



Beratungs- und Hilfestellen

Sollten Sie oder ihr Kind sich in einer Krise befinden, können sie sich **an die folgenden Stellen wenden**. Sie finden hier sowohl vertrauliche online Angebote, als auch telefonische und persönliche Beratungsstellen.

Allgemeine psychologische/psychotherapeutische Unterstützung

- <https://psychotherapiezentrum.uni-freiburg.de/>
- <https://www.uniklinik-freiburg.de/psych/ambulanzen.html>
 - **telefonischer Kontakt für Notfälle:**
 - 0761-270 68 410 (Erwachsene), 0761-270 68 730 (Kinder und Jugendliche)

Hilfen für Jugendliche und Bezugspersonen in Freiburg:

- Beratungsangebot der **Rosa Hilfe** (auch per Messenger)
 - Telefon: 0761/25161 (dienstags 17-19 Uhr)
 - Mail: team@rosahilfefreiburg.de
 - Messenger: 0176/42744953
- **FLUSS e.V. Beratung** (auch über WhatsApp erreichbar)
 - <https://fluss-freiburg.de/beratung>
 - Mail: mail@fluss-freiburg.de
 - Telefon: 0761/42966005
 - hier gibt es auch **Beratungs- oder Gruppenangebote für Bezugspersonen**
- Sprechstunde für trans* & nicht-binäre Menschen sowie Menschen aus deren Umfeld @**TransAll e. V**
 - Mail: sprechstunde@trans-all.org
 - Tel.: +4976125161

In Baden-Württemberg:

- <https://www.beratung-lsbttiq.net>
- <https://www.vlsp.de/beratung-therapie/lsbttiq-beratung-baden-wuerttemberg>
- <https://www.young-and-queer.de/>

Online Beratung für LGBTQIA+ Jugendliche:

- <https://netzwerk-lsbttiq.assistio.online>
 - Beratung per Mail, telefonisch oder per Video-Chat nach Terminvereinbarung
- <https://www.vdge.org>
 - Online- und persönliche Beratung
 - Digitale Selbsthilfegruppe: Jeden Samstag ab 18 Uhr

Telefonische Beratung für LGBTQIA+: 0800 133 133 (Montag - Freitag, 19 - 21 Uhr)

- <https://www.lgbtiq-helpline.ch/de>

Weitere Beratungsstellen und nützliche Seiten, deutschlandweit:

- <https://hilfe-in-deutschland.de/lgbtq-allgemeine-beratung-und-informationsportal>

Hier finden Sie Beratungsangebote in Ihrer Nähe:

- <https://www.regenbogenportal.de/angebote?angebot=beratungsangebot>

