



Hilfsangebote und Informationsstellen im Kanton Solothurn

Allgemeine Informationen und Beratungsangebote

Tschau	Die Website, wo sich alles um die Jugend dreht. Themen: Sexualität, Beziehung, Lebenswelt, Schule, Sucht + Drogen.	www.tschau.ch
Telefonnummer 147	Help-o-phon Sorgentelefon für Jugendliche. Telefonnummer 147 bei Problemen in der Familie, Schwierigkeiten in der Schule, Liebeskummer, Zoff bei Freundschaften und Fragen zu Sexualität, Sucht und Gewalt.	Tel: 147 www.147.ch
Kopfhoch	Online-Beratung für Kinder und Jugendliche, die (zu Hause) Probleme haben.	www.kopfhoch.ch
Beratungsstelle Perspektive	Beratungsstelle für Jugendfragen. Bietet gratis Beratung für alle Jugendliche.	Weissensteinstrasse 33 4502 Solothurn Tel: 032 626 56 20 jugendberatung@perspektive-so.ch www.look-up.ch
Jugendberatung Region Oberer Leberberg (SROL)	Kostenlose Beratung für Jugendliche aus der Region.	Kirchstrasse 11 2540 Grenchen Tel: 032 653 70 10 srol@grenchen.ch www.srol.ch

Opferhilfe Beratungsstelle	Kostenlose Beratung für Opfer von körperlicher, psychischer oder sexueller Gewalt.	Postfach 4345 5001 Aarau Tel: 062 837 50 60 opferhilfe@opferhilfe-agso.ch www.opferhilfe-agso.ch
Beratungsstelle Frauenhaus Aargau und Solothurn	Ort für Jugendliche und junge Frauen, die Schutz suchen vor körperlicher und psychischer Gewalt.	Tel: 062/ 823 86 00 info@frauenhaus-ag-so.ch www.frauenhaus-ag-so.ch
Feel ok	Internetseite für Jugendliche über Aspekte der Gesundheit, Ernährung, Alkohol, Cannabis, Rauchen, Stress, Selbstvertrauen und Sexualität.	www.feelok.ch

Informationen und Beratung speziell für Mädchen

Mädchenhaus	Wohnraum, Schutz und (Opferhilfe-) Beratung für Mädchen und junge Frauen, die von sexueller, seelischer und körperlicher Gewalt betroffen sind	Tel: 044 341 49 45 info@maedchenhaus.ch www.maedchenhaus.ch
Castagna	Beratungs- und Informationsstelle für Mädchen gegen (sexuelle) Gewalt.	www.castagna-zh.ch
Behinderungen	Beratungs- und Kontaktstelle für junge Frauen und Mädchen mit Behinderung.	www.avantgirls.ch

Informationen und Beratung speziell für Jungen

Opferberatungsstelle für gewaltbetroffene Jungen und Männer	Kostenlose Beratung für Jungen und Männer, welche von Gewalt betroffen sind.	Hallwylstr. 78 Postfach 8155 8036 Zürich Tel: 043 322 15 00 www.opferberatungsstelle.ch
Mannebüro	Das Mannebüro Züri ist eine Beratungs- und Informationsstelle für Männer. Schwerpunkte der Arbeit sind der Umgang mit häuslicher Gewalt, Krisensituationen und Konflikten, sowie die Auseinandersetzung mit der Rolle als Mann und der männlichen Sexualität.	www.mannebuero.ch

Informationen und Beratung zur Sexualität

Lust und Frust	Wissenswertes zum Thema Sexualität für Jugendliche bis 21 Jahre.	www.lustundfrust.ch
Durchblick	Internetberatung für Jugendlichen bei Fragen zur Liebe, Freundschaft, Sexualität und Verhütung.	www.durchblick.ch
Lilli	Info-Seite für junge Frauen und Männer. Thematisiert Sexualität und sexuelle Gewalt.	www.lilli.ch
Rainbowgirls	Information und E-Beratung für junge lesbische und bisexuelle Frauen.	www.rainbowgirls.ch
AIDS-Hilfe Schweiz	Die AIDS Hilfe Schweiz beantwortet Fragen zum Thema Homosexualität.	www.drgay.ch
AIDS-Hilfe	Aids-Hilfe Solothurn beantwortet Fragen rund um AIDS.	www.aids-so.ch