

Hey,

dir geht's nicht gut? Du kämpfst mit negativen Gedanken, Stress oder innerer Unruhe? Du hast Probleme mit dem Essen oder verletzt dich selbst? Du machst dir Sorgen um eine Freundin oder einen Freund, um eine Mitschülerin oder einen Mitschüler oder um Familienangehörige?

Bitte wende dich vertrauensvoll an uns:



Bettina Schaumann

Schulpsychologin
bettina.schaumann@lwg-smue.de



Pamela Göttler

Beratungslehrerin
pamela.goettler@lwg-smue.de



Marianne Mayer

Stellvertretende Schulleiterin
marianne.mayer@lwg-smue.de

Unsere Beratung ist neutral, kostenfrei und streng vertraulich.

Weitere Ansprechpartner in der Schule sind:

- Barbara Ammer und Tobias Marienfeld (Verbindungslehrkräfte)
- Swen Graba (Unterstufenbetreuer) und Claus Bösl (Mittelstufenbetreuer)
- Stephanie Probst und Sabine Weimann (Oberstufenkoordinatorinnen)

und jede/r andere Lehrer/in deines Vertrauens!

Außerschulische Beratungsangebote (anonym und kostenlos):

Nummer gegen Kummer	<ul style="list-style-type: none"> • Kinder- und Jugendtelefon • E-Mail-Beratung • Sprechzeiten: Mo/Sa – 14.00 bis 20.00 Uhr sowie Mo/Mi/Do auch von 10.00 bis 12.00 Uhr 	116111 www.nummergegenkummer.de
Krisendienst für psychiatrische Notfälle	<ul style="list-style-type: none"> • Rund um die Uhr, auch am Wochenende und Feiertagen • mobile Einsatzteams aus der Region, die im Notfall vor Ort kommen 	0800-6553000
TelefonSeelsorge	<ul style="list-style-type: none"> • Kinder- und Jugendtelefon • Chat-Beratung • Sprechzeiten: rund um die Uhr 	0800 111 0 111 0800 111 0 222 oder 0116 123 www.telefonseelsorge.de
Stiftung Deutsche Depressionshilfe	<ul style="list-style-type: none"> • Online-Foren • Suche nach Hilfsangeboten in der Region 	0800 – 3344533 www.deutsche-depressionshilfe.de
Online-Beratung der Caritas	<ul style="list-style-type: none"> • Online-Beratung • Weiterleitung an Beratungsstellen in der Region 	www.caritas.de

Regionale Anlaufstellen:

Staatliche Schulberatungsstelle Schwaben

Telefon: 0821 – 509160

E-Mail: sbschw@as-netz.de

Wildwasser Augsburg

Beratungsstelle gegen sexualisierte Gewalt an Mädchen und Frauen

Telefon: 0821/154444

E-Mail: beratung@wildwasser-augsburg.de

www.wildwasser-augsburg.de

SOS Jugendhilfe Schneewittchen Augsburg

Beratung bei Essstörungen

Telefon: 0821/344990-13

E-Mail: schneewittchen.sos-jh-augsburg@sos-kinderdorf.de

www.sos-jh-augsburg.de

Drogenhilfe Schwaben gGmbH

Telefon: 0821/34390-10

E-Mail: verwaltung@drogenhilfeschwaben.de

www.drogenhilfeschwaben.de