

#ZETZUREDEN

Übersicht über innerschulische und außerschulische Hilfsangebote und Anregungen bei Problemen in der Corona-Krise für Schüler

Psychische Belastungen, wie Traurigkeit, Einsamkeit, Streitigkeiten oder Gewalt, können durch die aktuelle Situation entstehen oder verstärkt werden. Auch das Familienleben kann anstrengender werden, als man es gewohnt ist. Doch ihr seid nicht allein. Liebe Schüler, holt euch Hilfe und Tipps, wenn ihr selbst nicht mehr weiterwisst, Ratschläge wollt oder einfach nur über die mit der Corona-Krise verbundenen Schwierigkeiten reden wollt. Die hier aufgelistete Telefonnummer, Mailadressen und Internetseiten sollen euch eine Hilfestellung beim Finden eines geeigneten Ansprechpartners sein. Zudem stellen wir euch hier ein paar Links zur Verfügung, die Anregungen zum Umgang mit der aktuellen Situation geben.

Anregungen zum Umgang mit der derzeitigen Situation:

- Unter <https://www.corona-und-du.info> und auch auf <https://psychologische-coronahilfe.de/> findest du Tipps, wie du positiv gestärkt durch diese Zeit gehen kannst.



- Motivationstipps von Frau Diepolder findest du auf unserer Schulhomepage



Schulische Ansprechpartner:

jede Lehrerin/ jeden Lehrer des Vertrauens	
die Verbindungslehrkräfte	OStRin Erika Schiegg (scg@cvl-kempton.de) und OStR Horst Schulze (scu@cvl-kempton.de)
die Beratungslehrkraft (v.a. für Fragen zur Schullaufbahn)	OStRin Veronika Unsinn <ul style="list-style-type: none">• Email: un@cvl-kempton.de• Telefonische Kontaktaufnahme über das Sekretariat: 0831-540160 (Rückruf)
die Schulpsychologin	StRin Alexandra Diepolder <ul style="list-style-type: none">• Email: betreuung@cvl-kempton.de• Telefon: 0831-5401637 (bei Besprechen der Mailbox mit Hinterlassen der Rufnummer Rückruf)
den Schulsozialarbeiter	Nils Damke (von 28.3.-28.4. in Elternzeit) <ul style="list-style-type: none">• sozialpaedagoge@cvl-kempton.de• 015203592114
die Beratungslehrkräfte und Schulpsychologen der staatlichen Schulberatungsstelle Schwaben	<ul style="list-style-type: none">• Email: sbschw@as-netz.de• Telefon: 0821 - 509160

Außerschulische Ansprechpartner:

Allgemeine Themen:

Wer/Was	Art des Angebots	Kontaktdaten	Erreichbarkeit
Nummer gegen Kummer	Telefonberatung	116 111	montags bis samstags von 14 – 20 Uhr
Bke Jugendberatung	Mailberatung, Gruppen- und Einzelchat	www.bke-jugendberatung.de	Einmalige Registrierung notwendig täglich von 8 bis 22 Uhr registrieren.
Krisenteam der aetas-Kinderstiftung München	Telefonberatung	089 / 997 40 90 20 beratung@aetas-kinderstiftung.de	Montag bis Freitag von 10-14 Uhr

Gewalt und sexueller Missbrauch:

Wer/Was	Art des Angebots	Kontaktdaten	Erreichbarkeit
Frauennotruf Kempten	z.Z. wohl auch eher telefonisch, Vorteil der langfristigen Anbindung vor Ort	0831 12 100 Frauennotruf-kempten-awo@t-online.de www.frauennotruf-kempten-awo.de	
Hilfetelefon	Telefonberatung	0800 22 55 530 www.hilfetelefon-missbrauch.de	Mo, Mi, Fr 9 – 14 Uhr Di und Do 15 – 20 Uhr
Save me online	Onlineberatung	beratung@save-me-online.de www.save-me-online.de	
Hilfeportal sexueller Missbrauch	Weitere Informationen und Ansprechpartner	www.hilfeportal-missbrauch.de	
Seite des Unabhängigen Beauftragten für Fragen des sexuellen Kindesmissbrauchs (UBSKM) der Bundesregierung	Informationen, was bei sexueller und anderer familiärer Gewalt in der Corona-Krise getan werden kann	www.kein-kind-allein-lassen.de	

Stand: 23.2.21