Einfach im FPZ anrufen unter **040/4392822** zu unseren Telefonsprechzeiten und einen Termin für die **Telefonberatung** ausmachen.
<https://www.familienplanungszentrum.de/kontakt/>
- **Junge Familienhelden Jenfeld**, Rodigallee 288, 22043 Hamburg
Wir bieten während der Pandemie **telefonische Beratung und persönliche Kontakte nach Terminvereinbarung an**. Beratung zu sozialen Themen, Erziehungsfragen, Themen „rund ums Kind“, Partnerschaftsthemen und geben Hilfe beim Bearbeiten von Anträgen und Unterstützung bei der Bewältigung des Alltags. Wir bieten einfach auch Entlastungsgespräche in dieser verunsichernden Zeit.
Neue Familien wenden sich zur Weitervermittlung bitte an die Leitung: Nicole Pagel 0176 / 1380 3860 oder E-Mail: jfhj@familienhelden.de
Familien, die uns schon kennen, wenden sich bitte an die ihnen vertrauten Beraterinnen
Katharina Liedtke 0176 / 1380 3897
Silke Langner 0176 / 5899 5141
Inken Schmidt 0176 / 1380 3881
freitags von 10-12 Uhr telefonische **Baby-Sprechstunde** bei Jenny Mäder: 0178 / 3470 387, Kinderkrankenschwester
- **Stressabbau:** <https://www.coreszon.com/de> oder auch <https://www.instagram.com/coreszon/> - hier jeden Abend von Mo.-Fr. ein "Abendbrot"-Livestream, bei dem 20-minütige Resilienz-Häppchen serviert werden, diese sind danach für 24 Stunden in der Story einsehbar

Hohenhorst

- **Erziehungs-und Familienberatungsstelle Hohenhorst** ist weiterhin gerne für Familien da und bietet telefonische Beratungen an. Telefonische Anmeldung unter 040 -350 150 115,
 - Mo - Mi 9-12 Uhr und Do – 15-18 UhrAußerhalb der Zeiten kann eine Nachricht auf dem Anrufbeantworter hinterlassen werden. Kontaktaufnahme ist auch über Mail möglich: hohenhorst@erziehungshilfe-hamburg.de
- **Nachbarschaftsmütter / Nachbarschaftsväter Hohenhorst** telefonische Hotline
Wir halten mehrsprachiges Aufklärungsmaterial zum Corona-Virus u.a. bereit und können gezielt mit Unterstützung der NM / NV über die derzeitige Situation aufklären.
E-Mail: nachbarschaftsmuetter@erziehungshilfe-hamburg.de
Unsere **Hotline 040-668514113** vom Projekt NM / NV ist an folgenden Tagen und Zeiten erreichbar:
 - Montag: 13-15 Uhr
 - Dienstag: 10-12 Uhr
 - Mittwoch: 10-12 Uhr
 - Donnerstag: 13-15 Uhr
- **Gesundheitsberatung/Sorgentelefon: 040 668 51 41 11** **E-Mail: gesundheitsberatung-hoho@erziehungshilfe-hamburg.de**
 - Montag, 11 – 13 Uhr
 - Mittwoch, 13 – 15 Uhr
 - Donnerstag, 10 - 12 Uhr und 14 – 16 Uhr
- **Sozialberatung Haus am See:** Dienstag, 15 – 17 Uhr, Tel.: 040 350 150 115
Freitag, 9 – 14 Uhr Tel.: 040 668 514 111
E-Mail: sozialberatung-hoho@erziehungshilfe-hamburg.de
- **Jugend aktiv plus** – Haus am See – Beratung und Unterstützung zur sozialen und beruflichen Integration von Jugendlichen und Jungerwachsenen unter 25 Jahren mit multiplen Problemlagen
 - Hotline montags bis freitags von **8.00 bis 18.00** Uhr zu erreichen unter **0151 42420442**