

## 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 4562-0

### **kbo-Isar-Amper-Klinikum Atriumhaus**

Psychiatrisches Krisen- und Behandlungszentrum  
Bavariastraße 11, 80336 München  
Telefon 089 7678-0

### **Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie**

der LMU München  
Nußbaumstraße 7, 80336 München  
Telefon 089 4400-55511, -55512

### **Klinik und Poliklinik für Psychiatrie und Psychotherapie**

Klinikum rechts der Isar der TU München  
Ismaninger Straße 22, 81675 München  
Telefon 089 4140-4241

### **Max-Planck-Institut für Psychiatrie**

Kraepelinstraße 2-10, 80804 München  
Telefon 089 30622-1000

## Telefonische Unterstützung in einer Krisensituation:

### **Telefonseelsorge:**

0800 1110111  
0800 1110222  
116 123

## Persönliche Beratung in einer Krisensituation:

### **Die Arche e.V.**

Saarstraße 5, 80797 München  
Telefon 089 334041

### **Münchner Insel (auch ohne Termin)**

Krisen- und Lebensberatung  
Marienplatz Untergeschoss  
80331 München  
Telefon 089 220041

## Weitere wichtige Notfall-Telefonnummern:

Frauennotruf 089 763737  
SuchtHotline 089 282822  
Kinderschutzbund 089 555359  
Kinderkummertelefon 116 111 (bundesweit)  
Giftnotruf 089 19240  
Rettungsleitstelle, Notarzt 112

Herausgeberin:  
Landeshauptstadt München  
Gesundheitsreferat  
Bayerstraße 28a  
80335 München  
[muenchen.de/gsr](http://muenchen.de/gsr)  
[facebook.com/gsrmuenchen](https://facebook.com/gsrmuenchen)  
[instagram.com/gsr\\_muenchen](https://instagram.com/gsr_muenchen)  
[twitter.com/gsr\\_muenchen](https://twitter.com/gsr_muenchen)

Foto Referentin: Tobias Hase

Gedruckt auf 100% Recyclingpapier, das mit dem Blauen Engel  
ausgezeichnet ist. Stand: Juni 2023



Landeshauptstadt  
München  
**Gesundheitsreferat**

# Hilfe in psychischen Krisen- situationen

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 6553000

## 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 932003, -04

### **SPDi München Giesing**

Pilgersheimer Straße 38, 81543 München  
Telefon 089 652021

### **SPDi München Laim**

Westendstraße 245, 80686 München  
Telefon 089 54702030

### **SPDi Stadtmitte**

Paul-Heyse-Str. 20, 80336 München  
Telefon 089 233-47234

### **SPDi München Nord**

Schleißheimerstr. 450a, 80935 München  
Telefon 089 452235210

### **SPDi Neuhausen / Nymphenburg**

Leonrodstraße 54, 80636 München  
Telefon 089 126991452

### **SPDi München Perlach**

Peschelanger 11/V, 81735 München  
Telefon 089 671051

### **SPDi Schwabing/Milbertshofen**

Dachauer Straße 9 und 9a, 80335 München  
Telefon 089 33007130

### **SPDi München-West**

Landsberger Straße 367 / IV, 80687 München  
Telefon 089 5897707-0

### **FrauenTherapieZentrum**

FTZ – Sozialpsychiatrischer Dienst für Frauen  
Güllstraße 3, 80336 München  
Telefon 089 747370-70

### **Psychologischer Dienst für Ausländer der Caritas**

Bayerstraße 73, 0335 München  
Telefon 089 23114950

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

Telefon 089 233-47234

## Gerontopsychiatrische Dienste (GPDi)

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

### **GPDi München Ost**

Zeppelinstr. 43, 81669 München  
Telefon 089 6914802

### **GPDi München West**

Landsberger Str. 367, 80687 München  
Telefon 089 5999156-0

### **GPDi München Nord**

Troppauer Straße 10, 80937 München  
Telefon 089 452235240

### **GPDi München Süd**

Garmischer Str. 211, 81377 München  
Telefon 089 517772-300