

Hilfe kann Ihnen bieten

Ihr Hausarzt

Psychologen

Föderation der Schweizer Psychologinnen und Psychologen (FSP), Tel. 031 388 88 00
www.psychologie.ch

Selbsthilfegruppen

www.selbsthilfeschweiz.ch

Die Dargebotene Hand

Tel. 143 (24 Std, gratis und anonym)
www.143.ch

Beratungsangebot für Kinder und Jugendliche

Tel./SMS: 147, E-Mail: www.147.ch, (24 Std, gratis und anonym)

Online Beratung für Jugendliche

www.tschau.ch

Kantonale Opferhilfestellen

Kriseninterventionszentrum Ihrer Region

Bei Tod von Kindern

www.verein-regenbogen.ch

kindsverlust.ch

Fachstelle Kindsverlust während Schwangerschaft, Geburt und erster Lebenszeit
Tel. 031 333 33 60

Für Hinterbliebene nach Suizid

www.nebelmeer.net
www.verein-refugium.ch

Ein Angebot der reformierten und der katholischen Kirche der Schweiz

www.seelsorge.net (anonym)

Der Pfarrer Ihrer Gemeinde

Rega, Sozial- und Betreuungsdienst

Tel. 044 654 33 11