



Psychosoziale Unterstützungsangebote

Die Ausbreitung des Corona Virus bringt vielen Ängste und Sorgen der Menschen mit sich, die auch zu psychischen Krisen führen können. Das Gebot, zu Hause zu bleiben, ist für die meisten Menschen nicht einfach durchzuhalten. Alleinlebende können sich einsam und verzweifelt fühlen, in Familien kann es zu Konflikten kommen.

Die Eckhard Busch Stiftung hat Hinweise für Menschen in psychischen Krisen veröffentlicht.

<https://www.eckhard-busch-stiftung.de/hinweise-hilfen/coronavirus/>

Die Deutsche Gesellschaft für Psychiatrie und Psychotherapie, Psychosomatik und Nervenheilkunde gibt Tipps für die seelische Gesundheit.

<https://www.dgppn.de/schwerpunkte/corona-psyche.html>

Bevor Konflikte eskalieren oder die Verzweiflung zu groß wird, besteht die Möglichkeit folgende Beratungsangebote – telefonisch – und teilweise nach Terminabsprache auch persönlich in Anspruch zu nehmen.

Auch finden Sie in der Auflistung Angebote für trauernde Menschen.

Telefonische Beratung rund um die Uhr bietet die Telefonseelsorge und der Wuppertaler Krisendienst an:

Telefonseelsorge	Rund um die Uhr 0800 1 11 01 11 0800 1 11 02 22 116 123 https://www.telefonseelsorge.de/	Probleme und Krisen, z.B. Probleme mit dem Partner, Mobbing in der Schule und am Arbeitsplatz, Arbeitsplatzverlust, Sucht, Krankheit, Einsamkeit, Sinnkrisen, spirituelle Fragen
Wuppertaler Wendepunkt Krisendienst	montags - freitags 18.00 - 8.00 Uhr samstags/sonntags/feiertags rund um die Uhr 0202 - 244 28 38	Hilfen für Menschen in seelischer Not per Fax unter 459 88 38



	www.krisendienst-wuppertal.de	
--	--	--

Beratung für Eltern, Kinder und Jugendliche und bei Kindeswohlgefährdung

Stadt Wuppertal Beratung für Eltern, Kinder und Jugendliche	563 6644 563 6990	beratung.fuer.kinder.jugendliche.eltern@stadt.wuppertal.de schulpsychologische.beratung@stadt.wuppertal.de
Stadt Wuppertal Kindeswohlgefährdung	563 2061	Bezirkssozialdienst@stadt.wuppertal.de
Kinder- und Jugendtelefon (Nummer gegen Kummer)	116 111 montags - samstags	www.nummergegenkummer.de/kinder-und-jugendtelefon.html
Elterntelefon	0800 1110550 montags- freitags 9-11 Uhr dienstags+ donnerstag s 17-19 Uhr	www.nummergegenkummer.de/elterntelefon.html
Hilfetelefon sexueller Missbrauch von Kindern und Jugendlichen	0800- 2255530 oder 0800- 3050750	https://beauftragter-missbrauch.de/hilfe/hilfetelefon

Frauen, die häuslicher Gewalt ausgesetzt sind:



Hilfetelefon "Gewalt gegen Frauen"	Rund um die Uhr 08000 116016 www.hilfetelefon.de	Bundesweites Beratungsangebot für von Gewalt betroffene Frauen, deren soziales Umfeld sowie Fachkräfte. Kostenlos, anonym, auch in Gebärdensprache und unterschiedlichen Sprachen
Frauenhaus Wuppertal Frauen helfen Frauen	0202 – 71 14 26 https://www.frauenhaus-wuppertal.de/frauenhaus/	Schutz, Unterkunft und Beratung für bedrohte und misshandelte Frauen und ihre Kinder Telefonische Kontaktaufnahme
Frauen helfen Frauen Beratung	0202 – 31 88 55 https://www.frauenhaus-wuppertal.de/beratungsstelle/	Beratung und Unterstützung von Frauen bei häuslicher Gewalt, Stalking, zum Gewaltschutzgesetz und nach polizeilicher Wohnungsverweisung
Frauenberatung & Selbsthilfe Wuppertal	0202 – 306007 Montags, dienstags, donnerstags und freitags von 10-16 Uhr https://www.frauenberatungwuppertal.de/	Krisen, Beziehungskonflikte, Essstörungen, psychische Ängste, (sexualisierte) Gewalterfahrungen, Trauma und Flucht, sexuelle Belästigung

Hotline für Opfer von Gewaltverbrechen

Hotline für einen Beratungsdienst für Opfer von Verbrechen	116 006 täglich 7-22 Uhr https://weisser-ring.de/	Opfer von Verbrechen erhalten emotionale Unterstützung, werden über ihre Rechte und den Rechtsweg informiert.
--	--	---

Schwangere in Not

Hilfstelefon Schwangere in Not - anonym und sicher	Rund um die Uhr 0800 40 40 020	Anonyme Beratung, vertrauliche Geburt
--	-----------------------------------	---------------------------------------



	https://www.bafza.de/rat-und-hilfe/hilfetelefon-schwangere-in-not/	
Caritasverband Wuppertal/Solingen esperanza	Tel.: 0202 – 38903-4032 montags-freitags 9-12 Uhr montags, dienstags und freitags 14-16 Uhr In Notlagen (vertrauliche Geburt u.ä.) auch außerhalb der Sprechzeiten 0173-2564206 https://caritas.erzbistum-koeln.de/wuppertal-solingen-cv/kinder_jugend_familie/esperanza/esperanza_wuppertal/	Beratung rund um das Thema Schwangerschaft
Pro Familia	Tel.: 0202 - 431849 https://www.profamilia.de/bundeslaender/nordrhein-westfalen/beratungsstelle-wuppertal.html	Schwangerschaftskonfliktberatungen, finden weiterhin nach vorheriger Terminvereinbarung in unserer Beratungsstelle statt. Andere Beratungsangebote werden eingeschränkt und erfolgen nur in Ausnahmefällen. Die Schwangerenberatung zu finanziellen Hilfen findet bis auf Weiteres telefonisch statt
Donum Vitae e.V.	Tel.: 0202/3099616 https://donumvitae-wuppertal.de/	Schwangerschaftskonfliktberatungen, finden weiterhin nach vorheriger Terminvereinbarung in unserer Beratungsstelle statt. Andere Beratungsangebote werden eingeschränkt und erfolgen nur in Ausnahmefällen. Die Schwangerenberatung zu finanziellen Hilfen findet bis auf Weiteres telefonisch statt. Die offene Sprechstunde (Mo. 8:00 - 10:00) für arabisch sprechende Frauen / Familien



		kann zur Zeit nur telefonisch stattfinden.
--	--	--

Trauerbegleitung

Für die meisten Menschen sind im Falle eines Trauerfalls die Pfarrer*innen der Kirchengemeinden die ersten Ansprechpersonen:

Evangelische Kirchengemeinden

<https://www.evangelisch-wuppertal.de/ortsgemeinden-1255.html>

Katholische Kirchengemeinden

<https://www.kath-wuppertal.de/tod-und-trauer/>

Weitere Angebote

Hospizdienst Caritasverband Wuppertal/Solingen	0201 - 389036310 rund um die Uhr	Telefonische Trauerbegleitung
Trauerberatung Hilla Fleiter	0202 – 563 4080 hilla.fleiter@stadt.wuppertal.de	Trauerberatung
Lebenszeiten Wuppertal e.V.	0202 – 4598819 info@hospitzwuppertal.de	Telefonische Beratung und Begleitung für Menschen in Absprache auch persönlich
Zentrum für Trauerarbeit Wuppertal	0151 – 25 24 02 12 http://www.traurig-mutig-stark.de/wo-sind-wir/zentrum-f%C3%BCr-trauerarbeit-wuppertal	Angebote für verwaiste Eltern und jüngere verwitwete Menschen

Sucht- und Drogenprobleme, auch Spielsucht und Mediensucht

Beratungsstelle für Drogenprobleme e.V.	0202 – 6975810 www.drobs-wtal.de/	Telefonische Beratung zu allen Fragen, die im Zusammenhang mit Drogen- oder Medienkonsum stehen. Auch persönliche Beratung
---	--	--



		ist nach Terminabsprache möglich.
Blaukreuz Beratungsstelle	0202 / 25027930 www.blaues-kreuz.de/de/rheinland/wuppertal/beratungsstelle-wuppertal/information/	Beratung am Telefon zu den Themen Alkoholkonsum und Medikamentenmissbrauch, in Einzelfällen ist auch persönlich mit Terminvereinbarung möglich
Suchtberatung des Caritasverbandes Wuppertal/Solingen e.V.	0202 / 389034010 www.caritas.erzbistum-koeln.de/wuppertal-solingen-cv/in-krisen/suchthilfe/	Telefonische Beratung und im Einzelfall auch nach Terminabsprache auch persönlich. Die Suchtberatung informiert über und berät bei Alkohol- und Medikamentenabhängigkeit, Essstörungen und süchtigem Spielverhalten. Ab 30.3. erweiterte Beratungszeiten: montags-freitags 9-21 Uhr
Freundes- und Förderkreis Suchtkrankenhilfe e.V. Gleis 1	0202 -478280 www.sucht-hilfe.org/	Telefonische Beratung für Menschen die illegale Drogen konsumieren, in Einzelfällen auch persönlich nach Terminvereinbarung <ul style="list-style-type: none"> • Spritzentausch findet im Gleis 1 statt, täglich von 12 bis 14 Uhr (außer Mittwoch) an einer Fenster-Tausch-Theke (von drinnen nach draußen) im Cafe. • Drogenkonsumraum im Rahmen behördlicher Auflagen geöffnet.
Freundes- und Förderkreis	0202 - 9764310	Telefonische Beratung vorrangig für Menschen, die



Suchtkrankenhilfe e.V. Cafe Okay	www.sucht-hilfe.org/	Alkohol- oder Medikamente missbräuchlich konsumieren. In Einzelfällen auch persönlich nach Terminvereinbarung
---	--	--

AIDS-Hilfe Wuppertal

Aids-Hilfe Wuppertal e.V.	0202 - 450003 https://aidshilfe-wuppertal.de/	Es erfolgt telefonischen Beratung zu den üblichen Sprechzeiten Mo. Di und Do von 10.00 – 12.30 Uhr und von 14.00 – 16.00 Uhr.
---------------------------	--	---

Menschen mit psychischen Erkrankungen

SPZ Sozialpsychiatrisches Zentrum Wuppertal gemeinnützige GmbH	Barmen 0202 / 500382 Elberfeld 0202 / 2499850 https://www.spz-wuppertal.de/nc/	Menschen mit psychischen Problemen, Erkrankungen und Behinderungen sowie deren Angehörige und Freunde können sich an die Mitarbeiterinnen der Beratungsstellen in den SPZ wenden. Telefonische Beratung täglich von 09.00 – 15.00 Uhr.
---	---	---

Beratung in Lebensfragen

Diakonie Wuppertal Evangelische Beratungsstelle	Tel. 0202 97444930 https://www.kjf-wuppertal.de/erziehung-beratung/ev-beratungsstelle/lebensberatung/	Die Ev. Beratungsstelle ist für telefonische Krisenberatung ist telefonisch erreichbar (Montag – Freitag in der Zeit von 9-14 Uhr). Es kann eine Nachricht auf der Mailbox hinterlassen werden. Ein Rückruf erfolgt schnellstmöglich. Auch per Mail (efsb@diakonie-wuppertal.de) kann Kontakt aufgenommen werden.
Katholische Beratungsstelle für	Tel.: 0202 / 456111	Angeboten wird ein Onlineberatungsangebot mit Mail,



Ehe-, Familien- und Lebensfragen	https://koeln.efl-beratung.de/beratungsstellen/wuppertal-solingen-remscheid/	Chat, Videochat und Online-Paarberatung. Laufende Beratungen werden als Telefonberatung oder Online-Beratung weiter angeboten oder auf Wunsch auch verschoben, bis eine persönliche Beratung wieder möglich ist. Auch bei Neuansmeldungen wird die Telefonberatung angeboten.
----------------------------------	---	--

Beratung für Migrantinnen und Migranten

Ressort Zuwanderung und Integration Team Integrations- und Flüchtlingsarbeit	Tel.: 0202 – 563 4005 https://www.wuppertal.de/microsite/integrationsportal/beratung/beratung.php	Alle Beratungsangebote finden ausschließlich telefonisch oder per E-Mail statt. Eine persönliche Beratung ist im Notfall nach Rücksprache möglich. Die Beratung kann in mehreren Sprachen erfolgen!
Fachdienst für Integration und Migration Caritasverband Wuppertal/Solingen e.V.	Tel.: 0202 – 280520 https://caritas.erzbistum-koeln.de/wuppertal-solingen-cv/integration_migration/	Alle Beratungsangebote finden ausschließlich telefonisch oder per E-Mail statt. Eine persönliche Beratung ist im Notfall nach Rücksprache möglich.
Migrationsdienst Diakonie	Tel.: 0202 – 496970	Alle Beratungsange



Wuppertal-soziale Teilhabe gGmbH	https://www.sozialeteilhabe.de/beratung-betreuung/migrationsdienste/beratung-asyl-fluechtlinge/	bote finden ausschließlich telefonisch oder per E-Mail statt. Eine persönliche Beratung ist im Notfall nach Rücksprache möglich.
Migrationsberatung AWO Wuppertal	Tel.: 0202- 31753-16/17 https://www.awo-wuppertal.de/migration/migrationsberatung/	Alle Beratungsangebote finden ausschließlich telefonisch oder per E-Mail statt. Eine persönliche Beratung ist im Notfall nach Rücksprache möglich.

Für Menschen mit kognitiven Einschränkungen/geistiger Behinderung

KoKoBe Wuppertal	Telefonische Beratung oder E-Mail: Frau Nolte: 0177 1823125 nolte@kokobe-wtal.de Herr Bruhn: 0157 33273744 bruhn@kokobe-wtal.de Frau Gräwert: 0157 35447002 graewert@kokobe-wtal.de	
------------------	--	--