

## Kontaktstellen für schnelle Hilfe

Name	Art	Themen	Telefon	Webseite
Telefonseelsorge	Hilfe per -Telefon -Chat -Email	alle	0800 111 0 111 oder 0800 111 0 222	<a href="https://online.telefonseelsorge.de/">https://online.telefonseelsorge.de/</a>
Nummer gegen Kummer	Hilfe per -Telefon -Chat -Email	alle	für Eltern: 0800 111 0550 für Kinder und Jugendliche: 116 111	<a href="https://www.nummergegenkummer.de/">https://www.nummergegenkummer.de/</a>
Krisendienste Bayern	Hilfe Beratung Vermittlung	alle	0800 655 3000	<a href="https://www.krisendienste.bayern/">https://www.krisendienste.bayern/</a>
Nakos - Nationale Kontakt- und Informationsstelle zur Anregung und Unterstützung von Selbsthilfegruppen	Information Selbsthilfe- gruppen	alle		<a href="https://www.nakos.de/">https://www.nakos.de/</a>
Stiftung Deutsche Depressionshilfe	Information Infotelefon	Depression	0800 33 44 5 33	<a href="https://www.deutsche-depressionshilfe.de/start">https://www.deutsche-depressionshilfe.de/start</a>
Fideo	Forum für -Austausch -Selbsthilfe	Depression		<a href="https://fideo.de/">https://fideo.de/</a>
Hilfetelefon Gewalt gegen Frauen	Hilfe per -Telefon -Chat -Email	Gewalt gegen Frauen	0800 0116 016	<a href="https://www.hilfetelefon.de/">https://www.hilfetelefon.de/</a>
Psychiatrie in ihrer Nähe				
Niedergelassene Fachärzte für Psychiatrie und Psychotherapie				
Niedergelassene Psychotherapeuten			Koordinationsstelle der KVB (Kassenärztliche Vereinigung Bayern) 0921 787765 40410	<a href="http://www.bptk.de">www.bptk.de</a>

Weitere Kontaktstellen auf der Seite des Bundesministeriums unter <https://familienportal.de/>