



Bist du häufig ...

lustlos?

schlecht drauf?

müde?

Lass dir helfen von

... innerschulischen Ansprechpartnern:

- einer Lehrkraft deines Vertrauens
- einem Verbindungslehrer: Frau Vähröder, Frau Götz
- unserer Schulseelsorgerin: Frau Schürmann schulseelsorge@rs-lohr.de
- unserer Beratungslehrkraft: Frau Spall beratungslehrer@rs-lohr.de;
- unserer Schulleitung: Herr Lutz (einfach Termin vereinbaren)
- unserer Schulpsychologin an unserer Schule: Frau Klär

... außerschulischen Angeboten in der Region:

- der Staatlichen Schulberatungsstelle in Würzburg
mail@schulberatung-unterfranken.de; Tel. 0931 260 775 0
Öffnungszeiten: 08:00 - 16:00 Uhr, freitags bis 13:00 Uhr
- der Erziehungsberatungsstelle des Landkreises Main-Spessart
Erziehungsberatung@Lramsp.de; Tel. 09353 793-1580
- dem staatlichen Gesundheitsamt
Tel. 09353 793-1600
- dem Selbsthilfebüro Main-Spessart: selbsthilfe@kvmain-spessart.brk.de
Tel. 09351 5081-270
- dem sozialpsychiatrischen Dienst Main-Spessart: spdi.marktheidenfeld@erthal-sozialwerk.de
Tel. 09391 917466
- dem Beratungszentrum der St. Kilian-Schule
verwaltung-mar@st-kilian-schule.de; Tel 09391 81080-0
- der psychosozialen Beratungsstelle der Caritas (auch Online-Beratung): psb@caritas-msp.de
Tel. 09352 843 121
- dem Beratungszentrum der Diakonie Würzburg: <https://diakonie-wuerzburg.de/beratung-hilfe-in-krisen>
- der kirchlichen Sozialen Arbeit Lohr: Tel. 09352-606 4248
- einem Kinderarzt und Facharzt für Kinder- und Jugendpsychiatrie
- einem psychologischen Psychotherapeuten
- einer Klinik und Poliklinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie

... Online-Beratungsangebote:

- www.bke-beratung.de
- www.neuhland.de
- www.youth-life-line.de
- <https://www.skf-wue.de/angebote/beratung-und-begleitung.html>

... Nummer gegen Kummer e.V.

- Kinder- und Jugendtelefon 116 111
- Elterntelefon 0800 111 0 550