

Liebe Schülerinnen und Schüler,

hier findet ihr **Beratungsstellen**, an die ihr euch bei Problemen mit Schule, Eltern oder Freunden wenden könnt:

- 1. Lilith**, Beratungsstelle für Mädchen und Frauen, die sich in aktuellen Notsituationen befinden, vor allem bei sexuellem Missbrauch, aber auch bei Essstörungen
Telefon 05251/21311, Elsener Straße 88, 33102 Paderborn
Telefonzeiten: Montag 16 -18 Uhr, Mittwoch 9 bis 11 Uhr, Freitag 9 bis 11 Uhr
oder auf den Anrufbeantworter sprechen
www.lilith-paderborn.de und frauenberatung@lilith-paderborn.de
- 2. Telefonseelsorge**
Dort sitzen Tag und Nacht ausgebildete Mitarbeiter, die Zeit haben, sich eure Probleme anzuhören und gemeinsam mit euch nach Lösungen suchen.
Telefon kostenlos: 0800/111 0 111 oder 0800/ 111 0 222 oder 0800/ 116 123
www.telefonseelsorge.de (unter dieser Web-Adresse geht auch eine Chat- oder Mailberatung)
- 3. LOBBY – Anlaufstelle für Kinder und Jugendliche in Konfliktsituationen**, bei Problemen in Schule und zu Hause, auch bei Schwierigkeiten mit Drogen,
offene Sprechstunde: Mo und Do von 16.00 bis 17.30 Uhr,
Am Haxthausenhof 14-16, 33098 Paderborn
Tel.: 05251/207469 (erreichbar Mo - Fr 11.00 - 19.00 Uhr) Handy: 0170/2269451
(Whatsapp), E-Mail: lobby@caritas-pb.de
- 4. „Nummer gegen Kummer“ – Kinder- und Jugendtelefon** (anonym und kostenlos)
Allein mit deinen Problemen? – Darüber reden hilft! Gibt es etwas, das Dich aus dem Gleichgewicht bringt? Etwas, das Dich unglücklich macht und Dich denken lässt: „Ich weiß nicht mehr weiter.“ Wir von der „Nummer gegen Kummer“ stehen Dir zur Seite und sprechen mit Dir darüber.
Montags bis samstags von 14 bis 20 Uhr unter der Rufnummer 116 111.
Beratung auch online möglich unter www.nummergegenkummer.de

Bei den genannten Adressen bekommt ihr eventuell auch Adressen und Telefonnummern von weiteren Beratungsstellen, die euch weiterhelfen können.

Wir hoffen sehr, dass ihr in Notsituationen Ansprechpartner habt, die euch helfen können. Sprecht aber bitte auch uns in der Schule an, wenn ihr akute Probleme habt. Wir helfen euch gern.

Das Beratungsteam der Franz Stock Realschule