

Adressen- und Telefonliste

zur Beratung von Kindern, Jugendlichen, Eltern, Lehrkräften zusammengestellt vom Team der Schulseelsorge am GMO

In Coronazeiten

- schulpastoral.drs.de
Hilfe und Anregungen für die Zeit zu Hause unter Corona, Lockdown und Beschränkungen (Hauptseite unten mit vielen Verlinkungen)
 - z.B. Tipps für die Tage zu Hause, Tipps für die Eltern, Wissenswertes zu Psychologie und Corona, Ratgeber, ...
- <https://psychologische-coronahilfe.de/>
Psychologische Hilfe, Ratgeber, Tipps gegen Lagerkoller

Allgemeine Beratungsstellen

- www.telefonseelsorge.de
Telefonseelsorge: 0800-1110111 oder 0800-1110222 rund um die Uhr
Geschulte Telefonseelsorger stehen zu ersten Krisen- oder Beratungsgesprächen zur Verfügung. Die Mitarbeiter hören zu, nehmen Anteil und verweisen bei Bedarf auf andere Einrichtungen. Zu jeder Tages- und Nachtzeit wird anonym und kostenfrei Beratung angeboten.
- Kinder- und Jugendtelefon: 0800-1110333 (Mo-Fr 15-19h, sonst AB)
- Elterntelefon: 0800-1110550 (Mo,Mi 9-11h, Di, Do 17-19h)
Anlaufstelle für Eltern, die mit Fachleuten über Erziehung und Kinder sprechen möchten.
- www.caritas-mainz.de
Beratungsstellen des Caritasverbandes und der Diakonie für Eltern, Kinder und Jugendliche: Beratungs- und Jugendhilfzentrum St. Nikolaus, Lotharstraße 11-13, 55116 Mainz
- jugendamt@stadt.mainz.de
Jugendamt Mainz: Tel: 06131-122753, Stadthaus Kaiserstraße 3-5, 55116 Mainz

Beratung im Internet zu Krisen, Trauer und Suizid

- junoma.jungundjetzt.de
Chat- und Onlineberatung und Informationen zu vielen Themen per E-Mail. Per „Notruf-Button“ kann man direkt und anonym Probleme schildern und Hilfe anfragen.
- www.das-beratungsnetz.de
One-to-one-Beratung via Internet: Online-Beratung zu verschiedensten Krisen-Themen.
- www.u25-freiburg.de
Speziell junge Menschen zwischen 15 und 25 Jahren werden durch Fachleute betreut und erhalten Ansprechpartner für persönliche Notlagen und insbesondere zum Thema Suizid. Hilfe gibt es auch, wenn anvertraut wurde, dass sich jemand umbringen möchte, oder wenn man sich allgemein Sorgen um einen nahestehenden Menschen macht oder um einen verlorenen Menschen trauert.
- <https://www.irrsinnig-menschlich.de/hilfe/suizid/>
Viele Tipps und Ratschläge zum Umgang mit eigenen Suizidgedanken oder Ankündigungen von Freunden
- <https://www.deutsche-depressionshilfe.de/depression-infos-und-hilfe/depression-in-verschiedenen-facetten/suizidalitaet>
Links und Wissenswertes zu Suizid und Umgang
- www.trauernetz.de
Hilfe und Tipps rund ums Thema Trauer und Abschiednehmen

Spezielle Adressen für Mädchen und Frauen

- www.maedchenhaus-mainz.de
Das Mädchenhaus Mainz bietet OnlineBeratung, Telefonhilfe, Blogs bis hin zu Wohngruppen, Zufluchtsmöglichkeiten und Mädchentreffs:
 - Tel. für laufende Betreuung: 06131-9502374,
für die Mädchen-Beratung: 06131-613068
- Frauenhaus Mainz und Beratungsstelle: Telefon 06131 – 279292, kontakt@frauenhaus-mainz.de
- www.frauennotruf-mainz.de
Frauennotruf Mainz: Telefon 06131 – 221213, info@frauennotruf-mainz.de
- www.profamilia-mainz.de/
Pro Familia Mainz e.V.: 06131 – 2876610, Mainz@profamilia.de
- www.hilfetelefon.de
Bundesweites Hilfetelefon bei Gewalt gegen Frauen: 0800-0116016

Sucht- und Drogenprobleme

- Jugend- und Drogenberatungsstelle „Brücke“: beratungsstelle@bruecke.mainz.de,
Tel: 06131-234577, Münsterstraße 31, 55116 Mainz
- www.rehabilitationsverbund.de
Suchttelefon der Caritas: 0800-8877600
- Kinder- und jugendpsychiatrische Ambulanz:
 - Rheinhessen-Fachklinik Mainz: kjp-mz@rfk.landeskrankenhaus.de,
Hartmühlenweg 2-4, 55122 Mainz, Tel: 0611-3780
 - JGU-Uniklinik Mainz, Jugendpsychiatrie und -psychotherapie: Untere Zahlbacher Str. 8, Gebäude 920, Raum 1.251, 55131 Mainz

Polizei

- Notrufnummer: 110
- Polizeiinspektion Mainz 1: Weißliliengasse 12, 55116 Mainz, Tel: 06131-654110
- Polizeipräsidium Mainz: Valenciaplatz 2, 55118 Mainz, Tel: 06131-650

Die Polizei unterliegt dem Strafverfolgungszwang, d.h. bestimmte Straftaten müssen von der Polizei, sobald bekannt, strafrechtlich verfolgt werden. Vertraulichkeit kann nur die Staatsanwaltschaft gewähren. Betroffene Jugendliche können sich aber auch anonym an Ansprechpartner der Polizei wenden.

Krankheit

- www.hospiz-mainz.de
Das Hospiz Mainz steht für Fragen nach zeitweiser Entlastung von Angehörigen, Gesprächsbegleitung, Schmerztherapie etc. zur Verfügung:
 - Hospiz Mainz, Weißliliengasse 10, 55116 Mainz, Tel: 06131-235531
 - Christophorus-Hospiz, Seminarstr. 4a, 55127 Mainz-Drais, Tel.: 06131-971090
- www.deutscher-kinderhospizverein.de
- www.krebskompass.de
- www.hilfe-fuer-kinder-krebskranker.de