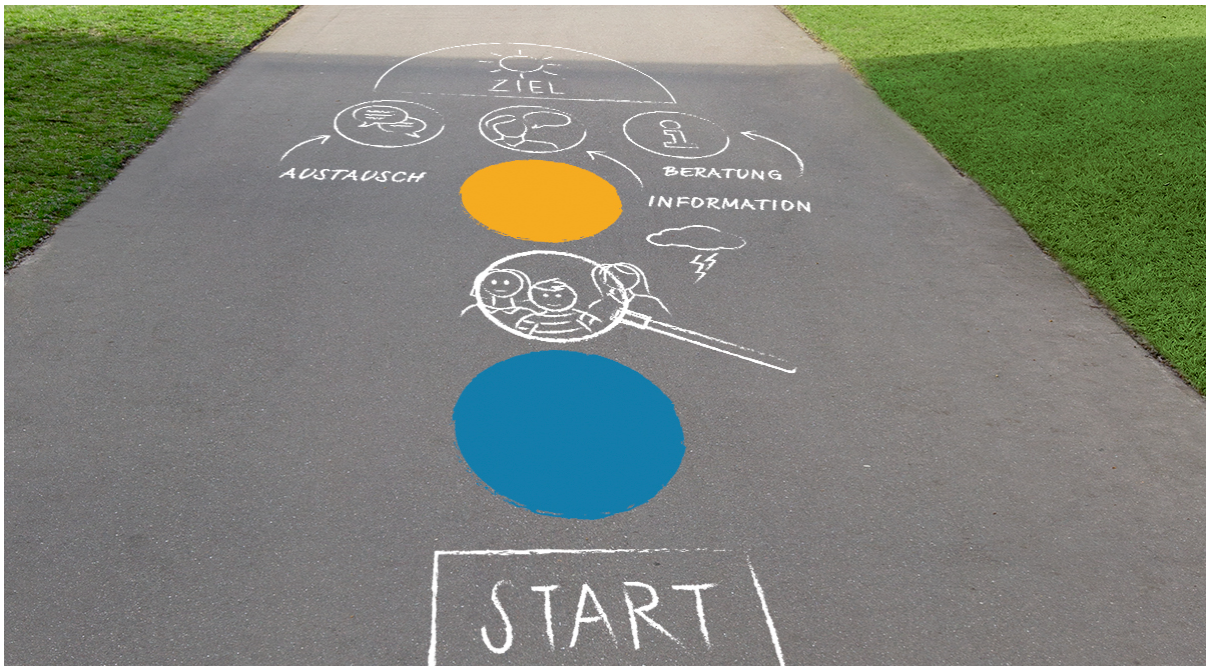
View this email in your browser

A: aufklaren

Expertise & Netzwerk für Kinder psychisch erkrankter Eltern



: Wetterbericht N°6

6. Mai 2020

Liebe Leserinnen und Leser,

heute erreicht Sie Ausgabe **N°6** unseres **Wetterberichts**.

Vielleicht haben Sie es bemerkt, in der letzten Woche flatterte kein Wetterbericht in Ihr E-Mail-Postfach. Wir erscheinen nicht mehr wöchentlich, sondern im Abstand von zwei Wochen. Der Grund? Wir wollen Sie mit relevanten Themen zum Thema "Kinder psychisch erkrankter Eltern" versorgen. Der Fokus in Zeiten von Corona verschiebt sich – auch in der Anzahl an neuen Beratungs- und Hilfeangeboten. Auch, wenn die aktuellen Nachrichten durch die Krise bestimmt werden und Corona in Ihrem Arbeitsalltag allgegenwärtig ist, das erste Sortieren und Innehalten ist bei vielen überstanden. Peu à peu findet eine Rückführung statt. Dieser passen wir uns auch mit unserem Newsletter an.

Wenn Sie unsere Newsletterbeiträge nachlesen oder mehr über unser Thema und uns erfahren möchten, schauen Sie gerne auf unserer Homepage vorbei: www.aufklaren-hamburg.de

Wir wünschen Ihnen viel Freude beim Lesen und weiterhin eine schöne Woche!

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

DER PARITÄTISCHE HAMBURG

: Fachnews

Sozialbehörde finanziert Mittagessenversorgung in Kitas

Der gewohnte Kita-Alltag: spielen mit den Freund*innen, gemeinsames Mittagessen und der anschließende Mittagsschlaf. Vielen Kindern fehlt das! Nicht alles lässt sich abrupt wieder in den Alltag integrieren, doch für ein warmes Mittagessen wird in Kitas ab jetzt gesorgt sein. Die Sozialbehörde hat angekündigt, dass auch für Kinder, die nicht betreut werden, in der jeweiligen Kita eine Mahlzeit abgeholt werden kann. Rund ein Drittel der Einrichtungen bietet das Essen bereits im Laufe dieser Woche an. Ab dem 15. Mai wird die Verpflegung in allen Kitas bereitstehen. Wer das Angebot nutzen möchte, meldet sich dafür bereits jetzt in seiner Kita. Dort wird das Mittagessen auch abgeholt. Die Kosten dafür trägt die Sozialbehörde. Weitere Infos lesen hier.

: Hilfe

Auf einen Blick: Sprechzeiten der allgemeinen Suchtberatungsstellen

SUCHT.HAMBURG hat eine Übersicht aktueller Sprechzeiten aller Hamburger Suchtberatungsstellen zusammengestellt. Die Liste gibt es hier.

Rat und Hilfe rund um Alkohol, Tabak, Drogen und Sucht verschafft das Rauschbarometer.

Hilfe für Helfer – Sparda-Bank startet Corona-Spendenaktion

Um in diesen schwierigen Zeiten den Menschen in unserer Region, die besonders von der Krise betroffen sind, zu unterstützen, bietet die Sparda-Bank schnell und unbürokratisch Hilfe. Mit der Spendenaktion ‚Hilfe für Helfer' können gemeinnützige Vereine und Organisationen, die sich für hilfsbedürftige Menschen einsetzen, für finanzielle Hilfen bewerben. Insgesamt werden 250.000 Euro zur Verfügung gestellt. Informationen zu den Teilnahmebedingungen und der Bewerbung finden Sie hier.

Ipso-Care bietet kostenloses Online-Counseling während der Corona-Krise

Kostenfreies, muttersprachliches und psychosoziales Online-Counseling – ein Angebot, das Ipso-Care in Zeiten von Corona anbietet. Ipso ist eine humanitäre Organisation, die eine psychosoziale Betreuung anbietet, einen kulturellen Dialog fördert sowie symbolischen Ausdruck über lokale Kultur und Kunst stärkt. Auf www.ipso-care.com können u.a. kostenlose psychosoziale Online-Beratungen durchgeführt werden. Eine Liste des umfangreichen Beratungsangebots finden Sie hier.

Koordinierendes Zentrum für traumatisierte Geflüchtete bietet neue Sprechstunde

Das Koordinierende Zentrum für traumatisierte Geflüchtete bietet während Corona telefonische psychologische Beratung für Geflüchtete, die unter den Folgen von Gewalt, Krieg oderVerfolgung leiden (in mehr als 62 möglichen Sprachen). Anmeldung und Vereinbarung eines telefonischen Beratungstermins bei Psycholog*innen oder Psychotherapeut*innen sind über die folgenden Telefonnummern und Sprachen möglich (Angebot bis 30.05.):
Deutsch und Englisch: Mo-Fr 9:00-15:00 Uhr unter: 040 741053210
Deutsch und Farsi: Di-Mi 10:00-12:00 Uhr unter: 040 741057820
Deutsch und Arabisch: Mi 13:00-15:00 Uhr unter: 040 741057820
Fragen richten Sie bitte an info@traumanetz-flucht-hamburg.de

---

: Angebote

Psychischen Belastungen durch die Corona-Krise entgegenwirken

Die BDP-Corona-Hotline richtet sich an alle, die durch die Corona-Krisensituation psychisch belastet sind, indem sie beispielsweise unter der häuslichen Isolation leiden, den sozialen Rückhalt vermissen, die Struktur im Alltag verlieren oder unsicher sind, wie es weitergeht. Zur Unterstützung bieten professionelle Psychologinnen und Psychologen telefonische Beratung an. Die BDP-Corona-Hotline ist für die kommenden Wochen täglich von 8:00 - 20:00 Uhr geschaltet und für die Anrufenden kostenlos und anonym: **0800 7772244**. Realisiert wird die BDP-Corona-Hotline durch den ehrenamtlichen Einsatz von Psychologinnen und Psychologen und den Berufsverband Deutscher Psychologinnen und Psychologen e.V. (BDP).

Online-Hausaufgabenhilfe vom Freiwilligen Zentrum Hamburg

Ob Grundschüler, Schüler von weiterführenden Schulen oder Berufsschüler, das Freiwilligen Zentrum Hamburg vermittelt im 1:1 Online-Coaching Freiwillige, die Schüler*innen online bei den Hausaufgaben unterstützen.

Was ist erforderlich?

- ein gut funktionierender Internetzugang
- ein Computer mit Kamera, Lautsprecher und Mikrofon (Headset)
- Empfehlung: Als Browser bitte Google Chrom verwenden.
- oder ein Handy bzw. Tablet mit der kostenlosen App „Ecclesias“.

Wer Hausaufgabenhilfe braucht oder Schüler*innen dabei unterstützen möchte, meldet sich unter info@freiwilligen-zentrum-hamburg.de

---

Digitales Gruppenangebot „Die Mutter bemuttern und stärken“

Was hilft Müttern – alleine und zusammen diese fordernde Zeit gut zu überstehen? Urska Bürger von der SchreiBabyAmbulanz bietet ab dem 8. Mai 2020 wöchentlich in der Zeit von 10.00 bis 11.00 Uhr ein videogestütztes Angebot für Hamburger Mütter via Zoom an (kostenfrei). In dem Gruppenangebot geht es um Selbstfürsorge, die Entdeckung eigener Ressourcen und um Entspannungstechniken. Zudem gibt es Raum für Fragen und Sorgen. Das Angebot ist speziell für Mütter mit Babys und Kindern bis 3

Jahren. Wer an dem Angebot teilnehmen möchte, sendet bitte bis Freitag 8:30 Uhr eine E-Mail an buerger@sba-kompetenzzentrum.de.

Das Goldene A:

... verleihen wir in dieser Woche an Frauke Pauls von der Babyambulanz-Von Anfang.

Wie der Lockdown junge Eltern und ihre Psyche auf eine neue Probe stellt
Die Arbeit in der Babyambulanz-Von Anfang an. in der Rothenbaumchaussee und an den acht weiteren Standorten, musste durch den Corona-Lockdown von einem auf den anderen Tag neu organisiert werden. Auch im Projekt 'Sicherer Hafen', einem Elternkurs, der Eltern von der Schwangerschaft bis ins zweite Lebensjahr begleitet, war nichts mehr wie vorher.
(...)
Besonderer Einsatz – auch über den Kurs hinaus
Frauke Pauls, die unter anderem Kursleiterin im Elternkurs ‚Sicherer Hafen' ist, zeigte besonderes Engagement. In ihrem Kurs begleitet sie eine stark belastete Familie. Die Mutter leidet unter einer massiven Angststörung. Der tägliche Umgang mit dem Kind war eine nur schwer zu bewältigende Aufgabe für die Mutter. Überforderung und Erschöpfung waren an der Tagesordnung.
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