

## Hilfe in besonderen Zeiten

Liebe Schüler\*innen,

Obwohl sich der Schulbetrieb langsam wieder normalisiert kann es jederzeit wieder anders werden. Vielleicht bleibt alles ganz entspannt und es klappt wieder gut in der Schule und mit den Schulaufgaben, die ihr erledigen müsst. Vielleicht herrscht aber auch „dicke Luft“, eure Eltern haben Sorgen, weil ihre Existenz auf dem Spiel steht oder sie weniger Geld verdienen. Es gibt mehr Streit und alle haben schlechte Laune.

Das ist eine **Ausnahmesituation**, der wir gerade alle unfreiwillig ausgesetzt sind. Wenn es dir oder jemandem aus deinem Umfeld nicht gut geht, **darfst du dir Hilfe holen**. Es gibt verschiedene Stellen, an die du dich telefonisch oder online wenden kannst.

<b>Kinder-und Jugendtelefon:</b>	Nummer gegen Kummer: <b>116111</b> Onlineberatung: <b>www.nummergegenkummer.de</b>
<b>pro familia Lippe/ Detmold:</b>	Tel.: <b>05231- 330 24/ 05231- 268 41</b> Email: <b>Lippe@profamilia.de</b> Onlineberatung: <b>www.sextra.de</b>
<b>Kreis Lippe:</b>	Hotline für Kinder und Jugendliche: <b>05231/ 621777</b> (Mo-Fr: 13-19Uhr)
<b>Bundeskonferenz für Erziehungsberatung:</b>	Bke Jugendberatung- Mail und Chatberatung: <b><a href="https://jugend.bkeberatung.de/views/home/index.html">https://jugend.bkeberatung.de/views/home/index.html</a></b>
<b>Muslimisches Seelsorge Telefon</b>	Tel: <b>030/ 443509821</b>
<b>Hilfetelefon „sexueller Missbrauch“:</b>	Hilfetelefon: <b>0800 22 55 530</b> (mo/ mi/ Fr. 9 - 14 Uhr, di/ do 15 - 20 Uhr)
<b>Polizeiortruf:</b>	Tel: <b>110</b>

