

Akute Hilfe in Notlagen

Krisendienst Psychiatrie	https://www.krisendienste.bayern.de 0800/6553000	Kostenlos Beratung in 120 Sprachen
„Nummer gegen Kummer“	https://www.nummergegenkummer.de Kinder- und Jugendtelefon: 116 111 Elterntelefon: 0800 111 0550	Anonym Kostenlos Auch Onlineberatung
TelefonSeelsorge	https://www.telefonseelsorge.de 0800 1110111 0800 1110222	Telefon Chat Mail Vor-Ort-Beratung
Rettungsdienst	112	
Ärztlicher Bereitschaftsdienst	https://www.116117.de 116117	Kostenfrei
Deutsche Depressionshilfe	https://www.deutsche-depressionshilfe.de 0800/3344533	Info-Telefon Info-Mail
Giftnotruf München	https://toxikologie.mri.tum.de/de/giftnotruf-muenchen 089/19240	