

# Liebe Schülerinnen und Schüler, liebe Eltern,

die Corona-Pandemie und der Distanz- bzw. Wechselunterricht stellen immer noch eine große Herausforderung für uns alle dar. Unser Alltagsleben ist weiterhin eingeschränkt und die Freizeitgestaltung auf Eis gelegt.

Viele Familien sorgen sich um Angehörige oder die eigene Zukunft, die lange Trennung von Freunden und Verwandten hinterlässt ihre Spuren. Und dann kommt vielleicht noch Stress in der Schule hinzu...

In solchen Zeiten können sich bestehende Probleme verstärken und es kann natürlich auch zu Konflikten in der Familie kommen. Deshalb nennen wir euch und Ihnen hier einige Beratungsangebote, die telefonisch, per Mail oder Chat erreichbar sind.

WIR, DAS **CSS-BERATUNGSTEAM** SIND FÜR DICH DA:  
DU ERREICHST UNS  
PER MAIL: [BERATUNGSTEAM\(AT\)CARL-SCHURZ-SCHULE.DE](mailto:BERATUNGSTEAM(AT)CARL-SCHURZ-SCHULE.DE)  
MOBIL: 0176 - 508 744 59

## **Krisenchat.de**

In einer Krise? Schreib uns.  
Wir helfen Dir!  
Mobil: 01573 5998143  
Über Whatsapp kannst du hier eine Nachricht schreiben. Die Nachrichten werden vertraulich behandelt.

BERATUNGSTELEFON „**CORONA-ZEIT MIT KIND**“  
DES FRANKFURTER KINDERSCHUTZBUNDES  
0800 66 46 969 (MO-FR 10-12 UHR UND 14-17 UHR)

**bke Online-Beratung** (Bundeskonferenz für Erziehungsberatung e.V.):  
Jugendberatung: [www.bke-jugendberatung.de](http://www.bke-jugendberatung.de)  
Elternberatung: [www.bke-elternberatung.de](http://www.bke-elternberatung.de)

## **Nummer gegen Kummer:**

Kinder und Jugendliche: 116 111  
Eltern: 0800 111 550

**FRANKFURTER KINDER- UND JUGENDSCHUTZTELEFON:**  
0800-2010111

## **KINDER-, JUGEND- UND ELTERNBERATUNG SACHSENHAUSEN**

TEL.: 069 212-35126  
MAIL: [INFO.KJEB-SACHSENHAUSEN\(AT\)STADT-FRANKFURT.DE](mailto:INFO.KJEB-SACHSENHAUSEN(AT)STADT-FRANKFURT.DE)

## **Save-me-online.de**

Hier kannst Du Dich online zu allen Fragen von sexueller Gewalt beraten und dir helfen lassen:  
[www.nina-info.de/save-me-online.html](http://www.nina-info.de/save-me-online.html)

## **Frankfurter Zentrum für Ess-Störungen**

Immer Frust mit dem Essen?  
Beratung für Betroffene, Freund\*innen, Angehörige  
Telefonische Beratungshotline: 069 - 55 01 76  
(Mo - Do 9.30 - 10.30 Uhr, Di 16 - 17 Uhr)  
Kostenfreie Jugendsprechstunde Di 15 - 16 Uhr  
E-Mail und Chatberatung  
<http://www.essstoerungen-frankfurt.de/>

## **Hilfetelefon Sexueller Missbrauch:**

0800 22 55 530  
Für alle Fragen und Hilfe bei sexuellem Kindesmissbrauch kannst Du hier anrufen und vertraulich sprechen:  
Montag, Mittwoch und Freitag von 9 - 14 Uhr  
Dienstag und Donnerstag von 15 - 17 Uhr

**Beratungsstelle Haus der Volksarbeit**, Jugendberatung:  
<https://kiju-hdv-ffm.beranet.info/ueber-uns.html>