

Hilfe bei psychischen Krisen und Erkrankungen

Wichtige Telefonnummern

031 632 88 11 (24h/7Tage)

Psychiatrische Poliklinik der UPD am Inselspital Bern (ab 16 Jahren)

031 930 91 11 (24h/7Tage)

Universitäre Psychiatrische Dienste (UPD), Bern

031 720 81 11 (24h/7Tage)

Psychiatriezentrum Münsingen

031 932 88 44 (8:00-18:00)

Notfallzentrum KJP der Universitätsklinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie

031 632 92 77 (18:00 – 8:00, Wochenende und Feiertage)

Notfallzentrum für Kinder und Jugendliche (NZKJ) am Inselspital, Bern

0900 57 67 47 (24h/7 Tage, CHF 2.23/min. ab Festnetz)

Medphone Notfallnummer Psychiatrie, Notfallpsychiater kommt bei Bedarf nach Hause

Allgemeines

[Beratung für Betroffene und Nahestehende | Pro Mente Sana | Psychische Gesundheit stärken](#)

Beratungstelefon von Pro Mente Sana

www.psy.ch

Wegweiser für psychische Gesundheit Kanton Bern

[Stepped Care Kanton Bern | PZM Psychiatriezentrum Münsingen AG \(pzmag.ch\)](#)

Notfälle und diverse Angebote

<https://www.upd.ch/de/angebot/erwachsenenpsychiatrie/krisenintervention-kiz.php>

Notfälle, KIZ Bern

www.angehoerige.ch

kostenlose Beratungsstellen für Angehörige

<https://www.vaskbern.ch/de/Home-1>

Angehörigenvereinigung

Depression:

www.berner-bündnis-gegen-depression.ch

www.depressionen.ch

Suizid

<https://www.assip.org/>

aufsuchende Kurztherapie nach Suizidversuch

<https://sero-suizidpraevention.ch/material-zum-downloaden/>

<https://gesundheitsfoerderung.ch/praevention-in-der-gesundheitsversorgung/projektfoerderung/geoerderte-projekte/projekt-adoassip>
(für Jugendliche bis 18 jährig)

[Fach- und Anlaufstellen – Fachgruppe Suizidprävention Kanton Bern \(xn--suizidprvention-kantonbern-nhc.ch\)](http://fach-und-anlaufstellen-fachgruppe-suizidpraevention-kanton-bern-xn-suizidprvention-kantonbern-nhc.ch)

Angst

www.aphs.ch

Angst- und Panikhilfe Schweiz

Sucht

[Sucht Schweiz – Home](#)

www.bernergesundheits.ch

www.contact-suchthilfe.ch

Suchtberatung und Suchttherapie

Schizophrener Formenkreis/Psychosen

<https://www.uke.de/dateien/kliniken/psychiatrie-und-psychotherapie/psychosen-broschu%CC%88re.pdf>

Informations-Broschüre Psychosen

www.soteria.ch

Stationäres Behandlungsangebot bei psychotischen Störungen

Psychotherapie

www.bgpp.ch Bernische Gesellschaft für Psychiatrie und Psychotherapie

www.vbp.psychologie.ch Verband Berner Psychologen und Psychologinnen

Selbsthilfe und Opferhilfe

www.selbsthilfe-be.ch Selbsthilfegruppe Kanton Bern
www.opferhilfe-bern.ch
www.lantana-bern.ch Opferhilfe bei sexueller Gewalt

Familienbegleitung, ambulante Psychiatrie

[Private ambulante psychiatrische Pflege \(prapp.ch\)](http://prapp.ch)