

Unterstützung in Psychosozialen Krisensituationen

Telefon-, Chat- und Mailberatung

Telefonseelsorge

Telefon <http://www.telefonseelsorge.de/>
0800 - 111 0 111 /
0800 - 111 0 222 /
116 123

Chat <https://chat.telefonseelsorge.org/index.php>
Mailberatung <https://ts-im-internet.de/>

BDP-Corona – Hotline

Beratungshotline des
Berufsverband Deutscher
Psychologen www.bdp-verband.de
0800 - 7772244

Deutsche Depressionshilfe

Info-Telefon Depression
Krankheits-und
behandlungsbezogene
Informationen sowie Hinweise
zu Anlaufstellen <https://www.deutsche-depressionshilfe.de>
0800/3344533

Seelefon

Beratung in Krisensituationen <https://www.bapk.de/angebote/seelefon.html>
0228 71 00 24 24

Chatberatung seelefon@psychiatrie.de

Hellobetter (kommerzieller Anbieter; in Coronazeiten kostenfreie Angebote)

Kostenfreie Hotline <https://www.hellobetter.de/corona-krise/>
Öffentliche Videosprechstunde
Informationen
Online-Training
+49 (0) 800 00095 54

Selfapy (kommerzieller Anbieter; in Coronazeiten kostenfrei)

Online Programm <https://www.selfapy.de/corona/>
Informationsgespräch

**Deutsche
Depressionshilfe**
(Steht für 6 Wochen
gratis zur
Verfügung)

I fight depression tool

<https://www.deutsche-depressionshilfe.de/unsere-angebote/fuer-betroffene-und-angehoerige/ifightdepression-tool>

**Caritas
Deutschland**

Onlineberatung zu:
Allgemeine Sozialberatung,
Behinderung und psychische
Beeinträchtigung, Eltern und
Familie, HIV, AIDS, Kinder und
Jugendliche, Leben im Alter,
Rechtliche Betreuung,
Schulden, Sucht, Straffälligkeit

<https://www.caritas.de/hilfeundberatung/onlineberatung/>

**AWO Bundes-
verband e.V.**

Pflege- und Seniorenberatung,
Betreuungsvereine, Migration,
Schulden- und
Insolvenzberatung,
Wohnungslosenhilfe, Hilfe bei
häuslicher Gewalt,
Suchtberatung,
Erziehungsberatung

<https://www.awo.org/index.php/beratung-finden>

Weitere Hilfestellung und gebündelte Kontakte

**Aktionsbündnis
seelische
Gesundheit**

Tipps und Hilfsadressen

<https://deinkopfvollerfragen.de/wo-finde-ich-hilfe-in-der-krise/>

Psychenet

Übersicht Hilfesystem &
Kontaktstellen

<https://www.psychenet.de/de/hilfe-finden/hilfesystem-im-ueberblick.html>
<https://www.psychenet.de/de/hilfe-finden/schnelle-hilfe.html>

**Nationale
Kontakt- und
Informations-
stelle zur
Anregung und
Unterstützung von
Selbsthilfegruppen**

Beratung zu
Selbsthilfegruppen

<https://www.nakos.de/>

030 - 31 01 89 60

**SeeleFon des
BAPKs
Für Geflüchtete**

Beratung in
Krisensituationen
in arabisch, englisch,
französisch

help@seelefon.org

0228 - 710 02 42 5

**Muslimisches
SeelsorgeTelefon**

030 - 443 50 98 21

www.mutmes.de