

Suizidprävention - wo bekommt man Hilfe?

Deutschland:

- **Telefonseelsorge**
0800 111 0 111 oder 0800 111 0 222 (rund um die Uhr, anonym, kostenlos)
<https://www.telefonseelsorge.de>
- **Nummer gegen Kummer (für Kinder und Jugendliche)**
116 111
<https://www.nummergegenkummer.de>
- **Deutsche Gesellschaft für Suizidprävention e. V.**
[Deutsche Gesellschaft für Suizidprävention e.V.](https://www.dgsp.de)

Internationale Hilfsangebote:

- **Find a Helpline**
[Suicide Hotlines & Crisis Helplines | Free, 24/7 Chat, Text & Phone](https://findahelpline.com)
 - Einfacher Suchassistent nach Land, Sprache und Thema
 - Verlinkt auch zu anderen Krisenthemen
- **International Association for Suicide Prevention (IASP) – “Crisis Centres”**
[International Association for Suicide Prevention - IASP](https://www.iasp.info)
 - Liste von Suizidpräventionszentren weltweit
 - Direktlinks zu Krisendiensten in über 50 Ländern
 - regionale Chat- und Mailangebote
- **Befrienders Worldwide** ist ein Netzwerk mit lokalen Partnern in über 30 Ländern.
[Suicidal Feelings | Befrienders Worldwide Support](https://www.befrienders.org)
 - Suche nach lokalen Krisendiensten weltweit
 - Niedrigschwelliger Zugang – viele Angebote anonym & kostenlos
 - Sortiert nach Ländern