

Aufstellung von Beratungsstellen - Anhang zur Online-Befragung „Passive Datenerfassung versus Selbstbeobachtung zur Phasenerkennung bei bipolarer Störung“

In diesem Dokument finden Sie eine Aufzählung geeigneter Beratungsstellen.

Sie fühlen sich psychisch unwohl und benötigen Hilfe?

- Sie sind in ambulanter psychotherapeutischer Behandlung?
Kontaktieren Sie Ihren Therapeuten oder Ihre Therapeutin.
- Ihr behandelnder Hausarzt steht Ihnen ebenfalls unmittelbar als Ansprechperson bei gesundheitlichen Krisen zur Verfügung.
- Medizinische Versorgungszentren in Ihrer Nähe sowie der Gesundheitsdienst der Krankenkassen stehen Ihnen als weitere Versorgungsangebote in der Regel rund um die Uhr zur Verfügung.
- Krankenkassen stellen darüber hinaus ggf. weitere eigene Betreuungs- und Seelsorgeangebote für Ihre Mitglieder zur Verfügung.

Wer hilft im Notfall?

- Unter den Rufnummern 0800-1110111 und 0800-1110222 bekommen Sie Soforthilfe. Die Hotline ist täglich 24 Stunden erreichbar, anonym und kostenlos. Die „TelefonSeelsorge“ bietet auch Mail-, Chat- und Vor-Ort-Beratungen an.
- In einer akuten Krise sollten Sie sich nicht scheuen, die Rufnummer europaweit einheitliche Telefonnummer 112 vom Festnetz oder Mobiltelefon aus zu wählen. Die integrierte Leitstelle sorgt in akuten Krisensituationen für unmittelbare Hilfeleistung in kürzester Zeit.