

Hilfreiche Ideen und Informationen in Zeiten von Corona

Freizeitgestaltung für Familien, Jugendliche und Kinder

- **Kostenloser Zugang zu den digitalen Angeboten der Bücherhallen Hamburg:**
<https://www.buecherhallen.de/blog-artikel/online-kundenkarte.html>
„Leihen Sie eMedien in der Onleihe und bei OverDrive, streamen Sie Filme (filmfreund) und Musik (freegal/Naxos) und lernen Sie mit Ihren Kindern tigerbooks kennen. Schülerinnen und Schüler finden unter unseren Online-Angeboten wertvolle Datenbanken wie statista, den Informationsdienst Munzinger, alle Ausgaben von Duden-Basiswissen Schule und diverse weitere Nachschlagewerke und Linksammlungen.“
- **Sportstunde für Kinder:** ALBA Berlin bietet auf YouTube eine tägliche Sportstunde für Kitakinder, Grundschulkindern und Oberschulkindern.
<https://www.youtube.com/user/albabasketball>
- **Ratgeber für fantasievolle Bewegungsideen für zu Hause**
<http://www.dtb-online.de/portal/gymcard/gymnastik-fitness/bewegung/kinderturnen/das-bewegte-kinderzimmer.html>
- **Bewegungsspiele für drinnen** <https://www.smarticular.net/bewegungsspiele-drinnen-zuhause-indoor-homeoffice-mit-kinder/>
- **Die Sendung mit der Maus** – läuft täglich um 11.30 Uhr auf WDR (Folgen auch in der Mediathek verfügbar)
- **Live-Streams des Planetariums Hamburg** – vergangene Livestreams sind auch über die Homepage verfügbar: <https://www.planetarium-hamburg.de/de/planetarium-live>
- **Musikstunde für Kinder auf Youtube (auch für die ganz Kleinen)** „Julia Miller-Lissner - Kindermusik vom Feinsten“ <https://www.youtube.com/channel/UCjZo5FZLamKq6fuwb1hHdwQ>
- **Von der Stiftung Lesen: kostenlose Geschichten zum Selbervorlesen**
<https://www.einfachvorlesen.de/>
- **Podcasts für Kinder (Kinderhörspiele):**
<https://www.br.de/kinder/hoeren/uebersicht-podcasts-kinder-100.html>
<https://kinder.wdr.de/radio/kiraka/hoeren/hoerspiele/index.html>
<https://kinder.wdr.de/radio/kiraka/hoeren/hoerspiele/index.html>
<https://www.deutschlandfunkkultur.de/kinderhoerspiel.960.de.html>
<https://www.mdr.de/tweens/podcast/figarino/index.html>
- **Verkehrserziehungs- und Informationspodcasts der Hamburger Polizei mit dem Verkehrskasper**
<https://www.polizei.hamburg/verkehrspraevention/13760864/verkehrskasper/>
- **(zurzeit) kostenloses Malbuch personalisieren (per Mail als PDF)** <https://hurrahelden.de/malbuch-fuer-alle-jahreszeiten>
- **Malvorlagen für Kinder gegen den Corona-Koller:**
<https://www.newniq.com/allgemein/malvorlagen-fuer-kinder-gegen-den-corona-kollar/>
- **Sammlung kreativer Ideen für Zuhause:** <https://fez-berlin.de/>
- **Aktion „Zuhause mit Ravensburger“** mit vielen kostenlosen Druckvorlagen zum Basteln, Malen, Vorlesen und vielem mehr
<https://www.ravensburger.de/start/zuhause-mit-ravensburger/zeit-fuer-kinder/index.html>
- **Tägliche Bastelideen für Kinder über Instagram:**
<https://www.instagram.com/kinderkunsthaus/?hl=de>
- **Beschäftigungsangebote Kita/Vorschulkindern/Jugendliche:** <https://blog.wwf.de/corona-sinnvolle-tipps-kinder/>

- **ESA Kids** bietet Weltraumnachrichten, Informationen, Animationen und Downloads für Kinder zwischen 6 und 12 Jahren. <https://www.esa.int/kids/de/home>
- **Livestreams von vielen Veranstaltungen wie Konzerten, Lesungen, Poetry Slam: Berlin a live** www.berlinalive.de
(auch Kinderprogramm, z.B. Vorlesen für Kinder)

Allgemeine Anregungen zur Freizeitgestaltung:

- Sammeln welche schönen Spazierstrecken es in der Nähe der Familien gibt, was es dort vielleicht noch zu entdecken gibt
Auch gemeinsame Spaziergänge mit Mutter und Kind(er) sind möglich mit Einhaltung der üblichen Abstandsregeln (Team Heeskoppel hat sich bei Polizei und der Corona-Hotline darüber informiert: sie sehen kein Problem, da es ja in Ausübung unserer Arbeit geschieht und für alle Beteiligten die gesündere Form darstellt als in der Wohnung; Stand 24.03.2020)
- Rezeptideen zum gemeinsamen Kochen; Picknick auf dem Balkon oder Wohnzimmerteppich
- Bastel-Ideen: Salzteig, Osterdeko, bunte Knete selber machen
- Routinen der Gruppenangebote beibehalten: z.B. Lieder aus dem Singkreis aufnehmen, sodass Familien diese mitsingen können; eine Signal-Gruppe zum gegenseitigen Austausch erstellen

Im Stadtteil Bramfeld und Umgebung

- **Für Familien in Bramfeld: Lieferservice von Spielen zum Ausleihen** des Familientreffs aost:
Wenn Familien Spiele geliefert bekommen wollen, dann sollen sie sich bitte an familientreff@alsterdorf-assistenz-ost.de oder per Telefon oder WhatsApp an 0162/2340186 wenden.
Der Service ist natürlich kostenlos, sie freuen sich aber über eine Spende. Und der Service ist nur begrenzt möglich. Alle Details besprechen sie mit den Familien dann im Einzelfall (Liefertermin, Übergabe, Auswahl der Spiele etc.).
- **Familienratsbüro PFIFF** (Alsterdorf, Bramfeld, Steilshoop) bietet jetzt auch virtuelle Begleitungen an https://www.pfiff-hamburg.de/familienrat_büro.html

→ Für Bramfeld wird es auch zeitnah eine Sonderausgabe des Familiennewsletters geben mit speziellen Angeboten der Träger vor Ort.
- **Viele lokale Läden bieten jetzt einen Lieferservice an**
Einfach mal anrufen und nachfragen. Z.B. Spielsachen bei Kinder-Post Wellingsbüttel; kleine Buchhandlungen; Restaurants aus der Umgebung, die sonst keinen Lieferdienst anbieten z.B. das Vistro im Brakula: „Unser Vistro liefert nun jeden Tag von 13 – 21 Uhr Pizza in einer Entfernung von 7 km ums Brakula rum. Außerdem kann man die Pizzen auch im Vistro abholen.“

Informationsquellen zum Coronavirus

- **Robert-Koch-Institut** <https://www.rki.de>
- **Bundesgesundheitsministerium** <https://www.bundesgesundheitsministerium.de/coronavirus.html>
- **BZgA:** <https://www.infektionsschutz.de/coronavirus.html>
- **Video, welches Kinder über das Corona-Virus aufklärt** <https://www.youtube.com/watch?v=kU4oCmRFTw> „Das Coronavirus Kindern einfach erklärt“
- **Informationen über Corona für Kinder/Jugendliche:** <https://www.zeit.de/gesellschaft/familie/2020-03/fragen-coronavirus-kinder-einfach-erklart-viren-homeoffice-ansteckung>
- **Nachrichten für Kinder:**

<https://www.br.de/kinder/ hoeren/klaro/podcast-rss-itunes-klaro-100.html>

Informationen in verschiedenen Sprachen

- **Ethno-Medizinisches Zentrum e. V.:** <http://corona-ethnomed.sprachwahl.info-data.info/>
- **BZgA:** <https://www.infektionsschutz.de/coronavirus/informationen-in-anderen-sprachen.html>
- **Die Beauftragte der Bundesregierung für Migration, Flüchtlinge und Integration**
<https://www.integrationsbeauftragte.de/ib-de/amt-und-person/informationen-zum-coronavirus>

Infos für geflüchtete Menschen (und Fachkräfte) im Zusammenhang mit Corona

- **BumF** <https://b-umf.de/p/mehrsprachige-informationen-zum-coronavirus/>
- **Pro Asyl:** <https://www.proasyl.de/hintergrund/newsticker-coronavirus-informationen-fuer-gefluechtete-unterstuetzerinnen/?fbclid=IwAR3hUtAoJ2ncOeRdy4hUlrtgQuqHFCXu24HLKc48cd4W6WwhqHi5WgKj41E>
- **Café Exil Hamburg:** <https://pad.riseup.net/p/Infosammlung-keep>

Informationen über Verfahrensabläufe von Aufenthaltstiteln, deren Gültigkeit in Kürze abläuft

- **Abteilung für zentrale Ausländerangelegenheiten**, Referat für Asylbewerber und Flüchtlinge:
[https://www.hamburg.de/contentblob/13760766/4cc34cc4a632e77bc07f6792ede0e87a/data/eza-service-corona-e32-dl-1\).pdf](https://www.hamburg.de/contentblob/13760766/4cc34cc4a632e77bc07f6792ede0e87a/data/eza-service-corona-e32-dl-1).pdf)

Telefon-Beratung und Online-Beratung

Beratung für Frauen:

- **Intervento Hamburg**, Tel.: 040/ 226 226 27 täglich Sprechzeiten von 10.00 – 12.00 Uhr und telefonische Beratung nach Absprache den ganzen Tag.
- **Bundesweites Hilfetelefon:** 08000 116 016, 24 Stunden, auch an Wochenenden und Feiertagen
- **Koordinierungs- und Servicestelle „24/7“ der Hamburger Frauenhäuser**, Tel.: 040/ 8000 4 1000
- **I.Bera, Interkulturelle Beratungsstelle für Opfer von häuslicher Gewalt und Zwangsheirat**, Tel: 040/ 350 1772 26, Sprechzeiten: Mo: 13-16.00, Do: 10-13.00, es ist ein Anrufbeantworter geschaltet, der regelmäßig abgehört wird. Die Beratung in Muttersprache oder mit Sprachmittlerinnen findet weiter statt.
- **BIFF (Beratung und Information für Frauen)**, Tel 040/ 39 67 62, Sprechzeiten: Mo 12-15, Di 15-18 Uhr, Mi 10-11 und 17-19 Uhr, Do 10-13 Uhr; Mail: info@biff-eimsbuettel-altona.de
<https://biff-frauenberatung.de/eimsbuettel-altona.html>

Beratung für weibliche und männliche Opfer von Gewalt

- **Beratungsstelle Opferhilfe**, Tel: 040/ 381 993; Sprechzeiten: Mo: 09.00 -12.00, Di: 14.00 – 17.00, Mi: 13.00 – 17.00 Uhr, Do + Fr: 09.00 – 12.00 Uhr, Mail: mail@opferhilfe.hamburg.de

Beratung für die Familie

- **Kinderschutzzentrum Hamburg:** Tel:040/ 491 0007, Telefonische Sprechzeiten: Mo, Di, Do, Fr: 9 – 12.00 Uhr + 13.00 – 16.00 Uhr, Mi: 15.00 – 17.00 Uhr
- **Die bke-Elternberatung**
(bke-elternberatung.de) unterstützt Eltern und Familien in allen Fragen rund um die Erziehung

„Die bke-Onlineberatung hilft mit qualifizierten Beraterinnen und Beratern individuell und schnell, kann kurzfristig und auch im Krisenfall eine wertvolle Unterstützung bieten. Neben der professionellen Beratung finden Ratsuchende auch Austausch mit gleichermaßen Betroffenen.“

Seelsorge

- **Telefonseelsorge** <https://www.telefonseelsorge.de>
0800 1110 111; 0800 1110 222; 116 123
24 Stunden an 365 Tagen im Jahr
- **Info-Telefon Depression** <https://www.deutsche-depressionshilfe.de/start>
0800 / 33 44 533
Mo, Di, Do: 13:00 – 17:00 Uhr Mi, Fr: 08:30 – 12:30 Uhr
- **Kinder- und Jugendtelefon** <https://www.nummergegenkummer.de>
116 111
Montags bis samstags von 14 bis 20 Uhr
- **Kinder- und Jugendnotdienst**
(040) 428 15 32 00
Rund um die Uhr an jedem Tag des Jahres!

Existenzsichernde/finanzielle Beratungsangebote

- **Arbeitslosen- Telefonhilfe** – Beratung für Menschen, die erwerbslos sind bzw. sich in sozialen Notlagen befinden
Humboldtstr. 58, 22308 Hamburg
Tel.: 0800 111 0 444
040/ 22 75 74 73 – aus dem Mobilnetz
Fax.: 040/ 22 75 74 778
Mail: beratung@arbeitslosen-telefonhilfe.de
- **Für Unternehmer/Selbständige ist eine Hotline eingeschaltet, wo man sich über staatliche Hilfsangebote informieren kann.**
Die Hotline wird montags bis freitags von 9 bis 17 Uhr zu erreichen sein unter der Nummer: 040/ 428 41 1497
Weitere Informationen gibt es unter folgendem Link:
<https://www.hamburg.de/bwvi/medien/13707286/coronavirus-information-fuer-unternehmen/>
- **Rettungspaket für Selbstständige und kleine Unternehmen** von Bundesregierung beschlossen; Die Soforthilfen des Bundes werden über die Länder vergeben
Antragstellung ab Montag, den 30.03.2020 für Hamburg unter
<https://www.ifbhh.de/foerderprogramm/hcs>
- **Infos über Erreichbarkeit der Jobcenter**
<https://www.arbeitsagentur.de/presse/2020-11-informationen-corona>

Alle Infos sind mit Vorsicht aufzunehmen, weil sich die Lage ständig verändert und weiterentwickelt. So können auch teilweise widersprüchliche Informationen von verschiedenen Stellen kommen.