

## Gemeinsam zu Hause in Zeiten von Corona: Links und Notfall-/Telefonnummern für Familien und junge Menschen in Soest

### Telefonseelsorge

Die **Telefonseelsorge** erreichen Sie rund um die Uhr und kostenfrei unter der Rufnummer 080 111 0 111 oder 0800 111 0 222. Zudem besteht die Möglichkeit von Mail- und Chatberatung: <https://www.telefonseelsorge.de/>

Das **Muslimische SeelsorgeTelefon** (MuTeS) ist rund um die Uhr unter der Nummer 030 443 509 821 zu erreichen, <http://www.mutes.de/home.html>.

### Beratung für Kinder und Jugendliche

Das Kinder- und Jugendtelefon der **Nummer gegen Kummer** ist von Montag bis Samstag jeweils von 14 bis 20 Uhr kostenfrei vom Festnetz und Handy unter der **Rufnummer 116111** zu erreichen. Die Beratung ist anonym. Zudem besteht die Möglichkeit der Online-Beratung. <https://www.nummergegenkummer.de/kinder-und-jugendtelefon.html>

Die Bundeskonferenz für Erziehungsberatung e.V. bietet eine **anonyme und kostenfreie Jugendberatung** per Mail oder Chat unter <https://jugend.bkeberatung.de/views/home/index.html>

### Beratung für Eltern

Das **Elterntelefon für Mütter und Väter**, die sich anonym beraten lassen wollen, ist unter der kostenlosen **Rufnummer 0800 111 0 550** montags bis freitags von 9 bis 11 Uhr und dienstags und donnerstags von 17 bis 19 Uhr erreichbar. <https://www.nummergegenkummer.de/elterntelefon.html>

Die Bundeskonferenz für Erziehungsberatung e.V. bietet eine **anonyme und kostenfreie Elternberatung** per Mail oder Chat unter <https://eltern.bkeberatung.de/views/home/index.html>

### Beratung für Schwangere

**Schwangere in Not** können sich unter der **Rufnummer 0800 40 40 020** rund um die Uhr kostenlos, mehrsprachig und anonym beraten lassen. Zudem besteht die Möglichkeit der Online-Beratung. <https://schwanger-und-viele-fragen.de/de/>

### Hilfe bei Gewalterfahrung

Das **Hilfetelefon Sexueller Missbrauch** ist kostenfrei und anonym unter der **Rufnummer 0800/22 55 530** Montag, Mittwoch und Freitag von 9 bis 14 Uhr sowie Dienstag und Donnerstag von 15 bis 20 Uhr erreichbar.

<https://beauftragter-missbrauch.de/hilfe/hilfetelefon>

Zudem hat das Hilfetelefon ein **Online-Beratungsangebot für Jugendliche** unter <https://ninainfo.de/save-me-online//>.

Die **örtliche Fachberatungsstelle gegen sexuellen Missbrauch** an Kindern und Jugendlichen ist telefonisch erreichbar unter **0151-61381809** und bietet Beratungen an.

Das **Hilfetelefon Gewalt gegen Frauen** ist ein Beratungsangebot für Frauen, die Gewalt erlebt haben oder noch erleben und rund um die Uhr, kostenfrei, anonym und in mehreren

Sprachen unter der **Rufnummer 08000 116 016** erreichbar. Auch Online-Beratung ist möglich. <https://www.hilfetelefon.de/das-hilfetelefon.html>

Das **Frauenhaus Soest** erreichen Sie unter der Telefonnummer **02921/17585**.

## Hilfe im Notfall vor Ort

Die Polizei erreichen Sie unter **110**, Rettungsdienst und Feuerwehr unter **112**.

Bei einer **akuten Kindeswohlgefährdung** melden Sie sich bitte bei der **örtlichen Polizei, Tel. 02921-91000**. Der Bereitschaftsdienst des örtlichen Jugendamtes wird dann informiert.

## Informationen zum Thema Gewalt

**Informationen** zum Thema häusliche Gewalt **speziell für Kinder und Jugendliche** stellt „Frauen helfen Frauen Dortmund e. V.“ zur Verfügung unter <https://www.kidsinfoGewalt.de/de>.

Auf den Seiten „Stärker als Gewalt“ des Bundesministeriums für Familien, Senioren, Frauen und Jugend finden sich weitere Übersichten über:

- Hilfe- und Beratungsstellen für Frauen unter <https://staerker-als-gewalt.de/hilfe-finden/uebersicht-angebote-frauen>
- Hilfe- und Beratungsstellen für Männer unter <https://staerker-als-gewalt.de/hilfe-finden/uebersicht-angebote-maenner>
- Beratungsangebote für Täter und Täterinnen unter <https://staerker-als-gewalt.de/hilfe-finden/uebersicht-angebote-taeter-und-taeterinnen>