

Paderborn / 18.03.2021

**FreiesBeratungsZentrum  
Paderborn**

Leitung: Myriam Fikus  
NORDSTR. 6 - 8  
33102 PADERBORN

TELEFON 05251 - 150 950  
TELEFAX 05251 - 150 956

E-MAIL: [info@fbz-pb.de](mailto:info@fbz-pb.de)  
INTERNET: [www.fbz-pb.de](http://www.fbz-pb.de)

## **FreiesBeratungsZentrum ist ansprechbar in der Krise**

### [FBZ informiert über Krisensprechstunde für Kinder, Jugendliche, Familien, Schwangere und Paare](#)

Der andauernde Lockdown bringt für alle eine hohe Belastung mit sich. Familien jonglieren zwischen Homeschooling, Homeoffice und Haushalt. Eltern sind nebenbei auch noch dafür verantwortlich, ihren Kindern genügend Beschäftigung und Abwechslung in der Freizeit zu bieten. Paaren fällt es häufig zunehmend schwer die Zeit des permanenten Zusammenseins, ohne dass genügend Raum für Me-Time bleibt, durchzustehen. Vielen Schwangeren fehlt aus deren Sicht der Austausch mit anderen, da soziale Kontakte nur eingeschränkt möglich sind. Dies alles sind Faktoren, die zu Konflikten oder akuten Krisen im Miteinander führen können.

Das FreieBeratungsZentrum Paderborn (FBZ) bietet auch aktuell eine Krisensprechstunde für Familien, Eltern, Bezugspersonen, Kinder und Jugendliche sowie für Schwangere und Paare an.

Montag-Freitag von 10-11 Uhr können sich die Ratsuchenden in akuten Krisen bis auf weiteres unter der Rufnummer 05251/150950 beim FBZ melden. In dieser Zeit werden die Ratsuchenden direkt zu einem Berater durchgestellt, mit dem sie ihr Anliegen besprechen können.

Unabhängig von der besonderen Krisensprechstunde ist das FreieBeratungsZentrum auch im Lockdown zu den regulären Öffnungszeiten (Mo-Do 9-16 Uhr und Fr 9-12 Uhr) vor Ort und unter der oben stehenden Nummer erreichbar. Neben der Telefon- und Onlineberatungen kann auch die persönliche Beratung unter Beachtung aller Hygieneschutzmaßnahmen aufrechterhalten werden.