

Ressourcen und Hilfsangebote

International Association for Suicide Prevention, internationale Übersicht von Hilfsangeboten: <https://findahelpline.com/i/iasp>

Deutschland:

Telefon:

diversity München (für alle Personen unter 27 Jahren): 089 55 266 986

Nummer gegen Kummer, Kinder- und Jugendtelefon: 116 111, 0800/111 0 333 (Mo-Sa, 14-20 Uhr)

Strong!: 0800 00 112 03

TelefonSeelsorge: 0800/111 0 111, 0800/111 0 222, 116 123

Chat:

Krisenchat (für alle Personen unter 25 Jahren): <https://krisenchat.de/?chat=true>

lambda peersupport (für alle Personen unter 27 Jahren): <https://lambda-peersupport.de/einzelsupport>

Nummer gegen Kummer: <https://www.nummergegenkummer.de/onlineberatung/#/> (Mo-Do, 14-18 Uhr)

E-Mail:

diversity München (für alle Personen unter 27 Jahren): <https://diversity-muenchen.de/de/beratung-aufklaerung/beratung-hilfe/beratung-bis-27-jahre/>

lambda peersupport (für alle Personen unter 27 Jahren): <https://lambda-peersupport.de/einzelsupport>

Nummer gegen Kummer: <https://www.nummergegenkummer.de/onlineberatung/#/>

TelefonSeelsorge: www.telefonseelsorge.de

Tools:

Deutsche Gesellschaft für Suizidprävention, Übersicht von Hilfsangeboten in Deutschland: www.suizidprophylaxe.de/hilfsangebote/adressen

Deutsche Gesellschaft für Trans*- und Inter*geschlechtlichkeit, Übersicht von Beratungsstellen in Deutschland: <https://dgti.org/beratungsstellen/>

Queermed Deutschland, Empfehlungen von queerfreundlichen/-sensibilisierten Personen des Gesundheitssystems: <https://queermed-deutschland.de/nach-empfehlungen-suchen/>

Regenbogenportal, Übersicht von Beratungsangeboten in Deutschland: <https://www.regenbogenportal.de/angebote?angebot=beratungsangebot>

Belgien:

Awel:

Telefon: 102 (Mo-Sa, 16-22 Uhr; Mi, 14-22 Uhr)

E-Mailberatung: brievenbus@awel.be

Chatberatung: <https://awel.sittool.net/chat> (Mo-Sa, 18-22 Uhr)

S.O.S Amitié, Chatberatung: <https://www.sos-amitie.com/chat/> (Mo-So, 13-3 Uhr)

Télé-Accueil: 107

Tele-Onthaal:

Telefon: 106

Chatberatung: <https://tele-onthaal.sittool.net/chat> (Mo-So, 18-23 Uhr; Mi & So, 15-23 Uhr)

Liechtenstein:

Pro Juventute:

Telefon: 147

E-Mailberatung: beratung@147.ch

Chatberatung: <https://www.147.ch/de/beratung/whatsapp/>

Peer-Chatberatung: <https://www.147.ch/de/beratung/peer-chat/> (Mo-Do, 19-22 Uhr)

Luxemburg:

Kanner Jugendtelefon:

Telefon: 116 111

Onlineberatung: https://online-chatberatung.kjt.lu/?lang=de_DE#/

Chatberatung: https://online-chatberatung.kjt.lu/?lang=de_DE#/ (Di, 18-21 Uhr)

S.O.S Amitié, Chatberatung: <https://www.sos-amitie.com/chat/> (Mo-So, 13-3 Uhr)

Télé-Accueil: 107

Österreich:

Rat auf Draht:

Telefonberatung für Kinder und Jugendliche: 147

Chatberatung: <https://www.rataufdraht.at/chatberatung> (Mo-Fr, 18-20 Uhr)

Peer2Peer Chatberatung: <https://www.rataufdraht.at/peerberatung-chat> (Mi, 18-20 Uhr)

Schweiz:

Pro Juventute:

Telefon: 147

E-Mailberatung: beratung@147.ch

Chatberatung: <https://www.147.ch/de/beratung/whatsapp/>

Peer-Chatberatung: <https://www.147.ch/de/beratung/peer-chat/> (Mo-Do, 19-22 Uhr)