

> **Niedergelassene Psychiaterinnen / Psychiater und ärztlicher Bereitschaftsdienst**

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

Außerhalb der Praxiszeiten können Sie Hilfe anfordern über den Ärztlichen Bereitschaftsdienst Bayern:  
Telefon (01805) 19 12 12

Hilfe und Unterstützung in einer Krisensituation erhalten Sie auch rund um die Uhr in den

> **Institutsambulanzen der Kliniken:**

**Isar-Amper-Klinikum gemeinnützige GmbH**  
Klinikum München-Ost  
Vockestraße 72  
85540 Haar  
Telefon (089) 45 62 - 0

**Psychiatrisches Krisen- und Beratungszentrum**  
Atriumhaus Bavariastraße 11  
80336 München  
Telefon (089) 76 78 - 0

**Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie der Universität München**  
Nußbaumstraße 7  
80336 München  
Telefon (089) 51 60 - 55 11, - 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, - 42 10

**Max-Planck-Institut für Psychiatrie**  
Kraepelinstraße 2 - 10,  
80804 München  
Telefon (089) 3 06 22 - 1

> **Telefonische Unterstützung in einer Krisensituation:**

Telefonseelsorge:  
katholisch 0800/ 111 0 222  
evangelisch 0800/ 111 0 111

> **Persönliche Beratung in einer Krisensituation:**

**Die Arche**  
Saarstr. 5  
80797 München  
Telefon (089) 33 40 41

**Münchner Insel** (auch ohne Termin)  
U-Bahnhof Marienplatz  
80331 München  
Telefon (089) 22 00 41

> **Weitere wichtige Notfall-Telefonnummern:**

Frauennotruf (089) 76 37 97  
SuchtHotline (089) 28 28 22  
Kinderschutzbund (089) 55 53 59  
Kinderkummertelefon (0800) 111 0 333  
Giftnotruf (089) 19 24 0  
Rettungsleitstelle / Notarzt 112  
Polizei 110

Herausgeberin  
Landeshauptstadt München  
Referat für Gesundheit und Umwelt  
Bayerstr. 28a  
80335 München  
Stand: Juli 2011



Landeshauptstadt  
München  
Referat für Gesundheit  
und Umwelt

## Hilfe in psychischen Krisensituationen

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

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 Beraterinnen und Berater haben Schweigepflicht und behandeln Ihre Anliegen vertraulich.

- > **Krisendienst Psychiatrie München**  
Qualifizierte Soforthilfe bei seelischen Krisen jeder Art. Der Krisendienst bietet telefonische Beratung und Abklärung der Krisensituation, mobile Einsätze, ambulante Krisentermine und Vermittlung an weiterführende Hilfen.  
Erreichbarkeit: täglich 9 bis 21 Uhr  
Telefon (089) 72 95 96 0
- > **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 Giesing**  
Pilgersheimer Straße 32  
81543 München  
Telefon (089) 65 20 21
  - > **SPDi Laim**  
Westendstraße 245  
80686 München  
Telefon (089) 54 70 20 30
  - > **SPDi Mitte**  
Paul-Heyse-Str. 20  
80336 München  
Telefon (089) 2 33 - 4 72 34
  - > **SPDi Hasenberg**  
Riemerschmidstraße 16  
80933 München  
Telefon (089) 31 20 96 50
  - > **SPDi Nymphenburg**  
Blutenburgstraße 71  
80636 München  
Telefon (089) 12 69 91 452
  - > **SPDi Perlach**  
Peschelanger 11  
81735 München  
Telefon (089) 67 10 51
- > **SPDi Schwabing**  
Dachauer Straße 9 und 9 a  
80335 München  
Telefon (089) 33 00 71 30
- > **SPDi Pasing**  
Landsberger Straße 509  
81241 München  
Telefon (089) 83 70 43
- > **Frauen können sich** auch an die Psychiatrische Beratungsstelle des FrauenTherapieZentrums wenden (Schwerpunkte für Mütter und Migrantinnen):  
Güllstraße 3  
80336 München  
Telefon (089) 74 73 70 - 0
- > **Ihren zuständigen Sozialpsychiatrischen Dienst** können Sie auch unter der folgenden Telefonnummer erfahren:  
Telefon (089) 2 33 - 4 79 47
- > **Gerontopsychiatrische Dienste (GPDi)**  
Für Betroffene ab 60 Jahren und ihre Angehörigen sind die gerontopsychiatrischen Dienste zuständig.
  - > **GPDi Ost**  
Schwanseestraße 16  
81539 München  
Telefon (089) 6 91 48 02
  - > **GPDi West**  
Gubestraße 5  
80992 München  
Telefon (089) 14 00 28 33
  - > **GPDi Nord**  
Troppauer Straße 10  
80937 München  
Telefon (089) 55 27 93 70
  - > **GPDi Süd**  
Hansastraße 134  
81373 München  
Telefon (089) 72 60 95 0