

## Liste von schnellen Hilfen u. a. während der Corona- Krise

---

### Gesundheit

#### **Ärztlicher Bereitschaftsdienst**

Wann: rund um die Uhr telefonisch erreichbar

Telefon: 116 117

rund um die Uhr telefonisch erreichbar

<https://www.116117.de/>

#### **Bürgertelefone der Region Hannover, des Landesgesundheitsamtes und weiteren Organisationen**

##### **Bürgertelefon der Region Hannover**

0800/7313131

von 8 bis 18 Uhr

##### **Bürgertelefon Landesgesundheitsamt Niedersachsen und AOK**

0511/45 05 555

Montag bis Freitag von 9 bis 18 Uhr

##### **Bürgertelefon der Landesregierung Niedersachsen**

0511 120 60 00

Montag bis Freitag von 8 bis 22 Uhr

##### **unabhängige Patientenberatung Deutschland –Bundesgesundheitsministerium**

Telefon: 0800/0117722

##### **Charité – Universitätsmedizin Berlin**

Corona-App

<https://covapp.charite.de/>

---

### Beratung, Infos sowie Vermittlung

#### **AWO Sonderdienst das „Offene Ohr Telefon“ der AWO Region Hannover e. V.**

0511 21978-123

Montag bis Freitag von 8 bis 16 Uhr

#### **Nummer gegen Kummer (Kinder- und Jugendtelefon)**

116 111

Montag bis Samstag von 14 bis 20 Uhr

<https://www.nummergegenkummer.de/>

auch online-Beratung möglich

#### **Nummer gegen Kummer (Elterntelefon)**

0800 111 0550

Montag bis Freitag von 9 bis 11 Uhr; Dienstag u. Donnerstag von 17 bis 19 Uhr

<https://www.nummergegenkummer.de/>

auch online-Beratung möglich

**Hilfetelefon Sexueller Missbrauch**

0800 22 55 530

Montag, Mittwoch und Freitag von 9 bis 14 Uhr; Dienstag u. Donnerstag von 15 bis 20 Uhr

<https://www.hilfeportal-missbrauch.de>

**Hilfetelefon Gewalt gegen Frauen**

08000 116 016

rund um die Uhr telefonisch erreichbar

<https://www.hilfetelefon.de/>

**Telefonseelsorge**

0800 111 0 111

0800 111 0 222

116 123

rund um die Uhr telefonisch erreichbar

<https://www.telefonseelsorge.de/>

**Silbernetz – Gemeinsam gegen Einsamkeit im Alter**

0800 4 70 80 90

von 8 bis 22 Uhr

<https://www.silbernetz.org/>

**Jugendamt- Kommunaler Sozialdienst**

Dienststelle KSD Bemerode, Kirchrode, Döhren, Wülfel, Wülferode

0511 168-33 103

[51.21.4KSD@Hannover-Stadt.de](mailto:51.21.4KSD@Hannover-Stadt.de)

**Jugend- und Familienberatung der Landeshauptstadt Hannover - Beratungsmöglichkeiten für Kinder, Jugendliche, Eltern und pädagogische Fachkräfte**

0511 / 168-49000

Montag bis Freitag von 13 bis 15 Uhr

**Ideen für viele Lebenslagen auf Knopfdruck**

<https://coronamat.de/>

---

## Hilfen annehmen und/oder anderen helfen

**Freiwilligenzentrum Hannover e. V.**

-Gemeinsam gegen Corona: Hilfsaktionen-

Einen Überblick der Angebote gibt es auf...

<https://www.freiwilligenzentrum-hannover.de/hilfsaktionen-gegen-corona/>

**Plattform zur Hilfe gegen Corona**

<https://hilf-jetzt.de/>

**Nachbarschaftshilfe online organisieren**

<https://gemeinschaft.online/>