

Adressen, an die du dich wenden kannst

Anlaufstellen in deinem persönlichen Umfeld

Deine Lehrerinnen und Lehrer

[Deine Schulsozialarbeiterinnen und Schulsozialarbeiter](#)

Deine Hausärztin oder Hausarzt; deine Gynäkologin oder Gynäkologen

[Deine Schulärztinnen und Schulärzte](#)

Anonyme Beratungsangebote und Informationen im Internet

www.147.ch

Rund um die Uhr Beratungen via Telefon, Chat, Email oder WhatsApp zu praktisch allen Themen.

bl.feel-ok.ch

Informationen zu Körper, Psyche, Sucht, Sexualität, Stress, deine Rechte und vieles mehr.

www.tschau.ch

Informationen zu Aussehen, Ernährung, Sucht, Sexualität und vieles mehr.

Beratungsangebote im Kanton Basel-Landschaft

[Blaues Kreuz/MUSUB](#) (Multikulturelle Suchtberatungsstelle):

Beratungen bei Fragen zu Alkohol und Sucht im Allgemeinen

Liestal: 061 905 20 20

Münchenstein: 061 411 06 66

[Helpnet](#)

Jugendberatung zu Themen wie Beziehung, Lehre, Schule und Rechtsfragen

0840 22 44 66 (8 Rp./Minute)

WhatsApp: 076 315 31 34

[Notbetten und Notfallunterbringung](#)

Notfallunterbringung bei Problemen zu Hause

Telefonnummer: 147

[Opferhilfe](#)

Vertrauliche, kostenlose und (auf Wunsch) anonyme Beratung bei Streit, Bedrohung und Verletzung bei dir oder innerhalb deiner Familie/deines Freundeskreises

Telefonnummer: 061 205 09 10

WhatsApp: 078 728 79 31

[Psychiatrie Baselland, Kinder- und Jugendpsychiatrie](#)

Beratung und Therapie bei psychischen Problemen wie Depression, Angst oder Essstörungen, in Krisen oder in Scheidungs- und Trennungssituationen der Eltern

Telefonnummer: 061 553 58 58

Psychiatrie Baselland, Ambulatorium mit Schwerpunkt Abhängigkeitserkrankungen

(Jugendbereich)

Bei Notfällen im Suchtbereich rund um die Uhr erreichbar

Liestal: 061 553 58 60

Binningen: 061 553 57 57

Schulpsychologischer Dienst (SPD)

Probleme oder Konflikte in der Schule?

Liestal und Muttenz: 061 552 70 20

Binningen, Allschwil und Laufen: 061 552 70 40

Sexuelle Gesundheit Baselland – Die kantonale Fachstelle für Schwangerschafts- und Beziehungsfragen

Beratungen bei Themen wie Verhütung, Schwangerschaft und Schwangerschaftsabbruch, Sexualität und Paarbeziehung

Liestal: 061 921 60 13

Binningen: 061 413 24 00

<https://sexuelle-gesundheit-bl.ch/>

Weitere wichtige Adressen findest hier

- Broschüre «[julex by feel-ok.ch](http://julex.by.feel-ok.ch)»
- www.jungundalt-bl.ch
- [Info Quest](#) von feel-ok.ch
- [Hilfsangebote](#) von feel-ok.ch
- www.sexuelle-gesundheit.ch