

# Rat und Hilfe für Kinder, Jugendliche und Eltern

Stand Dezember 2024

**Für Kinder und Jugendliche in Notfällen (auch bei körperlicher, seelischer oder sexualisierter Gewalt):** Notfallambulanz des Zentrums für Kinder- und Jugendmedizin am St. Elisabethen-Krankenhaus Lörrach

07621 – 171-4040 (außerhalb der Dienstzeiten der Sozialen Dienste und Beratungsstellen, rund um die Uhr!)

**Bei Gefahr im Verzug:** 110 (Polizeinotruf)

## Telefonberatung und Online-Beratungsangebote

Kinder- und Jugendtelefon "Nummer gegen Kummer": 116 111

<https://www.nummergegenkummer.de>

Online-Beratungsangebote für Jugendliche:

<https://www.nummergegenkummer.de/kinder-und-jugendberatung>

<https://www.bke-beratung.de/jugendberatung>

<https://www.caritas.de/hilfeundberatung/onlineberatung/kinder-jugendliche/start>

<https://www.jugendnotmail.de>

JUUPORT – Online-Beratung von Jugendlichen für Jugendliche bei Cybermobbing, WhatsApp-Stress & Co:

<https://www.juuuport.de/beratung>

drugcom – Online-Beratung der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) zu legalen und illegalen Drogen:

<https://www.drugcom.de/beratung/chat>

Nacoa – Online-Beratung für Kinder aus Suchtfamilien:

<https://nacoa.de/projekte/beratungsangebote-rund-um-das-thema-kinder-aus-suchtfamilien>

jmd4you – Online-Beratung von jungen Menschen mit Migrationshintergrund:

<https://beratung.jugendmigrationsdienste.de>

Elterntelefon „Nummer gegen Kummer“: 0800 111 0550

<https://www.nummergegenkummer.de/elternberatung/>

Online-Beratung für Eltern: <https://www.bke-beratung.de/elternberatung>

Hilfe-Telefon Sexueller Missbrauch: 0800 22 55 530

Hilfe-Portal Sexueller Missbrauch: <https://www.hilfe-portal-missbrauch.de>

Online-Beratungsangebot Sexueller Missbrauch: <https://www.hilfe-telefon-missbrauch.online>

Hilfe-Telefon Gewalt gegen Frauen: 116 016

<https://www.hilfetelefon.de>

Online-Beratungsangebot Gewalt gegen Frauen: <https://onlineberatung.hilfetelefon.de>

Telefonseelsorge (mit Mail- und Chat-Beratung): 0800 111 0 111 oder 0800 111 0 222 oder 116 123

<https://www.telefonseelsorge.de>

Mail-Beratung (pro familia) zu Fragen und Problemen zu Partnerschaft, Sexualität und Schwangerschaft:

<https://www.profamilia.de/beratung/mail-beratung>

Info-Telefon Depression (Stiftung Deutsche Depressionshilfe und Suizidprävention): 0800 33 44 533

<https://www.deutsche-depressionshilfe.de/start>

Online-Beratung für junge Menschen in Suizidgefahr:

<https://www.u25-deutschland.de>

<https://www.youth-life-line.de/beratung>

Da sein – Online-Jugendberatung zu Abschied, Tod und Trauer: <https://www.da-sein.de>

YoungWings – Onlineberatung für trauernde Jugendliche und junge Erwachsene: <https://www.youngwings.de>

# Beratung, Hilfe und Unterstützung im Landkreis Lörrach

**Für Kinder und Jugendliche im Landkreis Lörrach – Du kannst dir Hilfe holen!**

<https://www.loerrach-landkreis.de/kinderschutz/kiju>

**Psychologische Beratungsstelle für Eltern, Kinder und Jugendliche des Landkreises Lörrach:** 07621 – 410-5353

[psychologische.beratungsstelle@loerrach-landkreis.de](mailto:psychologische.beratungsstelle@loerrach-landkreis.de) | <https://www.loerrach-landkreis.de/pb>

**Wendepunkt e.V. – Beratung und Unterstützung für Mädchen\* und Jungen\*, die von sexuellem Missbrauch betroffen sind und für deren Eltern:** 07621 – 410-5353

Jede Woche am Donnerstagnachmittag in der Psychologischen Beratungsstelle in Lörrach, Brombacher Straße 4

[hol-dir-hilfe@loerrach-landkreis.de](mailto:hol-dir-hilfe@loerrach-landkreis.de) | [https://www.loerrach-landkreis.de/beratung\\_bei\\_missbrauch](https://www.loerrach-landkreis.de/beratung_bei_missbrauch)

**Fluss e.V. – Beratung zu queeren Themen, geschlechtlicher Identität und sexueller Orientierung:**

[mail@fluss-freiburg.de](mailto:mail@fluss-freiburg.de) | <https://fluss-freiburg.de/beratungen-im-landkreis>

Einmal im Monat Beratungstermine in der Psychologischen Beratungsstelle in Lörrach, Brombacher Straße 4

**Schulpsychologische Beratungsstelle Lörrach:** 07621 – 91419-60

[poststelle.spbs-loe@zsl-rs-fr.kv.bwl.de](mailto:poststelle.spbs-loe@zsl-rs-fr.kv.bwl.de) | <https://zsl-bw.de/Lde/startseite/beratung/spbs-loerrach>

**Soziale Dienste des Landkreises Lörrach:**

07621 – 410-5256 (Schopfheim)

07621 – 410-1237 (Rheinfeldern)

[https://www.loerrach-landkreis.de/de/Service-Verwaltung/Fachbereiche/Jugend-Familie/Sachgebiete/Sachgebiet/Soziale\\_Dienste](https://www.loerrach-landkreis.de/de/Service-Verwaltung/Fachbereiche/Jugend-Familie/Sachgebiete/Sachgebiet/Soziale_Dienste)

**KJP - Kinder- und Jugendpsychiatrie und Psychotherapie (St. Elisabethen-Krankenhaus) Lörrach**

Sekretariat Psychiatrische Institutsambulanz: 07621 – 171-4805 | [kjp-pia@elikh.de](mailto:kjp-pia@elikh.de)

Sekretariat KJPP: 07621 – 171-4802 | [kjp-sekretariat@elikh.de](mailto:kjp-sekretariat@elikh.de)

<https://www.klinloe.de/neue-medizinische-fachbereiche/zentrum-fuer-kinder-und-jugendmedizin/kinder-und-jugendpsychiatrie-und-psychotherapie.html>

**Drogen- und Jugendberatungsstelle des AKRM e.V. Lörrach:** 07621 58675-00

[info@drogenberatung-loerrach.de](mailto:info@drogenberatung-loerrach.de) | <https://www.drogenberatung-loerrach.de>

**KiSEL – Hilfen für Kinder und Jugendliche aus suchtbelasteten Familien:** 07621 58675-00

mehrere wöchentliche Gruppen, Einzelberatung und Angebote für Eltern

[leicher@drogenberatung-loerrach.de](mailto:leicher@drogenberatung-loerrach.de) | <https://www.drogenberatung-loerrach.de/kisel>

**Frauenberatungsstelle Lörrach e.V.:** 07621 – 87105

[info@frauenberatung-loerrach.de](mailto:info@frauenberatung-loerrach.de) | <https://frauenberatung-loerrach.de>

**Autonomes Frauenhaus Lörrach – Hilfe bei Gewalt:** 07621 – 49 325

[AutonomesFrauenhaus@fhf-loerrach.de](mailto:AutonomesFrauenhaus@fhf-loerrach.de) | <http://www.fhf-loerrach.de>

**Villa Schöpflin gGmbH - Zentrum für Suchtprävention:** 07621 – 914909-0

[info@villa-schoepflin.de](mailto:info@villa-schoepflin.de) | <https://www.villa-schoepflin.de>

**Diakonisches Werk im Landkreis Lörrach:** 07621 – 9263 0

<https://diakonie-loerrach.de/angebote>

**Caritas im Landkreis Lörrach:** 07621 – 92 75 11

<https://www.caritas-loerrach.de/unsere-angebote>

**Kinderschutzbund Ortsverband Schopfheim:** 07622 – 63929

[info@kinderschutzbund-schopfheim.de](mailto:info@kinderschutzbund-schopfheim.de) | <https://kinderschutzbund-schopfheim.de>

**profamilia – Beratungsstelle Lörrach:** 07621 – 1692388

[loerrach@profamilia.de](mailto:loerrach@profamilia.de)

<https://www.profamilia.de/angebote-vor-ort/baden-wuerttemberg/beratungsstelle-loerrach/angebote>

**KVBW – Suchportal Ärzte und Psychotherapeuten:** <https://www.arztsuche-bw.de>

## Beratung, Hilfe und Unterstützung im Landkreis Waldshut

Allgemeiner Sozialer Dienst des Landkreises Waldshut: 07751 – 86 4301

[jugendamt@landkreis-waldshut.de](mailto:jugendamt@landkreis-waldshut.de)

<https://www.landkreis-waldshut.de/jugendamt/abteilungen/allgemeiner-sozialer-dienst/>

Psychologische Beratung für Eltern, Kinder und Jugendliche des Landkreises Waldshut: 07751 – 86 4381

[erziehungsberatung@landkreis-waldshut.de](mailto:erziehungsberatung@landkreis-waldshut.de)

<https://www.landkreis-waldshut.de/jugendamt/abteilungen/psychologische-beratung/>

Psychologische Beratungsstelle für Kinder, Jugendliche und Eltern des Caritas-Verbands Hochrhein e.V.: 07761 – 5698 32

[psych.beratungsstelle@caritas-hochrhein.de](mailto:psych.beratungsstelle@caritas-hochrhein.de)

<https://www.caritas-hochrhein.de/kinder-jugend/erziehungsberatung/kontakt-anmeldung/>

**Baumhaus – Gruppenangebot für Kinder und Jugendliche aus psychisch- und suchterkrankten Familien:**

wöchentliche Gruppenstunden an zwei Standorten im Landkreis Waldshut

07761 – 56 98 40 oder 07761 – 56 98 14

[baumhaus@caritas-hochrhein.de](mailto:baumhaus@caritas-hochrhein.de) | [https://www.caritas-hochrhein.de/wp-content/uploads/pdf/prospekt\\_baumhaus.pdf](https://www.caritas-hochrhein.de/wp-content/uploads/pdf/prospekt_baumhaus.pdf)

**Frauenberatung COURAGE – Fachberatungsstelle bei häuslicher und sexualisierter Gewalt:** 07741 – 8082277

[beratung@frauenhaus-wt.de](mailto:beratung@frauenhaus-wt.de) | [courage@frauenhaus-wt.de](mailto:courage@frauenhaus-wt.de) | <https://www.frauenhaus-wt.de>

**Frauen- und Kinderschutzhaus Kreis Waldshut e.V.:** 07751 – 3553

[frauenhaus@frauenhaus-wt.de](mailto:frauenhaus@frauenhaus-wt.de) | <https://www.frauenhaus-wt.de>

**Diakonie Hochrhein:** 07751 – 8304-0

[diakonie@dw-hochrhein.de](mailto:diakonie@dw-hochrhein.de) | <https://dw-hochrhein.de>

**Caritasverband Hochrhein e.V. – Bezirksstelle Bad Säckingen:** 07761 – 5698-0

[empfang.bs@caritas-hochrhein.de](mailto:empfang.bs@caritas-hochrhein.de) | <https://www.caritas-hochrhein.de>

**KVBW – Suchportal Ärzte und Psychotherapeuten:** <https://www.arztsuche-bw.de>

## Zuverlässige Informationsangebote im Internet

**Klicksafe – Sichere Mediennutzung:**

<https://www.klicksafe.de/eltern/> (für Eltern)

<https://www.klicksafe.de/fuer-kinder/> (für Kinder)

<https://www.klicksafe.de/jugendbereich/klicksafe-fuer-jugendliche/> (für Jugendliche)

<https://www.klicksafe.de/service/aktuelles/klicksafe-apps/> (Cyber-Mobbing Erste-Hilfe App)

**Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BzGA):**

Prävention von sexuellem Missbrauch: <https://www.trau-dich.de>

Suchtprävention:

<https://www.rauch-frei.info>

<https://www.cannabispraevention.de>

<https://www.null-alkohol-voll-power.de>

**Was hilft gegen sexuelle Gewalt:** <https://washilft.org>

**GeFühle fetzen – Infoseite für Jugendliche (Bundespsychotherapeutenkammer):** <https://www.gefuehle-fetzen.net>

**Elternratgeber Psychotherapie im Jugendalter:**

[https://www.elternratgeber-psychotherapie.de/altersspezifische-empfehlungen/jugendalter\\_wer\\_bin\\_ich](https://www.elternratgeber-psychotherapie.de/altersspezifische-empfehlungen/jugendalter_wer_bin_ich)

**Ich bin alles – Infoportal zur Depression und psychischen Gesundheit bei Kindern und Jugendlichen:**

<https://www.ich-bin-alles.de>

**Infos, Selbsthilfe und Austausch – Depression bei jungen Menschen – Stark gegen Depression:** <https://fideo.de>

**Infos für Kinder und Jugendliche, die psychisch kranke Eltern haben:**

für Kinder von 8-12 Jahren: [https://www.bapk.de/fileadmin/user\\_files/bapk/Themenportal/PDF/jetzt\\_bin\\_ich\\_dran.pdf](https://www.bapk.de/fileadmin/user_files/bapk/Themenportal/PDF/jetzt_bin_ich_dran.pdf)

für Jugendliche: [https://www.bapk.de/fileadmin/user\\_files/bapk/Themenportal/PDF/its\\_my\\_turn.pdf](https://www.bapk.de/fileadmin/user_files/bapk/Themenportal/PDF/its_my_turn.pdf)