



Notfall- & Hilfelisten für die Ferien für Eltern und Kinder

Gerade in der Winter-Ferienzeit wünschen wir uns alle Harmonie und Ruhe.

Doch manchmal entstehen zuhause Konflikte oder Belastungen, die sich nicht alleine lösen lassen. In solchen Momenten ist es wichtig zu wissen: Sie müssen nicht alles alleine tragen. Unterstützung von außen kann entlastend sein und neue Wege eröffnen. Die folgenden Nummern stehen Ihnen kostenlos zur Verfügung

 Wichtige Notrufnummern – immer erreichbar

Polizei: 110

Feuerwehr & Rettungsdienst: 112

Giftnotruf NRW: 0228 19 240

Ärztlicher Bereitschaftsdienst: 116 117

**Stadt Düsseldorf – Hilfe & Schutz
Ordnungs- und Servicedienst (OSD):**

 0211 89-940 00

24-Stunden Kinderschutzdienst:

 0211 89-924 00

Sozialpsychiatrischer Dienst Düsseldorf:

 0211 89-95391

Frauenberatungsstelle Düsseldorf e. V.

 0211 686854

 Sprechzeiten:

Montag & Mittwoch: 14–18 Uhr

Dienstag, Donnerstag, Freitag: 10–14 Uhr

Männerberatung - Unterstützung in Krisen (SKM)

 0163 777311

 Sie sind nicht allein – in jeder Situation gibt es Ansprechpartner, die helfen!