

## Selbstgefährdung: Präventions- und Beratungsangebote

### Allgemeine Krisenberatung

#### **juuport.de**

Selbstschutz-Plattform von Jugendlichen für Jugendliche. Gegenseitige Hilfe bei Problemen in und mit dem Web.

#### **nummergegenkummer.de**

Das kostenlose Kinder- und Jugendtelefon ist Mo - Sa von 14 - 20 Uhr unter 116111 oder 0800 - 1110333 zu erreichen, samstags beraten Jugendliche. Beratung per E-Mail ist auch möglich.

#### **telefonseelsorge.de**

0800 1110111 oder 0800 1110222

#### **youth-life-line.de**

Online-Beratung von Jugendlichen für Jugendliche und junge Erwachsene bis 21 Jahre in akuten Krisen.

#### **bke-beratung.de**

Online-Beratungsangebot der Bundeskonferenz für Erziehungsberatung für Jugendliche bei Problemen mit Eltern, Freunden, der Schule oder sich selbst.

#### **junoma.de**

Kostenlose anonyme Online-Beratung für Jugendliche in Krisensituationen wie Angst, Depression, Selbstverletzung, Essstörungen, Sexuelle Belästigung/Missbrauch, Mobbing, Gewalt, Sucht, Suizidgedanken.

### Suizid und selbstverletzendes Verhalten

#### **u25.de**

Anonyme Onlineberatung für suizidgefährdete junge Menschen bis 25 Jahre. Die Beratung erfolgt durch speziell ausgebildete Ehrenamtliche im gleichen Alter.

#### **fideo.de**

Online-Informationsangebot mit Diskussionsforum für Menschen ab 14 Jahren zum Thema Depression.

#### **neuhland.net**

Bieten terminbasierte Telefon- und Online-Beratung (E-Mail, Chat) an.

#### **psychotherapiesuche.de**

Vermittelt Anschriften und Telefonnummern von Psychotherapeuten in ganz Deutschland.

#### **star-projekt.de**

Online-Programm für Jugendliche und junge Erwachsene mit selbstverletzendem Verhalten.

### Essstörungen

#### **bzga-essstoerungen.de**

Informationen und Hilfe, Beratungsstellensuche vor Ort

#### **essstoerungen-frankfurt.de**

Telefon- und Online-Beratung bei Essstörungen

#### **cinderella-rat-bei-essstoerungen.de**

Beratungsstelle mit Onlineberatung

#### **essstoerungen-onlineberatung.de**

Beratungsstelle mit Onlineberatung

#### **ab-server.de**

Online-Beratung und Informationen zu Essstörungen

#### **anad.de**

Test "Bin ich essgestört?", Beratungsstelle, Telefonberatung, Online-/Videoberatung

#### **ninette.berlin**

Interaktiver Comic über die 14-jährige Janette, die in den Strudel der Magersucht gerät, jedoch mit therapeutischer Hilfe und der Unterstützung ihrer Freunde und Familie wieder zurück ins Leben findet.

### Sucht und Drogenmissbrauch

#### **drugcom.de**

Das Internetportal der BZgA bietet Informationen und Beratung zu legalen und illegalen Suchtmitteln und richtet sich an Jugendliche, die gelegentlich oder regelmäßig Drogen konsumieren.

#### **sucht-und-drogen-hotline.de**

Unter der Telefonnummer 01805-313031 steht die Sucht & Drogen Hotline Betroffenen, Angehörigen und beruflichen Fachgruppen mit Informations- und Beratungsangeboten zur Verfügung.

#### **partypack**

E-Mailberatung zu Fragen über Drogen oder zu Drogenkonsum.

#### **mindzone.info**

Online-Beratung zu Partydrogen.

#### **legal-high-inhaltsstoffe.de**

Online-Beratung speziell zu "Legal Highs".

### Beratungsstellensuche vor Ort

#### **dajeb.de**

Der „Beratungsführer online“ hilft bei der Suche nach Beratungsstellen vor Ort.