

# ***Drogen, Sucht & Suchtprävention***

## **Hilfe bei Problemen und Fragen**

Erste Ansprechpartner sind Personen des Vertrauens: z.B. Eltern, gute Freund\*innen, Lehrer\*innen, Schulsozialarbeiter\*innen, Ärzt\*innen oder professionelle Beratungsstellen. Bei allen Fragen, Sorgen und Problemen im Zusammenhang mit Drogenkonsum und Sucht ist es immer der wichtigste Schritt, mit jemandem zu sprechen und Hilfe zu suchen. Falls man sich für ein persönliches Gespräch noch zu unsicher fühlt, kann man sich auch anonym beraten lassen (online oder telefonisch).

## **Ansprechpartner bei uns an der Schule**



- **Schulsozialarbeit:** Herr Stefaniw (Mail: alexander.stefaniw@rsd-intranet.de)  
Frau Zwiebler (Mail: kerstin.zwiebler@rsd-intranet.de)  
  
Büro neben der Mensa (Tel. Büro: 07348/986265)  
Kontaktzeiten: Montag bis Donnerstag 8.30 Uhr bis 12.30 Uhr und Termine nach Vereinbarung  
Telefon mobil: 0731/850 747 52 oder 0731/850 747 61
- **Verbindungslehrer\*in:** Herr Roth (Mail: julian.roth@rsd-intranet.de)  
Frau Heinzelmann (Mail: franziska.heinzelmann@rsd-intranet.de)
- **Beratungslehrerin:** Frau Settele-Jakob (Mail: michaela.settele-jakob@rsd-intranet.de)
- Dein/e **Klassenlehrer\*in** und Dein/e Fachlehrer\*innen

Wusstest du, dass sich auch alle Lehrer und Sozialarbeiter an die Schweigepflicht halten müssen?

## **Hilfe und Beratungsangebote in Ulm**



### **Jugendberatungsstelle der Stadt Ulm**

- Unterstützung und Beratung für Jugendliche und junge Erwachsene zwischen 14 und 27 Jahren
- Tel.: 0731 / 161-5450 und 0731 / 62080
- Adresse: Herrenkellergasse 1, 89073 Ulm
- Beratungstermine nach Vereinbarung Montag bis Freitag möglich
- Webseite: <https://www.ulm.de/leben-in-ulm/kinder-jugend-familie/jugendarbeit/die-jugendberatungsstelle>
- Online-Beratung per Mail mit einem Jugendberater möglich (anonym): <https://jbs-online.ulm.de>

### **Drogenhilfe Ulm e.V.**

- Unterstützung und Beratung für Menschen jeden Alters (auch z.B. bei problematischem Medienkonsum)
- kostenlose Beratungsgespräche (unterliegen der Schweigepflicht; auf Wunsch auch anonym)
- Tel.: 0731 - 92 60 93-0
- Adresse: Radgasse 3, 89073 Ulm
- Webseite: <http://www.drogenhilfe-ulm.de>

## Suchtberatungsstelle der Caritas Ulm-Alb-Donau

- Beratungs- und Behandlungsstelle für Suchtkranke und deren Angehörige
- kostenlose Beratungsgespräche (unterliegen der Schweigepflicht)
- Tel.: 0731 - 378810-0
- Adresse: Wilhelmstraße 22, 89073 Ulm
- Webseite: <https://www.caritas-ulm-alb-donau.de/hilfe-und-beratung/sucht>

---

## Informationen, Kontakte und Links



**Info-Material und Kontaktadressen** zu verschiedenen Beratungsstellen findet man auf der Webseite der BzGA (Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung): <https://www.bzga.de/>

---

### Infotelefon der BzGA zur Suchtvorbeugung

- Tel.: 0221 – 89 20 31 (anonym, Mitarbeiter unterliegen der Schweigepflicht)
- erreichbar telefonisch Montag bis Donnerstag 10-22 Uhr, Freitag bis Sonntag 10-18 Uhr
- Information und Beratung bei allen Fragen rund um die Themen Sucht und Abhängigkeit (auch Vermittlung von Kontakten und Weiterleitung an Beratungsstellen oder Hilfsangebote in der Nähe des Wohnorts)

---

### Sucht & Drogen Hotline

- Tel.: 01806 – 31 30 31 (kostenpflichtig: aus dem Festnetz 0,20 € / vom Handy max. 0,60 € pro Anruf)
- anonym, rund um die Uhr erreichbar (täglich 0-24 Uhr)
- telefonische Beratung in Sucht- und Drogenfragen für Betroffene, Angehörige und Fachpersonal

---

### Nummer gegen Kummer

- Webseite: [www.nummergegenkummer.de](http://www.nummergegenkummer.de)
- **Kinder- und Jugendtelefon:** 116 111 (anonym und kostenlos vom Handy und Festnetz)  
→ erreichbar Montag bis Samstag von 14-20 Uhr  
→ Hilfe und Beratung für Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene
- **Online-Beratung** für Kinder und Jugendliche über die Webseite (anonym und kostenlos, per E-Mail rund um die Uhr, per Live-Chat mittwochs und donnerstags von 14-18 Uhr)
- **Elterntelefon:** 0800 – 111 0 550 → Beratung für Eltern (anonym und kostenlos vom Handy und Festnetz, erreichbar Montag bis Freitag von 9-17 Uhr, Dienstag und Donnerstag bis 19 Uhr)