

# Ansprechstellen in Krisensituationen

## Selbstverletzendes Verhalten & Suizidalität

<b>Telefonseelsorge</b>	0800 111 0 111 oder 0800 111 0 222 (kostenlos, 24/7) Chat: <a href="https://www.telefonseelsorge.de/">https://www.telefonseelsorge.de/</a>
<b>Psychiatrische Notfallambulanz im Krankenhaus in der Nähe</b>	Über Internet-Suchmaschine
<b>Regionaler Krisendienst</b>	Über Internet-Suchmaschine
<b>Notfalls</b>	Notruf: 112 (bei Gefahr für Leib & Leben) ärztlicher Bereitschaftsdienst: 116 117

## Sexualisierte Gewalt

<b>Hilfe-Telefon Sexueller Missbrauch</b>	0800 225 55 30 (Mo, Mi, Fr: 9:00 - 14:00 Uhr & Di, Do: 15:00 - 20:00 Uhr) <a href="https://www.hilfe-portal-missbrauch.de/hilfe-telefon">https://www.hilfe-portal-missbrauch.de/hilfe-telefon</a>
<b>„Schreib Olli“ - Online-Beratung bei sexualisierter Gewalt in Kindheit &amp; Jugend (Registrierung notwendig)</b>	<a href="https://schreib-ollie.de/">https://schreib-ollie.de/</a>
<b>Zentrale Anlaufstelle für Betroffene von sexualisierter Gewalt in der Evangelischen Kirche &amp; Diakonie</b>	0800 504 01 12 <a href="https://www.anlaufstelle.help/">https://www.anlaufstelle.help/</a>
<b>Infos &amp; Hilfen bei sexualisierter Gewalt durch Minderjährige</b>	<a href="https://www.unddu-portal.de/de">https://www.unddu-portal.de/de</a>
<b>Hilfe für Menschen mit pädosexuellen Neigungen</b>	<a href="https://kein-taeter-werden.de/">https://kein-taeter-werden.de/</a>

## Häusliche Gewalt

Örtliches Jugendamt/ ISO-Fachkraft	Über Internet-Suchmaschine
Hilfetelefon bei Gewalt gegen Frauen	116 016 <a href="https://www.hilfetelefon.de/">https://www.hilfetelefon.de/</a>
Hilfetelefon bei Gewalt gegen Männer	0800 123 99 00 <a href="https://www.maennerhilfetelefon.de/">https://www.maennerhilfetelefon.de/</a>
Kinder- und Jugendtelefon	116 111 (kostenlos, Mo - Sa, 14:00 - 20:00 Uhr)
Elterntelefon	0800 111 0550 (Mo - Fr, 9:00 - 17:00 Uhr & Di, Do bis 19:00 Uhr)
Nummergegenkummer Online-Chat-Beratung	<a href="https://www.nummergegenkummer.de/">https://www.nummergegenkummer.de/</a>
Kinder- und Jugendnotdienst (KJND) vor Ort	Über Internet-Suchmaschine

## Substanzmissbrauch

Sucht & Drogen Hotline	01806 313 031 (täglich, anonym)
Digitale Suchtberatung	<a href="https://www.suchtberatung.digital/">https://www.suchtberatung.digital/</a>
Notfalls	Notruf: 112 (bei Gefahr für Leib & Leben) Giftnotruf: bundeslandspezifisch - über Internet-Suchmaschine