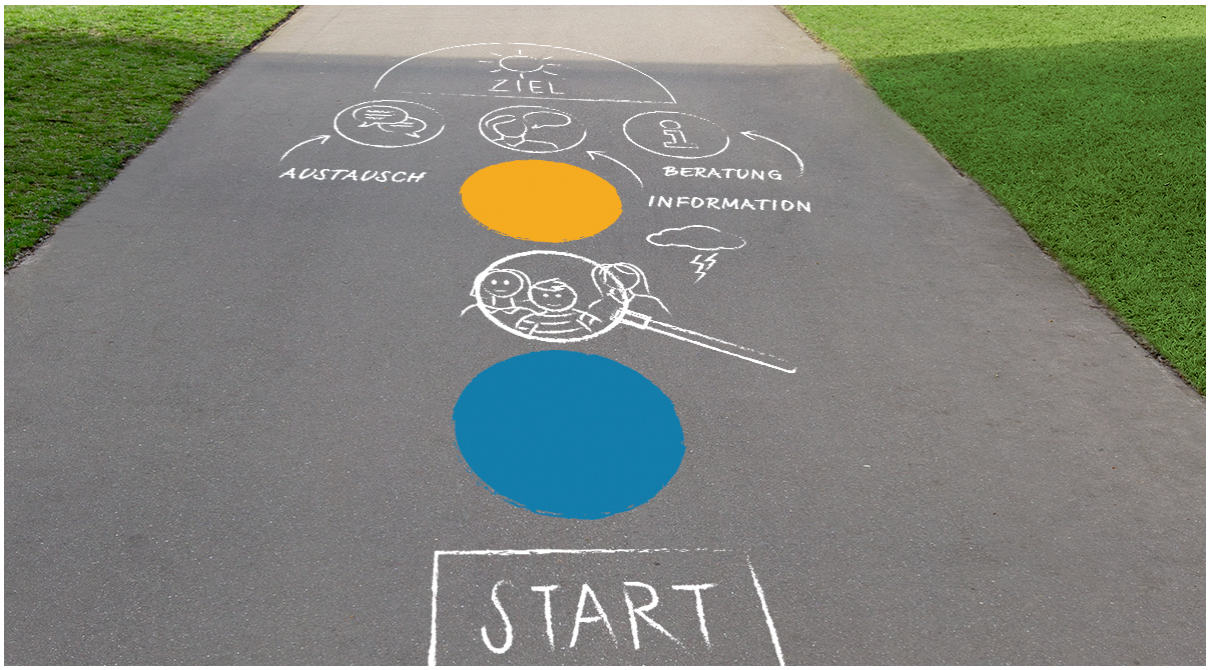
View this email in your browser

A: aufklaren

Expertise & Netzwerk für Kinder psychisch erkrankter Eltern



: Wetterbericht N°5

24. April 2020

Liebe Leserinnen und Leser,

heute erreicht Sie bereits Ausgabe **N°5** unseres **Wetterberichts**.

Im vorherigen Wetterbericht haben wir Ihnen unsere neue Homepage www.aufklaren-hamburg.de vorgestellt, die seither unser digitales Angebot um wertvolle Inhalte erweitert. Für Ihre positive Resonanz darauf, sagen wir vielen Dank! Die jenigen unter Ihnen, die unsere Website noch nicht kennen, erwartet eine Plattform mit umfangreichen Hilfe- und Unterstützungsangeboten zum Thema ‘Kinder psychisch erkrankter Eltern‘.

Ausgabe N°5 unseres Newsletters heißt für viele von uns auch: fünf Wochen neue Hilfe- und Arbeitsstrukturen. Für viele von Ihnen hat sich ein neuer Alltag eingestellt, an den Sie sich gut gewöhnen konnten. Für andere ist "Alltag" ein Fremdwort und die Sehnsucht nach alten Strukturen groß.

Wir können Ihnen nur Mut machen, weiter durchzuhalten und hoffen, Ihnen mit unserem Angebot für Ihren Arbeitsalltag neue Impulse zu geben.

Wir wünschen Ihnen viel Freude beim Lesen und freuen uns auf Ihre Anregungen.

Bleiben Sie weiterhin gesund,
Ihr **A: aufklaren**-Team
ein Projekt von DER PARITÄTISCHE

DER PARITÄTISCHE HAMBURG

: Hilfe

Corona-Krisentelefon des UKE

Das Universitätsklinikum Eppendorf hat eine Hotline eingerichtet, an die sich Menschen wenden können, die aufgrund der Corona-Krise psychisch belastet und in seelische Not geraten sind. Das Krisentelefon ist ab sofort unter der **Telefon-Nr.: 040-7410-53210 montags bis freitags von 9:00-12:00 Uhr** erreichbar. In Fällen, in denen eine Abklärung darüber erfolgen muss, ob eine psychische Erkrankung vorliegt, werden die Anrufenden auf das Portal der Terminservicestelle der Kassenärztlichen Vereinigung Hamburg zur Vermittlung eines Sprechstundentermins verwiesen: www.116117.de

---

: Angebote

Sozialraumangebote des Margaretenhorts in Süderelbe, Harburg und Wilhelmsburg

Das Angebot umfasst:
Beratung für Familien auf Türkisch und Deutsch | Elternlots*innen Heimfeld | Familienkinderkrankenschwester | Familienlots*innen Heimfeld & Phoenixviertel | Hebammen-Sprechstunde | Margaretenhort UNS – Süderelbe | Netzwerk Frühe Hilfen Harburg | Sozialberatung Wilhelmsburg & Rothenburgsort |Treffpunkthaus Heimfeld.
Alle Ansprechpartner*innen und Telefonnummern finden Sie hier.

Sozialraumangebote von der Vereinigung Pestalozzi in Altona, Finkenwerder, Billstedt, Meiendorf/Oldenfelde

Das Angebot umfasst:
Sprechzeiten | psychosoziale Beratung | Chorgruppe | Entspannungsübungen | Familiencafé | Hilfe bei Anträgen | Frauengruppen | Männerberatung | Infos aus den Stadtteilen – per Telefon, Chat und Video
Hier geht es zu den Angeboten in Altona, in Finkenwerder, in Meiendorf/Oldenfelde und in Billstedt.

KISS-Selbsthilfe-App

Die Kontakt- und Informationsstellen für Selbsthilfegruppen (KISS) haben eine App entwickelt, die es mit ihren vielfältigen Funktionen in Zeiten von Corona-Kontaktsperren möglich macht, weiter das Beratungs- und Informationsangebot von KISS zu nutzen sowie den Kontakt in Selbsthilfegruppen zu halten. Hier kann die App direkt heruntergeladen werden: www.kiss-hh.de/app.html

---

Newsletter-Aktion ‚Familienzeit gesund gestalten – Elterninfos in der Corona-Krise'

Eine Allianz von Verbänden der Kindergesundheit, zu der u.a. die Deutsche Gesellschaft für Kinderschutz in der Medizin und die Universität Witten/Herdecke gehören, startet unter der Überschrift ‚Familienzeit gesund gestalten - Elterninfos in der Corona-Krise' eine Newsletter-Reihe. Den Newsletter erhalten interessierte Eltern zweimal pro Woche per E-Mail, und zwar jeweils dienstags und freitags. Um den Newsletter zu erhalten, bedarf es einer kurzen E-Mail an info@echt-dabei.de mit dem Betreff „Newsletter Familienzeit". Sobald in allen Bundesländern die KiTas und Schulen wieder geöffnet sind, endet der Versand. Weitere Infos zum Newsletter lesen Sie hier.

Hakuna Matata – Das Mut-Mach-Lied in der Quarantäne

Der Hamburger Chor Musicalive bleibt zu Hause. Dass auch von zu Hause musiziert werden kann, haben die Chormitglieder*innen jetzt bewiesen. Mit dem Mut-Mach-Lied Hakuna-Matata aus König der Löwen, geben sie den Zuhörer*innen reichlich Energie und einen Ohrwurm, um diese turbulenten Zeiten zu überstehen. Den Song gibt es hier zum Anhören.

Das Goldene A:

... verleihen wir in dieser Woche an das Team der Jugend- und Familienhilfe der auxiliar gGmbH der Stiftung Freundeskreis Ochsenzoll

Für eine Stunde am Tag einfach mal durchatmen
„Danke, dass meine Tochter mal eine Stunde am Tag außer Haus, bei Ihnen sein kann. Es geht nicht nur um die Hausaufgaben, sondern auch darum, mal zwischendurch durchzuatmen oder mal eine Stunde für sich zu haben, das ist schon solch ein Geschenk und richtig toll!“, das berichtet die dankbare und psychisch sehr belastete Mutter der zehnjährigen Pia (Name von Redaktion geändert), die von der Jugend- und Familienhilfe der gemeinnützigen auxiliar GmbH der Stiftung Freundeskreis Ochsenzoll betreut wird.

Eine belastende Situation – für jedes Familienmitglied
Viele Eltern berichten, sie seien mit ihrer Kraft und ihren Nerven am Ende – nach dieser langen Zeit ohne Kita und Schule. Weiterlesen

: Infos an die Redaktion

Haben Sie Infos oder Anregungen an die Redaktion?

Eigene Angebote bei Ihrem Träger? Nützliche (seriöse) Links und Materialien? Es gibt Geschichten vom Gelingen, Kooperationen oder echte Highlights zu erzählen? Wir freuen uns, Ihre Beiträge in einem der nächsten Newsletter veröffentlichen zu können. Schreiben Sie uns eine E-Mail an: newsletter@aufklaren-hamburg.de

Den Wetterbericht abonnieren

Abonnieren Sie unseren Newsletter **Wetterbericht** und leiten Sie ihn gern an andere interessierte Kolleg*innen weiter. So unterstützen Sie unser Netzwerk!

Copyright © 2020
Der PARITÄTISCHE Wohlfahrtsverband Hamburg e.V., Alle Rechte vorbehalten.

: Impressum
Der PARITÄTISCHE Wohfahrtsverband Hamburg e.V.
Wandsbeker Chaussee 8
22089 Hamburg
www.paritaet-hamburg.de
Vereinsregister Hamburg VR 4281, Steuer-Nr. 17/413/00717
V.i.S.d.P.: Kristin Alheit (Geschäftsführende Vorständin)
Datenschutzerklärung auf unserer Website

: Redaktion
Juliane Tausch I Hanna Berster
newsletter@aufklaren-hamburg.de
www.aufklaren-hamburg.de

: Grafik & Design
www.giraffentoast.de

: Mailingadresse
Der PARITÄTISCHE Wohlfahrtsverband Hamburg e.V.
Hamburg, Deutschland
Wandsbeker Chaussee 8
Hamburg 22089
Germany

Add us to your address book

Möchten Sie Ihre Einstellungen verwalten?
Sie können Ihre Präferenzen updaten oder sich aus der Liste austragen.

mailchimp