

Kein Land in Sicht



Schwere Krisen, Suizidgedanken

- ▶ **Krisendienst Psychiatrie Oberbayern**
0800 655 3000 (Tag und Nacht)
- ▶ **Die Arche**
Suizidprävention und Hilfe in Lebenskrisen e.V.
Saarstraße 5, 80797 München
089 334041
info@die-arche.de
die-arche.de



u25-deutschland.de / fideo.de
neuhland.net / krisenchat.de

Im Notfall die nächste Klinik oder
Notruf 112

Jugendberatung

- ▶ **Infonon von Jugendlichen für Jugendliche:**
089 121 5000 (täglich 18–22 Uhr)
Onlineberatung:
Infonon 1215000.de
- ▶ **Therapienetz Essstörung**
Sonnenstraße 2, 80331 München
089 720 136 780
beratung@tness.de
tness.de
- ▶ **LGBTIQ*– Diversity München**
Blumenstraße 11, 80331 München
089 55266986
diversity-muenchen.de

- ▶ **AETAS Kinderstiftung**
nach hochbelastenden Lebensereignissen
089 15 92 76 0
info@aetas-kinderstiftung.de
aetas-kinderstiftung.de

Vorsorge, Nachsorge

Rehabilitationsangebote für Kinder & Jugendliche
Servicetelefon **0800 1000 4800**
deutsche-rentenversicherung.de

Selbsthilfegruppen für Jugendliche
schon-mal-an-selbsthilfegruppen-gedacht.de

Schlechte Gefühle?

Sprich darüber

- mit Deinen Eltern, den Großeltern
- mit Vertrauenslehrer*innen, Schulsozialarbeiter*innen, Schulpsycholog*innen
- mit Deinen Kinder- und Jugendärzt*innen oder Hausärzt*innen

Nummer gegen Kummer **116 111**
(Mo–Sa, 14–20 Uhr)
nummergegenkummer.de

Telefonseelsorge **0800 111 0 111**
oder **116 123** (Tag und Nacht)
online.telefonseelsorge.de

bke-jugendberatung.de
ich-bin-alles.de

Meine persönliche
»Nummer gegen Kummer«

Wenn die Seele überläuft

Wo Du in
MÜNCHEN
Hilfe findest



Für Dich von

IRRSINNIG **MENSCHLICH**

irrsinnig-menschlich.de

SOS



**Rettungsdienst /
Feuerwehr 112**
Polizei 110

Eltern psychisch krank

Onlineberatung auf:
kidkit.de
»Trampolin« Programm: extra-ev.org
chimpsnet.org (Angehörige und Freunde)
nacoa.de
pausentaste.de
deutsche-depressionshilfe.de
kipse.de

Klinik & Ambulanz

- ▶ **kbo Heckscher Klinikum München**
Deisenhofenerstraße 28, 81539 München
089 9999-0
info.hek-mdh@kbo.de
kbo-heckscher-klinikum.de
- ▶ **LMU Klinik**
für Kinder- und Jugendpsychiatrie,
Psychosomatik und Psychotherapie
Nussbaumstraße 5a, 80336 München
089 4400-55511 oder **-55512**
kjp-klinik@med.uni-muenchen.de
lmu-klinikum.de/kinder-und-jugendpsychiatrie

Angst, Gewalt, Missbrauch

- ▶ **Beratungsstelle IMMA e.V.**
für Mädchen und junge Frauen
Jahnstraße 38, 80469 München
089 2607531
beratungsstelle@imma.de
imma.de
- ▶ **KIBS e.V.**
für Jungen und junge Männer
Landwehrstraße 34, 80336 München
089 231716-9120
mail@kibs.de
- ▶ **Kinderschutzbund München**
Kapuzinerstraße 9D, 80337 München
089 55 53 56
kischuz@dksb-muc.de
kinderschutzbund-muenchen.de

- ▶ **Weisser Ring München**
Ettstraße 2, 80333 München
0151 55164687
muenchen@mail.weisser-ring.de
muenchen-bayern-sued.weisser-ring.de

Suchtprobleme

- ▶ **Suchthotline München**
089 28 28 22 (Tag und Nacht)
- ▶ **Giftnotruf München**
089 19240 (Tag und Nacht)
- ▶ **Suchtberatung Landeshauptstadt München**
089 233 47200

Wir kommen gern in Deine Klasse

Diakonie 
München und Oberbayern

Regionalgruppe München
Sozialpsychiatrische Dienste
Neuhausen-Nymphenburg
Leonrodstraße 54, 80636 München
089 126991452
schulprojekt@diakonie-muc-obb.de



**VErRüCkT?
NA UND!**
Ein Programm von
Irrsinnig Menschlich e.V.

Ein Modellprojekt von
gesundheitsziele.de
Forum Gesundheitsziele Deutschland