

# Links

## Allgemein

- [no-zoff](#)  
Jugend- und Familienberatungsstellen Zentralschweiz
- [Tschau](#)  
Internet-Angebot für Jugendliche. Informationen zu Themen wie Sexualität, Beziehungen, Schule, Job, Sucht etc.

## Finanzen

- [Budgetberatung](#)  
Der Dachverband Budgetberatung Schweiz ist eine Nonprofit-Organisation. Seit über 60 Jahren spezialisieren wir uns als unabhängige Anlaufstelle auf Fragen rund um das Budget von Privatpersonen. Gemeinsam mit unseren Mitgliedern und Partnern bieten wir Informationen, Beratung und Weiterbildungsangebote für Privatpersonen, Fachpersonen und Unternehmen.
- [Fachstelle Stipendien Kt. Luzern](#)  
Fachstelle rund bei Fragen rund um Stipendien.

## Bildung/Beruf

- [BIZ Beratungs- und Informationszentrum für Bildung und Beruf](#)  
Unser BIZ ist für alle, die sich über Ausbildung, Beruf oder Laufbahn informieren wollen oder beraten lassen möchten.
- [Lostly](#)  
Unterstützung bei Schwierigkeiten für Lernende

## Notfall

- [Pro Juventute 147](#)  
Beratung + Hilfe, SMS-Beratung, Chat-Beratung, professionelle, kostenlose und anonyme Beratung für Kinder und Jugendliche, rund um die Uhr
- [Die Dargebotene Hand - 143](#)  
Ist ein Sorgentelefon, dass rund um die Uhr für Menschen, die ein helfendes und unterstützendes Gespräch benötigen, da ist.
- [NAU](#)  
Notaufnahme Utenberg NAU für Jugendliche

- [Mädchenhaus](#)  
Schutz, Unterkunft und Beratung für Mädchen und junge Frauen die von sexueller, psychischer und physischer Gewalt betroffen sind
- [Schlupfhuus](#)  
Sorgentelefon, Beratungsstelle und Unterkunft für Jungen und Mädchen (13.J. – 18.J.)

### **Körper/Gesundheit**

- [LILLI](#)  
Seite für junge Frauen und Männer zum Thema Sexualität und sexuelle Gewalt
- [S&X](#)  
S&X Sexuelle Gesundheit Zentralschweiz informiert und berät Sie zu Themen rund um Sexualität, HIV und anderen sexuell übertragbaren Infektionen. Unsere Beratung ist kostenlos und vertraulich, auf Wunsch auch anonym.

### **Sucht/Alkohol**

- [SafeZone](#)  
Niederschwelliges und kostenloses Online-Suchtportal für Betroffene, Angehörige und Fachpersonen. Es wird vom Bundesamt für Gesundheit (BAG) in Zusammenarbeit mit den Kantonen und mit auf Sucht spezialisierten Organisationen angeboten.
- [Infodrog](#)  
Schweizerische Koordinations- und Fachstelle Sucht
- [DILU](#)  
Wir bieten neben Informationen rund um psychoaktive Substanzen auch Beratung und ein ambulantes Drug Checking an. Die Abgabe einer Substanz ist immer mit einem Beratungsgespräch verbunden. Durch die professionelle Analyse der Substanzen können Aussagen zu Zusammensetzung, Streckmittel und Synthesenebenprodukte gemacht werden.
- [Mamatrinkt](#) / [Papatrinkt](#)  
Website mit Forum für Kinder mit alkoholabhängigem Elternteil  
Sucht Schweiz

### **Elektronische Medien**

- [Feel ok](#)  
Infos, Tests, Games, Arbeitsblätter, etc. für Jugendliche, Lehrpersonen und Eltern