

Beratungsangebot der Mädchenberatungsstelle Bergisch Gladbach

Gerade kann es ziemlich eng werden zuhause...

Da kann es sein, dass es kracht mit Deiner Familie, mit Freund*innen oder auch in Dir selbst viel Unruhe ist. Wenn Du Fragen hast, es zuhause nicht gut aushälst oder über das, was Dich bedrückt reden willst, dann sind wir für Dich erreichbar!

Du kannst Dich auch bei uns melden, wenn Du das Gefühl hast, dass es einer Freundin nicht gut geht, sie Unterstützung braucht oder Du wissen möchtest, wie du ihr helfen könntest.

Zu diesen Themen und anderen beraten wir dich:

- ☞ Du hast Fragen zum Thema Essen, weil Deine Gedanken ständig darum kreisen?
- ☞ Du wirst geschlagen, bedroht, sexuell missbraucht?
- ☞ Du hattest online oder offline ein unangenehmes Erlebnis, das Dich sehr beunruhigt?
- ☞ Du findest es komisch, dass Du Dich zu Mädchen hingezogen fühlst?
- ☞ Du bist unzufrieden mit dir und dem Leben?



Selbstverständlich kannst Du dabei auch **anonym** bleiben und alles, was wir besprechen, bleibt unter uns! Wir nehmen Dich ernst und unterstützen Dich bei Deinen Fragen und Problemen und möchten mit Dir gemeinsam nach Lösungen suchen oder danach, wie Deine Freundin unterstützt werden kann.

Wir haben Zeit für Gespräche und bieten diese auf verschiedenen Wegen an:

- ☞ **Online:** <https://www.maedchenberatung-online.de>
per E-Mail, im Einzelchat oder in der Video-Beratung
- ☞ **Telefonisch** unter: 02202–989 11 55

Passt gut auf Euch auf und greift zur Tastatur oder zum Hörer, wenn's eng wird.

Wir sind für Euch da💞