

# NOTFALL KONTAKTE



Naturheilpraxis  
im Steigerwald

Praxis für Psychotherapie

Befinden Sie sich in einer besonders schweren Situation? Sind Sie vielleicht verzweifelt und wissen nicht mehr weiter? Denken Sie daran, sich oder anderen etwas anzutun?

**Nehmen Sie bitte Hilfe an! Es gibt immer noch einen anderen Ausweg!**

**Hier finden Sie einige Anlaufstellen:**

Notruf	112 europaweit	Täglich 24 Stunden, Rund um die Uhr
Krisendienst Mittelfranken Für Kinder, Jugendliche und Erwachsene	0800 / 655 3000 oder 0911 4248550	Täglich 24 Stunden, Rund um die Uhr <a href="http://www.krisendienst-mittelfranken.de">www.krisendienst-mittelfranken.de</a>
Telefonseelsorge Bundesweit	0800 1110111 oder 0800 1110222	Täglich 24 Stunden, Rund um die Uhr <a href="http://www.telefonseelsorge.de">www.telefonseelsorge.de</a>
Kinder- und Jugendtelefon der „Nummer gegen Kummer“	116111 EU-weit; anonym und kostenlos vom Handy oder Festnetz	Mo-Sa 14:00-20:00 Uhr <a href="http://www.nummergegenkummer.de">www.nummergegenkummer.de</a>
Elterntelefon der „Nummer gegen Kummer“	0800 1110550 anonym und kostenlos vom Handy oder Festnetz	Mo-Fr 9:00-17:00 Uhr Di und Do bis 19:00 Uhr <a href="http://www.nummergegenkummer.de">www.nummergegenkummer.de</a>
Hilfetelefon „Gewalt gegen Frauen“	116 016 anonym, kostenfrei, barrierefrei	Täglich 24 Stunden, Rund um die Uhr In 18 Sprachen verfügbar <a href="http://www.hilfetelefon.de">www.hilfetelefon.de</a>
Frauennotruf Neustadt a.d. Aisch	09161 1213	Täglich 08:00 – 24:00 Uhr Beratung, Unterstützung, Zuflucht, Frauenhaus <a href="http://www.frauen-gegen-gewalt.de">www.frauen-gegen-gewalt.de</a>
Frauenhaus Ansbach	0981 95959	Hilfe für Frauen und deren Kinder, die von körperlicher oder seelischer Gewalt betroffen sind <a href="https://caritas-ansbach.de/webseite/Frauenhaus">https://caritas-ansbach.de/webseite/Frauenhaus</a>
Sucht & Drogen Hotline	01805 313031 0,20 € pro Anruf	Rund um die Uhr zu erreichen <a href="https://www.sucht-und-drogen-hotline.de/">https://www.sucht-und-drogen-hotline.de/</a>
Giftnotruf	089 19240	Giftinformationszentrale München <a href="https://toxikologie.mri.tum.de/de/giftnotruf-muenchen">https://toxikologie.mri.tum.de/de/giftnotruf-muenchen</a>
Weitere Notdienste finden Sie z.B. unter:	<a href="https://www.kreis-nea.de/lebenslagen/notrufe-und-notdienste">https://www.kreis-nea.de/lebenslagen/notrufe-und-notdienste</a> <a href="https://www.nuernberg.de/internet/stadtportal/notdienste.html">https://www.nuernberg.de/internet/stadtportal/notdienste.html</a>	

Bitte beachten Sie, dass hier vorwiegend die regionalen Notdienste im Raum Mittelfranken vorgestellt wurden und diese Auflistung nicht vollständig ist.  
Beachten Sie bitte insbesondere, die bei Ihnen regional gültigen Informationen zu den aktuellen Notdiensten.

## Im Notfall rufen Sie bitte 112 an!