

Krisenhilfe

Wenn Sie selber merken, dass Sie mit der Ausnahmesituation nicht mehr zurechtkommen, wenn Sie psychisch stark belastet sind oder sich selber nicht mehr helfen können, erhalten Sie hier Hilfe und Unterstützung.

Der **Sozialpsychiatrische Dienst Erlangen des Caritasverbandes** ist von Montag bis Donnerstag von 8:30 bis 12:00 Uhr und 14:00 bis 15:30 Uhr und Freitag von 8:30 bis 12:00 Uhr erreichbar.

 **09131/88 56-0**

Die **Soziale Beratung und Schuldnerberatung des Caritasverbandes** bietet ebenfalls telefonische Unterstützung an – bei allen Fragen rund um das alltägliche Leben, Hilfestellung bei Behördenschreiben oder Antragstellungen, Existenzsicherung, Alltagsbewältigung.

 **09131/88 56-0**

Der **Krisendienst Mittelfranken** ist täglich von 9 bis 24 Uhr erreichbar.

 **0911/42 48 55 0**

Alle Angebote des Krisendienstes sind kostenfrei, auf Wunsch anonym und unterliegen der Schweigepflicht und dem Datenschutz!

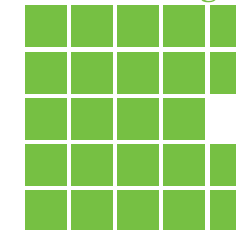
Hilfe in russischer Sprache:  **0911/42 48 55 20**

Dienstag: 18 bis 20 Uhr, Donnerstag: 19 bis 21 Uhr, Samstag: 17 bis 19 Uhr

Hilfe in türkischer Sprache:  **0911/42 48 55 60**

Montag, Mittwoch, Freitag und Sonntag: 20 bis 22 Uhr

Menschen mit Behinderung wenden sich bitte schriftlich per E-Mail an info@kommune-inklusive.de oder per Fax **09131/916 67 57** und erhalten dort weitere Informationen und Unterstützung.



Corona-Pandemie: Informationen und Kontakte für Seniorinnen und Senioren

Die Stadt Erlangen hat zentrale Telefonnummern eingerichtet:

 **09131/86-30 55**

 **0151/74 23 33 39**

 **0151/74 23 33 38**

Hier erreichen Sie von Montag bis Freitag von 10 bis 14 Uhr eine/n Mitarbeiter*in des Seniorenamtes, die/der Ihr Anliegen aufnimmt und Ihnen weiterhilft.

Übersicht aller Kontaktnummern

Hilfe (Einkaufen, Gassi gehen, Fahrdienst)	Initiative „Gemeinsam für Erlangen“	09131/81 56 39
	Solidarische Nachbarschaft	0176/71 15 26 27
	Islamische Religionsgemeinschaft Erlangen e. V.	01522/721 96 95
	Taxizentrale Erlangen	09131/19 41 0
Gespräche	Telefonseelsorge	0800/11 10-111
	Seelsorgehotline	09131/25 16 5
	Silbertelefon	0800/470 80 90
Pflege- beratung	Pflegebedürftigkeit und Versorgungsmöglichkeiten	09131/86-23 29
Krisenhilfe	Sozialpsychiatrischer Dienst	09131/88 56-0
	Soziale Beratung und Schuldnerberatung	09131/88 56-0
	Krisendienst Mittelfranken	0911/42 48 55 0

Hilfe (Einkaufen, Gassi gehen, Fahrdienst)

Ganz viele Nachbarn möchten gerne helfen. Fragen Sie selber im Haus, hängen Sie einen Zettel mit Ihrer Telefonnummer an die Türe und bitten Sie um einen Anruf! Fragen Sie in Ihrer Kirchengemeinde/Moscheeverein/Stadtteil nach Hilfe und Unterstützung. Viele wollen helfen und haben sich in Gruppen zusammengefunden. Hier Beispiele:

Die **Evangelische Allianz** hat die **Initiative „Gemeinsam für Erlangen“** gegründet und hilft täglich von 9 bis 18 Uhr in ganz Erlangen bei Ihren Einkäufen oder führt den Hund Gassi.

 **09131/81 56 39**

Die **Solidarische Nachbarschaft** ist täglich zwischen 10 und 16 Uhr erreichbar und bietet Unterstützung und Hilfe bei Einkäufen.

 **0176/71 15 26 27**

Die **Seniorenanlaufstellen des Seniorenamtes** in den Stadtteilen helfen, hören zu und vermitteln Hilfe.

 **0151/74 23 33 39**

 **0151/74 23 33 38**

Die **Islamische Religionsgemeinschaft Erlangen e. V. (IRE)** bietet täglich zwischen 10 und 18 Uhr Nachbarschaftshilfe und Einkaufsservice an.

 **01522/721 96 95**

Wenn Sie **Fahrdienste** benötigen: Die **Taxizentrale Erlangen** fährt Sie nach wie vor zu Ärzten oder in die Klinik.

Unter  **09131/19 41 0** können Sie ein Taxi bestellen.

Gespräche

Um Ihre Gesundheit zu schützen ist es wichtig, persönliche Kontakte zu vermeiden. Wenn Sie jetzt einfach ein Gespräch führen wollen, wenn Sie sich Sorgen machen, wenn Sie sich alleine fühlen und vielleicht auch ängstlich sind, können Sie folgende Telefonnummern wählen.

Die **Telefonseelsorge** ist Tag und Nacht, 24 Stunden erreichbar:

 **0800/11 10-111**

Der Anruf ist kostenfrei, Sie müssen nichts bezahlen.

Die gemeinsame **Seelsorgehotline** des Dekanats Erlangen und der Offenen Tür ist von Montag bis Freitag von 10 bis 17 Uhr und am Wochenende von 10 bis 14 Uhr erreichbar.

 **09131/25 16 5**

Haupt- und ehrenamtliche Seelsorgerinnen und Seelsorger aus den katholischen und evangelischen Gemeinden stehen für Gespräche bereit. Die Hotline steht jedem offen, unabhängig von Herkunft, Wohnort, Religion oder Weltanschauung.

Der **Verein Silbernetz e. V. / Silbertelefon** ist täglich von 8 bis 22 Uhr erreichbar.

 **0800/470 80 90**

kostenfrei und vertraulich

Wer einfach mal reden will, aber niemanden hat und über 60 Jahre alt ist, kann die kostenfreie Telefonnummer wählen.

Pflegeberatung

Zum Thema **Pflegebedürftigkeit und Versorgungsmöglichkeiten** erhalten Sie Auskunft bei der trägerunabhängigen Pflegeberatung des Seniorenamtes.

 **09131/86-23 29**