



Hilfe zur Selbsthilfe

Liebe Schülerinnen und Schüler,

Kinder und Jugendliche bewältigen oft unerschrocken und mutig die Anforderungen ihres Alltags. Sie wollen sich und anderen beweisen, dass sie ihre Probleme im Griff haben und alleine damit fertig werden. Hilfe zu holen, wenn es nötig ist – auch das kann ein bemerkenswertes Zeichen von Selbständigkeit und Mut sein. Um euch diesen Schritt zu erleichtern möchten wir euch mit diesem Flyer rundum informieren. Wir haben für euch wichtige Adressen, Telefonnummern und Emails von Personen und Einrichtungen zusammengestellt, die euch bei verschiedenen Fragen und Problemen unterstützen und beraten werden, wenn ihr das wollt.

Geschwister-Scholl-Gymnasium

Sekretariat: Frau Kruppa, Frau Martins, Frau Breuer

Telefon: 02238/96544-0

Im Sekretariat erhaltet ihr bei organisatorischen oder persönlichen Fragen immer eine „Erste Hilfe“. Um in Ruhe mit euren LehrerInnen ein Problem zu klären, ist es am besten, sich für die Sprechstunde anzumelden.

StreitschlichterInnen

Errens, Ullner, Mesch, Tanzmann (Raum 68)

Die StreitschlichterInnen sind gut ausgebildete MitschülerInnen, die in jeder großen Pause im Raum 69 bereit sind, Streit zwischen SchülerInnen oder im Rahmen kleinerer Gruppen zu klären bzw. zu schlichten. Auch bei Einzelproblemen werden sie euch unterstützen.

Lerncoaching und schulpsychologische Beratung

Herr Loh, Frau Huber, Frau Mathar, Frau Mesch, Herr Ring, Telefon 02238/96544-26 (R 68)

In der 2. großen Pause oder in der Mittagspause ist das Beratungsbüro immer besetzt, so dass ihr mit uns einen Termin vereinbaren könnt. Dann nehmen wir uns Zeit und suchen gemeinsam eine Lösung. Worüber wir reden, das bestimmt ihr.

grips – Ich will es wissen!

Frau Mesch, Frau Bresgen

Telefon: 02238/96544-44 (grips-Büro im Glaskasten, Raum 148)

grips bietet Lern- und Förderangebote unter dem Motto „Ich will es wissen!“ Ihr erreicht Frau Mesch im grips-Büro. Eure Anregungen und Nachfragen sind erwünscht.

Suchtprävention

Frau Miller, Frau Plass, Frau Huber

Sucht ist oft auch Ausdruck einer Suche. Wenn ihr zum Thema Sucht Informationen sucht bzw. Fragen habt, stehen euch Frau Miller, Frau Plass-Trömmel und Frau Huber (R64) als Ansprechpartnerinnen zur Verfügung.

SV-LehrerInnen

Herr Gatz, Herr Schulte, Herr Follmann

Bei allen Fragen oder Konflikten, die ihr mit LehrerInnen habt, aber auch bei allen Anregungen, die ihr zur Arbeit in der SV beitragen möchtet, könnt ihr euch an die SV-LehrerInnen oder direkt an die Schülervertretung wenden.

Schulsozialarbeit

Frau Huber, Frau Krasemann

Telefon: 02238/96544-46, GiP Büro R64

Im Casa'la (R61-64) gibt es vor allem für die Schüler der Stufen 5-9 Raum für Spaß, Spiel, Sport und Kreativität aber auch ein offenes Ohr für eure Sorgen und Probleme in der Schule, mit Mitschülern, Lehrern, Eltern oder Sonstigem. Schaut einfach mal vorbei!

BERATUNGSANGEBOTE AUSSERHALB DER SCHULE

Regionale Schulberatungsstelle Bergheim

Tel.: 02271/831740

Frau Janßen, Frau Pronobis
rsb-hbz@rhein-erft-kreis.de

Wenn Ihr Fragen zur Schullaufbahn und zur Verbesserung von Arbeitshaltung, Lernfreude und Leistungen habt oder Unterstützung bei Prüfungsängsten und Konflikten braucht.

Erziehungsberatung der Stadt Pulheim

Tel.: 02238/808-118

Frau Duell und Team / Frau Dembski (Sekretariat)

ursula.dembski@pulheim.de

Bei persönlichen Problemen, Erziehungskonflikten und Krisensituationen bekommt ihr hier Hilfe.

Jugendamt Pulheim

Tel.: 02238/808-310

Frau Etienne, Herr Großhennrich

Die Schlagzeile dieses Gesprächs lautet: „Hilfe in allen Notlagen“.

Jugendgerichtshilfe

Tel.: 02238/808-318

Herr Hönnighausen, Frau Kluff-Liesner

Falls es sich um das Thema „Straftaten“ handelt – ihr z.B. Opfer einer Straftat geworden seid – könnt ihr euch hier Hilfe holen.

Mobile Jugendarbeit Pulheim

Tel.: 02238/57703

Frau Fries-Neunzig (Mobil:0178/4775735)

Jugendtreff Sinnersdorf

Tel.: 02238/57703

Jugendtreff-sinnersdorf@web.de

Simons Blens und Sonja Ness

Angebote u.a.: Jugendberatung zu allen jugendrelevanten Themen, Organisation von Jugendkulturveranstaltungen, Organisation von Räumen, Beratung bei Ämterangelegenheiten, Mitarbeit in Projekten

Drogenhilfe Köln GmbH / IBS Bergheim

Beratung und Information zu Suchtlösungen

bergheim@suchtloesungen.de

Tel.: 02271/4764-0

Nutzt diese Angebote, wenn ihr euch über Drogen genau informieren wollt, wenn ihr mit dem eigenen Konsum oder dem eurer Freundinnen und Freund nicht klar kommt bzw. wissen wollt, wie ihr euer Konsumverhalten ändern könnt oder wie ihr der Gefährdung durch Drogen vorbeugen könnt.

Sucht- und Drogenhotline

rund um die Uhr und bundesweit 01805 313031

Kinder- und Jugendpsychiatrische Praxis in Pulheim

Walzwerk, K. Freiesleben

Tel.: 02238/475480

www.kjp-pulheim.de

Traube Köln e.V.

Trauerbegleitung für Kinder und Jugendliche

Tel.: 0221/26136731

kontakt@traube-koeln.de

www.traube-koeln.de

Hast Du einen Menschen verloren, oder Du weißt, dass Du einen Menschen verlierst und möchtest mit Deiner Trauer nicht alleine sein. Dann findest Du hier Begleitung.

Erftkreis – Kreisgesundheitsamt AIDS-Beratung

Tel.: 02271/83-4354

Frau Kalenburg

Dienstag 9.00 bis 11.00 Uhr, Zimmer E.92 oder nach telefonischer Vereinbarung

AIDS bedeutet "erworbene Immunschwäche". Beratung und Testuntersuchung in Fragen von HIV und AIDS im Gesundheitsamt sind kostenlos, anonym und freiwillig. Das größte Risiko einer HIV- Infektion besteht bei ungeschütztem Geschlechtsverkehr. Die Übertragung findet durch den Austausch von Blut oder anderen Körperflüssigkeiten statt.

Polizei Pulheim

Tel.: 02238/96503-2851 oder 02233/52-2837

Herr Peters

www1.polizei-nrw.de/rhein-erft-kreis/Bezirksdienst/Pulheim/

Herr Peters ist als Bezirksvorsteher („Dorfsheriff“) euer Ansprechpartner. Er ist der Verbindungsmann zwischen der Polizei und den Bürgern bzw. eben den SchülerInnen. Er steht euch als Unterstützung zur Seite und informiert euch, ob es nun um Verkehrsprobleme, Suchtfragen, Regelüberschreitungen, Ordnungswidrigkeiten etc. geht. Nehmt seine Hilfe und Beratung in kritischen Situationen in Anspruch.

Lobby für Mädchen

Tel.: 0221/45355650

www.lobby-fuer-maedchen.de

Frau Braunisch

Hier werden alle Mädchen mit Rat und Tat unterstützt, die ihre Frau stehen wollen. Aus dem Beratungsinfo zitiert:

- wenn Du Probleme in der Familie, mit Freundinnen, in der Schule, in der Lehre hast,
- wenn Du sexuell bedroht, vergewaltigt oder missbraucht wirst oder wurdest,
- wenn Du Gewalt bei Freundinnen oder in der Familie miterleben musstest,
- wenn Du Probleme mit dem Aussehen/Körper oder dem Essen/Hunger hast,
- wenn Du unsicher bist und Angst hast,
- wenn Du nicht weißt, ob Du es noch zu Hause aushalten kannst.

Freio – Kontakt- Informations- und Präventionsstelle

gegen sexualisierte Gewalt an Mädchen und Jungen

im Rhein-Erft-Kreis

Persönliche Telefonberatung für Jungen/Männer, mittwochs von 10-12 Uhr, Tel. 02271/838398

Jupp Meul

www.freio-eV.de

Wenn Du unsicher bist und Angst hast, wenn Du nicht weißt, ob Du es noch zu Hause aushalten kannst. Freio-so bezeichnen spielende Kinder häufig den Ort, an dem sie in Sicherheit sind. Ein selbstgewählter Schutzraum, der von allen MitspielerInnen als Tabuzone akzeptiert wird.

Berufsberatung - Agentur für Arbeit Brühl

Hotline: 08004555500

www.arbeitsagentur.de

Infos und Beratung erhaltet ihr direkt per Telefon oder über das Service-Center. Zudem könnt ihr Euch in unserer Schule an Herrn Ohrem wenden. Tappt ihr beruflich noch ganz im Dunkeln, wendet euch an das GSG-Beratungsteam

Kinder- und Jugend Sorgentelefon?????