



## **Erziehungsberatung bietet Familien-Krisentelefon an**

Die Corona-Zeit ist für alle eine Zeit mit vielen Herausforderungen – wahrscheinlich auch für Dich!

Du kannst Deine Freunde nicht mehr live treffen und fühlst Dich vielleicht manchmal einsam. Die Schulaufgaben bekommst Du nur noch per mail und vielleicht hast Du Schwierigkeiten mit den ganzen Aufgaben hinterherzukommen.

Viele Eltern arbeiten gerade von zuhause aus und haben wenig Zeit, Dir bei den Aufgaben zu helfen oder sich überhaupt mal anzuhören, wie es Dir gerade geht.

Dadurch, dass plötzlich alle auf engstem Raum zuhause sind, entsteht oft Langeweile und es kommt schneller zu Streitereien – zwischen Geschwistern aber auch mit den Eltern.

Vielleicht ist bei Dir auch schon geplant, dass Du bald wieder in die Schule gehen sollst. Auch das kann die unterschiedlichsten Befürchtungen oder Ängste auslösen: Was ist, wenn ich mich anstecke? Wie wird das sein, wenn ich Abstand zu meinen Freunden halten muss?

Um Euch bei Euren Sorgen und Problemen zu unterstützen oder wenn Ihr einfach mal jemanden zum Reden braucht, bieten wir von der Erziehungs- und Familienberatungsstelle Ingolstadt in der aktuellen Zeit telefonische Beratung an. In manchen Fällen ist auch eine persönliche Beratung möglich.

Natürlich kannst Du Dich auch zu allen anderen Themen, die Dich beschäftigen bei uns melden.

Die Beratung steht allen Jugendlichen, Eltern, Großeltern und Fachkräften aus der Stadt Ingolstadt und dem Landkreis Eichstätt offen.

Kontaktiert uns

**per Telefon 0841 9935440**

**per email [erziehungsberatung@caritas-ingolstadt.de](mailto:erziehungsberatung@caritas-ingolstadt.de)**

**über [www.erziehungsberatung-in.de](http://www.erziehungsberatung-in.de)**

Ihr erreicht uns persönlich **Montag bis Donnerstag von 8:00 bis 16:00 sowie Freitag von 8:00 bis 14:00** sowie jederzeit per email.

Die Beratung ist kostenfrei! Die Mitarbeiter stehen unter Schweigepflicht, auf Wunsch kann die Beratung jedoch auch anonym stattfinden.