



Notfallnummern:

Im Folgenden werden unterschiedliche Nummern aufgelistet, die im **Notfall** von Bedeutung sein können. Hilfreiche Informationen für jegliche Notrufe bei gesundheitsbedrohlichen Fällen sind:

- Name und Vorname,
- Straße und Hausnummer und Postleitzahl, Ort,
- Telefonnummer,
- Wer hat Beschwerden,
- Wie alt ist die Person,
- Was für Beschwerden liegen vor,
- gibt es ggf. allergische Reaktionen (auf Medikamente),
- Hat die Person ein Herzschrittmacher.

Feuerwehr und Rettungsdienst

Nummer: 112

die 112 sollte nur in **lebensbedrohlichen Fällen** angerufen werden. Dazu gehören z.B. starke Herzbeschwerden, Bewusstlosigkeit, starke Blutungen, Luftnot, Vergiftungen, Verkehrsunfall mit Personenschaden.

Polizei

Nummer: 110

Die Polizei ist für die Sicherheit der Bürgerinnen und Bürger 24 Stunden am Tag im Dienst! Notrufe haben dabei absolute Priorität. Deshalb sollte die Nummer 110 grundsätzlich nur in Fällen gewählt werden, in denen auch **wirklich Not oder Zeitdruck bestehen**. Ist es weniger dringend, kann man auch die Zentrale der Polizei vor Ort unter der „normalen Telefonnummer“ erreichen. Diese findet man unter dem Stichwort „Polizei“ im Telefonbuch.

Ärztlicher Bereitschaftsdienst

(alle Arztdienste in ganz Deutschland)

Nummer: 116 117

In dringenden, aber **nicht lebensbedrohlichen Fällen** ist der Kassenärztliche Bereitschaftsdienst rund um die Uhr erreichbar – zum Beispiel bei hohem Fieber, Bauchschmerzen oder Erbrechen. Die kostenfreie Nummer gilt in ganz Deutschland. Unter der Nummer stehen bundesweit hunderte Ärzte außerhalb der regulären Sprechzeiten zur Verfügung, i.d.R. also nachts, am Wochenende und an Feiertagen.

Giftnotruf

Nummer: 0551 192 40

Folgende Informationen solltest du für den Giftnotruf bereithalten:

- **Wer:** Kind oder Erwachsener? Alter, Geschlecht und ungefähres Körpergewicht sind hilfreiche Informationen für die Einschätzung der Situation.
- **Was:** Möglichst genaue Angabe, was eingenommen wurde, z.B. Arzneimittel, Drogen, Haushaltsprodukte, Chemikalie, Pflanze, Pilz, Tier, Lebensmittel. Möglichst genaue Bezeichnung von der Verpackung angeben.
- **Wann:** Zeitpunkt der Einnahme oder Einwirkung sowie Dauer der Einwirkung.
- **Wie:** Wurde die möglicherweise giftige Substanz z.B. geschluckt, eingeatmet oder über die Haut aufgenommen?
- **Wie viel:** Möglichst genaue Mengenangabe, z.B. Anzahl der Tabletten, Tropfen, Pflanzenanteile oder Flaschengröße.

Wenn es um **beratende Hilfe** geht, z.B. bei psychiatrischen Krisen, sind folgende Telefonnummern gültig:

Telefonseelsorge

Nummer: 0800 1 11 0 111
0800 1 11 0 222

Die Telefonseelsorge ist rund um die Uhr erreichbar. Die Nummer gilt in ganz Deutschland und ist kostenfrei. Der Anrufer bleibt dabei völlig anonym. Ehrenamtliche Mitarbeitende kümmern sich um jedes akute Problem und Krisen z.B. Mobbing am Arbeitsplatz, Schulen, Sucht, Krankheit, Einsamkeit, Sinnkrisen. Hier kannst du dich ausführlicher informieren:
<http://www.telefonseelsorge.de/?q=node/12>

Kinder- und Jugendtelefon

Nummer: 116 111
Nummer: 0800 111 0 333

Anonym und kostenlos vom Handy und Festnetz. Wenn sich Kinder und Jugendliche mit ihren Problemen (Stress mit den Eltern oder Freunden, Mobbing im Internet oder Arbeit, Angst, Missbrauch, Essstörungen, Depressionen oder Sucht,...) allein gelassen fühlen, ist das Kinder- und Jugendtelefon von 14.00 – 20.00 Uhr von montags bis samstags erreichbar.

Hilfeportal sexueller Missbrauch

Nummer: 0800 22 55 530

Die Nummer ist kostenfrei und anonym. Die Mitarbeiter sind psychologisch, pädagogisch oder medizinisch ausgebildet und kümmern sich um Betroffene von sexueller Gewalt, um deren Angehörige sowie um Personen aus dem sozialen Umfeld von Kindern. Hier kannst du auch anrufen, wenn du einen Verdacht hast, dass jemand sexuell missbraucht wird, du aber unsicher bist und Fragen zu dem Thema hast. Dieses Hilfetelefon ist ebenfalls ein Angebot an Fachkräfte, falls sie Fragen zu dem Thema haben. Hier kannst du dich ausführlicher informieren:

<https://www.hilfeportal-missbrauch.de/startseite.html>

Hilfetelefon „Gewalt gegen Frauen“

Nummer: 0800 116016

Die Nummer ist kostenfrei und anonym und rund um die Uhr erreichbar. Das Hilfstelefon ist ein Angebot an Frauen, die von Gewalt betroffen sind. Das Hilfetelefon ist auch ein Angebot an Fachkräfte oder ehrenamtliche Mitarbeiter, die mit dem Thema "Gewalt gegen Frauen" beruflich oder bei ihrer ehrenamtlichen Tätigkeit konfrontiert werden (z. B. Pädagogen, Sozialarbeiter, Psychotherapeuten). Infos unter: <https://www.hilfetelefon.de/>

Weißer Ring

Nummer: 0511 799997

Hilfe für Kriminalitätsoffer – Landesbüro Niedersachsen. Erreichbar von 07.00- 22.00 Uhr. Ehrenamtliche Mitarbeitende kümmern sich um Menschen, die Opfer von Gewalt und Verbrechen geworden sind. Weitere Infos unter: <https://weisser-ring.de/>

Blaues Kreuz

Nummer: 0202 62003 0

Das Blaue Kreuz ist ein Suchthilfeverband und unterstützt suchtgefährdete Menschen und deren Angehörige. Ehrenamtliche und hauptamtliche Mitarbeiter kümmern sich vor allem und sucht- und medikamentenabhängige Personen .

Sozialpsychiatrischer Dienst

In den Gemeinden stehen für die Versorgung und Beratung psychisch kranker Menschen und ihrer Angehörigen eine

Reihe von Einrichtungen zur Verfügung. Die sozialpsychiatrischen Dienste der Landkreise beraten über Behandlungs- und Selbsthilfemöglichkeiten vor Ort. Die Nummern können ggf. an betroffene Personen/Teilnehmende weitergegeben werden.

Telefonnummern findet ihr in angehängter Tabelle für die jeweiligen Landkreise.

Telefonnummern: Sozialpsychiatrische Dienste der jeweiligen Landkreise

Kommune		Strasse	PLZ	Ort	Telefon
Stadt Braunschweig	Sozialpsychiatrischer Dienst	Hamburger Str. 226	38114	Braunschweig	0531/4707281
Landkreis Wolfenbüttel	Sozialpsychiatrischer Dienst	Friedrich-Wilhelm-Str. 2b	38302	Wolfenbüttel	05331/84-500
Landkreis Gifhorn	Sozialpsychiatrischer Dienst	Allerstr. 21	38518	Gifhorn	05371/82-725
Stadt Wolfsburg	Sozialpsychiatrischer Dienst	Rosenweg 1a	38446	Wolfsburg	05361/28-2713
Landkreis Goslar	Sozialpsychiatrischer Dienst	Klubgartenstr. 5	38640	Goslar	05321/76-364
Landkreis Diepholz	Sozialpsychiatrischer Dienst	Wellestr. 19-20	49356	Diepholz	04242/976-1844
Stadt und Landkreis Göttingen	Sozialpsychiatrischer Dienst	Am Reinsgraben 1	37985	Göttingen	0551/400-4863
Landkreis Hameln-Pyrmont	Sozialpsychiatrischer Dienst	Hugenottenstr. 6	31785	Hameln	05151/903-5109
Landkreis Helmstedt	Sozialpsychiatrischer Dienst	Elzweg 19	38350	Helmstedt	05351/121-1400
Region Hannover	Sozialpsychiatrischer Dienst	Weinstr. 2	30171	Hannover	0511/616-42465
Landkreis Northeim	Sozialpsychiatrischer Dienst	Wolfshof 10	37154	Northeim	05551/708-572
Landkreis Hildesheim	Sozialpsychiatrischer Dienst	Bischof-Janssen-Str. 31	31134	Hildesheim	05121/309-1631
Landkreis Osterode	Sozialpsychiatrischer Dienst	Abgunst 7	37520	Osterode	05522/960-541
Landkreis Holzminden	Sozialpsychiatrischer Dienst	Böntalstr. 32	37603	Holzminden	05531/707-362
Landkreis Peine	Sozialpsychiatrischer Dienst	Maschweg 21	31224	Peine	05171/7000-24
Landkreis Nienburg	Sozialpsychiatrischer Dienst	Triemerstr. 17	31582	Nienburg	05021/967-950
Stadt Salzgitter	Sozialpsychiatrischer Dienst	Joachim-Campe-Str. 14	38226	Salzgitter	05341/839-3720
Landkreis Schaumburg	Sozialpsychiatrischer Dienst	Niedernstr. 14	31655	Stadthagen	05721/9748-12
Landkreis Celle	Sozialpsychiatrischer Dienst	Fritzenwiese 7	29221	Celle	05141/9090350
Landkreis Stade	Sozialpsychiatrischer Dienst	Heckenweg 7	21682	Stade	04141/920948
Landkreis Cuxhaven	Sozialpsychiatrischer Dienst	Brahmstr. 28	27474	Cuxhaven	04721/5918300
Landkreis Uelzen	Sozialpsychiatrischer Dienst	Brauerstr. 12	29525	Uelzen	0581/15088
Landkreis Harburg	Sozialpsychiatrischer Dienst	Schloßplatz 6	21423	Winsen	04171/693-397
Landkreis Verden	Sozialpsychiatrischer Dienst	Lindhooper Str. 67	27283	Verden	04231/15-502
Landkreis Ammerland	Sozialpsychiatrischer Dienst	Lange Str. 36	26655	Westerstede	04488/565358
Landkreis Lüchow-Dannenberg	Sozialpsychiatrischer Dienst	Georgshof 2	29439	Lüchow	05841/709-1500
Landkreis Lüneburg	Sozialpsychiatrischer Dienst	Am Graalwall 4	21335	Lüneburg	04131/26-14971
Landkreis Aurich	Sozialpsychiatrischer Dienst	Extumer Weg 29	26603	Aurich	0491/16-5300
Landkreis Osterholz	Sozialpsychiatrischer Dienst	Heimstr. 3	27711	Osterholz-Scharmbeck	04791/930143
Landkreis Cloppenburg	Sozialpsychiatrischer Dienst	Eschstr. 29	49661	Cloppenburg	04471/15-237
Landkreis Rotenburg	Sozialpsychiatrischer Dienst	Bahnhofstr. 15	27356	Rotenburg	04261/983-3216
Stadt Delmenhorst	Sozialpsychiatrischer Dienst	Lange Str. 1A	27749	Delmenhorst	04221/99-2612
Landkreis Soltau-Fallingb.ostel	Sozialpsychiatrischer Dienst	Bornemannstraße 12	29614	Soltau	05191/2072
Landkreis Emsland	Sozialpsychiatrischer Dienst	Ordeniederung 1	49716	Meppen	05931/441172
Stadt Emden	Sozialpsychiatrischer Dienst	Ysaac-Brons-Straße 16	26721	Emden	04921/87-4450
Landkreis Friesland	Sozialpsychiatrischer Dienst	Beethovenstr. 1	26441	Jever	04461/919-7291
Stadt Wilhelmshaven	Sozialpsychiatrischer Dienst	Weserstr. 51	26382	Wilhelmshaven	04421/16-2755
Landkreis Grafschaft Bentheim	Sozialpsychiatrischer Dienst	Am Bölt 27	48527	Nordhorn	05921/96-1875
Landkreis Wittmund	Sozialpsychiatrischer Dienst	Dohuser Weg 10b	26409	Wittmund	04462/86-1516
Landkreis Leer	Sozialpsychiatrischer Dienst	Jahnstr. 4	26789	Leer	0491/926-1134
Landkreis Oldenburg	Sozialpsychiatrischer Dienst	Delmenhorster Str. 6	27793	Wildeshausen	04431/85-503
Stadt Oldenburg	Sozialpsychiatrischer Dienst	Rummelweg 18	26122	Oldenburg	0441/235-8661
Stadt und Landkreis Osnabrück	Sozialpsychiatrischer Dienst	Hakenstr. 6	49082	Osnabrück	0541/501-8230
Landkreis Vechta	Sozialpsychiatrischer Dienst	Neuer Markt 8	49377	Vechta	04441/898-2200
Landkreis Wesermarsch	Sozialpsychiatrischer Dienst	Rönnelstr. 10	26919	Brake	04401/927-511