



## **Notfall- & Hilfeliste 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 7773111

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

