

Informationsangebot spezifisch zur Corona-Krise:

Empfehlungen für Prävention und Ersthilfe bei psychischen Belastungen:

<https://www.hellobetter.de/corona-krise/>

Zeitungsartikel zu psychologischer Betreuung in Corona-Krise:

<https://www.zeit.de/wissen/gesundheit/2020-03/psychotherapie-coronavirus-pandemie-psychologen-videochat-isolation-social-distancing/seite-2>

Beratungsstellen und Notfall-Nummern:

Beratungsstelle	Kontaktaufnahme	Kontaktdaten
Betriebsärztin der UdK Berlin Frau Dr. med. Marianne Engelhardt-Schagen Fachärztin für Arbeitsmedizin/Umweltmedizin (auch für Studierende)	telefonisch (Verbindungs-kosten) per Mail	030 - 3185 2925 betriebsaerztin@udk-berlin.de
Studierendenwerk Psychologisch- Psychotherapeutischen Beratung	telefonisch (Verbindungs-kosten) per Mail	030 - 93939 - 8401 pbs@stw.berlin
HelloBetter Hotline Beratung bei psychischen Belastungen in der Corona-Krisensituation (durch Psychologen und Psychotherapeuten)	telefonisch (kostenfrei) Videosprechstunden nach Anmeldung per Mail (siehe Webseite) Facebook-Gruppe	Tel. +49 (0) 800 00095 54 Mo-So, jeweils von 09-18 Uhr Videosprechstunde: HelloBetterHealth">facebook.com/HelloBetterHealth Facebookgruppe: facebook.com/groups/zusammenzuhause
Berliner Krisendienst	telefonisch (24h, kostenfrei)	www.berliner-krisendienst.de Telefonnummern sind den Bezirken zugeordnet, siehe Webseite
Info-Telefon Depression	telefonisch (kostenfrei)	0800 3344533
Online-Beratung durch Selbsthilfeaktive für Menschen mit Angststörungen	online über Webseite (kostenfrei)	https://www.angstselbsthilfe.de/dash/beratung-online/
Telefonseelsorge (evangelisch/katholisch):	telefonisch (kostenfrei) per Mail per Chat	0800 111 0 111 0800 111 0 222, 116 123 telefonseelsorge@diakonie.de https://www.telefonseelsorge.de
Muslimisches SeelsorgeTelefon	telefonisch (Verbindungskosten)	030 44 35 09 821 http://www.mutes.de

Vertrauenstelefon „Jüdische Hotline“	telefonisch (Verbindungskosten)	0211 4698520 0211 4698521 https://jgd.de/telefonseelsorge/
Hilfetelefon „Schwangere in Not“	telefonisch (24h, kostenfrei)	0800 40 40 020 https://www.schwanger-und-viele-fragen.de/de/
Elterntelefon (für Eltern in Belastungssituationen)	telefonisch (kostenfrei)	0800 111 0 550 http://www.elterntelefon.de/
TransVer – Psychosoziales Ressourcen-Netzwerk (Beratung von Menschen mit Migrationsgeschichte mit psychischen Problemen, deren Freunde und Angehörige über mögliche Hilfen und Unterstützung)	telefonisch (Verbindungskosten) per Mail	https://transver-berlin.de/ Tel. 030 / 209 69 04 – 0 transver@charite.de
Sucht- und Drogenhotline (Drogennotdienst)	telefonisch per Mail	030 - 19237 dnd@notdienstberlin.de notdienstberlin.de https://drogennotdienst.de/2020/03/18/corona-infos/
Opfer-Telefon (explizit auch bei Gewalt gegen Männer)	telefonisch (kostenfrei)	116 006 https://weisser-ring.de
Hilfetelefon "Gewalt gegen Frauen"	telefonisch (24h, kostenfrei) per Chat per Mail	08000 116 016 https://www.hilfetelefon.de/
Kinder- und Jugendtelefon „Nummer gegen Kummer“	telefonisch (kostenfrei)	116 111 https://www.nummergegenkummer.de/
Hilfetelefon Sexueller Missbrauch	telefonisch (kostenfrei)	0800 22 55 530 https://nina-info.de/hilfetelefon.html