

## Wenn Hilfe nötig ist

### „Nummer gegen Kummer“

Stress mit Eltern, Freunden oder Mitschülern? Angst und Du weißt nicht mehr weiter? Wenn Du Dich gerade mit Deinen Problemen allein fühlst, dann melde Dich beim Kinder- und Jugendtelefon. Anonym und kostenlos.



### „Frau Eckardt anrufen“

Liebe Kinder,

ich bin Frau Eckardt und unterrichte an deiner Schule evangelische Religion. In der momentanen Zeit braucht ihr vielleicht jemanden, mit dem ihr quatschen könnt oder jemanden, der euch zuhört, wenn ihr etwas erzählen wollt. Ihr könnt euch bei mir gerne melden, wenn ihr etwas auf dem Herzen habt, traurig oder einsam seid.

Meine Nummer lautet: 015906153417

Ich bin meistens am Nachmittag erreichbar. Ihr könnt euch auch per SMS melden, dann rufe ich euch auch zurück.

