NummergegenKummer

ALLEIN MIT DEN FAMILIENSORGEN?

Sprechen Sie mit uns –
anonym, vertraulich, kostenlos

Elterntelefon
0800 1110550
NummergegenKummer

freecall
unterstützt durch die Deutsche Telekom

Für alle Eltern und andere Erziehende

Elterntelefon

Am Elterntelefon erhalten Sie unter
0800 111 0 550 eine telefonische Beratung:
montags, mittwochs und freitags von 9 bis 17 Uhr
dienstags und donnerstags von 9 bis 19 Uhr

Anonym und kostenlos

Ihr Anruf ist anonym und wird vertraulich behandelt. Das bedeutet auch, dass das Gespräch nicht unter den Einzelverbindungsnachweisen Ihrer Telefonrechnung aufgeführt wird. Ihr Anruf bei uns ist kostenlos – sowohl vom Handy als auch vom Festnetz.

Noch mehr Unterstützung

Bei Bedarf erhalten Sie auch Informationen rund um Einrichtungen, die Ihnen zusätzliche Hilfe anbieten können.

Leicht erreichbar und kostenfrei

Seit 2001 ist das Elterntelefon von **Nummer gegen Kummer e. V.** ein bundesweites Gesprächs-, Beratungs- und Informationsangebot, das Eltern und andere Erziehende in den oft schwierigen Fragen der Kindererziehung unterstützt. Nummer gegen Kummer e. V. bietet damit Hilfe, die positiv auf den Alltag von Familien und damit auch Kindern einwirkt.

Unsere Beratenden

Die Beratung übernehmen speziell ausgebildete Beratende, die wissen, vor welchen Herausforderungen Eltern stehen. Sie kommen aus ganz unterschiedlichen Bereichen, sind noch jung oder schon älter, manche sind vielleicht noch im Studium, andere bereits in Rente.

Alle Beratenden sind ehrenamtlich tätig. Sie hören zu und nehmen jedes Ihrer Probleme ernst. Gemeinsam suchen sie mit Ihnen nach Lösungen für Ihre persönliche Situation und beraten Sie.

QR-Code scannen und die Website von **Nummer gegen Kummer e. V.** besuchen.

Wir sind für Sie da!

Bei allen Fragen, Sorgen und Problemen mit Ihrem Kind
Ob bei Erziehungsproblemen, Schwierigkeiten in der Schule, Familienkrisen, Sucht oder Stress im Netz. Ganz egal, wodurch Ihr Alltag belastet wird oder was Sie überfordert, Sie können sich mit allen Fragen und Sorgen an das Elterntelefon wenden.

Dabei macht es keinen Unterschied, ob Sie „nur" eine Frage haben oder emotionale Unterstützung brauchen.
Wir vom Elterntelefon suchen gemeinsam mit Ihnen nach einem Weg – anonym, kompetent und auf Augenhöhe.
Unsere speziell ausgebildeten Beratenden wissen, vor welchen Herausforderungen Sie als Eltern stehen, und unterstützen Sie darin, Lösungen zu finden.

Es ist okay, sich Hilfe zu holen
Unsere Erfahrung ist: Viele Probleme werden leichter, wenn man sie mit jemandem teilt.

> **Es ist wirklich wahnsinnig schön zu wissen, dass es jemanden gibt, den man einfach anrufen kann. Ihr helft mir gerade durch eine schwere Zeit.**
>
> Zitat eines Anrufers

So erreichen Sie uns:

Elterntelefon 0800 111 0 550
Montags, mittwochs und freitags von 9 bis 17 Uhr
Dienstags und donnerstags von 9 bis 19 Uhr

Bundesweit, anonym und kostenlos
vom Handy und Festnetz

Alle Informationen zur Beratung erhalten
Sie auch unter **nummergegenkummer.de**

Das Elterntelefon ist ein bundesweites Angebot von Nummer gegen Kummer e. V. – Mitglied im Deutschen Kinderschutzbund.

Gefördert vom

Bundesministerium
für Bildung, Familie, Senioren,
Frauen und Jugend

Unterstützt durch