

Zusätzliche Hilfsmöglichkeiten

Wenn es Ihnen in sozialer Isolation schlecht geht, oder Sie sich in einer Gefahrensituation befinden (z.B. aufgrund von häuslicher Gewalt), können Sie folgende Telefonnummern wählen:

Telefonseelsorge: 0800/111 0 111 oder 0800/111 0 222

Die Telefonseelsorge bietet auch eine Mail- und Chatberatung an. Weitere Informationen dazu unter: <https://www.telefonseelsorge.de/>

Hilfetelefon "Gewalt gegen Frauen": 08000 116 016

Kinder- und Jugendtelefon: 116 111

Sucht & Drogen Hotline: 01805 313 031