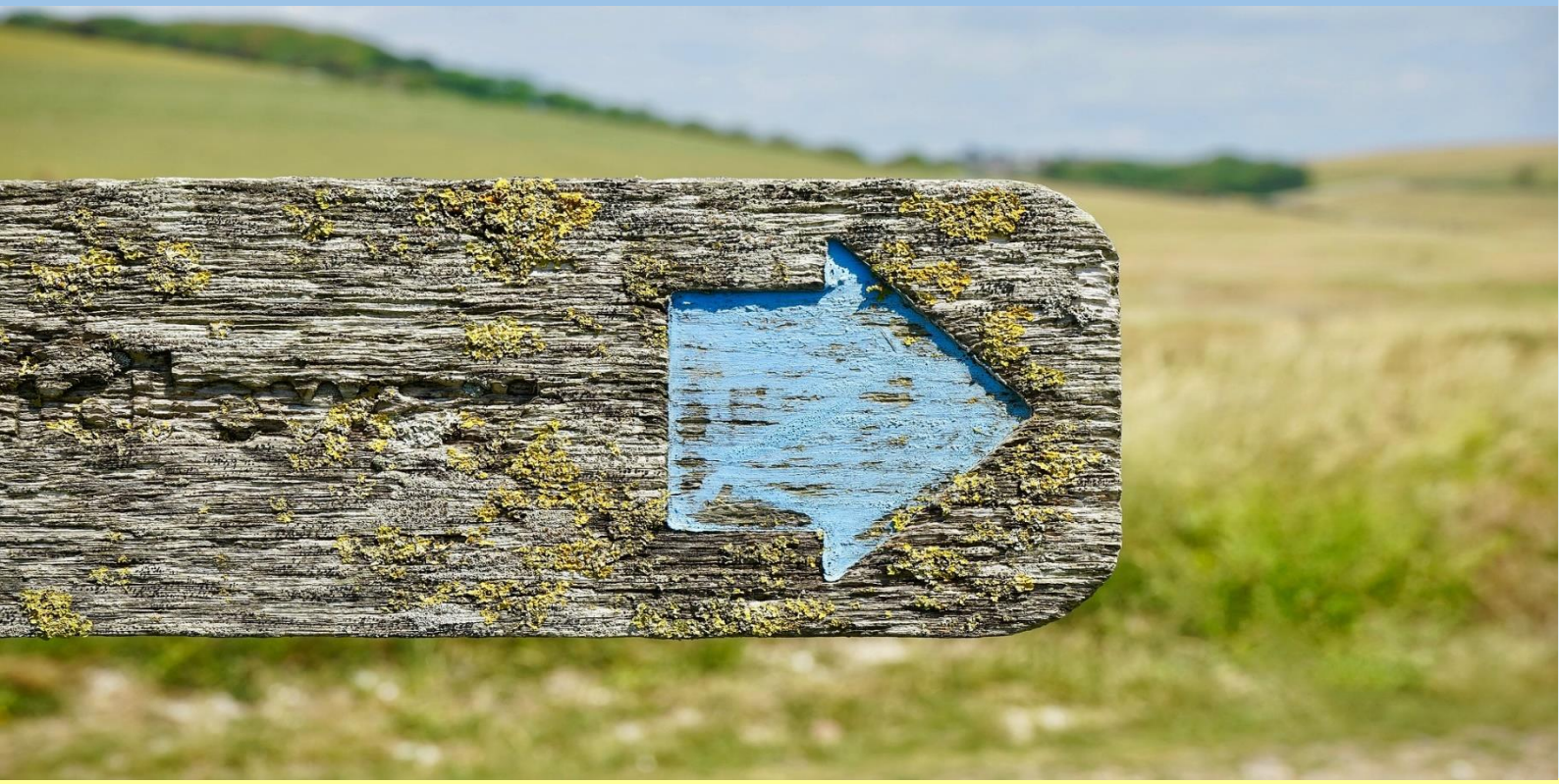
Wegweiser für Jugendliche

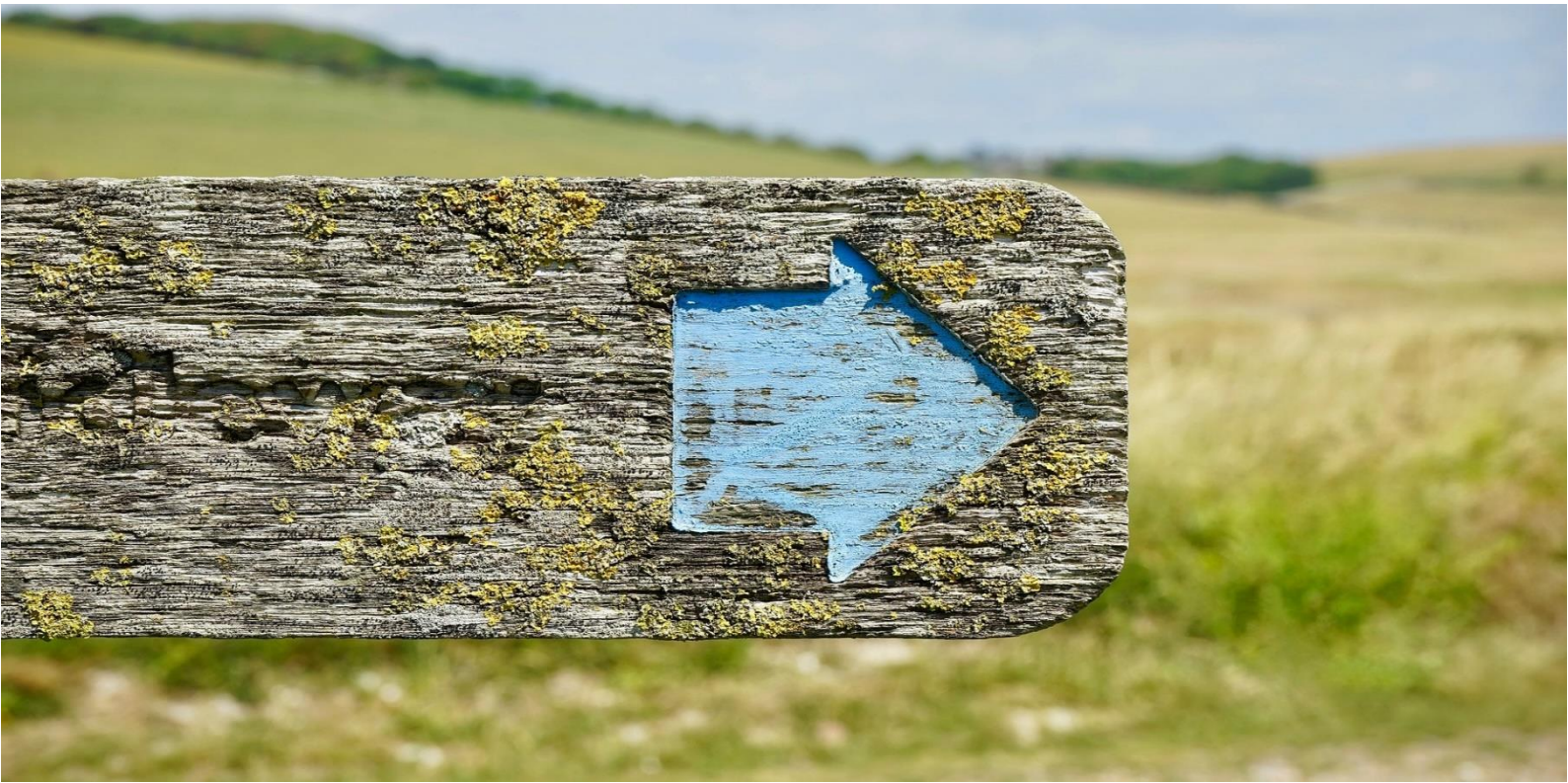
Frage - Stress - Krise - Problem?

Du bist nicht allein damit!



Hier findest Du Beratung & Hilfe.

KJR
KREISJUGENDRING
PASSAU



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. deine Eltern oder sonst jemand wird nichts von den Beratungen erfahren, ohne dass Du darüber Bescheid weißt. Bei einigen kannst Du Dich auch anonym beraten lassen, d.h. Du musst 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

KJR
KREISJUGENDRING
PASSAU

Beratung & Hilfe in der Region

Beratungsstelle für psychische Gesundheit

Nikolastraße 12d
94032 Passau
0851/5606-110
SPDI@diakonie-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.BIZ@arbeitsagentur.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-passau@bkh-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 selbst-verletzendes Verhalten
- Depressionen, Ängste
- Suchtverhalten

Erziehungs-, Jugend- und Familienberatung Passau

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

- Beratung bei sexualisierter 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

Leopoldstraße 9
94032 Passau
0851/53121
passau@profamilia.de
www.profamilia.de
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
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
vertraulich & kostenlos

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

Weißer Ring

Außenstelle Passau
0151/55164619
weißer-ring-passau@t-online.de
www.weisser-ring.de
vertraulich* & kostenlos
*bei einem Hinweis auf eine Straftat muss die Polizei informiert werden

- Opfer von Kriminalität und Gewalt
- Begleitung zu Terminen bei Polizei,
- Gericht, Staatsanwaltschaft
- Hilfestellung im Umgang mit Behörden
- Unterstützung bei materiellen Notlagen in Zusammenhang mit einer Straftat

Zentrum für Kinder- und Jugendgesundheit: Kinderklink 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. medizinische/gesundheitliche Probleme und chronische/ neurologische Erkrankungen

Info & Beratung im Internet & am Telefon

Beratung4Kids

www.beratung4kids.de
anonym & kostenlos
bis 21 Jahre

- Familie
- Schule
- Essstörungen
- Selbstverletzendes Verhalten
- Trans*, Sexualität, Liebe

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
- andere Themen

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

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

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
- Essstörungen, Sucht

Auch wir vom KJR sind gerne für Dich da!

Kreisjugendring Passau
Passauer Straße 31
94081 Fürstenzell
08502/91778-0
info@kjr-passau.de
www.kjr-passau.de

Außerdem findest Du uns auf

Facebook

- Kreisjugendring Passau
- Prävention – KJR Passau
- Gemeindejugendpflegerin Janina Bähr (Aidenbach, Aldersbach, Neuhaus/Inn, Ruhstorf/Rott)
- Gemeindejugendpflegerin Petra Baier (Bad Griesbach, Fürstenzell, Neuburg/Inn)
- Martina Schwarz Stadtjugendpflegerin (Hauzenberg)
- Sebastian Klein (Fürstenzell, Ortenburg, Ruderting, Tiefenbach)

Instagram

- aidenbachxaldersbach
- blueslidepark_fzell
- jugendtreff_brennpunkt
- jugendtreff_badgriesbach
- jugendtreff_neuburgaminn
- jugendtreff_ortenburg
- jugendtreff_ruderting
- jugendtreff_tiefenbach
- maedchentreff_bad_griesbach
- ruhstorfxneuhaus

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 info@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:	März 2021