

Übersicht über Hilfsangebote für Kinder und Jugendliche

ADHS, Lern- und Leistungsschwierigkeiten, Mobbing, Schulabsentismus, Schulische Ängste, Angst, Selbstverletzungen, Aggressionen

- **Fr. Kibler (Beratungsrektorin, Staatliche Realschule Riedenburg)**

Telefon: 09442 920118 s.kibler@ism-realschule.de

- **Staatliche Schulberatungsstelle für Niederbayern**

Seligenthaler Str. 36, 84034 Landshut

Telefon: 0871 43031 0 info@sbndb.de

- **Telefonseelsorge**

Telefon-, Chat- und Mailberatung (anonym und kostenfrei)

Telefon 0800 1110111 <https://www.telefonseelsorge.de/>

Kummer und Sorgen „aller Art“

- **bke-Jugendberatung**

<https://jugend.bke-beratung.de/views/home/index.html>

- **Nummer gegen Kummer: Kinder- und Jugendtelefon**

www.nummergegenkummer.de/kinder-und-jugendberatung/online-beratung/

Telefon: 0800 1110333 Montag bis Samstag 14:00 – 20:00 Uhr

Telefon- und Onlineberatung (anonym und kostenlos), Hilfe bei allen Fragen und Problemen

Essstörungen

- **ANAD (Anorexia Nervosa and Associated Disorders)**

www.anad.de Telefon- und Onlineberatung

Informationen zum Thema Essstörungen für Betroffenen und Angehörige, Beratung, Therapie

- **Gesundheitsamt Kelheim, Ralf Schledorn**

Telefon: 09441 207-6025 ralf.schledorn@landkreis-kelheim.de

Beratung von Betroffenen und Angehörigen zu den Themen Alkohol, Medikamente, Drogen und Spielsucht. Vermittlung von Therapieplätzen und Selbsthilfegruppen.

Suchterkrankungen (Alkohol, Medikamente, Drogen, Spielsucht ...)

- **Gesundheitsamt Kelheim, Ralf Schledorn**

Telefon: 09441 207-6025 ralf.schledorn@landkreis-kelheim.de

Beratung von Betroffenen und Angehörigen zu den Themen Alkohol, Medikamente, Drogen und Spielsucht. Vermittlung von Therapieplätzen und Selbsthilfegruppen.

- **Caritas Fachambulanz für Suchtprobleme Kelheim**

Pfarrhofgasse 1, 93309 Kelheim

Telefon: 09441 5007-42

Beratung von Betroffenen und Angehörigen zu den Themen Alkohol, Medikamente, Drogen und Spielsucht. Informationen, Beratung und ambulante Suchtrehabilitation.

Depressionen

- **FIDEO (fighting depression online)**

Forum zum Austausch, Selbsttest, Wissen über Depressionen, ...

www.fideo.de

Suizidgedanken

- **U25 Freiburg**

www.u25-freiburg.de

Anonyme Mailberatung bei Krisen und Suizidgedanken

- **neuland**

Telefon: 030 873 01 11 Montag bis Freitag 9:00 - 18:00 Uhr

<https://beratungsstelle.neuhland.net/startseite.html>

Telefon-, Email- oder Chatberatung

Schnelle Hilfe für Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene in Krisensituationen

Schwangerschaft

- **Gesundheitsamt Kelheim, Veronika Gabler**

Telefon: 09441 207-6028 veronika.gabler@landkreis-kelheim.de

Allgemeine Schwangerschaftsberatung, Schwangerschaftskonfliktberatung bei ungewollten Schwangerschaften (persönliche oder telefonische Beratung)

- **Caritas Schwangerschaftsberatung Kelheim**

Pfarrhofgasse 1, 93309 Kelheim

Telefon: 0941 79992-0 <https://www.caritas.de/onlineberatung>

Allgemeine Schwangerschaftsberatung, Persönliche Beratung oder Online-Beratung

Sexueller Belästigung / Missbrauch

- **Hilfeportal Sexueller Missbrauch für Kinder und Jugendliche**

www.hilfeportal-missbrauch.de

Informationen zum Thema sexuelle Belästigung und sexueller Missbrauch, Unterstützung und Hilfe

- **Hilfetelefon sexueller Missbrauch: 0800-22 55 530** (kostenfrei und anonym)

- **Nummer gegen Kummer: Kinder- und Jugendtelefon**

Telefon: 0800 1110333 Montag bis Samstag 14:00 – 20:00 Uhr

www.nummergegenkummer.de/kinder-und-jugendberatung/online-beratung/

Telefon- und Onlineberatung (anonym und kostenlos)

Hilfe bei allen Fragen, Sorgen und Problemen

Gewalt

- **Weisser Ring**

Opfer-Telefon Weisser Ring: 116 006 <https://weisser-ring.de>

Bundesweit. Kostenfrei. Anonym. 7 Tage die Woche von 7 bis 22 Uhr.

Hilfe bei Cybermobbing: <https://weisser-ring.de/mobbing>

Außenstelle Kelheim, Josef Doni

Telefon: 09441/2298 kelheim-bayern-sued.weisser-ring.de

Hilfe für Menschen, die Opfer von Kriminalität und Gewalt geworden sind und deren Angehörigen. Persönliche Beratung vor Ort, Telefon- und Onlineberatung