

## Kein Land in Sicht



### Schwere Krisen, Suizidgedanken

- ▶ **Notfallambulanz**  
Klinik für Allgemeine Psychiatrie und  
Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie  
ärztl. Bereitschaftsdienst rund um die Uhr  
Voßstr. 2  
**06221 564466**

ich-bin-alles.de / u25-deutschland.de  
neuhland.net / krisenchat.de / fideo.de

## Eltern psychisch krank

- ▶ **Balance** – Beratungsstelle für  
Kinder psychisch kranker Eltern  
Voßstr. 2  
**06221 564414** oder **5636759**  
hilfenimnetz.de / nacoa.de / pausentaste.de

## Jugendberatung

- ▶ **Psychologische Beratungsstelle  
für Kinder, Jugendliche und Eltern**  
Veit-Stoß-Str. 5  
**06221 409024**  
psychologischeberatung-hd-caritas.de
- ▶ **pro familia Heidelberg**  
bei Fragen zu Körper, Liebe, Sexualität &  
Verhütung  
Hauptstr. 79  
**06221 184440**  
profamilia.de/heidelberg
- ▶ **Jugendmigrationsdienst Heidelberg**  
Beratung für junge Menschen mit  
Migrationshintergrund  
Belfortstr. 2  
**06221 3169539** oder **3169525**  
jugendmigrationsdienste.de/jmd/heidelberg

- ▶ **Erziehungsberatungsstelle**  
Plöck 2a  
**06221 5838080**  
erziehungsberatung@heidelberg.de
- ▶ **PLUS Rhein-Neckar e.V.**  
Beratung zur Vielfalt von sexueller  
Orientierung und Geschlecht  
Alte Eppelheimer Str. 50 a  
plus-rheinneckar.de

## Vorsorge, Nachsorge

Rehabilitationsangebote  
für Kinder & Jugendliche  
**Servicetelefon 0800 1000 4800**  
deutsche-rentenversicherung.de  
schon-mal-an-selbsthilfegruppen-gedacht.de

## Schlechte Gefühle?

Sprich darüber

- mit Deinen Eltern, den Großeltern
- mit Vertrauenslehrer\*innen, Schulsozial-  
arbeiter\*innen, Schulpsycholog\*innen
- mit Deinen Kinder- und Jugendärzt\*innen  
oder Hausärzt\*innen

Nummer gegen Kummer **116 111**  
(Mo–Sa, 14–20 Uhr)  
nummergegenkummer.de

Telefonseelsorge **0800 111 0 111**  
oder **0800 111 0 222**  
oder **116 123** (Tag und Nacht)  
online.telefonseelsorge.de

bke-jugendberatung.de / nethelp4u.de

Meine persönliche  
»Nummer gegen Kummer«

## Wenn die Seele überläuft

Wo Du in  
**HEIDELBERG**   
Hilfe findest



Für Dich von

**IRRSINNIG** **MENSCHLICH**

irrsinnig-menschlich.de

SOS



Rettungsdienst /  
Feuerwehr **112**  
Polizei **110**

### Klinik & Ambulanz

- ▶ Klinik für Kinder- und  
Jugendpsychiatrie  
Allgemeinambulanz  
Blumenstr. 8  
06221 566914

### Angst, Gewalt, Missbrauch

- ▶ AWO Kinderschutz-Zentrum  
Heidelberg & Rhein-Neckar-Kreis  
Adlerstr. 1/6, 2.OG  
06221 7392132  
kinderschutz-zentrum@awo-heidelberg.de

- ▶ Frauennotruf gegen sexuelle Gewalt  
an Frauen und Mädchen e.V.  
Bergheimer Str. 135  
06221 183643  
frauennotruf-heidelberg.de

- ▶ fairmann  
für Jungen und Männer  
Parkstr. 15  
06221 6516767  
fairmann.org

- ▶ Frauen helfen Frauen  
Schutz vor Gewalt für Mädchen/Frauen, deren  
Selbstbestimmung verhindert wird  
Mannheimer Str. 226  
06221 750135  
fhf-heidelberg.de

#### Für Opfer von Straftaten

- ▶ Institut für Rechtsmedizin und  
Verkehrsmedizin  
Gewaltambulanz  
Voßstr. 2  
Verletzungsdokumentation und  
Spurensicherung  
ohne Anzeigepflicht, 24 Std. geöffnet,  
vorher anrufen  
0152 54648393

### Suchtberatung

- ▶ AGJ – Suchtberatung Heidelberg  
Bergheimer Str. 127/1  
06221 29051  
suchtberatung-heidelberg@agj-freiburg.de

- ▶ Fachstelle Sucht – bwlv  
Unterer Fauler Pelz 1  
06221 23432  
fs-heidelberg@bw-lv.de

- ▶ Heidelberger Suchtberatung  
Plöck 16–18  
06221 149820  
info@heidelberger-suchtberatung.de

nacoa.de

Wir kommen gern in Deine Klasse



Selbsthilfebüro

Hier findest du  
Beratung  
zu Selbsthilfe

Heidelberger Selbsthilfebüro  
Regionalgruppe »Verrückt? Na und!«  
Reinhild Beermann  
06221 184290  
beermann@selbsthilfe-heidelberg.de



VERRÜCKT?  
NA UND!

Ein Programm von  
Irrsinnig Menschlich e.V.

Mit freundlicher Unterstützung  
der Stadt Heidelberg

 Heidelberg

Ein Modellprojekt von  
 gesundheitsziele.de  
Forum Gesundheitsziele Deutschland

