Hilfe bei psychischen Krisen

* Pro Mente Sana

[Notfälle bei psychischen Krisen erkennen | Pro Mente Sana | Psychische Gesundheit stärken](https://www.promentesana.ch/angebote/anzeichen-erkennen/notfaelle-erkennen)

* Pro Mente Sana

[Beratung für Betroffene und Nahestehende | Pro Mente Sana | Psychische Gesundheit stärken](https://www.promentesana.ch/angebote/beratung/beratung-fuer-betroffene-nahestehende)

* Hausarzt
* Seelsorger
* Psychiatrie

[Wegweiser - psy.ch - Wegweiser für psychische Gesundheit](https://www.psy.ch/)

* Die dargebotene Hand: 143

[www.143.ch](http://www.143.ch)

* Trauercafé Thun

[Trauercafé - Thomas Rubin Trauercafé in Thun (begegnungsquelle.ch)](https://begegnungsquelle.ch/trauercafe/)

* Trauercafé Bern

[www.trauercafe.ch](http://www.trauercafe.ch)

* Trauercafé Unterseen

[Trauercafé – in der Trauer nicht alleine bleiben (srk-bern.ch)](https://www.srk-bern.ch/de/unterstuetzung-im-alltag/trauercafe)

* Selbsthilfegruppe

[www.selbsthilfe-be.ch](http://www.selbsthilfe-be.ch)

* Kummer Nummer für Kinder & Jugendliche: 0800 66 99 11

[www.kummernummer.org](http://www.kummernummer.org)

* Beratung und Hilfe für Kinder & Jugendliche: 147

[www.147.ch](http://www.147.ch)