

# Die E-Mail gegen Kummer!



Ein besonderer Freitag ist heute in den Familien im Altlandkreis: Es ist mal wieder Zeugnistag – die Zwischenbilanz wartet! Wer Stress und Ärger mit den Eltern befürchtet, dem steht die „Nummer gegen Kummer“ zur Verfügung – und auch die E-Mail gegen

**Kummer! Ein offenes Ohr, Rat und Unterstützung bietet hier der Kinderschutzbund Rosenheim. Zum einen unter der bundesweit kostenfreien, anonymen und vertraulichen Rufnummer 116111 und auch online ...**

Es ist montags bis samstags von 14 bis 20 Uhr erreichbar.

Auch die bisherige Rufnummer 0800 – 111 0 333 ist weiterhin für Kinder und Jugendliche erreichbar. Wer nicht gerne telefoniert, kann sich unter **[www.nummergegenkummer.de](http://www.nummergegenkummer.de) rund um die Uhr an die [em@ilberatung](mailto:em@ilberatung) für Kinder und Jugendliche der „Nummer gegen Kummer“ wenden.**

Doch nicht alleine die Kinder machen sich bei der Zeugnisvergabe große Sorgen. Auch für viele Eltern ist dieser Tag manchmal mit Angst, Wut oder Unsicherheit verbunden.

**Bevor ein schlechtes Zeugnis und Schulprobleme zu größeren Konflikten in der Familie führen, können sich Eltern unter 0800-1110550 vertrauensvoll an das Elterntelefon der „Nummer gegen Kummer“ beim Kinderschutzbund Rosenheim wenden.**

Das Elterntelefon ist bundesweit montags bis freitags von 9 bis 11 Uhr sowie dienstags und donnerstags von 17 bis 19 Uhr zu erreichen.

Diese Beratungsangebote des Kinderschutzbundes Rosenheim werden in Zusammenarbeit mit Nummer gegen Kummer e.V., Mitglied im Deutschen Kinderschutzbund, angeboten.

Weitere Informationen und persönliche Beratung beim Kinderschutzbund Rosenheim unter 08031-12929 und unter [www.kinderschutzbund-rosenheim.de](http://www.kinderschutzbund-rosenheim.de).

Foto: Archiv fotolia