

**TelefonSeelsorge** Wir sind erreichbar über Telefon, Mail, Chat und der Krisen Kompass APP!



**WIR SIND FÜR DICH DA**

TelefonSeelsorge  
Oberschwaben Allgäu Bodensee

0800-1110111  
0800-1110222

www.telefonseelsorge.de

Anonym. Kompetent. Rund um die Uhr.



als  
Download  
für iOS und  
Android



## KrisenKompass

die APP zur Suizidprävention

### KRISENKOMPASS

– der Notfallkoffer für unterwegs

Die App bietet Funktionen, wie Tagebuch oder persönliche Archive, um positive Gedanken, Fotos, Erinnerungen und Lieder zu speichern, die in schlechten Momenten helfen. Hinweise zu beruhigenden Techniken, sowie direkte Kontaktmöglichkeiten zur TelefonSeelsorge und anderen professionellen Anlaufstellen ergänzen die App.

Die App funktioniert online und offline.

[www.telefonseelsorge.de/app](http://www.telefonseelsorge.de/app)

Hier geht es zum  
**DOWNLOAD:**



SCAN ME



auf YouTube <https://youtu.be/pHddH-rt2L4>