

Wenn du traurig bist, nicht mehr weiterweißt und gerne mit jemanden darüber reden (oder chatten) möchtest:

Psychologische Beratungsstelle für Eltern, Kinder und Jugendliche

- Regulär erreichbar per Telefon (07621 / 410-5353) oder E-Mail (psychologische.beratungsstelle@loerrach-landkreis.de)
- Hotline während der Weihnachtsferien:



Nummer gegen Kummer:



- Anonym und kostenfrei
- Auch online-Beratung möglich über https://www.nummergegenkummer.de/kinder-und-jugendtelefon.html#log_in

Telefonseelsorge:

0800 -111 0 111 oder 0800 -111 0 222