

**Liebe Schülerin, lieber Schüler,**

**Krisen** lassen sich nicht planen und sie halten sich auch an keine Öffnungszeiten der Beratungsstellen. Gerade nachts, an Feiertagen und Wochenenden fallen Menschen in ein „Loch“ und haben das Gefühl keinen Ausweg zu finden. Für diese Zeiten gibt es spezielle Beratungsangebote. Hier einige wichtige Notfallnummern, die Ihnen in einer Krise weiterhelfen können:

**Zentraler Bereitschaftsdienst des Jugendamtes Mönchengladbach:**

**Telefon: 02161-25 95 59**

Hier der Link: <https://www.moenchengladbach.de/de/rathaus/buergerinfo-a-z/recht-soziales-jugend-gesundheit-verbraucherschutz-dezernat-v/fachbereich-kinder-jugend-und-familie-51/allgemeiner-sozialer-dienst-asd/>

**Nach Dienstschluss sowie an Sonn- und Feiertagen verfügt der Allgemeine Soziale Dienst (ASD) über eine Notrufbereitschaft. Die Telefonnummer der Notrufbereitschaft ist bei den Leitstellen der Feuerwehr und der Polizei hinterlegt.**

**Telefon Polizei: 110**

**Telefon Feuerwehr: 112**

**Ambulanz und Tagesklinik Mönchengladbach**

Mathildenstraße 63 a,  
41239 Mönchengladbach  
Telefon: 0 21 66 / 128 01 – 0

**Hier der Link zur Homepage:**

[http://www.klinik-viersen.lvr.de/de/nav\\_main/fachgebiete\\_behandlungsangebote/kinder\\_und\\_jugendpsychiatrie/tageskliniken\\_6/moenchengladbach\\_10/mg\\_mathildenstrasse\\_ankerseite\\_2.html](http://www.klinik-viersen.lvr.de/de/nav_main/fachgebiete_behandlungsangebote/kinder_und_jugendpsychiatrie/tageskliniken_6/moenchengladbach_10/mg_mathildenstrasse_ankerseite_2.html)

Infos zum Therapeutischen Konzept des Jugendlichen Bereich der Kinder und Jugendpsychiatrie Mönchengladbach:

**Hier der Link:**

[http://www.klinik-viersen.lvr.de/media/lvr\\_klinik\\_viersen/fachgebiete\\_behandlungsangebote/tageskliniken/tk\\_mg/Therapeutisches\\_Konzept\\_Jugendlichenbereich.pdf](http://www.klinik-viersen.lvr.de/media/lvr_klinik_viersen/fachgebiete_behandlungsangebote/tageskliniken/tk_mg/Therapeutisches_Konzept_Jugendlichenbereich.pdf)

**Ambulanz Viersen**

**Kinder- und Jugendpsychiatrie und -psychotherapie**

Horionstraße 14  
41749 Viersen  
Telefon: 0 21 62 / 96 - 52 11

**Hier der Link zur Homepage:**

[http://www.klinik-viersen.lvr.de/de/nav\\_main/fuer\\_die\\_presse/audio\\_video/imagefilm\\_uebern\\_die\\_kinder\\_und\\_jugendpsychiatrie.html](http://www.klinik-viersen.lvr.de/de/nav_main/fuer_die_presse/audio_video/imagefilm_uebern_die_kinder_und_jugendpsychiatrie.html)

**Zur Beachtung: Der Missbrauch von Notfallnummern ist strafbar!**

**Kostenlose, anonyme Online & Telefon Beratungen:**

**TelefonSeelsorge**

Anonym, Kompetent. Rund um die Uhr.

Hier der Link zur Homepage: <http://www.telefonseelsorge.de/>

**Beratungsangebote der Drogenberatung Mönchengladbach e. V. und weitere Institutionen:**

**Hier die Links:**

**Drogenberatung Mönchengladbach e. V.:**

<https://www.drogenberatung-mg.de/>

<https://www.drogenberatung-mg.de/kontakt>

**Sucht und Drogen Hotline:**

<https://www.sucht-und-drogen-hotline.de/index.html>

**Das BZgA-Infotelefon zur Suchtvorbeugung:**

<https://www.null-alkohol-voll-power.de/reden/beratung-und-hilfe/mail-uns/>

**ELSA – Elternberatung bei Suchtgefährdung und Abhängigkeit von Kindern und Jugendlichen:**

<https://www.elternberatung-sucht.de/>

**Beratungsangebote des Diakonischen Werkes Mönchengladbach:**

<https://www.diakonie-mg.de/hilfe-und-beratung/suchtberatung>

**Sucht nach der digitalen Welt:**

<https://www.diakonie-mg.de/hilfe-und-beratung/suchtberatung/beratung-und-vermittlung-problematischer-mediengebrauch>

**Online Beratung der Kontakt- und Informationsstelle gegen sexuellen Missbrauch an Mädchen und Jungen e. V., Zornröschchen Mönchengladbach**

Hier der Link zur Homepage: <http://www.zornroeschen.de/de/angebot.html>

**Nummer gegen Kummer:**

Montags bis samstags von 14 bis 20 Uhr unter der Rufnummer 116 111.

Hier der Link zur Homepage:

<https://www.nummergegenkummer.de/>

Die Online-Beratung der Caritas zum Thema: **Selbstverletzendes Verhalten**

Hier der Link zur Homepage:

<http://www.eb-erzbistum-paderborn.de/index.php?id=seelenkratzer>

**Essstörungen:**

<https://www.bzga-essstoerungen.de/>

<https://www.essstoerungen-onlineberatung.de/>

[https://www.landesfachstelle-essstoerungen-nrw.de/fileadmin/contents/Flyer/Flyer\\_Informationen\\_Essstoerungen\\_Angbote\\_03.16.pdf](https://www.landesfachstelle-essstoerungen-nrw.de/fileadmin/contents/Flyer/Flyer_Informationen_Essstoerungen_Angbote_03.16.pdf)

**Psychosoziale Beratung und Kontaktmöglichkeiten für Lesben, Schwule, Bisexuelle, Trans\*Personen (LSBT\*):**

<https://www.lebenslust-beratungsstelle.de/>

<http://www.vielfalt-statt-gewalt.de/Startseite.616.0.html>

**Lambda Jugendberatung - jung, schwul, lesbisch, bi, trans\*, inter\*, queer:**

<https://lambda-online.de/>

<https://www.comingout.de/index.php/99-jetzt-wieder-neue-chatberatungstermine-online.html>

**LGBT + Helpline:**

<https://www.lgbt-helpline.ch/beratung/>

**Sexuell übertragbaren Infektionen (STI)/HIV/AIDS:**

<https://duesseldorf.aidshilfe.de/de/beratung-und-test/sexuell-uebertragbare-krankheiten/sexuell-uebertragbare-infektionen>

<https://www.loveline.de/service/rat-und-hilfe.html>

**Hilfetelefon "Schwangere in Not - Telefonberatung, anonym und vertraulich:**

<https://www.bafza.de/aufgaben/hilfetelefon-schwangere-in-not.html>

## **Willkommen in Deutschland: Beratung für junge Menschen des Bundesamt für Migration und Flüchtlinge**

Hier der Link zur Homepage:

<http://www.bamf.de/DE/Willkommen/InformationBeratung/JugendlicheBeratung/jugendlicheberatung-node.html>

Hier der Link zur online Beratung:

<https://www.jmd4you.de/>

## **Mobbing & Cyber-Mobbing, Infos für Schüler:innen:**

### **Stress im Netz? Beratung bei Web-Sorgen:**

<https://www.nummergegenkummer.de/kinder-und-jugendtelefon.html>

<https://www.bmfsfj.de/bmfsfj/themen/kinder-und-jugend/medienkompetenz/wo-kann-ich-mich-beraten-lassen-/86482>

<https://www.bmfsfj.de/blob/100152/a54cc3467808a0ff33326257518af6c4/cyber-mobbing-informationen-data.pdf>

### **Bei JUUUPORT helfen Jugendliche anderen Jugendlichen bei Problemen im Web:**

<https://www.juuuport.de/beratung/>

### **Klicksafe.de:**

<https://www.klicksafe.de/themen/kommunizieren/cyber-mobbing/>

<https://www.klicksafe.de/service/aktuelles/klicksafe-apps/>

### **Polizei für dich:**

<https://www.polizeifürdich.de/en/deine-themen/handy-smartphone-internet/cybermobbing.html>

**IHK – MG:** <https://www.ihk-krefeld.de/de/bildung/informationen-fuer-ausbildungsbetriebe-und-ausbilder/informationen-zur-erstausbildung/ihre-ausbildungsberater.html>

### **Mobbing Infos für Auszubildende/Stark für Ausbildung:**

<https://www.stark-fuer-ausbildung.de/mobbing>

<https://www.digi-komm.de/auszubildende/cybermobbing> (Kurzer Info Film)

### **Anonyme und kostenlose Onlineberatung der DGB Jugend:**

<https://jugend.dgb.de/ausbildung/beratung>

<https://jugend.dgb.de/ausbildung/beratung/dr-azubi>

### **AUBI-plus:**

<https://www.aubi-plus.de/blog/mobbing-in-der-ausbildung-das-kannst-du-tun-3811/>

<https://jugend.dgb.de/ausbildung/deine-ausbildung/in-der-ausbildung/probleme-in-der-ausbildung/mobbing>

### **Hilfe Telefon: Gewalt gegen Frauen:**

<https://www.hilfetelefon.de/das-hilfetelefon/beratung.html>

<https://www.hilfetelefon.de/beratung-fuer-frauen.html>

Die **Online-Beratung** der Caritas: Zu **verschiedenen Themen**

Hier der Link zur Homepage:

<https://www.caritas.de/hilfeundberatung/onlineberatung/onlineberatung>

### **Jugend Notmail, vertrauliche und kostenlose Online-Beratung durch Fachkräfte:**

<https://www.jugendnotmail.de/>

## **Bitte nehmen Sie zur Kenntnis:**

**Auch wenn Sie sich an diese, oder andere Beratungsangebote gewandt haben, so können Sie meine Beratung gerne auch noch zu Schulzeiten hinzu ziehen.**

Erstellt von Frau Zimmer, Diplom-Sozialarbeiterin am Berufskolleg Rheydt-Mülfort für Wirtschaft und Verwaltung, Stand: Juli 2021