Ansprechstellen für euch und eure Eltern

Liebe Schülerinnen und Schüler,

wenn es euch seelisch schlecht geht, könnt ihr natürlich mit den Lehrkräften eures Vertrauens darüber sprechen.
Im Folgenden findet ihr aber auch andere Ansprechstellen.
Ihr findet diese auch auf der Homepage des Are-Gymnasiums unter
https://are-gymnasium.de/ansprechstellen-fuer-alle/

0151 70292818
-> Frau Haustein
0151 17222309
-> Frau Steinebach
Schulsozialarbeit des Are-Gymnasiums
Sprechzeiten stehen an der Tür
Raum 3109

Krisenchat
Website: krisenchat.de
Chat: chat.krisenchat.de
-> bei akuter Hilfe
-> geht auch per WhatsApp, über die Website

030 12074182
Heimwegtelefon
Hier kannst du nachts anrufen und mit Ehrenamtlichen sprechen, bis du zuhause angekommen bist.
So-Do: 21:00-1:00Uhr
Fr u. Sa: 21:00-3:00Uhr

0800 2255530
Hilfe bei **sexuellem Missbrauch**
Mo., Mi., Fr.: 9:00 - 14:00Uhr
Di., Do.: 15:00 - 20:00Uhr
-> Anrufen im Zweifelsfall, anonym, kostenfrei und mehrsprachig
www.hilfe-portal-missbrauch.de

0261 55001140 o. 41
M-Power
Beratung bei **rechter Gewalt, Rassismus und Antisemitismus**
-> für Jugendliche ab 14 auch selbständig, bis 14 mit Erziehungsberechtigten
www.mpower-rlp.de
Email: kontakt@mpower-rlp.de

01573 3871956
Juuport
-> Auf WhatsApp oder per Formular auf der Website
-> bei Cybermobbing, Sextortion, Cybergrooming, Mediensucht, Fake News und Abzocke
www.juuport.de

02641 3222
Lebensberatung Ahrweiler
Öffnungszeiten findet ihr auf Google
Email:
sekretariat.lb.ahrweiler@bistum-trier.de

0621 520 2131
Solinet
-> Beratung bei **Hass und Gewalt im Netz**
Mo.-Fr.: 09:00-16:00Uhr
Email: solinet@medienanstalt-rlp.de

0800 1110111
0800 1110222
116 123
Telefonseelsorge
-> anonyme Beratung

Nummer gegen Kummer

116 111 -> Kinder, Jugendliche
• anonyme Beratung durch ausgebildete Jugendliche

0800 111 0550 -> Eltern
• montags bis samstags von 14 bis 20 Uhr