



➤ Workbook

... bietet viele Hintergrund-Informationen zur psychischen Gesundheit, erprobte Übungen für Mittelschule und Oberstufe und den Ablauf eines Beispiel-Workshops

[Workbook Mind your Mind](#)

➤ Plakat

... mit den wichtigsten Anlaufstellen für Jugendliche, zum Aushängen an der Schule

[Plakat Anlaufstellen Jugendliche Südtirol](#)

➤ Webinare

... Webinare zu aktuellen Themen

[Webinare der Pädagogischen Abteilung](#)

➤ Schilf

... der Einführungsworkshop kann als schulinterne Fortbildung angefragt werden, min. 14 Interessierte

[Schilfangebote der Pädagogischen Abteilung](#)



Gudrun.Schmid@provinz.bz.it, 0471 41 75 93 8



Sofia.Castlunger@schule.suedtirol.it, 0474 52 39 35
(ladinische Schulen)

SICH HILFE HOLEN IST OK - WIR SIND DA

Gemeinsam ist vieles einfacher. Neben deinen Eltern, Freundinnen und Freunden gibt es noch andere, die für dich da sind:

- deine Lehrpersonen, die Beratungslehrpersonen im Zentrum für Information und Beratung (ZIB), die Schulsozialpädagogin oder der Schulsozialpädagoge, die Direktorin oder der Direktor deiner Schule
- die Psychopädagoginnen und -pädagogen des Pädagogischen Beratungszentrums (PBZ)
- die Schulpsychologinnen und -psychologen des Psychologischen Dienstes



alle ANLAUFSTELLEN
mit einem Klick

800 101 800 Psychologisches Krisentelefon 24/7 erreichst du Psychologinnen und Psychologen. Sie bieten dir vertraulich und kostenlos erste psychologische Hilfe an.	112 Notfallnummer 24/7 erreichst du diese Nummer bei jedem Notfall: Rettung, Bergrettung, Feuerwehr, Polizei, Carabinieri.	Young+Direct Mit uns kannst du über alles reden, vor Ort, telefonisch, über WhatsApp, Facebook, Skype - vertraulich und kostenlos.
02 23 27 23 27 Telefono amico Du erreichst uns täglich von 09:00 bis 24:00 Uhr. In Bozen erreichst du uns unter der Nummer 0471 289 328 von Montag bis Freitag von 16:00 bis 19:00 Uhr.	Psychologische Dienste Zu Bürozeiten erreichst du den Psychologischen Dienst und die Notfallpsychologin: Bezirk Bozen 0471 435 001 Bezirk Brunico 0472 813 100 Bezirk Sarnon 0474 586 220 Bezirk Meran 0473 251 160	0471 052 052 Caritas Telefonseelsorge Reden hilft, schreiben auch. Wir sind da. 24/7 kannst du uns anrufen oder online kontaktieren.
Du suchst Infos und Kontakte in Krisenzeiten? Du bist nicht allein! ... rechtliche Informationen? Kinder- und Jugendanwaltschaft	... eine geeignete Schule, Lehrstelle oder Arbeit? Berufsberatung Jugendcoaching	... nach weiteren Informationen? Feel-OK Istokay Forum Prävention

Contact Now

