



MENTALE GESUNDHEIT im Ehrenamt

Wenn du spenden möchtest:
www.rt94.de/spenden



Hilfreiche Links

<https://www.bundesaerztekammer.de/arztsuche>

Bundesland anklicken und man wird auf die entsprechende Seite zur Arzt-/Therapeutensuche weitergeleitet

<https://www.mhfa-ersthelfer.de/de/>

Mental Health First Aid (MHFA): Kurse für psychische Gesundheit - Werde Mentaler Ersthelfender

“Mir geht es nicht so gut. Was soll ich tun?”
Patientenservice unter www.116117.de

“Patienten-Navi”

Entscheidungshilfe

SOFORT

→ [Notruf 112 absetzen](#)

HEUTE

→ [Bereitschaftspraxis suchen](#)

→ [Arzt oder Psychotherapeut
suchen](#)

BALD

→ [Arzt oder Psychotherapeut
suchen](#)

→ [Termin buchen](#)

Anlaufstellen zum Thema Depression, Seelsorge und Seelische Gesundheit

Stiftung Deutsche Depressionshilfe

www.deutsche-depressionshilfe.de

Tel.: 0341/223874 0

TelefonSeelsorge

www.telefonseelsorge.de

Tel.: 0800/111 0 111 oder 0800/111 0 222

Nummer gegen Kummer e.V.

<https://www.nummergegenkummer.de>

Kinder und Jugendlichen Telefon: 116111

Elterntelefon: 08001110550

Aktionsbündnis Seelische Gesundheit

www.seelischegesundheit.net

T + 49 30 27576607

Weitere Links zum Thema

<https://www.round-table.de/>

Round Table Lebensfreunde für Mentale Gesundheit

www.THXCRN.de

Kostenloses E-Book mit vielen Übungen