

# Wir helfen Dir!

Kostenlos und vertraulich

Bist du sehr traurig oder immer gestresst?  
Du hast keine Motivation und  
keinen Spaß mehr?  
Hat dir jemand wehgetan?



**Krisendienst Mittelfranken**

Hier kannst du jederzeit  
(anonym) anrufen! 0800 / 655 3000



**bke-Jugendberatung**

Hier bekommst du Hilfe über Mails  
oder in Chats.



## Hilfe vor Ort an der B 13:

**Deine Schulpsychologin** 

Manuela Reimann

E-Mail: manuela.reimann@stadt.nuernberg.de

☎ Telefon: 0160 / 2279301

Raum 312

**Deine Beratungslehrkraft** 

Christian Lindel

E-Mail: christian.lindel@schulen.nuernberg.de

Raum 109