

Wo Du im Oberbergischen Kreis Hilfe findest:

Jugendberatung

- Psychologische Beratungsstelle für Eltern, Kinder, Jugendliche
Im Baumhof 5, 51643 Gummersbach
02261 88 5710 und 88 5711
- Psychologische Beratungsstelle Herbstmühle für Eltern, Kinder und Jugendliche
Herbstmühle 3, 51688 Wipperfürth
02267 3034
- Beratungsstelle für Erziehungs-, Familien-, Ehe- & Lebensfragen
Albert-Schweitzer-Weg 1
51545 Waldbröl
02291 4068
- Kreisjugendamt (zuständig für den OBK außer Gummersbach, Wiehl, Wipperfürth und Radevormwald):
02261 88 5198
- Jugendamt Gummersbach:
02261 871222
- Jugendamt Wiehl:
02262 99 422 oder 401
- Jugendamt Wipperfürth:
02267 640
- Jugendamt Radevormwald:
02195 606-0

Angst, Gewalt, Missbrauch

- Netzwerk Oberberg (no) – Netzwerk gegen Gewalt
www.obk.de/netzwerkno
- nina+nico: Beratungsstelle für von (sexualisierter) Gewalt betroffene Mädchen, Jungen und Frauen
Kaiserstr. 21 - 27
51643 Gummersbach
Telefon 02261 - 24 792
Im Notfall bitte anrufen unter:
Handy 0160 - 94 90 66 32
www.nina-nico.de
- ASS – Anonyme Spurensicherung nach sexualisierter Gewalt

Klinikum Oberberg
Kreiskrankenhaus Gummersbach
Frauenklinik
Wilhelm-Breckow-Allee 20
51643 Gummersbach
Tel.: 02261/17-0

HELIOS Klinik Wipperfürth
Abteilung Gynäkologie und Geburtshilfe
Alte Kölner Str. 9
51688 Wipperfürth
Tel.: 02267/889-0

Schlechte Gefühle?

Sprich darüber!

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

- Schulpsychologischer Dienst
des Oberbergischen Kreises
Hindenburgstraße 24
51643 Gummersbach
Telefon 02261 88-4060

Dienstags und Freitags auch Beratungstermine im "Haus der Familie"
Klosterplatz 2
51688 Wipperfürth

- Nummer gegen Kummer 116111 (Mo-Sa, 14-20 Uhr)
- Telefonseelsorge 08001110111 116 123 (Tag und Nacht)

www.bke-jugendberatung.de / www.jugendnotmail.de / www.nummergegenkummer.de / www.ich-bin-alles.de

Sexualität

- Jugendportal der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) zu Sexualität, Verhütung, Gefühle, die Entwicklung deines Körpers und mehr
www.loveline.de
- Beratung bei Fragen rund um sexuelle Gesundheit, um sexuelle Orientierungen und Geschlechtsidentitäten, um Safer Sex und sexuell übertragbare Infektionen (STI)
www.liebesleben.de

Schwere Krisen, Suizidgedanken

www.fideo.de / www.neuhland.net / www.u25-deutschland.de

Im Notfall die nächste Klinik oder Notruf 112

Vorsorge, Nachsorge

- Selbsthilfe-Kontaktstelle des Paritätische
La Roche-sur-Yon-Straße 5, 51643 Gummersbach
www.selbsthilfe-obk.de
- Selbsthilfegruppen: www.selbsthilfenetz.de
- Rehabilitationsangebote für Kinder & Jugendliche 0800 1000 4800
- www.deutsche-rentenversicherung.de
- Selbsthilfe-Kontaktstelle im Oberbergischen
Kreis: Start | Selbsthilfenetz

Klinik & Ambulanz

- Zentrum für seelische Gesundheit
Klinik für Kinder und Jugendpsychiatrie
Ambulanz und Tagesklinik
Kaiserstr. 75, 51643 Gummersbach
02261 80593
- Zentrum für seelische Gesundheit
Klinik Marienheide – Klinik für
Kinder- und Jugendpsychiatrie,
Psychosomatik und Psychotherapie
Leppestr. 65-67, 51709 Marienheide
02264 24-0

- Niedergelassene Kinder- und Jugendpsychiaterinnen und Psychiater
www.patienten.kvno.de/praxissuche
- Psychotherapeutensuche – PTK
www.ptk-nrw.de

Suchtprobleme

- Caritasverband für den Oberbergischen Kreis e.V.
Suchthilfe in Kreismitte und -süden
Talstr. 1, 51643 Gummersbach
02261 306-0
oder
Gerdessstr. 5, 51545 Waldbröl
02291 901866
- Diakonie im Kirchenkreis Lennep
Suchthilfe im Kreisnorden
(Radevormwald, Hückeswagen, Wipperfürth, Lindlar)
Marktstr. 47, 42499 Hückeswagen
02192 9361340

www.kenn-dein-limit.de / www.drugcom.de / www.null-alkohol-voll-power.de / www.rauch-frei.info / www.check-dein-spiel.de

Eltern psychisch/suchterkrankt

- Lebensfarben – Hilfen für Kinder und Jugendliche e.V.
Mühlenstr. 7, 51674 Wiehl
02262 7949546
- Psychologische Beratungsstelle Herbstmühle für Eltern, Kinder, Jugendliche
Herbstmühle 3, 51688 Wipperfürth
02267 3034
- Beratungsstelle für Erziehungs-, Familien-, Ehe- & Lebensfragen
Albert-Schweitzer-Weg 1
51545 Waldbröl
02291 4068