

Die aktuelle Situation kann ganz schön an den Nerven zerren. Die gute Nachricht: Professionelle Hilfe ist in den meisten Fällen nur einen Anruf oder Klick entfernt. Zögern Sie also nicht, diese in Anspruch zu nehmen! Einige hilfreiche Anlaufstellen haben wir hier für Sie zusammengestellt. Alle gelisteten Telefonnummern und Webangebote sind kostenfrei.

QUALITÄTSGEPRÜFTE INFORMATIONEN RUND UM DEN CORONAVIRUS

- VIATIV Corona-Hotline 24/7: **0800 1405 5412 2090**
- Robert Koch-Institut: **www.rki.de**
- Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung: **www.bzga.de** oder **www.infektionsschutz.de**
- Bundesministerium für Gesundheit: **www.bundesgesundheitsministerium.de/coronavirus**
- Informationen in deutscher Gebärdensprache: **www.gehoerlosen-bund.de/coronavirus**
- Fremdsprachige Informationen: **www.integrationsbeauftragte.de**

Wichtig: Wenn Sie sich zum Coronavirus informieren möchten, achten Sie bitte unbedingt auf seriöse Quellen!

MEDIZINISCHE BERATUNG

- Ärztlicher Bereitschaftsdienst 24/7: **116 117**
- VIATIV Corona-Hotline 24/7: **0800 1405 5412 2090**

ALLGEMEINE LEBENSHILFE & PSYCHOLOGISCHE BERATUNG

Telefonseelsorge 24/7

- Rund und um die Uhr telefonisch unter **0800 111 0 111** oder **0800 111 0 222**
- Beratung per Mail oder Chat: **www.telefonseelsorge.de**

Für Kinder und Jugendliche: Die Nummer gegen Kummer

- Mo - Sa, 14 - 20 Uhr telefonisch unter **116 111**
- Per Mail oder Chat unter **www.nummergegenkummer.de**

Für Eltern: Die Nummer gegen Kummer

- Eltern-Telefon der Nummer gegen Kummer, Mo - Fr, 9 - 11 Uhr und Di - Do, 17 - 19 Uhr: **0800 111 0 550**

Für Senioren: Silbernetz

- Telefonnummer gegen Einsamkeit im Alter, täglich 8 - 22 Uhr: **0800 4 70 80 90**

HILFE BEI GEWALT UND MISSBRAUCH

- Hilfetelefon Gewalt gegen Frauen, 24/7 rund um die Uhr: **08000 116 016** oder unter **www.hilfetelefon.de**
- Hilfetelefon Sexueller Missbrauch, Mo/Mi/Fr 9 - 14 Uhr, Di/Do 15 - 20 Uhr: **0800 22 55 530**
- berta-Telefon – Anlaufstelle für Betroffene organisierter sexualisierter und ritueller Gewalt, Di 16 - 20 Uhr und Fr 9 - 13 Uhr: **0800 30 50 750**
- Opfertelefon des Weißen Rings, 7 Tage die Woche von 7 - 22 Uhr: **116 006** oder unter **www.weisser-ring.de**

Und so erreichen Sie uns: VIATIV Servicenummer **0800 222 121** (24/7 rund um die Uhr, kostenlos aus allen deutschen Netzen) oder per E-Mail an **service@viativ.de**