



Hilfe in Krisen*¹

anonym und diskret

Telefonseelsorge

Die Dargebotene Hand


Deutschland 
0800 111 0111
0800 111 0222
116 123


Österreich 
142


Schweiz 
143

Chat und eMail

Chat und eMail

telefonseelsorge.de

telefonseelsorge.at

143.ch

Nummer gegen Kummer

nummergegenkummer.de

Elterntelefon
(Mo - Fr 9-17 Uhr/Di+Do 17-19 Uhr)

0800 111 0 550

**Kinder u.
Jugendliche**

116 111

(Mo - Sa 14-20 Uhr/Mo+Mi+Do 10-12 Uhr)
Beratung durch ausgebildete Kinder u.
Jugendliche im Alter von 16-21 Jahren

IFOTES*²



**International
Phone/Fax**

+39 0432 202076

Internet

ifotes.org/en

*²international Federation of Telephone
Emergency Services