

# Brauchst Du Hilfe?



Nützliche Adressen  
in schwierigen  
Situationen für  
Kinder und Jugendliche



[www.klicksafe.de](http://www.klicksafe.de)  
(Handy, Facebook, usw.)



[www.feelok.de](http://www.feelok.de)  
(u.a. Sucht, Gesundheit, Stress)



[www.bw-lv.de](http://www.bw-lv.de)  
(u.a. Sucht, auch Onlineberatung)



[www.quit-the-shit.net](http://www.quit-the-shit.net)  
(Cannabis)



[www.null-alkohol-voll-power.de](http://www.null-alkohol-voll-power.de)



[www.drugcom.de](http://www.drugcom.de)  
(Drogen)



[www.hilfetelefon.de](http://www.hilfetelefon.de)  
(Gewalt gegen Frauen)



[www.jung-und-schwanger.de](http://www.jung-und-schwanger.de)



[www.hilfetelefon-schwangere.de](http://www.hilfetelefon-schwangere.de)  
(Schwangere in Not)



[www.loveline.de](http://www.loveline.de)



[www.diakonie-ortenau.de](http://www.diakonie-ortenau.de)



[www.caritas.de](http://www.caritas.de)  
(auch Onlineberatung)



[www.bzga-essstoerungen.de](http://www.bzga-essstoerungen.de)

## Nützliche Links

Infos und Hilfen bei Problemen und in Krisen findest Du auch im Internet. Inzwischen bieten einige Einrichtungen auch eine anonyme und unverbindliche E-Mail-Beratung und Chatrooms in allen möglichen Lebenslagen an.

Für weitere Infos und Online-Beratung klick einfach ins Netz:



[www.nummergegenkummer.de](http://www.nummergegenkummer.de)



[www.mobbing-schluss-damit.de](http://www.mobbing-schluss-damit.de)



[www.youth-life-line.de](http://www.youth-life-line.de)  
(Krisen u. Suizidgefahr)



[www.u25-freiburg.de](http://www.u25-freiburg.de)  
(Krisen u. Suizidgefahr)



[www.aufschrei-ortenau.de](http://www.aufschrei-ortenau.de)  
(sex. Übergriffe)



[www.wildwasser-freiburg.de](http://www.wildwasser-freiburg.de)  
(sex. Übergriffe)

## Darüber reden hilft!

Die aufgeführten Beratungsstellen bieten Dir Hilfe, wenn Du nicht mehr weiter weißt. Die Beratung ist für Dich kostenlos und vertraulich. Du kannst auch ohne Deine Eltern zur Beratung gehen. Bei allen Sorgen sind auch die Seelsorger/-innen Deiner Pfarr- und Kirchengemeinde für Dich da. Ansonsten kannst Du jederzeit auch zum Telefon greifen.

Diese Sorgentelefone sind kostenlos:

### Kinder- und Jugendtelefon

„Nummer gegen Kummer“  
Tel.: 0800 111 0 333 (24h)

oder Kinder- und Jugendtelefon: 116 111  
Mo - Sa 14 bis 20 Uhr

Online-Beratung  
mittwochs und donnerstags von 14 – 18 Uhr

### Telefonseelsorge (auch Chatberatung)

Tel.: 0800 111 0 111

Tel.: 0800 111 0 222

### Beratung & Geburt vertraulich

Hilfetelefon Schwangere in Not anonym & sicher

Tel.: 0800 40 40 020

### Hilfetelefon

Gewalt gegen Frauen Tel.: 0800 116 016

### Mobbing-Hotline

Jugendinformationszentrum  
München

Tel.: 089 550 521 50

Mo 12 bis 19 Uhr

Di - Fr 13 bis 18 Uhr

oder Tel.: 0160 994 123 94 (Handy)

**Denke daran:**  
Scherzanrufe  
verhindern die  
Hilfe für Kinder  
und Jugendliche  
in Not.



## Wir helfen Dir, wenn ...

- ... Du über Deine Probleme reden möchtest
- ... Du Dich traurig und verzweifelt fühlst
- ... Du Stress in Deiner Familie hast
- ... Du gemobbt wirst
- ... Essen für Dich zum Problem geworden ist
- ... Du Gewalt erlebt hast und Schutz benötigst
- ... Du Dich selbst verletzt (z.B. Ritzen)
- ... Du manchmal einfach nicht mehr leben willst

### Psychologische Beratungsstelle für Eltern, Kinder und Jugendliche

Landratsamt Ortenaukreis / Außenstelle Achern  
Illenauer Allee 57, 77855 Achern  
Tel.: 07841 6048 4400



### Psychiatrische Institutsambulanz für Kinder und Jugendliche

MediClin Klinik an der Lindenhöhe  
Bertha-von-Suttner-Straße 1, 77654 Offenburg  
Tel.: 0781 9192 470



### Kommunaler Sozialer Dienst

Landratsamt Ortenaukreis / Außenstelle Achern  
Illenauer Alle 57, 77855 Achern  
Tel.: 07841 6048 4129



### Deutscher Kinderschutzbund Kreisverband Ortenau e. V.

Hindenburgstraße 28, 77654 Offenburg  
Tel.: 0781 43338

E-Mail: kinderschutzbund-og@t-online.de



### ... Du Probleme in der Schule hast

> Klassen-, Beratungs- und Vertrauenslehrer\*innen sowie Schulsozialarbeiter\*innen Deiner Schule

### Schulpsychologische Beratungsstelle

Gerberstraße 24, 77652 Offenburg  
Tel.: 0781 1203110

E-Mail: poststelle.spbs-og@zsl-rs-fr.kv.bwl.de



### ... Du Gewalt erlebt hast

*(körperliche, seelische oder sexuelle Gewalt)*

### Childhood-Haus Ortenau

Ortenau Klinikum Offenburg  
Ebertplatz 12, 77654 Offenburg  
Tel.: 0781 4722360

E-Mail: childhoodhaus@ortenau-klinikum.de



### ... Du sexuelle Gewalt erlebt hast

#### Aufschrei e. V.

Ortenauer Verein gegen sexuelle Gewalt an Kindern und Erwachsenen e. V.  
Hindenburgstraße 28, 77654 Offenburg  
Tel.: 0781 31000

E-Mail: offenburg@aufschrei-ortenau.de



### ... Du schwanger bist und Hilfe brauchst

#### Schwangerschafts- und Schwangerschaftskonfliktberatung

Landratsamt Ortenaukreis  
Lange Straße 51, 77652 Offenburg  
Tel.: 0781 805 9768



#### Schwangeren- und Schwangerschaftskonfliktberatung

Diakonisches Werk im  
Evang. Kirchenbezirk Ortenau  
Ratskellerstraße 8, 77855 Achern  
Tel.: 07841 1080

E-Mail: achern@diakonie-ortenau.de



#### Schwangerenberatung

Caritasverband Acher-Renchtal e. V.  
Karl-Hergt-Straße 11, 77855 Achern  
Tel.: 07841 6214 0

Nordring 9, 77704 Oberkirch  
Tel.: 07802 982225

E-Mail: kontakt@caritas-acher-renchtal.de



... Alkohol oder Drogen zu Deinem Alltag gehören oder Familie / Freunde betroffen sind

... Du mit dem Rauchen aufhören möchtest

... Internet und Handy Deine Zeit rauben

### bwlv Fachstelle Sucht Offenburg

Außenstelle Achern  
Karl-Hergt-Straße 11, 77855 Achern  
Tel.: 0781 9193480

E-Mail: fs-offenburg@bw-lv.de



### Suchtberatungsstelle Achern

Diakonisches Werk im  
Evang. Kirchenbezirk Ortenau  
Ratskellerstraße 8, 77855 Achern  
Tel.: 07841 1080

E-Mail: suchtberatung@diakonie-ortenau.de



... Du vor AIDS Angst hast oder Infos brauchst

### Beratungsstelle für HIV & andere sexuell übertragbare Krankheiten

Landratsamt Ortenaukreis  
Lange Straße 51, 77652 Offenburg  
Tel.: 0781 805-9707 oder -9772

E-Mail: aidsberatung@ortenaukreis.de



### AIDS-Hilfe Offenburg/Ortenaukreis e. V.

Malergasse 1, 77652 Offenburg  
Anonymes Beratungstelefon: 0781 19411

E-Mail: info@aids-hilfe-offenburg.de

