

# Anlaufstellen für psychische Gesundheit

**Elterntelefon** (Nummer gegen Kummer): 0800 1110550 | Mo, Fr 9:00–17:00  
Uhr, Die, Do 9:00–19  
Uhr | <https://www.nummergegenkummer.de/elterntelefon.html>

**Hilfetelefon Sexueller Missbrauch:** 0800 22 55 530 | Mo, Mi, Fr 09:00–  
14:00 Uhr, Di, Do 15:00–20.00 Uhr | E-Mail-Beratung:  
[beratung@hilfetelefon-missbrauch.de](mailto:beratung@hilfetelefon-missbrauch.de)

**Hilfetelefon Gewalt gegen Frauen:** 08000 116 016 | kostenfrei rund um  
die Uhr | Betroffene aller Nationalitäten und Sprachen | E-Mail-Beratung:  
<https://www.hilfetelefon.de/> | Sofort-Chat-Beratung (täglich 12:00–  
20:00 Uhr): <https://www.hilfetelefon.de>

**Terminservicestelle** / Psychotherapeutensuche der Kassenärztlichen  
Vereinigung: 116 117 | <https://www.eterminservice.de/terminservice>  
Psychotherapeutensuche der Deutschen Psychotherapeutenvereinigung  
e. V.: <https://www.dptv.de/psychotherapie/psychotherapeutensuche/>

**Therapeuten- und Psychotherapiesuche:**  
<https://www.therapie.de/therapeutensuche/>

Im **Notfall** rufe bitte die nächste psychiatrische Klinik oder den  
Rettungsdienst an:

# 112

@immerLiebe.de