

# FRANS HILFT



FRANS

Frankfurter Netzwerk  
Suizidprävention

[www.frans-hilft.de](http://www.frans-hilft.de)

# Hilfsangebote für Menschen in seelischen Krisen

Viele Gründe können dazu führen, dass wir Menschen in seelische Krisen geraten. Manchmal haben wir den Eindruck, unsere Situation sei ausweglos, und erleben Suizidgedanken.

Für viele ist es nicht leicht, über die eigenen Gedanken und Gefühle zu sprechen. Daher ist es umso wichtiger zu wissen, dass es gerade auch in solchen Situationen professionelle Unterstützungsangebote gibt.

Das Frankfurter Netzwerk für Suizidprävention (FRANS) möchte mit diesem Flyer auf Beratungs- und Hilfsmöglichkeiten hinweisen, die Menschen in Krisensituationen in Frankfurt zur Verfügung stehen.

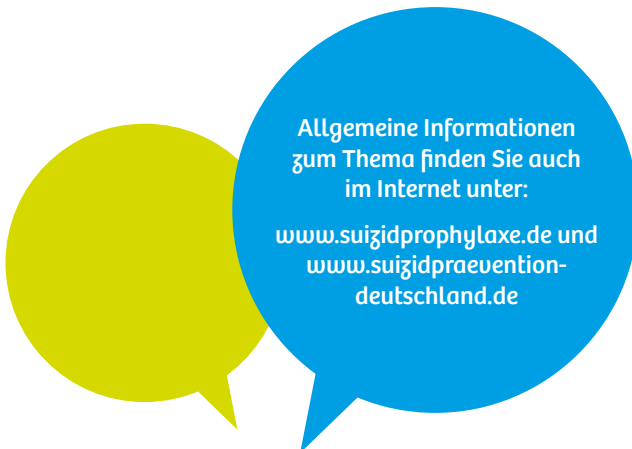
Sie können sich mit der Vielzahl der vorhandenen Hilfsmöglichkeiten (medizinische und psychosoziale Unterstützung, telefonische und Online-Beratung, Selbsthilfegruppen

etc.) vertraut machen, Beratungsangebote wahrnehmen und / oder Ihre ganz persönlichen „Notfallnummern“ zusammenstellen. Doch auch wenn Krisen sich zuspitzen und schnelle Hilfe erforderlich ist, finden Sie die für Sie richtige Form der Unterstützung.

Neben Menschen in einer seelischen Krise können sich selbstverständlich auch Angehörige, Freunde, Bekannte, Nachbarn und Institutionen vertrauensvoll an die genannten Stellen wenden.

Alle Beratungsangebote sind kostenfrei und auf Wunsch auch anonym möglich. Die Beraterinnen und Berater unterliegen der Schweigepflicht.

Wir möchten Ihnen helfen, Ihren ganz persönlichen Weg aus der Krise zu finden und wünschen Ihnen dabei viel Kraft!



Allgemeine Informationen  
zum Thema finden Sie auch  
im Internet unter:

[www.suizidprophylaxe.de](http://www.suizidprophylaxe.de) und  
[www.suizidpraevention-  
deutschland.de](http://www.suizidpraevention-deutschland.de)

# Schnelle Hilfe in akuten Krisen

*Brauchen Sie schnell jemanden, der Ihnen am Telefon zuhört oder den Kontakt zu einer Klinik?*

## ...am Telefon

Sofortige Hilfe erhalten Sie rund um die Uhr bei der Telefonseelsorge unter der bundeseinheitlichen kostenlosen Rufnummer

**0800–111 0 111** oder

**0800–111 0 222**

und im Internet unter  
[www.telefonseelsorge.de](http://www.telefonseelsorge.de)

### **Psychosozialer Krisendienst**

Der Psychosoziale Krisendienst sichert in Frankfurt psychosoziale Hilfe bei Notlagen.

**(069) 61 13 75**

(Mo.–Fr. 17–1 Uhr, Sa., So.  
und an Feiertagen 9–1 Uhr)

## ...in der Klinik

In den für Frankfurt zuständigen Ambulanzen der psychiatrischen Kliniken erhalten Sie kompetente Unterstützung in Krisensituationen, in denen eine ärztliche Betreuung erforderlich ist.

Außerhalb der regulären Öffnungszeiten wenden Sie sich bitte an den diensthabenden Arzt / die diensthabende Ärztin.

## Für Erwachsene

### **Agaplesion Markus Krankenhaus**

*Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie*  
Wilhelm-Epstein-Str. 4,  
60431 Frankfurt am Main  
(069) 9533 0

### **Klinik Hohe Mark**

Friedländer Str. 2, 61440 Oberursel  
(06171) 204 0

### **Universitätsklinikum**

*Klinik für Psychiatrie, Psychosomatik  
und Psychotherapie*  
Heinrich-Hoffmann-Str. 10,  
60528 Frankfurt am Main  
(069) 6301 5079

### **Klinikum Frankfurt Höchst**

*Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie –  
Psychosomatik*  
Gotenstr. 6, 65929 Frankfurt am Main  
(069) 3106 0

### **Vitos Klinik Bamberger Hof**

Oeder Weg 46, 60318 Frankfurt am Main  
(069) 67 800 20  
nur Mo.–Fr. 8.30–18 Uhr

## Für Kinder und Jugendliche

### **Universitätsklinikum**

*Klinik für Psychiatrie, Psychosomatik  
und Psychotherapie des Kindes- und  
Jugendalters*  
Deutschordenstraße 50,  
60528 Frankfurt am Main  
(069) 6301 5920

# Psychosoziale Beratung

*In Frankfurt gibt es zahlreiche Beratungsstellen – auch in Ihrer Nähe. Dort werden Sie durch Fachpersonal (i.d.R. Sozialarbeiterinnen und Sozialarbeiter oder Psychologinnen / Psychologen) beraten und unterstützt. Eine Beratung durch Ärztinnen und Ärzte ist hier nicht vorgesehen.*

## **Psychosoziale Beratungsstellen Nord**

Mo. – Fr. 9 – 17 Uhr

### *Heddernheim*

Oberschelder Weg 6

(069) 95 82 25 35

### *Dornbusch*

Eschersheimer Landstr. 295

(069) 95 82 25 35

*Angebot für KlientInnen mit Kindern  
und junge Erwachsene*

Raimundstr. 157

(069) 174 89 20 20

## **Psychosoziale Beratungsstellen West**

Bockenheim (Hamburger Allee 47)

Mo. – Fr. 9 – 17 Uhr

(069) 78 80 00 19

### *Gallus*

Mainger Landstr. 233

Mo. – Fr. 8 – 16 Uhr

(069) 73 94 36 70

### *Höchst*

Dalbergstr. 8

Mo. – Fr. 9 – 17 Uhr

(069) 30 32 14

## **Psychosoziale Beratungsstelle Ost**

Mo. – Fr. 9 – 13 Uhr

Eschenheimer Anlage 21, 4.OG

(069) 94 94 76 7100 oder 94 94 76 72 30

## **Psychosoziale Beratungsstelle Süd**

Mo. – Fr. 10 – 16 Uhr

Darmstädter Landstr. 104-106

(069) 61 21 17

## **Internationales Familienzentrum**

Rödelheimer Bahnweg 29

Mo. – Fr. 9 – 16 Uhr

(069) 71 37 78 91 10

## **Evangelisches Zentrum für Beratung und Therapie am weißen Stein**

Eschersheimer Landstr. 567

Mo. – Do. 8 – 13 und 15 – 18

Fr. 8-13 Uhr

(069) 53 02 222

## **Haus der Volksarbeit**

Eschenheimer Anlage 21, EG

Mo. 9 – 10 Uhr

Mi. 13.30 – 14.30 Uhr

Do. 18 – 18.30 Uhr

(069) 15 01 234

## **Online-Beratung**

**Das Beratungsnetz** ist die zentrale Beratungsplattform für psychosoziale kostenlose Online-Beratung durch gemeinnützige und paritätische Einrichtungen. Hier finden Sie sichere Online-Beratung durch Experten:

[www.das-beratungsnetz.de](http://www.das-beratungsnetz.de)

## Beratung im Gesundheitsamt

### *Beratung und Hilfen durch den Sozialpsychiatrischen Dienst bzw. den Kinder- und Jugendpsychiatrischen Dienst im Gesundheitsamt*

Der Sozialpsychiatrische Dienst im Gesundheitsamt ist mit FachärztInnen für Psychiatrie und Psychotherapie und SozialarbeiterInnen multiprofessionell besetzt.

#### **Sozialpsychiatrischer Dienst**

Breite Gasse 28

Mo., Di. und Do. 8.30–12 Uhr und  
12.45–15.30 Uhr, Fr. 8.30–12 Uhr  
(069) 212 33 311

Kindern und Jugendlichen sowie deren sozialem Umfeld steht der Kinder- und Jugendpsychiatrische Dienst im Gesundheitsamt zur Seite.

#### **Kinder- und Jugendpsychiatrischer Dienst**

Breite Gasse 28

Mo.–Do. 8–15 Uhr  
Fr. 8–12 Uhr  
(069) 212 38 179

## Niedergelassene Therapeuten

*Kontakt zu Ärztinnen und Ärzten sowie psychologischen Psychotherapeutinnen und Psychotherapeuten mit Kassenzulassung finden Sie unter [www.arztsuche Hessen.de](http://www.arztsuche Hessen.de)*

Sind Sie bereits wegen psychischer Probleme in Behandlung? Sprechen Sie mit Ihrer Therapeutin / Ihrem Therapeuten darüber, wie Sie sich in Krisen verhalten sollen und erstellen Sie gemeinsam einen Krisenplan.

## Selbsthilfe-Kontaktstelle

*Die Selbsthilfe-Kontaktstelle Frankfurt ist die zentrale Anlaufstelle für alle Fragen zur Selbsthilfe in Frankfurt.*

Sie bietet Beratung, Unterstützung und Information für Einzelne und Selbsthilfegruppen. Telefonisch erreichbar unter (069) 55 94 44 oder im Internet unter [www.selbsthilfe-frankfurt.net](http://www.selbsthilfe-frankfurt.net)



**Herausgeber: Frankfurter Netzwerk für Suizidprävention (FRANS)**  
c/o Gesundheitsamt Frankfurt am Main, Abteilung Psychiatrie,  
Tel. (069) 212 44388, [info.psychiatrie@stadt-frankfurt.de](mailto:info.psychiatrie@stadt-frankfurt.de)

**Konzept und Design: [werksfarbe.com](http://werksfarbe.com)**