

Du befindest dich in einer schwierigen Phase und weißt nicht weiter?

Hier findest du Unterstützung:

Neuhland- Hilfe in Krisen

Beratung für Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene bei psychischen Krisen und Suizidgefährdung

 **030 87 30 111**

(Mo- Fr 9:00- 18:00 Uhr)

Wildwasser

Beratung für Mädchen, Frauen, trans, inter und nichtbinäre Personen (sexualisierte Gewalt im Kinder- und Jugendalter)

 **030 28 24 427**

Berliner Jungs

Hilfe für Jungen bei sexualisierter Gewalt

 **030 23 63 39 83**

Instagram: @berliner.jungs

Kindernotdienst (14-18 Jahre)

Telefonische und persönliche Beratung, Hilfe bei Krisen, kurzfristige Aufnahme/ Inobhutnahme für Kinder ab 14 Jahren

 **030 61 00 62**

(Rund um die Uhr)

Kindernotdienst (bis 13 Jahre)

Telefonische und persönliche Beratung, Hilfe bei Krisen, kurzfristige Aufnahme/ Inobhutnahme für Kinder unter 14 Jahren

 **030 61 00 61**

(rund um die Uhr)

Reach out

Beratungsstelle für Opfer rechter, rassistischer und antisemitischer Gewalt und Bedrohung in Berlin. ReachOut berät auch Opfer von Racial Profiling und rassistischer Polizeigewalt.

 **030 69 56 83 39**

OFEK e.V.

Beratung bei antisemitischen Vorfällen und Übergriffen. Psychosoziale Unterstützung und Krisenintervention.

 **0800 644 25 68**

Krisenchat 24/7

Krisenchat für allerlei Probleme, Beratungen finden per Whatsapp oder SMS statt. Anonym und kostenlos. Erreichbar über Website krisenchat.de -> "Zum Chat"

Die Anlaufstellen beraten anonym und kostenfrei.

Auch das HCG bietet Unterstützung an, die Schulsozialarbeit führt erste Beratungsgespräche durch, vermittelt an das Sibuz (Schulpsychologie), Therapeut:innen, Psychiater:innen oder weitere externe Beratungsstellen.

