



DR. FLORIAN ÜBERREITER  
PRIVATGYMNASIUM

Schulpsychologin  
Nadine Kapfer  
schulpsychologie@ueberreiter.de  
Tel.: +49 89 4524456-22

## Notfallkontakte in Krisen

| Stelle                                                            | Tel.                                                                                                                                                            |
|-------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Notruf</b>                                                     | Polizeinotruf 110 / Rettungsnotruf 112                                                                                                                          |
| <b>Krisendienst Psychiatrie</b><br>Oberbayern                     | 0800 – 655 3000<br><b>24/7 erreichbar</b> -> beraten telefonisch bei psychischen Krisen                                                                         |
| <b>Die Arche</b><br>Suizidprävention und Hilfe<br>in Lebenskrisen | 089 – 33 40 41<br>Für Erwachsene und Jugendliche ab 14 J.                                                                                                       |
| <b>Münchner Insel:</b><br>Krisen- und<br>Lebensberatung           | 089 – 220041<br><br>Mo-Fr, 9:00 – 18:00 Uhr ohne Terminvereinbarung                                                                                             |
| <b>Heckscher Klinik</b><br>Akute Suizidalität                     | 089 - 99 99 0                                                                                                                                                   |
| <b>Krisenchat</b>                                                 | <a href="https://www.krisenchat.de/">https://www.krisenchat.de/</a> (anonym und kostenlos)<br><br>24/7 Krisenberatung für junge Menschen per Chat (unter 25 J.) |
| <b>„Nummer gegen<br/>Kummer“ für Kinder und<br/>Jugendliche</b>   | 089/116111<br>Mo-Sa, 14:00 – 20:00 Uhr (Anrufe sind kostenfrei und anonym)<br><br><a href="http://www.nummergegenkummer.de">www. nummergegenkummer.de</a>       |
| <b>„Nummer gegen<br/>Kummer“ Elterntelefon</b>                    | 0800/1110550<br>Mo-Fr, 9:00 – 11:00 Uhr<br>Di+Do, 17:00 – 19:00 Uhr<br>Unterstützung von Eltern (anonym und kostenlos)                                          |