

Regensburg, den 03.04.2020

Liebe Schülerinnen und Schüler,
 liebe Eltern und Erziehungsberechtigte,

nach über zwei Wochen „coronafrei“ werden sich viele auf die neue Situation eingestellt haben und auf ihre Weise zurecht kommen. Und dennoch wird es Schülerinnen und Schüler, aber auch Erziehende geben, die unsicher sind oder Fragen haben.

Bei fachlichen Fragen stehen dafür natürlich die Fachlehrer zur Verfügung.

Antworten auf schulorganisatorische Fragen finden Sie unter:

<https://www.km.bayern.de/allgemein/meldung/6903/faq-zur-einstellung-des-unterrichtsbetriebs-an-bayerns-schulen.html>

Bei außerschulischen Problemen sind weiterhin unsere Schulpsychologin Frau Weranek (weranek.christine@schulen.regensburg.de) und unsere Beratungslehrerin Frau Heller-Boerschmann (heller.christina@schulen.regensburg.de) für Sie bzw. euch da.

Für spezielle Notfallsituationen, wie z.B. Depressionen, Angststörungen, Gewalt und andere Krisen finden Sie nachfolgend eine Liste von Anlaufstellen.

Telefonische Anlaufstellen/Dienste

Erziehungsberatungsstelle der Stadt Regensburg https://www.regensburg.de/leben/familien/rat-und-hilfe/beratungsangebote/erziehungsberatung erziehungsberatung@regensburg.de	kostenlos & anonym	0941/507-2762
Beratungsstelle für Kinder, Jugendliche und Eltern der katholischen Jugendfürsorge http://www.kjf-regensburg.de/ info@beratungsstelle-regensburg.de	kostenlos & anonym	0941/799820
Psychologische Beratungsstelle Diakonisches Werk https://www.diakonie-regensburg.de/beratungen-hilfe/soziale-dienste-und-beratungen/psychologische-beratungsstelle erziehungsberatung@dw-regensburg.de	kostenlos & anonym	0941/24096

Telefonseelsorge	kostenlos & anonym	0800/111 0 222 (Angebot der katholischen Kirche) 0800/111 0 111 (Angebot der evangelischen Kirche)
Nummer gegen Kummer https://www.nummergegenkummer.de/kinder-und-jugendtelefon.html	Für Kinder & Jugendliche: Mo – Sa: 14 - 20 Uhr oder jederzeit per Mail oder Chat Für Eltern: Mo – Fr: 9 – 11 Uhr Di + Do: 17 – 19 Uhr	116 116 0800/111 0 550
Hilfeportal (der Bundesregierung) Sexueller Missbrauch	Kostenfrei & anonym	0800/22 55 530
Telefonberatung „Kopfhoch“ zur Krisenversorgung von Kindern und Jugendlichen (nur für die Oberpfalz) https://www.kopfhoch.de/home.html	Kostenlos & anonym Täglich erreichbar Beratung durch ehrenamtliche Fachkräfte Für Kinder und Jugendliche bis 21 Jahre aus der Oberpfalz	0800/54 58 668

Online-Beratung

Online Beratung für Jugendliche

<https://jugend.bke-beratung.de/~run/views/home/index.html>

Online-Beratung für Eltern

<https://eltern.bke-beratung.de/~run/views/home/index.html>

Hilfe und Rat bei Problemen im Netz oder auch sozialen Medien

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

Jugendliche beraten Jugendliche bei Krisen und Problemen

<https://www.youth-life-line.de/>