

## Selbstgefährdung: Online-Präventions- und Beratungsangebote

### Allgemeine Krisen-Beratung

#### **juuport.de**

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

#### **nummergegenkummer.de**

116111: Kostenloses Kinder- und Jugendtelefon Mo-Sa von 14-20 Uhr. Samstags beraten Jugendliche. Zudem Beratung per E-Mail und Chat.

#### **telefonseelsorge.de**

0800 1110111 oder 0800 1110222. Beratung per E-Mail und Chat ist auch möglich.

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

Online-Beratung von Jugendlichen für Jugendliche in akuten Krisen.

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

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

#### **jugendnotmail.de**

Kostenlose anonyme Online-Beratung und Forum für Jugendliche in Krisensituationen.

### Psychische Gesundheit

#### **mein Kompass**

Ein Wegweiser für Jugendliche zur psychischen Gesundheit. Aufklärung über psychische Erkrankungen und Unterstützung bei der Suche nach passenden Hilfsangeboten.

### Suizid und selbstverletzendes Verhalten

#### **[U25]Deutschland**

Anonyme Online-Beratung für suizidgefährdete junge Menschen bis 25 Jahre. Die Beratung erfolgt durch Ehrenamtliche im gleichen Alter.

#### **fideo.de**

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

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

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

### Essstörungen

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

Beratungsstellensuche vor Ort.

#### **cinderella-Beratung.de**

Beratungsstelle mit Online-Beratung.

#### **Waage e.V.**

Beratungsstelle mit Online-Beratung.

#### **anad.de**

Test *Bin ich essgestört?* Beratungsstelle, Telefonberatung und Online-/Video-Beratung.

#### **ninette.berlin**

Interaktiver Comic über Magersucht mit Informationen, Podcasts und interaktiven Tests.

### Sucht und Drogenmissbrauch

#### **DigiSucht**

Online-Beratung zu Drogen, Substanzkonsum, Glücksspielen, Sucht und Medienkonsum.

#### **drugcom.de**

Informationen und Online-Beratung zu legalen und illegalen Suchtmitteln.

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

Sucht- und Drogen-Hotline 01806-313031 für Betroffene und Angehörige.

#### **partypack**

Professionelle E-Mail-Beratung zu Drogen oder zu Drogenkonsum.

#### **mindzone.info**

Online-Beratung zu Partydrogen.

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

Online-Beratung speziell zu "Legal Highs".

### Beratung und Hilfe vor Ort

#### **dajeb.de**

Suche nach Beratungsstellen vor Ort.

#### **psychotherapiesuche.de**

Suche nach Psychotherapeuten in der Nähe.