

Telefonische und Online - Beratungsmöglichkeiten, auch außerhalb der Dienstzeiten des Sozialpsychiatrischen Dienstes:

Telefonseelsorge

Tel.: 0800/1110111 oder 08001110222 oder 116123 (kostenlos rund um die Uhr)
Beratung auch per Chat, Mail und telefonisch in vielen Fremdsprachen,
www.telefonseelsorge.de

SeeleFon

Selbsthilfe-Beratung zu psychischen Erkrankungen durch den Angehörigenverband BApK (www.bapk.de), Tel.: 0228/71002424 oder 01805/950 951, Montag bis Donnerstag 10:00 bis 12:00 Uhr u. 14:00 bis 20:00 Uhr, Freitag 10:00 bis 12:00 Uhr u. 14:00 bis 18:00 Uhr, per Mail unter seelefon@psychiatrie.de.
Die ehrenamtlich tätigen Berater sind in der Selbsthilfe aktiv und selbst Psychiatrieerfahrene oder Angehörige.

Verein für Suizidprävention Hildesheim

Krisentelefon: 05121/58828, tgl.18:00-22:00 Uhr

Hilfetelefon „Gewalt gegen Frauen“

Tel.: 08000/116016 (kostenlos rund um die Uhr) Beratung auch per Chat, Mail und telefonisch in 17 Fremdsprachen, www.hilfetelefon.de

Kinder und Jugendtelefon der „Nummer gegen Kummer“

Tel.: 116111 (kostenlos)
Mo bis Sa 14:00 bis 20:00 Uhr, Beratung auch per Mail unter
www.nummergegenkummer.de

Eltern Telefon der „Nummer gegen Kummer“

Tel.: 0800/1110550 (kostenlos)
Mo bis Fr 9:00 bis 11:00 Uhr, Di und Do von 17:00 bis 19:00 Uhr
www.nummergegenkummer.de

www.u25-deutschland.de und www.facebook.com/U25Deutschland-Mailberatung für junge Menschen in Suizidgefahr

www.kidkit.de Onlineberatung und Hilfe bei Problemeltern (Sucht, Glücksspielsucht, Gewalt, psychische Erkrankung)

www.deutsche-depressionshilfe.de Informationen, Übersicht über Hilfsangebote, Online-Beratung und Kliniken, Selbsttest, Rat für Angehörige