

Beratungsangebote der „Nummer gegen Kummer“ anonym und kostenlos

- Kinder- und Jugendtelefon 0800 111 0 333 und 116 111
(montags bis samstags von 14 bis 20 Uhr)
- Jugendliche beraten Jugendliche
(samstags von 14 bis 20 Uhr)
- em@il-Beratung für Kinder und Jugendliche
(Beratung im Internet, 24 Stunden erreichbar)
- Elterntelefon 0800 111 0 550
(montags bis freitags von 9 bis 11 Uhr sowie dienstags und donnerstags 17 bis 19 Uhr)

Mehr unter

<https://www.schulministerium.nrw.de/docs/bp/Eltern/Beratung-Service/Problemhilfe/Nummer-gegen-Kummer/index.html>