

Familien-Kompass

Angebote, Adressen und Beratungsstellen für Eltern,
Jugendliche und Kinder der Gemeinde Belp



Abteilung Familie und Bildung

Bereich Familie

Gartenstrasse 2

3123 Belp

Inhalt

1.	Kindertagesstätten und Tagesfamilien.....	3
2.	Spielgruppen	3
3.	Angebote für Kinder 0 – 5 Jahre (frühe Kindheit)	4
4.	Angebote für Schulkinder ab 6 Jahren	6
5.	Spiel- und Lesestoff	7
6.	Tagesschule und Mittagstisch.....	7
7.	Ferienbetreuung	7
8.	Ferienpass (Ferien- und Freizeitangebote).....	8
9.	Schule	8
10.	Deutsch und Integration.....	8
11.	Kinderärzt*innen	9
12.	Beratung und Information	9
13.	Links und Apps.....	13
14.	Notfallnummern.....	14

Impressum

Stand, 19.01.2026

Jonathan Wegmüller, Bereichsleitung Familie

wegmueller.jonathan@belp.ch

1. Kindertagesstätten und Tagesfamilien

Kita Tubehüsli
Seftigenstrasse 85/89, 3023 Belp
031 980 19 11
<https://www.kibeplus.ch/>
info@kibeplus.ch

Kinder ab 3 Monate bis Eintritt Schule
Montag bis Freitag von 06.45 - 18.15 Uhr

Kita Schlössli
Schlössliweg 2, Belp
031 980 19 10
<https://www.kibeplus.ch/>
info@kibeplus.ch

Kinder ab 3 Monate bis Eintritt Schule
Montag bis Freitag von 06.45 - 18.15 Uhr

Kita & Tagi Bim Bam Bini
Schützenweg 4, 3023 Belp
031 812 73 77
info-belp@bimbambini.ch
www.bimbambini.ch

Kinder ab 3 Monaten bis 12 Jahre
Montag bis Freitag von
06.45 Uhr - 18.30 Uhr

Tageselternvermittlung
kibe plus AG
Könizbergstrasse 1, 3097 Liebefeld
031 970 10 10
<https://www.kibeplus.ch/tagesfamilien>
info@kibeplus.ch

Kinder ab 3 Monaten bis Ende
Schulpflicht
Betreuungszeit nach Vereinbarung

Tagesfamilienverein Gantrisch
Schlossweg 5
3132 Riggisberg
078 233 73 28
<https://taganti.ch/>

Kinder ab 3 Monaten bis Ende
Schulpflicht
Betreuungszeit nach Vereinbarung

2. Spielgruppen

Für die soziale und sprachliche Entwicklung Ihres Kindes ist es wichtig, frühzeitig den spielerischen Kontakt zu Gleichaltrigen zu knüpfen. Aus diesem Grund empfehlen wir Ihnen, Ihr Kind bereits ein Jahr vor dem Kindergarteneintritt ein- bis zweimal pro Woche in eine Spielgruppe zu schicken oder an anderen Spielangeboten teilzunehmen.

In Belp stehen folgende Spielgruppen zur Verfügung:

Spielgruppe Bäremani
Muristrasse 4, 3123 Belp
079 424 70 81
www.elternverein-belp.ch
spielgruppe@elternverein-belp.ch

Ab 2.5 Jahren bis Eintritt Kindergarten
Montag bis Freitag: 8.30 – 11.30 Uhr
Montag- und Dienstag: 13.45 – 16.15 Uhr

Spielgruppe Gwundernase
Belpbergstrasse 1, 3123 Belp
079 518 41 72
www.spielgruppegwundernase.ch
info@spielgruppegwundernase.ch

Ab 2.5 Jahren bis Eintritt Kindergarten
Montag bis Freitag: 8.45 – 11.15 Uhr

Spielgruppe Teddybär
Dinne - Dusse Spielgruppe,
Integration und Sprachförderung
Galactinastrasse 1, 3123 Belp
078 727 48 17
www.teddy-baer.ch
teddybaerbelp@gmail.com

Ab 2.5 Jahren bis Eintritt Kindergarten
Dienstag, Mittwoch und Freitag:
8.45 – 11.40 Uhr

Waldspielgruppe Wurzelwichteli
076 464 99 65
www.waldspielgruppe-belp.ch

Ab 2.5 Jahren bis Eintritt Kindergarten
Dienstag, Mittwoch, Donnerstag: 8.45 –
11.15 Uhr

Ist Ihr Kind im Spielgruppenalter? Aber es liegt finanziell kaum drin, Ihrem Kind den Spielgruppentag zu ermöglichen? Der Gotte-GöttibatzePlus kann Ihr Familienbudget entlasten. <https://www.chindernetz.be/gotte-goettibatzeplus>

3. Angebote für Kinder 0 – 5 Jahre (frühe Kindheit)

Die frühe Kindheit ist die wichtigste und bedeutsamste Entwicklungsphase im Aufwachsen eines Kindes. In dieser Phase werden die Grundsteine für Sozialkompetenz, Gesundheit, Kreativität, motorische und sprachliche Fähigkeiten und Emotionsregulation gelegt. Diese Angebote unterstützen Eltern/Erziehungsberechtigte und Ihr Kind dabei.

Eltern-Kind-Treff
Katholische Kirche Belp, Burggässli 6,
3123 Belp
www.kathbern.ch
Judith Suter, Tel. 078 220 99 90

Angebot für Familien mit Kindern (0 bis 4-jährig)

Donnerstag von 9:00 bis 11:00 Uhr

Krabbelgruppe Toffen
KiZe-Bistro, Kirchliches Zentrum Toffen,
Kanalweg 13, 3125 Toffen
Ingrid Tschirren, 031 819 44 18

Für Babys und Kleinkinder mit ihren Eltern, jeden zweiten Montag von 9.30 bis 11.30 Uhr
<https://www.refelp.ch/angebote/fuer-kids-familien/krabbelgruppe-toffen>

Eltern-Kind-Turnen
Turnverein Belp
Turnhalle Thal gut
<https://tvbelp.ch/>
elki@tvbelp.ch

ab 3 Jahren bis Eintritt Kindergarten
Donnerstags, 14:45 – 15:45 Uhr

Offene Turnhalle
Ä Halle wo's fägt: PLAYGROUNDS
Turnhalle Dorfshulhaus
Dorfstrasse 15, 3123 Belp
<https://www.playgrounds.ch>

Värsli und Geschichten für „di Chline“
Gemeindebibliothek Belp
Dorfzentrum 32, 3123 Belp
Tel. 031 819 22 53
www.winmedio.net/Belp

„Gschichtestund“
Gemeindebibliothek Belp
Dorfzentrum 32, 3123 Belp
Tel. 031 819 22 53
www.winmedio.net/Belp

Eltern-Kind-Musik
Musikschule Region Gürbetal
Dorfstrasse 23
3123 Belp
Telefon 031 819 45 16
info@ms-guerbetal.ch

Musik und Bewegung
Musikschule Region Gürbetal
Dorfstrasse 23
3123 Belp
Telefon 031 819 45 16
info@ms-guerbetal.ch

Offener Treff für Alle
Reformierte Kirche Belp-Belpberg-Toffen
Pfruendschüür Belp, Dorfplatz
031 819 65 61
www.refbelp.ch
nathalie.schneider@refbelp.ch

Indoorspielplatz für Kinder von 0 - 6 Jahren in Begleitung einer Bezugsperson

An Sonntagen von 9.30-11.30 Uhr, Daten auf der Webseite ersichtlich

Eingeladen sind Eltern, Grosseltern, Gotte, Götti mit ihren Kinder ab 3 Monate bis 3 Jahre

Gschichte us Bilderbüecher mit Käthi Beck für „Chinder“ von 4 -7 Jahr, Donnerstag von 14 - 15 Uhr (Daten siehe Webseite)

Sinnliche Entdeckung der Musik – ab ca. 1,5 Jahren mit einer vertrauten Bezugsperson

<https://www.ms-guerbetal.ch/instrument/eltern-kind-musik/>

Der Einstieg ins aktive Musizieren – ab Kindergarten

<https://www.ms-guerbetal.ch/instrument/fruehmusik/>

Kontakte knüpfen, Deutsch üben, spielen und basteln, Zvieri geniessen

am Montag, 15 bis 17 Uhr von November bis März, von 16 bis 18 Uhr April bis Oktober

4. Angebote für Schulkinder ab 6 Jahren

Spielmobile
Dorf- und Neumattschulhausplatz
Kinder- und Jugendfachstelle Belp
031 819 44 34
www.jugendfachstellebelp.ch
info@jugendfachstellebelp.ch

Ab Mitte März bis Ende Oktober geöffnet:
Dorfschulhaus: Dienstag: 15:15 - 18:00 Uhr, Donnerstag: 15:15 - 17:00 Uhr
Schulhaus Neumatt: März, Oktober und November bis 17:00 Uhr
Mittwoch: 14:00 - 17:00 Uhr

Kinder- und Jugendfachstelle
Muristrasse 4
CH-3123 Belp
Telefon 031 819 44 34
Handy 079 252 90 05
www.jugendfachstellebelp.ch
jugendfachstelle@belp.ch

Jugendtreff, Moditräff, Jungsträff, Jugendbüro und weitere Angebote/Aktivitäten.

www.jugendfachstellebelp.ch

Musikschule Region Gürbetal
Dorfstrasse 23
3123 Belp
Telefon 031 819 45 16
<https://www.ms-guerbetal.ch/>
info@ms-guerbetal.ch

Unterricht für Kinder ab Kindergarten bis zum Alter von 20 (in Ausbildung bis 25) Jahren

Turnverein Belp
Turnhalle Thal gut
<https://tvbelp.ch/>

Verschiedene Turn- und Sportangebote für Kinder- und Jugendliche

Aufgabenhilfe
Reformierte Kirche Belp-Belpberg-Toffen
Altes Schulhaus
<https://www.refbelp.ch/angebote/fuer-kids-familien/aufgabenhilfe-fuer-schuelerinnen>

Ein motiviertes Team von Freiwilligen betreut Ihr Kind und hilft ihm bei den Hausaufgaben.

Dienstag während der Schulzeit ab 15.15 bis 17.45 Uhr

Vereine in Belp
<https://www.derelper.ch/vvb/vereinsliste/>

Die Zauberlaterne – Filmklub
www.lanterne-magique.org

Belp verfügt über weitere Vereine, welche Angebote für Kinder und Jugendlichen anbieten: Fussball, Tennis, Jungschar, Pfadi, Karate, Judo...

5. Spiel- und Lesestoff

Für eine gesunde Entwicklung der Kinder dient ein anregendes Umfeld, in dem Sie ihre motorischen, emotionalen und sozialen Kompetenzen entwickeln können. Bibliotheken und Ludotheken bieten dafür ein vielseitiges Angebot. Zudem erhält jedes Kind ab Geburt in der Bibliothek ein Buchstart-Willkommens-Packet (www.buchstart.ch).

Gemeindebibliothek Belp
Dorfzentrum 32, 3123 Belp
Tel. 031 819 22 53
www.winmedia.net/Belp

über 15'000 Medien für Kinder,
Jugendliche und Erwachsene,
Öffnungszeiten siehe Webseite

Ludothek Belp
Belpbergstrasse 10, 3123 Belp
031 533 45 50
www.ludothek-belp.ch
info@ludothek-belp.ch

Spielverleih für Gross und Klein,
Öffnungszeiten siehe Webseite

6. Tagesschule und Mittagstisch

Tagesschule
Dorf- und Neumattschulhaus
www.schulenbelp.ch
schulsekretariat@belp.ch

Die Erziehungsberechtigten melden über www.kibon.ch die Schülerinnen und Schüler ab dem 1. Mai des jeweiligen Jahres für eines oder mehrere Module an. Anmeldefrist ist jeweils der 1. Juni. Spätere Anmeldungen sind nur noch für neu zu ziehende Kinder möglich.

Offener Mittagstisch
Reformierte Kirche Belp-Belpberg-Toffen
Dorfstrasse 32, 3123 Belp
Pfrienschüür
www.refbelp.ch
nathalie.schneider@refbelp.ch

Für alle Altersgruppen, Kinder in Begleitung Erwachsener.
In der Regel jeden Dienstag, 12.00 - 13.30 Uhr, Anmeldung bis Montagvormittag (10 Uhr) an unter 031 819 65 61

7. Ferienbetreuung (Pilotprojekt 2025-2028)

Die Gemeinde Belp bietet an folgenden Daten eine Ferienbetreuung an:

- Frühling: letzte Ferienwoche
- Sommer: letzte Ferienwoche (Organisatorin: ref. Kirche Belp-Belpberg-Toffen in Zusammenarbeit mit der Gemeinde Belp)
- Herbst: letzte Ferienwoche

Für das Jahr 2026 heisst das:

- Frühling: 13. – 17. April 2026
- Sommer: 3. – 7. August 2026
- Herbst: 5. – 9. Oktober 2026

Anmeldung ab Dezember 2025 über Escola möglich.

8. Ferienpass (Ferien- und Freizeitangebote)

Seit Januar 2025 ist die Gemeinde Belp Partnergemeinde beim FÄGER, der Berner Freizeit- und Ferienaktion. Ganzjährig bietet die FÄGER-Plattform vielseitige Möglichkeiten an, seine Ferien und Freizeit unabhängig von sozioökonomischen Voraussetzungen abwechslungsreich zu gestalten.

FÄGER (Berner Freizeit- und Ferienaktion)
Berner Generationenhaus
Bahnhofplatz 2, 3011 Bern
031 321 60 40
www.faeger.ch
faeger@faeger.ch

Ganzjährige Freizeit- und Ferienangebote für Kinder und Jugendliche ab 5 Jahre in Belp und Umgebung

9. Schule

Schulsekretariat
Abteilung Familie und Bildung
Gartenstrasse 2
3123 Belp
031 818 22 07 Sekretariat
www.belp.ch

Anmeldung der Kinder für Kindergarten, Schule, Tagesschule

10. Deutsch und Integration

Deutschkurse für Anfänger und Fortgeschrittene (A1 und A2)
Reformierte Kirche Belp-Belpberg-Toffen
Pfruendschüür Belp, Dorfstrasse 32,
3123 Belp (1. Stock)
www.refbelp.ch
031 819 65 61

Die Kurse finden in der Regel wie folgt statt: Dienstag, 10 bis 12 Uhr
Anfänger*innen (A1) und Fortgeschrittene (A1/A2) und Donnerstag, 10 bis 12 Uhr
Anfänger*innen (A1)

Volkshochschule Aare- und Kiesental
www.volkschorschule.ch

Breites Kursangebot: Sprachen, Wissen, Vorbereitung für Einbürgerungen, Kreativität, Kulinarik, Digital, Bewegung, Natur...

Deutschkurse in der Region
Katholische Kirche Region Bern
Fachzentrum «Mensch und Gesellschaft
<https://www.kathbern.ch/fasa>

Übersicht von Deutschkursen in der Region Bern von verschiedenen Anbietern

MuKi-Deutschkurse (für Mutter und Kind)
Franziska Lehmann, Schulamt,
Effingerstrasse 21, 3008 Bern, Tel. 031
321 64 78.
franziska.lehmann@bern.ch
<https://www.bern.ch/themen/bildung/vorschule/muki-deutsch>

In den MuKi-Deutschkursen
(Deutschkursen für Mutter und Kind)
können Mütter und ihre Kinder im Alter
von ungefähr 2,5 bis 5 Jahren Deutsch
lernen.

Kurse in heimatlicher Sprache und Kultur
verschiedene Standorte
www.erz.be.ch/hsk
akvb@erz.be.ch
031 633 84 51

Ab Kindergarteneintritt bis 8. Klasse
<https://www.hsk-kantonbern.ch/>

11. Kinderärzt*innen

Kinderarztpraxis
Praxis Zentrum Familienmedizin Belp
Eichenweg 25, 3123 Belp
031 819 58 58
paedi.familienmedizin.belp@hin.ch
<https://www.familienmedizin.ch>

12. Beratung und Information

Bereich Familie, Gemeinde Belp
Jonathan Wegmüller
Gartenstrasse 2, 3123 Belp
wegmueller.jonathan@belp.ch
031 818 22 07

Beratung und Information zu Fachstellen,
Angebote und Projekte für Familien in
Belp

Mütter- und Väterberatung
Nicole Buholzer
Muristrasse 4, 3123 Belp (1. Stock)
www.mvb-be.ch
nicole.buholzer@mvb-be.ch
031 552 16 16 / 079 751 05 35

<https://www.mvb-be.ch/de/eltern-vaeter-grosseltern/hausbesuchsangebot-plus>

Kostenlose Beratungen für Eltern und
Bezugspersonen von Kindern zwischen 0
und 5 Jahren

Hausbesuchsangebot PLUS: Begleitung
der Eltern im Alltag für herausfordernden
Situationen in den ersten Lebensjahren

Schulsozialarbeit KG - 3. Klasse
Lara Zahnd
076 304 72 88
lara.zahnd@schulenbelp.ch

Schulsozialarbeit 4. – 6. Klasse
Kristina Kurz
078 893 7331
kristina.kurz@schulenbelp.ch

Schulsozialarbeit 7. – 9. Klasse
Anita Eltschinger
078 803 18 93
anita.eltschinger@schulenbelp.ch

Kinder- und Jugendfachstelle
Muristrasse 4
CH-3123 Belp
Telefon 031 819 44 34
Handy 079 252 90 05
www.jugendfachstellebelp.ch
jugendfachstelle@belp.ch

Kinder- und Jugendseelsorge
Reformierte Kirche Belp-Belpberg-Toffen
Michaela Schönberger
078 653 22 11
michaela.schoenberger@refbelp.ch
<https://www.refbelp.ch/angebote/fuer-hilfe-und-ratsuchende/seelsorge>

Logopädischen Kinderpraxis
„lirum larum“
Bahnhofstrasse 1, 3123 Belp
031 812 16 00
info@logopraxis-belp.ch

Erziehungsberatung EB Köniz
Waldeggstrasse 37, 3097 Liebefeld
Tel. 031 635 24 50
eb.koeniz@be.ch
www.eb.bkd.be.ch

Früherziehungsdienst des Kantons
Bern FED
Regionalstelle Bern
Frankenstrasse 70, 3018 Bern
Tel. 031 301 07 01 / 031 869 18 78
bern@fed-be.ch
www.fed-be.ch

Kostenlose Unterstützung für
Schüler*innen, Lehrpersonen und Eltern:

- in Erziehungsfragen wie Familienregeln, Freizeitverhalten, Umgang mit digitalen Medien
- bei Konflikten, Auseinandersetzungen oder Gewalt in der Nachbarschaft, zu Hause oder in der Schule
- in Fragen zu Freundschaft, Sexualität, Sucht, Internet, Berufsfindung und andere
- bei Problemen mit Mitschülern und Mitschülerinnen
- bei Stress und Niedergeschlagenheit

Information, Beratung, Engagement für
Kinder- und Jugendanliegen in der
Gemeinde Belp

Einzelbegleitung für Kinder und
Jugendliche, welche sich in einer
schwierigen Situation befinden.

Abklärung, Therapie von Kindern und
Begleitung deren Eltern, die in ihrer
sprachlichen, kommunikativen und
spielerischen Entwicklung auffallen.

Kostenlose psychologische Unterstützung
bei schwierigen Erziehungssituationen,
familiären Belastungen, Entwicklungs-
und Verhaltensauffälligkeiten, schulischen
Lern- und Leistungsproblemen und
anderen Schwierigkeiten.

Kostenlose Beratung für Eltern, die über
die Entwicklung ihres Kindes beunruhigt
sind, Begleitung und Förderung von
beeinträchtigten und entwicklungs-
auffälligen Kindern ab Geburt bis zur
Einschulung

Familienbegleitung
Berner Verband für Familienbegleitung
Übersicht mit Anbietern
www.bevf.ch

Intensive Begleitung und Unterstützung mit dem Ziel die Eltern/ Erziehungsberechtigte in ihrer Rolle zu stärken. Finanzierung via Jugendamt des Kantons Bern

Sozialdienst Belp (RSB)
Sägestrasse 5, 3123 Belp
031 818 24 60
www.belp.ch

Präventive Beratung und Informationsvermittlung, Sozialhilfe, Kinderschutz und Erwachsenenschutz

Gesundheitsförderung und Suchtberatung
Berner Gesundheit
Eigerstrasse 80, 3007 Bern
031 370 70 70
www.bernergesundheit.ch

Gesundheitsförderung und Prävention, Sexualpädagogik sowie Suchtberatung und -therapie: Schulungen und Beratung für Fachpersonen, Eltern, sowie Jugendliche

ggfon – Gemeinsam gegen Gewalt und Rassismus
031 333 33 40
melde@ggfon.ch
www.gggfon.ch

Melde- und Beratungsstelle von Ereignissen mit Gewalt, Diskriminierung und Rassismus (kostenlos)

Berner Interventionsstelle gegen häusliche Gewalt (BIG)
Kramgasse 20
3011 Bern
079 308 84 05
info.big.sid@be.ch
www.big.sid.be.ch

Unterstützung für Erwachsene, die Gewalt ausgeübt haben oder befürchten gewalttätig zu werden. Angebot: Lernprogramme in der Gruppe sowie individuelle Gewaltberatungen.

Fachstelle Gewalt Bern
Seilerstrasse 25, Postfach, 3001 Bern
Hotline: 0 765 765 765
info@fachstellegewalt.ch
www.fachstellegewalt.ch

Gewaltberatungen für Erwachsene, Jugendliche, Familien und Institutionen.

Ehe- und Familienberatung
Aarbergergasse 36, 3011 Bern
031 312 10 66
info@paarundfamilienberatung-bern.ch
www.paarundfamilienberatung-bern.ch

unabhängige Beratungsstelle für Beziehungsfragen des Kantons Bern für Paare, Einzelpersonen und Familien jeden Alters, unabhängig von Zivilstand und sexueller Orientierung.

Paar- und Familienberatungsstellen im Kanton Bern
www.berner-eheberatung.ch

Beratung für Paare, Einzelpersonen und Familien unabhängig von Konfession, Weltanschauung, Herkunft, Zivilstand und gewählter Lebensform an neun Standorten im Kanton Bern.

Rotes Kreuz – Unterstützung für Familien
<https://www.srk-bern.ch/de/unterstuetzung-im-alltag/fuer-familien/betreuungsengpass>

Überbrücken von Betreuungsengpässen: Kinderbetreuung zu Hause bei Krankheit der Eltern, Kinder und bei Überlastung in der Familie.

Frauenzentrale BE
Zeughausgasse 14, 3011 Bern
031 311 72 01
sekretariat@frauenzentralebern.ch
www.frauenzentralebern.ch

Beratung in sämtlichen Rechtsgebieten, Budgetberatung für den Privathaushalt, berufliche Vorsorge (Pensionskasse), Schuldenberatung, Alimente...

Winterhilfe im Kanton Bern
<https://www.be.winterhilfe.ch/>

Finanzielle Unterstützung bei knappem Haushaltsbudget, gezielte Hilfe in finanziellen Notlagen

INFRA Frauenberatungsstelle Wylerhus
Flurstrasse 26b
3014 Bern
Tel. 031 311 17 95
www.infrabern.ch

Kostenlose Erstberatung zu allen rechtlichen Fragen.

männer.ch
Dachorganisation Schweizer Männer- und Väterorganisationen
www.maenner.ch

Adressen von Fachstellen und Beratungsangebote für Männer und Buben

13. Links und Apps

Parentu App für Eltern
www.parentu.ch



Die kostenlose App bietet einfach und prägnant Informationen in 17 Sprachen, damit alle Kinder in einem förderlichen und gesunden Umfeld aufwachsen können.

www.147.ch

Die kostenlose Plattform für Kinder und Jugendliche mit nützlichen Infos zu Mobbing, Gewalt und Konflikten in der Familie.

www.projuventute.ch

Informationen für Kinder, Jugendliche, Eltern und Familien

www.feel-ok.ch/
www.mindfulness.swiss

Informationen für Jugendliche, Eltern, Fachpersonen: Gesundheit, Sucht, Achtsamkeit:

<https://www.lilli.ch/>

Informations- und Beratungsplattform für Jugendliche und junge Erwachsene zu Sexualität, Beziehungen, Gesundheit

<https://du-bist-du.ch/>

www.jugendundmedien.ch/
<https://zischtig.ch/>
<https://www.projuventute.ch/de/eltern/medien-internet>
www.schau-hin.info

Medienkompetenzen: Informationen für Jugendliche, Fachpersonen und Eltern

www.kinderschutz.ch/

Kinderrechte, Gewalt in Erziehung, sexualisierte Gewalt: Informationen und Kursangebote für Eltern

www.hallo-bern.ch

Informationen in verschiedenen Sprachen

14. Notfallnummern

Sanitäts-Notruf	144
Polizei	117
Elternnotruf www.elternnotruf.ch	0848 354 555 Telefon, Chat, E-Mail oder physisch
Kinder und Jugendtelefon	147 – www.147.ch
Beratung für Erwachsene (Dargebotene Hand)	142
Toxikologisches Informationszentrum Notfallauskunft bei Vergiftungen	145
KINOSCH – Notaufnahme für Kinder	031 381 77 81
NAG – Notaufnahme für Jugendliche	031 381 79 07
Häusliche Gewalt – Frauenhaus Bern (Schutz, Unterkunft und Beratung)	031 332 55 33
Notschlafstelle für junge Menschen in Bern https://pluto-bern.ch/ Studerstrasse 44 3004 Bern	078 247 24 44 (18:00 – 09:00 Uhr) info@pluto-bern.ch

Ihre Notizen: