

Liebe Schüler*innen des GBG,

es sind im Moment sehr aufwühlende Zeiten und dies lässt niemanden von uns kalt. Das ist normal, aber für den Fall, dass Ihr Unterstützung braucht, mit jemandem sprechen möchtet, haben wir hier einige Telefonnummern aufgelistet, die telefonische Beratung oder Online-Beratung anbieten.

Ihr könnt Euch auch gerne per Mail an das Beratungsteam des GBG und die Schulsozialarbeiterin Frau Blaich wenden, wir melden uns dann bei Euch. beratung@gbg.koeln oder nadine.blaich@stadt-koeln.de

Außerdem könnt Ihr Herrn Hierholzer (Beratungslehrer) unter 01573-31 36 478 und Frau Blaich unter 0221-29 59 065 eine Nachricht auf die Mailbox sprechen, mit Angabe der Telefonnummer. Dann werdet Ihr so bald wie möglich zurück gerufen.

Wir freuen uns auf ein baldiges Wiedersehen! Dafür ist es aber jetzt erforderlich, dass wir uns an die allgemein gültigen Anweisungen halten. Beachtet die Hygieneregeln, haltet Abstand und vermeidet unnötige Sozialkontakte, am besten bleibt Ihr zu Hause #inKöllezeHus. Wenn Ihr Unterstützung benötigt, weil Ihr und Eure Familie in Quarantäne seid oder Hilfe für andere anbieten könnt, wendet Euch an Kölsch Hätz: 0221 - 56957816, coronahilfen@caritas-koeln.de

Bleibt gesund!

Euer

Beratungsteam und Schulsozialarbeit des GBG

auf der folgenden Seite findet ihr nützliche Telefonnummern:

Ärztlicher Bereitschaftsdienst

(rund um die Uhr)

116117

<https://www.116117.de/de/index.php>

Telefon-Seelsorge

(rund um die Uhr)

0800-1110111 oder 0800-1110222

<https://www.telefonseelsorge.de/>

Nummer gegen Kummer

(montags - samstags von 14:00 Uhr bis 20:00 Uhr)

08001110333

<https://www.nummergegenkummer.de/>

Gefährdungssofortdienst des Bezirksjugendamtes Köln Lindenthal

(rund um die Uhr)

0221 - 221-93999

Hilfetelefon Gewalt gegen Frauen

(rund um die Uhr)

08000116016

<https://www.hilfetelefon.de/>

Sucht - und Drogenhotline

(kostenpflichtig Mobilfunk 42ct/Minute)

01805313031

<https://www.sucht-und-drogen-hotline.de/>