

Niedergelassene Psychiater*innen und ärztlicher Bereitschaftsdienst

Tagsüber zu den üblichen Praxiszeiten können Sie sich auch an die niedergelassenen Psychiater*innen wenden, deren Telefonnummer Sie im örtlichen Telefonbuch finden.

Außerhalb der Praxiszeiten können Sie Hilfe anfordern über den Ärztlichen Bereitschaftsdienst Bayern:

Telefon 116 117 (bundesweit)

Institutsambulanzen der Kliniken

Hier erhalten Sie rund um die Uhr Hilfe und Unterstützung in einer Krisensituation.

kbo Isar-Amper-Klinikum

Klinikum München-Ost, Vockestraße 72
85540 Haar
Telefon (089) 45 62 - 0

kbo-Isar-Amper-Klinikum Atriumhaus

Psychiatrisches Krisen- und Behandlungszentrum
Bavariastraße 11, 80336 München
Telefon (089) 76 78 - 0

Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie

der LMU München
Nußbaumstraße 7, 80336 München
Telefon (089) 44 00 - 5 55 11, - 5 55 12

Klinik und Poliklinik für Psychiatrie und Psychotherapie

Klinikum rechts der Isar der TU München
Ismaninger Straße 22, 81675 München
Telefon (089) 41 40 - 42 41

Max-Planck-Institut für Psychiatrie

Kraepelinstraße 2 - 10, 80804 München
Telefon (089) 3 06 22 - 1

Telefonische Unterstützung in einer Krisensituation:

Telefonseelsorge:

(0800) 111 0 111
(0800) 111 0 222
116 123

Persönliche Beratung in einer Krisensituation:

Die Arche e.V.

Saarstraße 5, 80797 München
Telefon (089) 33 40 41

Münchner Insel (auch ohne Termin)

Krisen- und Lebensberatung
Marienplatz Untergeschoss
80331 München
Telefon (089) 22 00 41

Weitere wichtige Notfall-Telefonnummern:

Frauennotruf (089) 76 37 37
SuchtHotline (089) 28 28 22
Kinderschutzbund (089) 55 53 59
Kinderkummertelefon 116 111 (bundesweit)
Giftnotruf (089) 19 24 0
Rettungsleitstelle, Notarzt 112

Herausgeberin: Landeshauptstadt München, Gesundheitsreferat
Bayerstraße 28a, 80335 München, muenchen.de/gsr
Foto Referentin: Tobias Hase
Gedruckt auf 100% Recyclingpapier, das mit dem Blauen Engel ausgezeichnet ist. Stand: Mai 2022



Landeshauptstadt
München
Gesundheitsreferat

Hilfe in psychischen Krisensituationen

Wissen Sie nicht mehr weiter?
Scheint Ihre Situation ausweglos?
Fühlen Sie sich als Angehörige überfordert?



Liebe Münchner*innen,



seelische Krisen gehören zum Leben. Sie sind normale menschliche Reaktionen auf Ereignisse, mit denen man nicht (alleine) fertig wird.

Sie treffen jeden dritten Menschen mindestens einmal im Leben so sehr, dass professionelle Hilfe nötig ist,

um wieder aus der Krise heraus zu finden.

Die Ursachen für seelische Krisen sind vielfältig: familiäre Konflikte, Existenzsorgen, Einsamkeit, stark belastende Erfahrungen, Selbsttötungsgedanken oder der Verlust eines nahe stehenden Menschen. Als Folge dieser Erfahrungen fühlt man sich verzweifelt, leer, hilflos und sieht keinen Ausweg mehr.

Wenn Sie in einer solchen tiefen Krise sind oder ein Mensch, dem Sie nahe stehen und helfen wollen, dann benötigen Sie vor allem rasche, professionelle und leicht zugängliche Hilfe. Aber gerade in Krisen fällt es schwer, solche Hilfe rechtzeitig zu finden und in Anspruch zu nehmen.

Die Adressen auf den folgenden Seiten helfen Ihnen, die Einrichtungen zu finden, die Ihnen als Betroffene oder Angehörige in einer Krisensituation die notwendige Unterstützung anbieten. Die Beratung und Hilfe ist kostenfrei und häufig auch ohne Namensnennung möglich. Alle Berater*innen haben Schweigepflicht und behandeln Ihre Anliegen vertraulich.

Beatrix Zurek
Gesundheitsreferentin
der Landeshauptstadt München

Krisendienst Psychiatrie Oberbayern

Soforthilfe rund um die Uhr bei seelischen Krisen jeder Art. Der Krisendienst bietet telefonische Beratung und Abklärung der Krisensituation, mobile Einsätze, ambulante Krisentermine und Vermittlung an weiterführende Hilfen.

Telefon 0800 6 55 30 00

Sozialpsychiatrische Dienste

Sozialpsychiatrische Dienste bieten tagsüber in Krisen Beratung für psychisch kranke Erwachsene und ihre Angehörigen. Die Beratung umfasst alle Bereiche des täglichen Lebens.

SPDi Bogenhausen / Region Nord-Ost

Denninger Straße 225, 81927 München
Telefon (089) 93 20 03, -04

SPDi München Giesing

Pilgersheimer Straße 38, 81543 München
Telefon (089) 65 20 21

SPDi München Laim

Westendstraße 245, 80686 München
Telefon (089) 54 70 20 30

SPDi Stadtmitte

Paul-Heyse-Str. 20, 80336 München
Telefon (089) 2 33 - 4 72 34

SPDi München Nord

Riemerschmidstraße 16, 80933 München
Telefon (089) 45 22 35 21 0

SPDi Neuhausen / Nymphenburg

Leonrodstraße 54, 80636 München
Telefon (089) 12 69 91 452

SPDi München Perlach

Peschelanger 11/V, 81735 München
Telefon (089) 67 10 51

SPDi Schwabing/Milbertshofen

Dachauer Straße 9 und 9a, 80335 München
Telefon (089) 33 00 71 30

SPDi München-West

Landsberger Straße 367 / IV, 80687 München
Telefon (089) 5 89 77 07 - 0

FrauenTherapieZentrum

FTZ – Sozialpsychiatrischer Dienst für Frauen
Güllstraße 3, 80336 München
Telefon (089) 74 73 70 – 70

Psychologischer Dienst für Ausländer der Caritas

Bayerstraße 73, 0335 München
Telefon (089) 23 11 49 50

Ihren zuständigen Sozialpsychiatrischen Dienst können Sie auch unter der folgenden Telefonnummer erfahren:

Telefon (089) 2 33 - 4 72 34

Gerontopsychiatrische Dienste (GPDi)

Für Betroffene ab 60 Jahren und ihre Angehörigen sind die gerontopsychiatrischen Dienste zuständig.

GPDi München Ost

Schwannseestraße 16, 81539 München
Telefon (089) 6 91 48 02

GPDi München West

Landsberger Str. 367, 80687 München
Telefon (089) 5 99 91 56 - 0

GPDi München Nord

Troppauer Straße 10, 80937 München
Telefon (089) 45 22 35 24 0

GPDi München Süd

Garmischer Str. 211, 81377 München
Telefon (089) 51 77 72 – 300