

WEITERE HOTLINES UND ONLINE- ANGEBOTE

Telefonische sowie Mail- und Chatberatung

TelefonSeelsorge® Deutschland | Sorgen kann man teilen.
0800/1110111 · 0800/1110222 · 116123. Ihr Anruf ist kostenfrei.

Muslimisches Seelsorge Telefon: 030 443509821. (kostenfrei) 24 std.
Mutes – Muslimisches SeelsorgeTelefon

Info- Telefon Depression: 0800 33 44 533 (kostenfrei)
Mo, Di, Do: 13.00 – 17.00 Uhr
Mi, Fr: 08.30 – 12.30 Uhr
Info-Telefon Depression – Stiftung Deutsche Depressionshilfe (deutsche-depressionshilfe.de).

SeeleFon der BApKs:
0228 7100 2424 Mo-Do 10.00– 12.00 Uhr und 14.00– 20.00 Uhr
Fr 10.00 –12.00 Uhr und 14.00 bis 18.00 Uhr
Bundesverband der Angehörigen psychisch Kranker: Seelefon (bapk.de).

SeeleFon für Flüchtlinge der BApKs:
0228 71002425 Mo, Di, Mi von 10.00 –12.00 Uhr sowie von 14.00– 15 Uhr.
Bundesverband der Angehörigen psychisch Kranker: Flüchtlingstelefon
(bapk.de)

Nummer gegen Kummer- Kinder- und Jugendtelefon: 116-111 (kostenfrei)
Mo-Sa von 14.00–20.00 Uhr. Online- Beratung ebenfalls möglich.
Beratung für Kinder und Jugendliche | Nummer gegen Kummer

Nummer gegen Kummer- Elterntelefon: 0800 111 0 550 (kostenfrei) Mo-Fr von
09.00 –17.00 Uhr, Di und Do bis 19.00 Uhr
Beratung bei Sorgen um Ihr Kind | Nummer gegen Kummer

Studentische TelefonSeelsorge: 040 411 70 411 tägl. 20.00–24.00 Uhr
Studentische TelefonSeelsorge® – esg (esg-hamburg.de).

Das Silbertelefon: 0800 470 80 90 (kostenfrei), tägl. 08.00–22.00 Uhr. Das
Netzwerk gegen Einsamkeit im Alter.
Silbernetz

Alzheimertelefon: 030 259 37 95 14. Mo-Do von 09.00– 18.00 Uhr sowie Fr von
09.00 – 15.00 Uhr. Beratung für Menschen mit Demenz und ihre Angehörigen.
Deutsche Alzheimer Gesellschaft e.V.: Alzheimer-Telefon der Deutschen
Alzheimer Gesellschaft (deutsche-alzheimer.de).

Sucht- und Drogenhotline: 01806 313031 24 Std.
Sucht & Drogen Hotline ([sucht-und-drogen-hotline.de](https://www.sucht-und-drogen-hotline.de))

Bundesweites Sorgentelefon für Angehörige von Menschen mit Suchtproblemen: 06062 607 67. Fr-So von 08 bis 22 Uhr.
Suchtberatung & Drogenberatung kostenlos – DRK e.V.

Opfer- Telefon des Weißen Rings.: 116 006 (kostenfrei) tägl. 07-22 Uhr.
Opfer-Telefon | WEISSER RING e. V. ([weisser-ring.de](https://www.weisser-ring.de))

Hilfetelefon Gewalt gegen Frauen: 116 016 (kostenfrei) 24 Std.
Startseite: Hilfetelefon

Hilfetelefon Gewalt an Männern: 0800 1239900. (kostenfrei) Mo-Do von 08.00-20.00 Uhr und Fr 08.00-15.00 Uhr.
Zusätzlich Chat- Beratung.
<https://www.maennerhilfetelefon.de/>

Hilfe- Telefon Sexueller Missbrauch: 0800 22 55 530 (kostenfrei) Mo., Mi., Fr von 9.00 – 14.00 Uhr, Di, Do von 15.00- 20.00 Uhr.
Zusätzlich Online- Beratung.
<https://www.hilfe-portal-missbrauch.de/startseite>

Krisentelefon der Behandlungsinitiative Opferschutz e.V.: 0721 470 439 35.
Mo- Fr von 08.00 – 16.00 Uhr.
Für Menschen die befürchten eine Gewalt-oder Sexualstraftat zu begehen.
Hilfe für Personen, die befürchten eine Gewalt- oder Sexualstraftat zu begehen ([bevor-was-passiert.de](https://www.bevor-was-passiert.de))

Hilfetelefon- Schwanger in Not: 0800 40 40 020 (kostenfrei) 24 Std.
Hilfetelefon – Schwangere in Not: Startseite

WEITERE BERATUNGSANGEBOTE...

Krisen-Kompass. Kostenfreie App zum Download
KrisenKompass – TelefonSeelsorge® Deutschland

MANO- Suizidprävention. Anonyme Onlineberatung für Erwachsene.
MANO – Suizidprävention ([mano-beratung.de](https://www.mano-beratung.de))

Rettungs-Ring – Online Hilfs- und Unterstützungsangebot für Menschen in psychischen bzw. seelischen Krisen
Rettungs-Ring – Hilfe in Corona-Zeiten

JugendNotmail. Hilfe für Kinder und Jugendliche in allen Lebenslagen. Online-Beratung, Live- Chat Di und Do 18.00- 20.00 Uhr
[JugendNotmail Online-Beratung](https://www.jugendnotmail.de) | [Mailberatung](https://www.jugendnotmail.de) | [Chatberatung](https://www.jugendnotmail.de)

Juuuport.de. Hilfe bei Cybermobbing und anderen Problemen im Netz.
Online- und WhatsApp- Beratung.
www.juuuport.de: Cybermobbing-Hilfe | Wir beraten Dich online! | JUUUUPORT

U25. Mailberatung für junge Menschen in Suizidgefahr.
Mailberatung für junge Menschen in Suizidgefahr: anonym und kostenlos ([u25-deutschland.de](https://www.u25-deutschland.de))

Youth-Life-Line-. Online- Beratung, anonym und kostenfrei.
Youth-Life-Line – Im Leben bleiben!