

# AUSSERSCHULISCHE HILFSANGEBOTE

Kinder- und Jugendtelefon - Nummer gegen Kummer  
0800/1110333  
(kostenfrei, anonym, Beratung Montag bis Freitag 14- 20 Uhr)

Elterntelefon  
0800/1110550

Schulpsychologisches Beratungszentrum Mainz  
Mombacher Str. 76, 55122 Mainz  
Tel.: 0671/97012650  
(Beratung bei schulischen Fragestellungen und Problemen)

Caritas Beratungszentrum  
Lotharstr. 11-13, 55116 Mainz  
Tel.: 06131/907460  
(Erziehungs-, Ehe-, Familien-, Trennungsberatung)

Evangelische Psychologische Beratungsstelle  
Kaiserstr. 37, 55126 Mainz  
Tel.: 06131/965540  
(Erziehungs-, Ehe-, Familien-, Trennungsberatung)

Kinderschutz-Zentrum  
Lessingstr. 25, 55128 Mainz  
Tel.: 06131/613737  
(Beratung für Kinder/Jugendliche, Eltern und Fachleute)

Kinderschutzbund, Beratungsstelle  
Ludwigstr. 7, 55116 Mainz  
Tel.: 06131/614191  
(Erziehungsberatung, Beratung bei Gewalt in der Familie)

Cafe unplugged  
Leibnizstr. 47, 55118 Mainz  
Tel.: 06131/9067600  
(Beratung für 16 bis 27 Jährige in schwierigen Lebenssituationen)

Trauernde Eltern & Kinder Rhein Main e.V.  
Karl-Zeiss-Str. 32, 55129 Mainz  
Tel.: 06131/6172658  
(Beratung und Begleitung von Menschen in Verlustsituationen)

Mädchenhaus und Mädchenberatung Mainz  
Raimundstr. 2, 55118 Mainz  
Tel.: 06131/613068, auch Online-Beratung  
(Unterstützung für Mädchen z.B. bei Essstörungen)

Notruf und Beratung für vergewaltigte Frauen und Mädchen e.V.  
Walpodenstr. 10, 55116 Mainz  
Telefon: 06131/221213  
(Beratung auch für Bezugspersonen)

Pro Familia Mainz,  
Quintinsstr. 6, 55116 Mainz  
Tel.: 06131/2876610  
(Beratung bei Coming-out, sexueller Identität, (ungewollter) Schwangerschaft, sexueller Gewalt)

Brücke  
Kaiserstr. 24, 55116 Mainz  
Tel.: 06131/234577  
(Jugend- und Drogenberatung)

Kompetenzzentrum Verhaltenssucht, Uniklinik Mainz  
Tel.: 06131/176064  
(Beratung/ Therapie bei u.a. Computerspielsucht, Glücksspiel)

Rheinessen-Fachklinik Mainz  
Kinder- und Jugendpsychiatrie, -psychotherapie  
Hartmühlenweg 2-4, 55122 Mainz  
Tel.: 06131/378161  
(Diagnose/Behandlung auch ambulant z.B. bei ADHS)

Haus des Jugendrechts Mainz  
Erthalstr. 2, 55116 Mainz  
Tel.: 06131/5861020  
(Polizei, Staatsanwaltschaft, Jugendgerichtshilfe, Kinder- und Jugendschutz der Stadt Mainz arbeiten eng zusammen und unterstützen bei z.B. Gewaltdelikten, Mobbing)

ANGST  
DEPRESSION  
RITZEN  
LIEBESKUMMER  
NOTENDRUCK  
MOTIVATIONS-  
PROBLEME  
ELTERNSTRESS  
SPIELSUCHT  
SEXUELLE  
ÜBERGRIFFE  
MISSBRAUCH  
ESSSTÖRUNGEN  
SCHULANGST  
ALKOHOL  
STREIT  
ANTRIEBSLOSIGKEIT  
SUIZIDGEDANKEN  
TRAUER  
UNTERFORDERUNG  
DROGEN  
SCHLECHTE NOTEN  
ZUKUNFTSANGT  
GEWALTERFAHRUNG  
RAUCHEN  
INTERNETSUCHT  
ÜBERFORDERUNG  
LRS  
AUFMERKSAM-  
KEITSSTÖRUNGEN  
PRÜFUNGSANGT  
ZWÄNGE  
SCHWANGERSCHAFT  
MOBBING  
AGGRESSIONEN  
LERNPROBLEME

ANGST  
DEPRESSION  
LIEBESKUMMER  
NOTENDRUCK  
MOTIVATIONS-  
PROBLEME  
ELTERNSTRESS  
SPIELSUCHT  
SEXUELLE  
ÜBERFRIFFE  
MISSEBRUCH  
ESSSTÖRUNGEN  
SCHULANST  
AUKOHL  
STREIT  
ANTRIEBSLOSIGKEIT  
SUIZIDGEBANKEN  
TÄUHER  
UNTERFORDERUNG  
SCHLECHTE NOTEN  
ZUKUNFTSANGT  
GEWALTERFAHRUNG  
FRUHLER  
INTERESSUCHT  
ÜBERFORDERUNG  
AUFMERKSAM-  
KEITSTÖRUNGEN  
PRÜFUNGSANGT  
ZWÄNG  
SCHWANGERSCHAFT  
MOBBING  
AGGRESSIONEN  
LERNPROBLEME

# ZUSATZLICHE

# HOL DIR HILFE!

## ES GIBT LÖSUNGEN!

### DEINE ANSPRECHPARTNER\*INNEN IN DER SCHULE

**Deine Klassenleitung**

**Fachlehrkräfte**

**Verbindungslehrkräfte**

Frau Handstein  
Herr Nothdurft  
Herr Thiele

**Schulseelsorge**

Frau Blümel  
Herr Sondermann  
Herr Dr. Wagener

**Prävention/Jugendmedienschutz**

Frau Büsing  
Frau Deick  
Frau Göttges  
Frau Mendel  
Frau Ryschka

**Schulsozialarbeit**

Frau Ervens  
offene Beratungsstunde Mo., 7. Std.  
Büro neben Lesebibliothek  
leoni.ervens@stadt.mainz.de  
0162/4613463

**Kulturcoaches**

Schüler\*innen, die sich für jüngere  
Schüler\*innen engagieren

**Streitschlichter\*innen**

ausgebildete Schüler\*innen, die bei  
Konfliktlösungen unterstützen

**Mediencouts**

Ansprechpartner\*innen aus der  
Schülerschaft bei Medienfragen  
(Leitung: Frau Büsing)