

Hilfe für Bucher Bürger*innen in der Corona-Krise

Liebe Bucher*innen,

in diesen Zeiten ist **Nachbarschaftshilfe** sehr wichtig!

Wenn Sie nicht wissen, an wen Sie sich wenden können und dringend Unterstützung oder Hilfe benötigen, hier **eine Auswahl von Kontakten** für Sie:

Corona-Hotline (Bezirksamt Pankow)

030/ **90295-3000**

www.berlin.de/ba-pankow/corona

Montag bis Freitag: 8 – 16 Uhr
am Wochenende: 10 – 16 Uhr

An der Hotline erwartet Sie speziell geschultes Personal, das allgemeine Fragen von Betroffenen sofort beantwortet.

Corona-Nachbarschaftshilfe Pankow

030/ **2509-1001**

www.ehrenamt-pankow.berlin

Montag bis Freitag: 11 – 15 Uhr

Die Koordinierungsstelle (Freiwilligenagentur Pankow) organisiert die nachbarschaftliche Hilfe in Pankow. Sie nimmt die Hilfebedarfe von Menschen auf, die freiwillig oder unfreiwillig das Haus nicht mehr verlassen dürfen/wollen, und vermittelt Engagementangebote von Menschen, die helfen wollen.

Nebenan.de

0800/ **866 55 44**

Hotline für Hilfe-Gesuche

<https://nebenan.de/corona>

Weitere wichtige Kontakte finden Sie auf der Rückseite!



Impressum: Albatros gGmbH / BENN Team Buch
Selbsthilfe- und Stadtteilzentrum im Bucher Bürgerhaus



Weil "Zuhause" nicht für Alle ein sicherer Ort ist und weil alleine sein sehr schmerzhaft sein kann, haben wir wichtige Hotlines und Beratungsstellen für Sie zusammengestellt.

Einfach mal reden?

Silbernetz: Senior*innentelefon gegen Einsamkeit täglich 8 - 22 Uhr	0800/ 470 80 90
Telefonseelsorge	0800/ 111 0 111 oder 111 0 222
Muslimische Seelsorge	030/ 44 35 09 821

Sie haben gesundheitliche Fragen?

Hotline der Gesundheitsverwaltung Für Menschen, die befürchten, sich mit dem Coronavirus angesteckt zu haben.	030/ 9028-2828 täglich 8 - 20 Uhr
---	--------------------------------------

Weitere wichtige Hotlines & Beratungsstellen:

Berliner Krisendienst Pankow täglich 16 - 24 Uhr	030/ 39063-40
Krisentelefon "Pflege in Not" Mo. bis Fr.: 10 - 16 Uhr Sa.: 10 - 14 Uhr	030/ 6959 8989
Hilfetelefon Gewalt gegen Frauen rund um die Uhr www.hilfetelefon.de	0800/ 0 116 016
BIG Hotline Hilfe bei häuslicher Gewalt gegen Frauen und ihre Kinder Mo.-Fr.: 8 - 23 Uhr www.big-hotline.de	030/ 611 03 00
Berliner Hotline Kinderschutz rund um die Uhr	030/ 61 00 66
Frauenberatung BerTa Di.: 10 - 14 Uhr Mi. & Do.: 13 - 17 Uhr	030/ 941 141 56
Info-Telefon Depression Mo., Di. & Do.: 13 - 17 Uhr Mi. & Fr.: 8:30 - 12:30 Uhr	0800/ 33 44 533
Elterntelefon NummerGegenKummer Anonym und kostenlos Mo. - Fr.: 9 - 11 Uhr Di. & Do.: 17 - 19 Uhr	0800/ 111 05 50