Rheinland-Pfalz
MINISTERIUM FÜR BILDUNG

Stress, Sorgen, Probleme?

Hier findest du Hilfe – kostenlos, anonym, per Telefon oder Chat.

Kinder- und Jugendtelefon "Nummer gegen Kummer":

116 111

TelefonSeelsorge:

0800 111 0 111 oder

0800 111 0 222

Hilfetelefon sexueller Missbrauch:

0800 22 555 30

Online:

nummergegenkummer.de
jugendnotmail.de
telefonseelsorge.de
save-me-online.de

Bitte teilen!

Mehr Infos: