

# Wo finde ich Hilfe und Unterstützung?

## Schulärztinnen

Sprechstunden an Schultagen Zeitraum: <b>2.6. bis 6.7.23</b>	Montag 8:00 bis 9:00 Dr. Yana SIDENKO	Dienstag 7:30 bis 13:30 Dr. Jana WINDHABER	Mittwoch 9:00 bis 11:00 Dr. Yana SIDENKO	Donnerstag 7:30 bis 13:30 Dr. Annemarie WIELAND	Freitag 8:00 bis 11:00 Dr. Yana SIDENKO
---	--	---	---	--	--

Die Aufgaben der Schulärztinnen sind:

- Erste Hilfe, Beratung in Gesundheitsfragen, Turnbefreiung

## Schulpsychologin Lisa KAISER MSc

Kontakt und Vereinbarung von Beratungsterminen: **0664/8034 555 500**

E-Mail-Adresse: [lisa.kaiser@oezpgs.at](mailto:lisa.kaiser@oezpgs.at)

Die Beratung erfolgt freiwillig, vertraulich und kostenlos!

Sprechstunden: 2x/ Monat dienstags ab 8h im Besprechungsraum 031



Ansprechpartnerin für SchülerInnen, LehrerInnen und Eltern bei:

- Konflikten im sozialen Umfeld (Klasse / Elternhaus / Lehrkräfte)
- Angst vor der Schule, Prüfungsangst
- Persönlichen Problemen/ Krisen
- Fragen der persönlichen Weiterentwicklung

## Schüler- und BildungsberaterIn

Prof. Mag. Mirjam **ALDRIAN** / [ald@borg1.at](mailto:ald@borg1.at) / Sprechstunde: nach Vereinbarung

Prof. Mag. Alex **SCHRAFL** / [sca@borg1.at](mailto:sca@borg1.at) / Sprechstunde: nach Vereinbarung

Die Schüler- und BildungsberaterInnen bieten:

- Beratungen bei schulischen und persönlichen Problemen
- Hilfe bei Lern- und Verhaltensschwierigkeiten
- Vermittlung an Beratungszentren
- Informationen über Studienangebote und andere Bildungswege



## Jugendcoaching



Mag. Lucija <b>JAKELJA</b> 0699/14032420 5a, 5fa, 5p, 5s DI 8:00h – 12:00h FR 8:00h – 12:00h <a href="mailto:lucija.jakelja@alphanova.at">lucija.jakelja@alphanova.at</a>		Dipl. Päd. Michaela <b>BAUER</b> 0699/14032441 5bn, 5ci, 5db, 5es MO 8:30h – 12:30h MI 8:30h – 12:30h <a href="mailto:michaela.bauer@alphanova.at">michaela.bauer@alphanova.at</a>		Mag. Klaudia <b>SCHLOFFER</b> 0699/14032342 5li, 5t Mi 8:00h -13:00h (5t) Fr 8:00h – 13:00h (LaHö) <a href="mailto:klaudia.schloffer@alphanova.at">klaudia.schloffer@alphanova.at</a>	
--	---	---	--	--	---

**Du möchtest über deine Zukunft sprechen? Du hast Fragen zum Thema Schule und Lernen? Du willst dich orientieren?**

Dann komm doch ins Jugendcoaching (im Raum 019 /021, telefonisch oder per E-Mail).

Das Jugendcoaching unterstützt dich dabei, deine schulische und berufliche Laufbahn zu planen und zu meistern.

Gemeinsam werden in kostenlosen Einzelgesprächen Ideen und Perspektiven zu folgenden Themen erarbeitet:

- Zeitmanagement und Selbstorganisation
- Motivationscoaching
- Lernstrategien und Lernmethoden
- Fähigkeiten und Interessen
- Wege zu einem positiven Schulabschluss
- Bewerbungscoaching für das Pflichtpraktikum
- Unterstützungsangebote (Nachhilfe etc.)
- Erarbeitung eines Plan B

Weitere Informationen findest du unter [www.neba.at](http://www.neba.at) oder [www.alphanova.at/arbeit-tagesbegleitung/jugendcoaching/](http://www.alphanova.at/arbeit-tagesbegleitung/jugendcoaching/)

**Am Wochenende oder abends stehen Rat auf Draht (Tel.:147) oder die Telefonseelsorge (Tel.:142) zur Verfügung.**