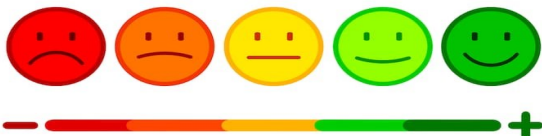


Hilfe in besonderen Zeiten

Liebe Schüler*innen,

gerade ist eine besondere Zeit. Alle sind zu Hause, vielleicht ist alles ganz entspannt und es klappt gut mit den Schulaufgaben, die ihr erledigen müsst. Vielleicht herrscht aber auch „dicke Luft“, Eure Eltern haben Sorgen, weil ihre Existenz auf dem Spiel steht oder sie weniger Geld verdienen. Es gibt mehr Streit und alle haben schlechte Laune. Das ist eine Ausnahmesituation, die wir gerade erleben. Wenn es Dir oder jemandem aus Deinem Umfeld nicht gut geht, darfst Du Dir Hilfe holen. Es gibt verschiedene Stellen, an die Du Dich telefonisch oder online wenden



shutterstock.com • 1129546163

Dich beschäftigen Themen rund um Liebe, Sexualität, Pubertät? Du kommst gerade gar nicht mit Dir und Deinem Umfeld klar? Dir fehlen soziale Kontakte. Du hast Dich gerade verliebt und ihr könnt Euch nicht sehen? Du kannst nicht zum Sport? Feiern sind abgesagt? Shoppen ist eingeschränkt? Treffen ist unmöglich? Eltern sind gerade schwierig? Geschwister nerven? Oma und Opa darfst Du nicht besuchen? Dir fällt die Decke auf den Kopf?

Dann melde Dich einfach, wir sind für Dich da:

pro familia Limburg: **06431-26920**

mail: limburg@profamilia.de

www.sextra.de (Onlineberatung)

⇒ Kinder und Jugendtelefon „Nummer gegen Kummer“:

116 111 (Festnetz und vom Handy kostenlos) Mo. – Sa.: 14-20 Uhr
www.nummergegenkummer.de
(Onlineberatung)

⇒ Hilfetelefon Sexueller Missbrauch:

0800 22 55 530

⇒ Polizei-Notruf: **110**

⇒ www.kein-kind-alleine-lassen.de

⇒ **Zuhause nicht sicher?** Hilfe unter
staerker-als-gewalt.de

