



anonym und kostenlos
vom Handy und Festnetz
montags - samstags
von 14 - 20 Uhr

unterstützt durch die Deutsche Telekom

<https://www.nummergegenkummer.de/kinder-und-jugendtelefon.html>



<https://www.ehefamilieleben.de/lokale-beratungsstellen/ahlen/beratungsstelle-ahlen/> bzw. <https://www.ehefamilieleben.de/lokale-beratungsstellen/beckum/beratungsstelle-beckum/>

Um einen persönlichen Beratungstermin zu vereinbaren, kontaktieren Sie bitte unser Sekretariat in Ahlen (02382 /1004) oder Beckum (02521 / 821742).

Daneben bieten wir regelmäßig telefonische Krisensprechstunden und Video-/Chatsprechstunden mit einem/r Berater/in an, die Sie ohne Voranmeldung auch kurzfristig nutzen können.

Gerade in Krisensituation kann es guttun, jemanden zum Reden zu haben: Weil wir uns alleine fühlen, weil ohnehin schon schwelende Partnerschafts- oder Familien-Konflikte eskalieren, weil mal wer „von außen“ draufschauen soll oder wir uns einfach nur „Luft machen“ wollen.



Caritas
Deutschland

<https://www.caritas.de/onlineberatung>

Die Online-Beratung der Caritas

Ihr Leben schlägt Purzelbäume? Probleme wachsen Ihnen über den Kopf? Lassen Sie sich von Fachleuten der Caritas online beraten. Die Beratung kostet nichts, ist anonym und sicher.

Zu welchem Thema brauchen Sie Hilfe und Beratung?

Allgemeine Sozialberatung, Behinderung und psychische Beeinträchtigung, Eltern und Familie, HIV und Aids, Kinder und Jugendliche, Kinder- und Jugend-Reha, Krisenberatung für junge Erwachsene, Kuren für Mütter und Väter, Leben im Alter, Migration, Rechtliche Betreuung und Vorsorge, Schulden Schuldnerberatung für junge Leute, Schwangerschaft, Straffälligkeit, Sucht, U25 Suizidprävention Übergang von Schule zu Beruf.



Schulpsychologische Beratungsstelle

Telefonsprechstunde:

Jeden Dienstag (13 - 14 Uhr) und jeden Donnerstag (16 - 17 Uhr) erreichen Sie direkt eine Schulpsychologin.

Tel. 02581/534242