



(Quelle: [https://pixabay.com/get/54e1d342425aac14f6d1867dda35367b1d38dae25050754a\\_1920.jpg](https://pixabay.com/get/54e1d342425aac14f6d1867dda35367b1d38dae25050754a_1920.jpg), 04.20)

Reden entlastet -

es ordnet die Gedanken, es kann Unsicherheiten beseitigen, den nächsten eigenen Schritt klar und der Zuversicht wieder Platz machen!

Einfach mal Frust und Ärger loswerden? Oder mit jemandem reden, der sich in der Schule auskennt und die vielen Informationen gemeinsam mit einem sortiert? So kann es gelingen, dass ein innerer Fahrplan entsteht - trotz einiger Ungewissheiten.

Corona wirbelt Ihren Schulalltag komplett durcheinander und fällt zudem in wichtige Prüfungsvorbereitungszeiten. Wir möchten an die **Entlastungs- und Unterstützungsangebote** um Sie herum erinnern:

**Schulseelsorge:**

Jürgen Kortus  
Telefon: 0151 26 539 401  
[jkortus@fes-wiesbaden.de](mailto:jkortus@fes-wiesbaden.de)

**Schulsozialarbeit Wiesbaden:** Beratung für Schülerinnen und Schüler der BzB und BFS Klassen

Sarah Theresa Gallas  
Telefon: 0611 31 5167  
E-Mail: [sarah.gallas@wiesbaden.de](mailto:sarah.gallas@wiesbaden.de)

**UBUS – Sozialarbeit:** Beratung für Schülerinnen und Schüler der Fachoberschule

Caroline Dürrwang  
Telefon: 0162 85 444 79  
E-Mail: [cduerrwang@fes-wiesbaden.de](mailto:cduerrwang@fes-wiesbaden.de)

**CONNECT:** Beratungsangebot im Berufsschulzentrum Wiesbaden

Telefon: 01573 63 943 11  
E-Mail: [connect@wiesbaden.de](mailto:connect@wiesbaden.de)

**Schulpsychologischer Dienst:** Beratung für Schülerinnen, Schüler und Familien

Telefon: 0611 8803 490  
montags - freitags  
von mindestens 9 - 12 Uhr

Staatliches Schulamt für den Rheingau-Taunus-Kreis und die Landeshauptstadt Wiesbaden

<https://kultusministerium.hessen.de/presse/pressemitteilung/schulpsychologie-bietet-beratung-fuer-familien>

**„Nummer gegen Kummer“** – kostenfreies, anonymes Kinder- und Jugendtelefon vom Handy und Festnetz

Telefon: 116 111  
montags - samstags  
von 14 - 20 Uhr  
sowie  
montags+mittwochs+donnerstags  
von 10 - 12 Uhr

Chat oder E-Mail

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

**Telefonseelsorge Mainz/Wiesbaden:** Telefon – kostenfrei und anonym

Telefon: 0800/1110111 oder 0800/1110222  
<https://www.telefonseelsorge-mz-wi.de/>

-----

Bleiben Sie gesund und zuversichtlich. Wir freuen uns auf das Wiedersehen!

Ihr/e

Team der Schulseelsorge, Schulsozialarbeit Wiesbaden und UBUS Sozialarbeit