

Psykologisk Krisehjælp

Betalt:

Sundhedsforsikring: som bl.a. henviser til Falck Healthcare.

Gratis:

Læge – kan skaffe en henvisning. Nogle læger giver også kortvarig krisehjælp.

Nogle **kommuner** har mulighed for akut krisehjælp, f.eks.

<https://www.naestved.dk/sundhed-og-omsorg/krisehjaelp/akuttelefon>

<https://www.sundhed.dk/borger/guides/sundhedstilbud/region-hovedstaden/broendby/psykiske-lidelser/akuttelefonen/>

Psykiatrifonden tilbyder gratis og anonym rådgivning på telefon 3925 2525

Røde Kors: <https://www.rodekors.dk/foerstehjaelp/psykologisk-krisehjaelp-til-virksomheder>

Folkekirken: <https://sjaelesorg.nu> er en gratis chat-tjeneste folkekirken

DIF/DGI: Man skal være opmærksom på, at såfremt man er medlem af en forening under Danmarks Idrætsforbund eller DGI, så findes der en fællesforsikring, som kan skaffe gratis krisehjælp.

Måske har den forening/klub man er medlem af en forsikring, det bør man undersøge i klubregi.