

Allein mit deinen Problemen? - Gewusst wo – Wichtige Adressen und Telefonnummern

Allein mit deinen Problemen? – Darüber reden hilft! Kinder- und Jugendtelefon <i>NummergegenKummer</i> e.V. hat bundesweit zwei telefonische, kostenfreie Beratungsangebote eingerichtet: das Elterntelefon und das Kinder- und Jugendtelefon. Diese helfen kostenlos, anonym und vertraulich – damit aus Fragen und kleinen Sorgen keine Probleme oder große Krisen werden. Das Elterntelefon	116 111 (Mo-Sa 14-20 Uhr) anonym und kostenlos (Handy und Festnetz) www.nummergegenkummer.de (Online-Beratung per Mail) 0800 111 0 550 – Beratungszeiten: montags bis freitags 9 bis 11 Uhr, dienstags und donnerstags 17 bis 19 Uhr
Psychologische Beratungsstelle für Meckenheim, Rheinbach, Swisttal, Wachtberg (Kinder, Jugendliche und Eltern) Als Kind, Jugendlicher oder junger Erwachsener kannst Du dich unabhängig von Deinen Eltern an uns wenden. Keiner muss erfahren, dass Du hier gewesen bist. Wir sind für Dich da, wenn... • Du dich von deinen Eltern nicht verstanden fühlst, • Du einsam bist, • Dein Leben durcheinandergeraten ist, • Du einfach nicht mehr weiter weißt, • Dir der Spaß am Leben fehlt, • Du dich in Deinem Körper nicht wohl fühlst, • andere Dich schlecht behandeln, • sich Computerspiele, Alkohol, Essen oder andere Dinge sich in Deinem Leben zu breit gemacht haben. Wir hören zu. Und sagen nichts weiter.	02226 92 78 56 60 eb.rheinbach@rhein-sieg-kreis.de
Schulprobleme – Angebote für Schülerinnen und Schüler Die Schulpsychologinnen und Schulpsychologen bieten Dir Unterstützung an, wenn Du mit jemanden über Deine Probleme in der Schule sprechen möchtest, • Dich in Deiner Klasse wohler fühlen und dich mit den anderen Jungen und Mädchen besser verstehen möchtest, • in der Schule weniger Ärger haben und die Verantwortung für dein Verhalten übernehmen möchtest, • Hilfe brauchst, um besser und leichter lernen zu können, • bessere Noten schreiben möchtest, aber nicht weißt, wie Du das hinkriegst, • lernen möchtest, vor Klassenarbeiten und Prüfungen weniger Angst zu haben oder weniger aufgeregt zu sein. Gerne helfen wir Dir dabei, nach Lösungen zu suchen. Die Gespräche bei uns sind vertraulich und kostenlos.	02241 132366 schulpsychologische.beratungsstelle@rhein-sieg-kreis.de • Hauptstelle Siegburg Montag 09:00 Uhr – 12:00 Uhr, 14:00 Uhr – 16:30 Uhr Mittwoch 09:00 Uhr – 12:00 Uhr Donnerstag 14:00 Uhr – 16:30 Uhr Zu diesen Anmeldezeiten werden Sie unmittelbar mit einer Schulpsychologin oder einem Schulpsychologen verbunden und erhalten ein erstes Klärungsgespräch und Hinweise für die weiteren Beratungsschritte.

Allein mit deinen Problemen? - Gewusst wo – Wichtige Adressen und Telefonnummern

Erziehungs- und Familienberatung Wir sind Ansprechpartner für ... • Eltern und Erziehungsberechtigte, alleinerziehende Mütter und Väter, Stiefeltern, Pflege- und Adoptiveltern • Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene • pädagogische Fachkräfte Wir sind Ansprechpartner, wenn ... • Eltern Fragen zur Entwicklung und Erziehung Ihrer Kinder haben, • Eltern und Kinder in der Familie nicht mehr gut miteinander zurechtkommen, • alleinerziehende Eltern Hilfe bei der Erziehung suchen, • Trennung und Scheidung neue Orientierung verlangen, • Kinder Auffälligkeiten zeigen wie z.B. Ängste, Schlafstörungen oder Aggressionen, • Jugendliche z.B. mit ihren Eltern, im Freundeskreis, in ihrer Ausbildung nicht klarkommen, • pädagogische Fachkräfte bei ihrer Arbeit mit Kindern und Jugendlichen Probleme haben, • pädagogische Fachkräfte in ihrer Einrichtung Unterstützung bei der Beratung der Eltern oder den Erfahrungsaustausch mit den Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern der Beratungsstelle suchen. An den vier Standorten in Siegburg, Eitorf, Bornheim und Rheinbach stehen Ihnen die Erziehungs- und Familienberatungsstellen des Rhein-Sieg-Kreises zur Seite.	02226 92 78 56 60 eb.rheinbach@rhein-sieg-kreis.de
Schulsozialarbeit am KAG	0178/ 535 41 59 Frau Köpnick
Telefonseelsorge	0800 111 0 111 0800 111 0 222
Caritas Familienberatungsstelle Bonn Beratungsstelle für Eltern, Jugendliche und Kinder Kath. Familien- und Erziehungsberatungsstelle für Bonn und den Rhein-Sieg-Kreis	0228 22 30 88 erziehungsberatung@caritas-bonn.de

*Übrigens: Ansprechpartner können auch Personen in deinem Umfeld sein!
Familienmitglieder, Freunde, Lehrer, Betreuer und natürlich auch die Polizei!*