

Liebe Schülerinnen und Schüler,

liebe Eltern,

im Moment befinden wir uns wieder in einer Ausnahmesituation. Da ist es ganz natürlich, dass wir in verschiedenen Bereichen an unsere Grenzen stoßen. Solltet ihr Hilfe im Umgang mit der belastenden Situation benötigen oder möchtet ihr euch gerne Hilfe im Umgang mit anderen Problemen holen, so ist es weiterhin möglich die Beratungsfachkräfte an der Herzog-Ludwig- Realschule zu kontaktieren und Beratungstermine in Anspruch zu nehmen. Diese finden dann online oder telefonisch statt. Im Folgenden findet ihr die Möglichkeiten zur Kontaktaufnahme:

Schulpsychologische Beratung (Daniela Irl): Bitte zur Kontaktaufnahme eine E-Mail an beratung@herzog-ludwig-rs.de schreiben. Wenn ihr mir in der E-Mail eure Telefonnummer nennt, rufe ich gerne zurück und vereinbare mit euch einen Termin.

Jugendsozialarbeit (Fabian Franz): Bitte zur Kontaktaufnahme eine E-Mail an jas.stars-aoe@awo-obb.de schreiben. Ich setze mich dann mit euch in Verbindung, um einen Termin für eine Beratung zu vereinbaren.

Wir wünschen euch die nötige Portion Gelassenheit für diese Situation und bleibt gesund.

Daniela Irl und Fabian Franz

Nachfolgend findet ihr weitere Anlaufstellen (für Jugendliche/für Eltern), an die ihr euch auch immer wenden könnt.

Tipps zum Umgang mit der aktuellen Situation:

Bundesamt für Bevölkerungsschutz und Katastrophenhilfe	https://www.bbk.bund.de/DE/TopThema/TT_2020/TT_Covid_19_Quarantaene_Tipps_fuer_Eltern.html
---	---

Hilfe auf Internetseiten und Telefonnummern:

Bundeskonzferenz für Erziehungsberatung	Onlineberatung für Jugendliche	www.bke-jugendberatung.de
Bundeskonzferenz für Erziehungsberatung	Onlineberatung für Eltern	www.bke-elternberatung.de
„Nummer gegen Kummer“	anonym und kostenfrei auch Onlineberatung	116111 www.nummergegenkummer.de
„Nummer gegen Kummer“ Elterntelefon	Telefonische Beratung für Eltern	0800 1110550
„Telefonseelsorge“	24 Stunden täglich kostenfrei, auch Mail- und Chatberatung	0800 1110111 www.telefonseelsorge.de
Krisendienst Psychiatrie	24 Stunden täglich, Soforthilfe in der Nähe (je nach Bedarf telefonisch, vermittelnd, mobil vor Ort)	0180 6553000 (max. 60 Cent pro Anruf) www.krisendienst-psychiatrie.de