

Hilfsangebote für Familien in Zeiten von Corona

26.03.2020 10:31

Die Landesarbeitsgemeinschaft (LAG) der kommunalen hauptamtlichen Gleichstellungsbeauftragten Schleswig-Holsteins macht auf die herausfordernde Situation aufmerksam, die das Corona Virus und die Isolation mit sich bringen und verweist auf diverse Notfalltelefonnummern, die in Krisenzeiten Hilfe leisten. Wenn der zwischenmenschliche Kontakt fehlt, ist nicht nur Solidarität gefragt, sondern auch Rücksicht und Verständnis. Nicht immer sind die familiären Umstände so stabil, dass eine Krise wie diese bewältigt werden kann.

Isolation durch Corona

In Zeiten der Digitalisierung und Schnelllebigkeit ist es ungewohnt, zu Hause zu sein. Mindestens genauso ungewohnt ist es, soziale Kontakte zu meiden und isoliert darauf zu warten, dass die Zeiten wieder besser werden. „Diese Ausnahmesituation betrifft uns alle“, so Svenja Gruber, Gleichstellungsbeauftragte der Gemeinde Henstedt-Ulzburg, „und die Folgen können vielschichtig sein: Von Langeweile, Unausgeglichenheit bis hin zur Depression oder Aggressionen.“ Zusätzlich zu diesen Herausforderungen kann es vermehrt zu psychischen Belastungen kommen, da die Anspannung innerhalb der Familie aufgrund der räumlichen Nähe wächst. Kinder, Home-Office und Partnerschaft unter einen Hut zu bekommen, ist im Alltag schon schwierig genug. Wenn dann auch noch Routine und gewohnte Sozialkontakte fehlen, ist der Lagerkoller nicht weit.

Hilfetelefone

Wenn Sie Hilfe benötigen, nicht mehr weiterwissen oder sich über Ihre Situation austauschen wollen, wenden Sie sich an folgende Nummern oder an die Online-Beratungsangebote:

Anlage:

[Hilfetelefone](#)