Wegweiser für Jugendliche

FRAGE STRESS KRISE PROBLEM ????

DU BIST NICHT ALLEIN DAMIT !!!



Hier findest Du Beratung & Hilfe.



LIEBE:R JUGENDLICHE:R,

es kann schon mal vorkommen, dass nicht alles ganz glatt läuft. Meistens findet man mit Freund:innen und/oder Eltern wieder auf den Weg zurück.

Manchmal ist aber auch alles irgendwie verzwickt oder sogar ernsthaft ein Problem.
Allein kommst Du einfach nicht klar.
Freund:innen wissen vielleicht auch nicht mehr weiter. Mit den Eltern reden? Du findest das geht gar nicht.

Die gute Nachricht ist: Es gibt Hilfe für Dich!

Wenn Du in (ernsthaften) Schwierigkeiten bist oder Du nicht mehr weiter weißt, ist es keine Schande Dir Hilfe von Fachleuten zu holen. Die gibt es ja extra genau dafür.

Für den Fall, dass Du mal in eine Schieflage geraten bist, bei der Du echt nicht mehr weiter weißt, haben wir diesen **Wegweiser** für Dich gemacht.

Du findest darin Beratungs- und Hilfestellen in der Region, die bei unterschiedlichsten Fragen, Sorgen und Problemen helfen können. Du findest darin auch Info- und Beratungsangebote am Telefon und im Internet.

Fast alle arbeiten **vertraulich**, d.h. niemand wird etwas von der Beratung erfahren, ohne dass Du darüber Bescheid weißt. Bei einigen kannst Du Dich auch **anonym** beraten lassen: Du musst also nicht einmal Deinen Namen nennen. Und was auch wichtig ist, die Angebote sind fast alle **kostenlos** für Dich. I.d.R. sind die Angebote **ab 12 Jahren.** Falls Du älter sein musst, steht das bei der jeweiligen Stelle dabei.

Wir hoffen, dass Du den Wegweiser nicht brauchst! Aber wenn Du doch mal ratlos bist, freuen wir uns, wenn er Dir weiterhilft.



Dein Team vom

KREISJUGENDRING
PASSAU

BERATUNG & HILFE IN DER REGION



BERATUNGSSTELLE FÜR PSYCHISCHE GESUNDHEIT

Nikolastraße 12d 94032 Passau 0851/5606-110 SPDlediakonie-passau.de www.diakonie-passau.de vertraulich & kostenlos ab 18 Jahren

> psychische Krisen und Störungen auch für Angehörige von Menschen mit psychischen Störungen



BERUFSINFORMATIONSZENTRUM PASSAU (BIZ)

Innstraße 30 94032 Passau 0851/508-390 Passau.BIZearbeitsagentur.de www.arbeitsagentur.de

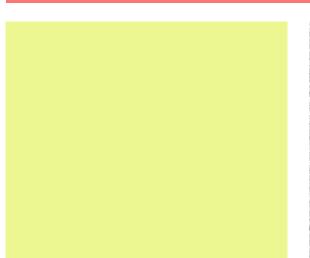
Ausbildung, Studium
Berufsbilder und ihre Anforderungen
berufliche Qualifizierung, Fort- und Weiterbildung
Bewerbung, Bewerbungstraining, Jobsuche
Beschäftigungsmöglichkeiten und -alternativen
Arbeitsmöglichkeiten im Ausland
Infomaterial mit regionalen Infos und Adressen

BEZIRKSKRANKENHAUS PASSAU: KINDER- UND JUGENDPSYCHIATRIE

Wörthstraße 5 94032 Passau 0851/21360-730 kjp-passauebkh-landshut.de www.bkh-passau.de

Einverständnis der Eltern erforderlich, Abrechnung über Krankenkasse ärztliche Schweigepflicht bis 18 Jahre (ab 18 Jahre BKH)

Abklärung, Beratung, Hilfe in psychischen Ausnahmesituationen
Lebensunlustgedanken und selbstverletzendes Verhalten
Depressionen, Ängste
Suchtverhalten







BERATUNG FÜR KINDER, JUGENDLICHE UND ELTERN

Ostuzzistraße 4
94032 Passau
0851/50126-0
eb-passau@caritas-passau.de
www.caritas-erziehungsberatung-passau.de
vertraulich & kostenlos

Probleme mit Eltern oder in der Familie Schulschwierigkeiten Ärger mit einer Freundin/einem Freund "Ich halte es nicht mehr aus…" "Mal mit jemandem reden können…"

GESUNDHEITSAMT PASSAU

Passauer Straße 33 94081 Fürstenzell 0851/397-800 gesundheitsamt@landkreis-passau.de www.landkreis-passau.de

vertraulich & kostenlos

Sozialer Beratungsdienst

Sucht, Drogen
Essstörungen
Aids, HIV
seelische Probleme
psychische Erkrankungen
Schwangerschaftsberatungsstelle
Sexualität, Geschlecht
Partnerschaft
Verhütung, Schwangerschaft



IGEL E.V. PASSAU

Große Klingergasse 8
94032 Passau
0851/2040
igel.passauegmx.de
www.igel-ev-passau.de
vertraulich & kostenlos

Beratung bei sexueller Gewalt

JUGENDMIGRATIONSDIENST

Stadtplatz 1a
94060 Pocking
08531/9101-31
L.ivanova@diakonie-passau.de
www.diakonie-passau.de
vertraulich & kostenlos

Unterstützung bei
Behördengängen
Wohnungssuche
Spracherwerb
Freizeitmöglichkeiten
Schulsystem
Bewerbungsverfahren
Berufsorientierung, Praktika





KREISJUGENDAMT PASSAU

Passauer Straße 39 94121 Salzweg 0851/397-553

kreisjugendamt@landkreis-passau.de www.landkreis-passau.de

> Probleme mit den Eltern Probleme in der Schule Mobbing, Gewalt

PRO FAMILIA

Bahnhofstraße 24
94032 Passau
0851/53121
passau@profamilia.de
www.profamilia.de und www.sextra.de
vertraulich & kostenlos

Schwangerschaftsberatungsstelle

Sexualität, Geschlecht Partnerschaft

Verhütung, Schwangerschaft

Ehe-, Familien- und Lebensberatungsstelle

Probleme mit Eltern

Trennung

Gewalterfahrung, sexualisierte Gewalt Trauer, Verlust, Traumata



PSYCHOSOZIALE BERATUNG UND BEHANDLUNG

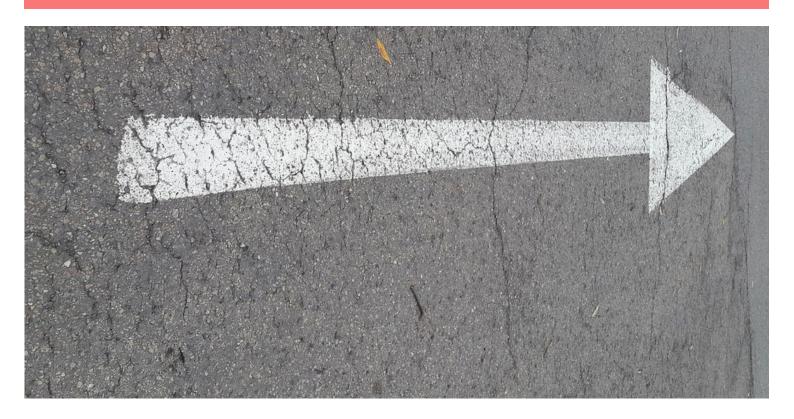
Obere Donaulände 8
94032 Passau
0851/5018-842
psychosoziale.beratung@caritas-passau.de
www.suchtberatung-passau.de
vertraulich & kostenlos
ab 14 Jahren

Alkohol-, Drogenprobleme Medikamentenabhängigkeit Essstörungen Spielsucht suchtgefährdete/suchtkranke Angehörige

SCHULDNER- UND INSOLVENZBERATUNG

Paumgartenweg 3
94060 Pocking
0851/5606140
schuldnerberatung@diakonie-passau.de
www.diakonie-passau.de
vertraulich & kostenlos

Klärung der finanziellen Lage, inkl. des tatsächlichen Schuldenbestandes Hilfestellung im Umgang mit dem zur Verfügung stehenden Haushaltsgeld weitere Angebote



UP2YOU: BERATUNGSSTELLE FÜR QUEERE MENSCHEN IN NIEDERBAYERN

Grasgasse 331 a
84034 Landshut
0871/206508-60
up2you@profamilia.de
www.up2you.profamilia-niederbayern.de
vertraulich & kostenlos, auf Wunsch anonym

Identitätsfindung (inneres Coming-out)
äußeres Coming-out
Fragen zum Transitionsprozess
queerrechtliche Fragen
Diskriminierungserfahrungen

ZENTRUM FÜR KINDER- UND JUGENDGESUNDHEIT: KINDERKLINIK DRITTER ORDEN

Bischof-Altmann-Straße 9 94032 Passau 0851/7205-0 info@kinderklinik-passau.de www.kinderklinik-passau.de https://mykinderklinik.de/

i.d.R. Überweisung durch (Kinder-) Arzt, i.d.R. bis 18 Jahre

Essstörungen, Adipositas, Ernährungsberatung
Ängste, Depressionen, Hyperaktivität, Aufmerksamkeitsstörungen
Schlafstörungen
Schulschwierigkeiten, Lern- und Leistungsstörungen
psychosoziale Belastungen, Familienprobleme
allg. med. und gesundheitliche Probleme und chronische/neurologische Erkrankungen



IN EINEM NOTFALL KANNST DU IMMER AUCH BEI DER POLIZEI ANRUFEN: 110

BERATUNG & ### HILFE IM INTERNET UND AM TELEFON



BERATUNG4KIDS

www.beratung4kids.de
anonym & kostenlos
bis 21 Jahre

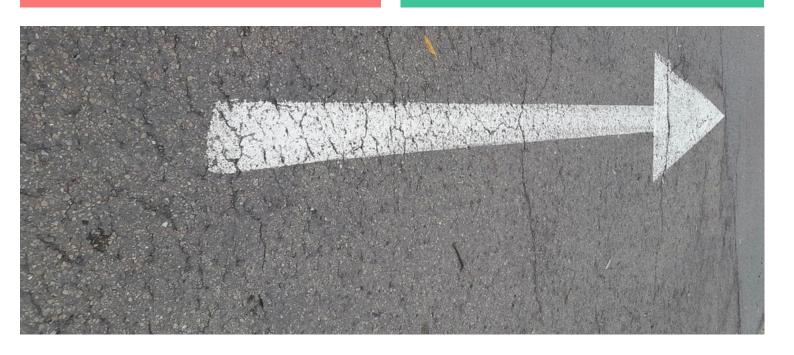
Schule Essstörungen selbstverletzendes Verhalten Trans*, Sexualität, Liebe

Familie

BKE JUGENDBERATUNG

www.jugend.bke-beratung.de **anonym & kostenlos**

Sorgen, Liebeskummer Streit/Ärger mit den Eltern Probleme mit Dir selbst, mit Freunden oder in der Schule



IN & OUT

Tel. 030/67122671 www.comingout.de anonym, kostenlos & vertraulich

> Geschlecht, Liebe, Sex, Beziehungen Coming-Out Diskriminierung

Diskriminierung andere Themen

HILFETELEFON SEXUELLER MISSBRAUCH

Tel. 0800/255530

www.save-me-online.de

anonym & kostenlos

miese Anmache, Bedrohung Mobbing in der Schule Cybermobbing, Probleme mit Sexting sexueller Missbrauch Zusendung von Pornos andere sexuelle Übergriffe/Gewalt

JUGEND NOTMAIL

www.jugendnotmail.com
vertraulich & kostenlos

Angst, Depression
selbstverletzendes Verhalten
Suizidgedanken
Essstörungen, Sucht
Familie, Freunde
Mobbing, Gewalt
Sexuelle Belästigung, Missbrauch
Liebe, Sexualität
Schule

JUUUPORT

www.juuuport.de

vertraulich* & kostenlos (*Info an Polizei bei Straftat/Suizid)

Cybermobbing
Stress in sozialen Medien
Datenklau, Technikprobleme
Cybergrooming, Sexting
Gaming, Online-Sucht



KRISENDIENST PSYCHIATRIE NIEDERBAYERN

Tel. 0800/6553000

www.krisendienste.bayern

anonym möglich & kostenlos

telefonische Beratung bei psychischen Krisen ambulante Krisentermine mobile Einsätze vor Ort

Vermittlung in stationäre (Krisen-)Behandlung

NUMMER GEGEN KUMMER

Tel. 1166111

www.nummergegenkummer.de

anonym & kostenlos

Stress mit Eltern, Freund:innen oder

Mitschüler:innen

Mobbing oder Abzocke im Internet oder im

Klassenzimmer

Angst, Depressionen

Gewalt, Missbrauch

Gewall, Missiliauch

Essstörungen, Sucht



AUCH WIR VOM KJR SIND GERNE FÜR DICH DA!

KREISJUGENDRING PASSAU

Passauer Straße 31 94081 Fürstenzell 08502/91778-0 infoekjr-passau.de www.kjr-passau.de





DU FINDEST UNS AUF SOCIAL MEDIA LIND IN VIELEN GEMEINDEN



Kreisjugendring Passau



praevention_kjr_passau

HIER SIEHST DU,
WER VOM KJR IN
DEINER GEMEINDE
FÜR DICH DA IST:







WIR BEDANKEN UNS BEI ALLEN BETEILIGTEN EINRICHTUNGEN FÜR IHRE UNTERSTÜTZUNG!

Für die Inhalte der Angebote sind die Einrichtungen verantwortlich.

Wenn Sie mit Ihrem Angebot für Jugendliche und junge Erwachsene in den Wegweiser aufgenommen werden möchten oder eine Änderung Ihres bereits aufgelisteten Angebots wünschen, melden Sie sich gerne bei uns unter 08502/91778-0 oder nicole.roth@kjr-passau.de Änderungen werden bei der nächsten Auflage berücksichtigt.

IMPRESSUM

Herausgeber

Kreisjugendring Passau Passauer Straße 31 94081 Fürstenzell

Konzept/Gestaltung

Nicole Roth

Bilder

pixabay.com

Stand

2024



WEGWEISER KOSTENLOS ANFORDERN

08502/91778-0 info@kjr-passau.de



WEGWEISER
KOSTENLOS
HERUNTERLADEN





