

# Unterstützung für Dich

- **Dornrose – Beratungsstelle bei sexualisierter Gewalt, Weiden**  
(Tel.: 0961 33099, Email: kontakt@dornrose.de)
- **Beratungsstelle für Kinder, Jugendliche und Familie, Weiden**  
(Tel.: 0961 3917400)
- **Kopf hoch- Onlineberatung/Chat für Jugendliche**  
(Tel.: 0800 5458668; www.kopfhoch.de)
- **Juuuport – Onlineberatung von Jugendlichen für Jugendliche** (www.juuuport.de)
- **Onlineberatung** (www.save-me-online.de)
- **Hilfeportal Missbrauch** (www.hilfeportal-missbrauch.de)
- **Bündnis gegen Cybermobbing** (www.buendnis-gegen-cybermobbing.de)
- **Online-Beschwerde bei Verstößen im Netz** (www.jugendschutz.net)
- **Jugendtelefon Nummer gegen Kummer** (Tel.: 0800 111 0 222)