

Liebe Schülerinnen und Schüler der Realschule Weilheim,



**wenn ihr mal nicht mehr weiter wisst, traurig, mutlos oder voller Sorgen seid, dann gibt es unter folgenden Adressen professionelle Hilfe:**

- **Schulsozialarbeiter Thomas Brüggemann**

Ist für euch auch jetzt da, wenn ihr jemanden zum Reden braucht:

[Schulsozialarbeit@Weilheim-teck.de](mailto:Sschulsozialarbeit@Weilheim-teck.de) ;

07023 / 900 42 27 (Büro); 0157 344 10 315(Handy)

- **Frau Lay**

Frau Lay ist ausgebildete Schulseelsorgerin, kann helfen und steht immer unter

Schweigepflicht. Schickt ihr eine Mail an: [Lay@realschule-weilheim.de](mailto:Lay@realschule-weilheim.de)

Teilt ihr mit, wie und wann ihr am besten zu erreichen seid. Sie meldet sich dann innerhalb von 24 Stunden bei euch!

- **bke-Onlineberatung**

Die Bundeskonferenz für Erziehungsberatung bietet Beratung für Kinder, Jugendliche und für Eltern an. Adresse - Homepage: [www.bke.de](http://www.bke.de)

- **Nummer gegen Kummer**

Diese Seite bietet sowohl eine Onlineberatung an als auch ein telefonisches Gespräch für Kinder, Jugendliche und Eltern. Der Anruf ist kostenlos (Vom Handy/Festnetz) und anonym: Telefonnummer: 116 111

- **Telefonseelsorge**

Ein gemeinsames deutschlandweites Angebot der Evangelischen und Katholischen Kirche.

Der Anruf ist kostenlos (vom Handy/Festnetz) und anonym:

Telefonnummer: 0800 111 0 111 ; [www.telefonseelsorge.de](http://www.telefonseelsorge.de)

P:S: Denkt daran: Sorgen kann man teilen!