

Regionale Angebote

Ehrenamtliche Hilfen und Helfer

Ortsverwaltung Finthen

Telefon: 06131 12-38814

ortsverwaltung.finthen@stadt.mainz.de

Lieferservice von Geschäften für ältere Menschen mit erhöhtem Gesundheitsrisiko

- Rupertus Apotheke: 06131 40280
- Rathaus-Apotheke: 06131 472099
- Bäckerei Pfaff: 06131 40401
- Bäckerei Wagner: 06131 471048
- Werner´s Backstube: 06131 40752
- Tegut: Sonntags von 12 bis 14 Uhr für betroffene Seniorinnen und Senioren sowie Helferinnen und Helfer geöffnet: 06131 940980
- Blumenhaus Sparr: 06131 471363
- Metzgerei Weil: 06131 40204
- Finther Obstlädchen: 06131 4808790
- Obstlädchen Schmitt: 06131 40129
- Obsthof Hochhaus: 06131 471132
- Obsthof Weyer: 06131 473691
- Fontana-Stuben (Essenservice): 06131 472349

Kinderschutzbund Mainz Elterntelefon

von 9-12 Uhr Tel. 06131-614191

Ev. Erziehungsberatungsstelle Mainz

Telefonberatung in dringenden Fällen, Tel. 06131/965540

Überregionale Angebote

Kinder- und Jugendtelefon

www.nummergegenkummer.de

Montags bis samstags von 14 bis 20 Uhr unter der Rufnummer 116 111

Onlineberatung für Kinder, Jugendliche und Eltern www.bke.de

Online Jugendberatung

www.jugendnotmail.de

Telefonseelsorge

www.telefonseelsorge.de

0800/111 0 111 · 0800/111 0 222 · 116 123 (kostenfrei)

Hilfe bei Gewalt gegen Frauen

www.hilfetelefon.de

08000 116 016

Bundesweite Sucht- und Drogen-Hotline (24 Stunden)

Telefon: 01805 - 31 30 31 www.sucht-und-drogen-hotline.de

Leben und Lernen

Jugend in Mainz

Das digitale Tagesangebot der Kinder- Jugend- und Kulturzentren der Stadt Mainz bietet Tipps zur Freizeitgestaltung, Kreativideen, Kochrezepte sowie allerlei Hintergrundinfos zum Thema Corona:

<https://www.jugend-in-mainz.de/digitales-tagesprogramm-juzes.html>

Corona – kindgerecht erklärt

<https://www.zdf.de/kinder/logo/wichtige-infos-zum-coronavirus-100.html>

Kreativ durch die Krise

<https://coronamat.de/?>

fbclid=IwAR3bAE93pn1B4Tw2vs5F9Bj8rTOaMRn9V3bERmhOo5ns7Sh7NsBRtX8tTS8

Jeden Tag ein Kinderhörspiel

<https://www.deutschlandfunkkultur.de/kinderhoerspiel.960.de.html?>

fbclid=IwAR3XYFP9Gpdij_yOHjHr0CScL6SbY9I-ZPX_7w5RPEW9vrISGSeu78vISJl

Lernangebote mit Materialien

<https://www.hr.de/wissen-plus/index.html>

Lernen zuhause – Tipps für Familien

http://www.btg.schule/wp-content/uploads/2020/03/Wenn-die-Schule-zu-Hause-stattfindet_Tipps-für-Familien_SIBUZ.pdf

Achtsamkeitsübungen für Zuhause

Hier finden Sie Übungen, die von Herrn Siebertz für die Kinder des Achtsamkeitskurses zur Verfügung gestellt wurden. Sie können den QR-Code einfach mit der Kamera Ihres Smartphones scannen und den Ordner in der Dropbox öffnen.

