

# 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- 2000 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](http://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 | WEISSE RING e. V. ([weisser-ring.de](http://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/](http://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](http://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](http://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](http://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 | Mailberatung | Chatberatung**

**Juuuport.de. Hilfe bei Cybermobbing und anderen Problemen im Netz.**  
**Online- und WhatsApp- Beratung.**  
**[www.juuuport.de: Cybermobbing-Hilfe | Wir beraten Dich online! | JUUUPORT](http://www.juuuport.de)**

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

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