

Du hast ein Recht auf Hilfe!

Du hast ein Recht darauf, dich an unserer Schule wohlfühlen.



Erlebst du Situationen oder hast du etwas erlebt, was für dich eine Grenze überschritten hat?
Hast du Gesprächsbedarf? Brauchst du Hilfe?

Braucht jemand in deinem Umfeld Hilfe, ein Freund oder eine Freundin?

Wir hören dir zu! Und es gibt viele Möglichkeiten, Unterstützung zu erhalten.

In der Schule

Beratungslehrkräfte:

homa.tehrani@chris.hamburg.de

lasse.grosz@chris.hamburg.de

nora.seifert@chris.hamburg.de

Schulsozialarbeiterin:

Tel. 040 428 8828 32

olivia.schmersahl@chris.hamburg.de

Kostenlose und anonyme Hilfe

Hamburger Notfallkontakte für Jugendliche

<https://zsj.hamburg.de/document/hamburger-notfallkontakte-fuer-kinder-und-jugendliche/>

Nummer gegen den Kummer <https://www.nummergegenkummer.de>

Telefon **116 111**

Chatfunktion <https://www.nummergegenkummer.de/kinder-und-jugendberatung/>

Hilfe-Telefon Sexueller Missbrauch <https://www.hilfe-portal-missbrauch.de/hilfe-telefon>

Telefon **0800 22 55 530**

N.I.N.A. e. V. <https://nina-info.de/>

Nationale Informations- und Beratungsstelle bei sexualisierter Gewalt in Kindheit und Jugend

Juuuport <https://www.juuuport.de/>

Jugendliche und junge Erwachsene beraten online, vertraulich und kostenlos. Sie unterstützen bei Problemen im Netz, zum Beispiel bei Cybermobbing, Sextortion, Cybergrooming, Mediensucht, Fake News oder Abzocke.

Fachberatungsstellen zu sexualisierter Gewalt

Nexus – Netzwerk Hamburger Beratungsstellen gegen sexualisierte Gewalt

<https://nexus-hamburg.de/>

Das Childhood-Haus Hamburg

<https://www.uke.de/landingpage/childhood-haus-hamburg/fuer-kinder-und-jugendliche/index.html>

Wenn Du Sorgen oder Fragen hast oder einem Freund bzw. einer Freundin helfen möchtest.

UKE Informationen bei Verdacht auf K.O.-Tropfen https://www.uke.de/dateien/institute/institut-f%C3%BCr-rechtsmedizin/dokumente/ifr_flyer_ko-tropfen_20240502.pdf