

Fragen und Hilfe in Zeiten von Corona

Corona-Hotline (Bezirksamt Pankow)

Tel. 030 90295 3000

Mo bis Fr 08:00 – 16:00 Uhr

am Wochenende 10:00 – 16:00 Uhr

www.berlin-de/ba-pankow/corona

An der Hotline erwartet Sie speziell geschultes Personal, das allgemeine Fragen von Betroffenen sofort beantwortet.

Berliner Krisendienst Pankow

Tel. 030 390 63 40 täglich 16:00 – 24:00 Uhr

www.berliner-krisendienst.de

Solidarität · Hilfe Nachbarschaft PANKOW

Helfen und helfen lassen

Corona-Nachbarschaftshilfe Pankow

Tel. 030 2509 1001

Mo bis Fr 11:00 – 15:00 Uhr

www.ehrenamt-pankow.berlin

Die Koordinationsstelle (FreiwilligenAgentur Pankow) organisiert die nachbarschaftliche Hilfe in Pankow. Sie nimmt Hilfesuche von Menschen auf, die freiwillig oder unfreiwillig das Haus nicht mehr verlassen dürfen/wollen sowie Engagement-Angebote von Menschen, die helfen wollen. Ihre Nachbarschafts- und Stadtteilzentren im Kiez vermitteln dann Angebote und Nachfragen.

Berliner Krisennummern kompakt – einfach anrufen!

Berliner Hotline der Gesundheitsverwaltung

Für Menschen, die befürchten, sich mit dem Coronavirus angesteckt zu haben.

Tel. 90 28 28 28 täglich 8 – 20 Uhr

Ärztlicher Bereitschaftsdienst

Tel. 116 117 (ohne Vorwahl)

Psychologische Soforthilfe

Tel. 0 800 000 95 54 täglich 09 – 18 Uhr

Telefonseelsorge

Tel. 0800 111 0 111 oder 0800 111 0 222

Muslimische Seelsorge

Tel. 030 44 35 09 821

Info-Telefon Depression Tel. 0800 33 44 533

Mo, Di + Do 13 – 17 Uhr, Mi + Fr 8:30 – 12:30 Uhr

Selbsthilfe SeeleFon Tel. 0228 71 00 24 24

Mo – Fr 10 – 20 Uhr, Mi bis 21 Uhr, Sa 14 – 16 Uhr

Silbernetz Senior*Innentelefon gegen Einsamkeit

Tel. 0800 470 80 90, Mo – So 8 – 22 Uhr

Krisentelefon „Pflege in Not“

Tel. 030 69 59 89 89

Mo bis Fr 10 – 16 Uhr, Sa 10 – 14 Uhr

Hilfetelefon Gewalt gegen Frauen

Tel. 0800 0 116 016, rund um die Uhr

BIG Hotline – Hilfe bei häuslicher Gewalt gegen Frauen und Ihre Kinder,

Tel. 030 611 03 00 Mo bis Fr 8 – 23 Uhr

Berliner Hotline Kinderschutz

Tel. 030 61 00 66 rund um die Uhr

Elterntelefon NummerGegenKummer

Anonym und kostenlos Tel. 0800 111 05 50

Mo bis Fr 9 – 17 Uhr, Di und Do bis 19 Uhr

Kinder- und Jugendtelefon Nummer gegen Kummer

Tel. 116 111 (ohne Vorwahl) Mo – Sa 14 – 20 Uhr,

zusätzlich Mo + Mi + Do von 10 – 12 Uhr

Solidarität · Hilfe Nachbarschaft PANKOW

Helfen und helfen lassen



FreiwilligenAgentur Pankow

Hotline 030 2509 1001

Mo – Fr 11:00 – 15:00 Uhr

info@ehrenamt-pankow.berlin

oder direkt in den Nachbarschafts-
häusern in Ihrem Kiez (nächste Seite)

