## Ohne Umwege den Weg aus der Krise finden.

# Dein KrisenNavi

**Für Kinder, Jugendliche, Eltern, Erziehungsberechtigte, Erzieher*innen, Sozialpädagogen*innen, Lehrer*innen und alle die, die mit Kindern und Jugendlichen arbeiten.**


Präventionsrat
Westoverledingen

Präventionsarbeit
Hendrik Rubien
04955 / 933-188
hendrik.rubien@westoverledingen.de

Gemeinde
Westoverledingen
Bahnhofstraße 18
26810 Westoverledingen


Präventionsrat
Westoverledingen
Herausforderungen wahrnehmen und handeln

Dein KrisenNavi
Westoverledingen

# Dein KrisenNavi

**„Mein Leben ist eine ulkige Achterbahn. Mal geht's bergab und mal fehlt der Sicherheitsbügel beim Looping."**

Dein KrisenNavi ist ein „Sicherheitsbügel", den du immer dann nutzen kannst, wenn es in deinem Leben „kriselt". Er beinhaltet eine Übersicht von Anlauf- und Beratungsstellen aus Westoverledingen und Umgebung. Hiermit findest du zu verschiedenen Problemlagen schnell und direkt Ansprechpartner.

Dein KrisenNavi wurde im Overledingerland erstmals von der Projektgruppe „Eltern / Familie" des Präventionsverbundes Ostrhauderfehn veröffentlicht.

Vielen Dank, dass wir diese Vorlage nutzen durften, um sie für Westoverledingen anzupassen. Vielen Dank an alle Beratungsstellen für das Engagement und die Mitarbeit!

Dein KrisenNavi ist als Broschüre im Taschenformat erhältlich im Jugendtreff und im Rathaus Ihrhove oder als Download unter:
**https://www.westoverledingen.de/familie/jugendarbeit/krisennavi**

# Probleme in der Schule

"Ich werde in der Schule und auf dem Weg dorthin bedroht!"
"Ich habe Angst zur Schule zu gehen!"
"Ich werde von der Klasse ausgeschlossen!"
"Kann ich den Abschluss noch schaffen?"
"Kann ich das Jahr wiederholen?"

**Klassenlehrer/in:**

**Schulleitung:**

**Beratungslehrer/in:**

**Schulsozialarbeiter/in:**

**Treffpunkt Anleger**
1. Südwieke 6
26817 Rhauderfehn
04952 / 899420

**Ev. Beratungsstelle**
für Erziehungs-, Ehe- und Lebensfragen
Friesenstraße 65b
26789 Leer
0491 / 9604881

**Bildungsberatung Belos**
Haneburgallee 8
26789 Leer
0491 / 9769421

# Was ist mit mir los?
# Seelische Notlagen

"Bin ich normal?"
"Manchmal gerate ich außer Kontrolle!"
" Ich könnte alles kurz und klein schlagen!"
"Ich bin nicht ich selbst!"
"Ich glaube, ich werde verrückt!"
"Bin ich krank?"
"Ich habe angefangen, zu ritzen!"

**Treffpunkt Anleger**
1. Südwieke 6
26817 Rhauderfehn
04952 / 899420

**Diakonisches Werk Rhauderfehn**
Untenende 3
26817 Rhauderfehn
04952 / 952015

**Familienberatungsstelle der AWO**
Heisfelder Straße 28
26789 Leer
0491 / 62092

**Ev. Beratungsstelle**
für Erziehungs-, Ehe- und Lebensfragen
Friesenstraße 65b
26789 Leer
0491 / 9604881

**Sozialpsychiatrischer Dienst**
Jahnstraße 4
26789 Leer
0491 / 9261133

# Stress und Gewalt in der Familie

"Meine Eltern streiten und schlagen sich!"
"Meine Eltern schlagen mich! Was kann ich machen?"
"Ich bin zuhause rausgeflogen, was kann ich machen?"

**Frauenhaus Leer**
0491 / 65898

**Elterntelefon**
0800 / 1110550

**Kinderschutzbund Leer**
- Kinderschutzhaus -
Reformierter Kirchgang 11
26789 Leer
0491 / 62501

**Polizei Beauftragte für Jugendsachen**
Polizeihauptkommissarin (PHKin) Christa Frigger
Am Hafenkopf 2,
26789 Leer
0491 / 97690-107
christa.frigger@polizei.niedersachsen.de

**Treffpunkt Anleger**
1. Südwieke 6
26817 Rhauderfehn
04952 / 899420

**www.kidkit.de**

-**BISS-Beratungs- und Interventionsstelle** gegen häusliche Gewalt
0491 / 9796810

**Landkreis Leer**
Kreisjugendamt
Bergmannstraße 37
26789 Leer
0491 / 9261311
0800 / 51-12345
**www.gewalt-ist-nie-okay.de**

**Kinder- und Jugendtelefon**
116111

**Nummer gegen Kummer: Kinder-Jugend-Notruf**
0180 / 2625625
**www.nummergegenkummer.de**

# Gewalt-Kriminalität

"Ich bin zusammengeschlagen worden!"
"Ich werde bedroht!"
"Ich wurde bestohlen!"
"Ich wurde angezeigt. Was kann ich machen?"

**Weißer Ring**
**Außenstelle Leer**
26789 Leer
Thorsten Baumgarten
wr.baumgarten@gmx.de
0151 / 55164601

**Polizeistation**
**Westoverledingen**
Großwolder Straße 7
26810 Westoverledingen
04955 / 93539

**Landkreis Leer**
Kreisjugendamt
Bergmannstr.37
26789 Leer
0491 / 926-1311
0800 / 51-12345

**Polizei**
**Beauftragte für Jugendsachen**
Polizeihauptkommissarin
(PHKin) Christa Frigger
Am Hafenkopf 2,
26789 Leer
0491 / 97690-107
christa.frigger@polizei.
niedersachsen.de

# Sexueller Missbrauch

"Meine Freundin ist auf einmal so anders."
"Ich hab' da eine Vermutung!"
"Ich wurde vergewaltigt!"
"Mein/e Freund/in hat mir da was anvertraut!"
"Ich werde im Chatforum missbraucht!"

**Polizeistation Westoverledingen**
Großwolder Straße 7
26810 Westoverledingen
04955 / 93539

**Polizei**
**Beauftragte für Jugendsachen**
Polizeihauptkommissarin (PHKin)
Christa Frigger
Am Hafenkopf 2,
26789 Leer
0491 / 97690-107
christa.frigger@polizei.
niedersachsen.de

**Wildwasser Oldenburg e.V.**
Fachberatungsstelle
gegen sexualisierte Gewalt
0441 / 16656
**www.wildwasser-oldenburg.de**

**www.nina-info.de**

**Diakonisches Werk**
**Rhauderfehn**
Untenende 3
26817 Rhauderfehn
04952 / 952015

**Landkreis Leer**
Kreisjugendamt
Bergmannstraße 37
26789 Leer
0491 / 926-1311
0800 / 51-12345

**Ev. Beratungsstelle**
für Erziehungs-, Ehe-
und Lebensfragen
Friesenstraße 65b
26789 Leer
0491 / 9604881

**www.zartbitter.de**

# Alkohol-Drogen-Computer-Essstörungen

"Ich brauche immer mehr Alkohol, um gut drauf zu sein!"
"Ich komme von dem Zeug nicht mehr los!"
"Mein/e Mutter/Vater trinkt, ich schäme mich,
Freunde einzuladen!"
"Mit meiner/m Freund/in stimmt was nicht,
die/der wird immer dünner!"
"Mein/e Freund/in hat keine Zeit mehr für mich,
sondern hockt nur noch vor der Konsole!"

**Ev. Beratungsstelle**
für Erziehungs-, Ehe- und Lebensfragen
Friesenstraße 65b
26789 Leer
0491 / 9604881

**Drobs**
Fachstelle für Sucht und Prävention
Bahnhofsring 12
26789 Leer
0491 / 2400

**Treffpunkt Anleger**
1. Südwieke 6
26817 Rhauderfehn
04952 / 899420

**Fachstelle für Sucht und Suchtprävention**
Friesenstraße 65a
26789 Leer
0491 / 9768320

**Gesundheitsamt Leer**
Selbsthilfekontaktstelle
Jahnstraße 4
26789 Leer
0491 / 9261122

**www.kidkit.de**

# Schulden / Geld

"Mein Handy treibt mich in den Ruin!"
"Wie soll ich das abbezahlen?"
"Die haben mir den Strom abgestellt!"
"Ich habe jetzt schon die vierte Mahnung!"
"Meine Eltern können die Klassenreise nicht bezahlen!"

**Synodalverband Südliches Ostfriesland**
Schuldnerberatung
Hafenstraße 23
26789 Leer
0491 / 9277917

**Diakonisches Werk Rhauderfehn**
Schuldner- & Sozialberatung
Untenende 3
26817 Rhauderfehn
04952 / 952015

**Diakonisches Werk Leer**
Friesenstraße 65a
26789 Leer
Gertraud.Kramer@twleer.de
0491 / 97683-21

# Partnerschaft-Sexualität
# Schwangerschaft-Elternschaft

"Wir lieben uns so, trotzdem streiten wir uns!"
"Ich möchte gern mit meinem/er Partner/in schlafen, aber ich habe Angst!"
"Ich mache mir Sorgen, ob mein Kind sich altersgemäß entwickelt! Woran kann ich mich wenden?"
"Wir sind Pflegeeltern und brauchen dringend Hilfestellung im Umgang mit unserem Kind!"
"Ich habe Angst vor Aids! Wie kann ich mich schützen?"
"Ich bin schwanger! Wie soll ich das allein schaffen? Gibt es finanzielle Hilfen?"

**Beratungsstelle für Schwangere**
Diakonisches Werk
Untenende 3
26817 R´fehn
04952 / 652025

**auch an der**
Friesenstr. 65a
26789 Leer
0491 / 9768321

**Treffpunkt Anleger**
1. Südwieke 6
26817 R´fehn
04952 / 899420

**Hilfetelefon für Schwangere in Not**
0800 / 4040020

**pro familia Beratungsstelle Leer**
Osseweg 19 (Ledatreff)
26789 Leer
04921 / 29922

**Gesundheitsamt Leer Schwangerenberatung**
Antragsstelle „Familien in Not“
Jahnstraße 4
26789 Leer
0491 / 92611-29
(HIV-Test möglich!)

**Gynäkologische Praxis Dr. Barbara Blum**
Schwarzmoorstraße 1
26817 Rhauderfehn
04952 / 8266707

**www.was-geht-zu-weit.de**

# Orientierungslosigkeit-
# Ausbildung-Beruf-Arbeit

"Welchen Beruf kann ich ergreifen?"
''Wie bewerbe ich mich richtig?"
"Wo sind Ausbildungsstellen frei? Wie komme ich da heran?"
" Welche Ausbildungsvoraussetzungen brauche ich?"
"Wie geht es nach der Schule weiter?"
"Wo kann ich welchen Schulabschluss machen?"

**LeeWerk-WISA GmbH**
**Pro-Aktiv-Center**
Jahnstr.6
26789 Leer
marion.heinrichs@
leewerk-wisa.de
0491 / 92994-370

**Zentrum für Arbeit in Leer**
Bavinkstr. 23
26789 Leer
0491 / 9994-0

**Agentur für Arbeit Emden-Leer**
Jahnstr.6
26789 Leer
0800 / 4555500

**Bildungsberatung Belos**
Haneburgallee 8
26789 Leer
0491 / 9299235

# Cybermobbing
## im Internet oder bei Insta & Co.

"Ich werde auf Instagram gemobbt!"
"Von mir werden peinliche Bilder im Internet oder per Handy verschickt!"
"Wie kann ich mein Kind im Internet schützen?"
"Ich hab mit der neuen Technik nix am Hut und
weiß gar nicht, was mein Kind da treibt!"

**Lehrer/in deines Vertrauens**

**Treffpunkt Anleger**
1. Südwieke 6
26817 Rhauderfehn
04952 /899420

**Polizeistation**
**Westoverledingen**
Großwolderstraße 7
26810 Westoverledingen
04955 /935393

**www.klicksafe.de**
**www.weisser-ring.de**

**Person deines Vertrauens**

**Polizei**
**Beauftragte für Jugendsachen**
Polizeihauptkommissarin (PHKin)
Christa Frigger
Am Hafenkopf 2,
26789 Leer
0491 / 97690-107
christa.frigger@polizei.
niedersachsen.de

**www.juuuport.de**
**www.bke-beratung.de**

**NICHT vergessen, du kannst dich auch direkt an uns wenden!**

## JUGENDARBEIT & PRÄVENTIONSARBEIT

jugendwestoverledingen

0178 / 8171484

Jugend Westoverledingen

jugend@westoverledingen.de 04955 / 933188

Steck den Kopf nicht in den Sand,
schau herein,
uns fällt was ein!