Weitere sozialrechtliche Informationen sowie Ratgeber zum kostenlosen Download finden Sie stetig aktualisiert unter www.betanet.de.

© 2024 beta Institut gemeinnützige GmbH | Kobelweg 95, 86156 Augsburg | www.betanet.de

Notfall- und Beratungsnummern

1. Das Wichtigste in Kürze

Im Notfall und in schwierigen Situationen können sich Betroffene deutschlandweit an verschiedene Hilfetelefone wenden. Der Anruf ist meist kostenlos. Fragenkataloge können dem Anrufer im Notfall Orientierung geben. Außerdem gibt es zahlreiche Beratungstelefone, meist von Ministerien und gemeinnützigen Trägern.

2. Notfallnummern

2.1. Notrufnummern

Diese zentralen Stellen vermitteln sofortige Hilfen in jedem Notfall.

Feuerwehr und Rettungsdienst	112
Polizei	110

2.2. Giftnotrufzentralen

Folgende Giftnotrufzentralen bieten rund um die Uhr ärztliche Beratung bei allen Arten von Vergiftungen:

Baden-Württemberg (Vergiftungs-Informations-Zentrale Freiburg)	0761 19240
Bayern (Klinikum rechts der Isar München)	089 19240
Berlin, Brandenburg (Charité Berlin)	030 19240
Bremen, Hamburg, Schleswig-Holstein, Niedersachsen (Giftinformationszentrum-Nord)	0551 19240
Hessen, Rheinland-Pfalz (Universitätsmedizin Mainz)	06131 19240
Mecklenburg-Vorpommern, Sachsen, Sachsen-Anhalt, Thüringen (Giftnotruf Erfurt)	0361 730730
Nordrhein-Westfalen (Universitätsklinikum Bonn)	0228 19240
Saarland (Universitätsklinikum des Saarlandes)	06841 19240

2.3. Bereitschaftsdienst

Außerhalb von Praxissprechzeiten und Öffnungszeiten bieten Bereitschaftsdienste fachliche Beratung und Hilfe.

Ärztlicher Bereitschaftsdienst (Zentrale)	116117
Apothekennotdienst	0800 0022833 (Festnetz, kostenlos) oder 22833 (Mobilfunk, max. 69 Ct./Min.)

2.4. Krankentransport

Für den Krankentransport ist ein vom Arzt ausgestellter Krankenbeförderungsschein nötig. I.d.R. wird der Krankentransport deshalb von der Arztpraxis oder dem Krankenhaus organisiert.

Krankenbeförderung bei nicht lebensbedrohlichen Verletzungen (z.B. Fahrten zu ambulanten Behandlungen)	19222

2.5. Fragenkatalog zum Notruf 112: Rettungsdienst und Feuerwehr

Für die Hilfestellen ist es wichtig, dass der Anrufer sich bei seinen Angaben an folgenden Punkten orientiert (W-Fragen für den Notfall):

- Wo ist es geschehen?
- Was ist geschehen? z.B. Verkehrsunfall
- Wie viele Verletzte?
- Welche Verletzungen? Was ist zu sehen? Sind Personen eingeklemmt? Bewusstlos?
- Warten auf Rückfragen

3. Seelsorge- und Krisen-Telefone

Telefonseelsorge:

Die Telefonseelsorge ist deutschlandweit täglich 24 Stunden erreichbar. Kostenlos unter**0800 1110111**, **0800 1110222** oder **116 123**. Die Telefonseelsorge bietet zudem online eine Mailberatung und eine Chatberatung sowie an 27 Standorten in Deutschland eine Vor-Ort-Beratung. Die Beratung ist immer anonym und konfessionsunabhängig.

Näheres unter www.telefonseelsorge.de .

MuTes – Muslimisches SeelsorgeTelefon:

MuTeS steht allen Menschen in seelischen Notlagen offen, z.B. bei Angst, Leid, Trauer, Gewalterfahrung oder anderen Sorgen. Unter **030 4435 09 821**, rund um die Uhr. Die muslimischen Telefonseelsorger beraten anonym und kostenlos auf Deutsch, dienstags auch auf Türkisch.

Näheres unter www.islamicrelief.de/mutes .

Krisendienste Bayern:

In Bayern täglich rund um die Uhr kostenlos erreichbar unter**0800 655 3000** bei psychischen Krisen. Anrufen können Menschen in seelischen Krisen, Mitbetroffene, Angehörige und auch Fachstellen. Sie erhalten qualifizierte Beratung und Unterstützung. Wenn nötig, ist innerhalb 1 Stunde ein mobiles Einsatzteam vor Ort.

Näheres unter www.krisendienste.bayern .

U25:

Anonyme und kostenlose Mailberatung für junge Menschen von 20 bis 26 Jahren, speziell in Krisen und bei Suizidgedanken. Zudem gibt es eine allgemeine Krisenberatung.

Näheres unter www.u25-deutschland.de .

Opfer von Anschlägen:

Der Bundesopferbeauftragte ist Ansprechpartner für alle Betroffenen von terroristischen oder extremistischen Anschlägen:

- Im Inland Telefon: 0800 0009546.
- Aus dem Ausland Telefon: +49 30 18580 8050.

Übersicht über die Opferbeauftragten und zentralen Anlaufstellen in den Bundesländern unter Traumaambulanz .

4. Beratungsnummern

4.1. Bürgertelefone Gesundheitsministerium

Kostenlose Bürgertelefone des Bundesministeriums für Gesundheit zu verschiedenen Themen des Gesundheitswesens: Mo–Do 8–18 Uhr, Fr 8–12 Uhr.

Krankenversicherung	030 3406066-01
Pflegeversicherung	030 3406066-02
Gesundheitliche Prävention (Vorbeugung)	030 3406066-03
Beratungsservice für Gehörlose und Hörgeschädigte	Fax: 030 3406066-07 E-Mail: info.deaf@bmg.bund.de , info.gehoerlos@bmg.bund.de
Gebärdentelefon (Videotelefonie)	www.gebaerdentelefon.de/bmg

4.2. Bürgertelefone Arbeitsministerium

Kostenlose Bürgertelefone des Bundesministeriums für Arbeit und Soziales zu verschiedenen sozialen Themen: Mo–Do 8–20 Uhr.

Rente	030 221911-001
Unfallversicherung/Ehrenamt	030 221911-002
Arbeitsmarktpolitik und -förderung	030 221911-003
Arbeitsrecht	030 221911-004
Mindestlohn	030 60280028
Teilzeit/Minijobs	030 221911-005
Behinderung	030 221911-006
Europäischer Sozialfonds	030 221911-007
Mitarbeiterkapitalbeteiligung	030 221911-008
Bildungspaket	030 221911-009

4.3. Beratungstelefone Gesundheit

Die Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) bietet Beratungstelefone zu verschiedenen psychosozialen Themen. Anrufzeiten wo nicht anders angegeben: Mo–Do 10–22 Uhr, Fr–So 10–18 Uhr.

Telefonberatung zu HIV und AIDS Infotelefon zur Suchtvorbeugung Infotelefon zu Essstörungen	0221 892031 (Preis für Gespräch ins deutsche Festnetz)
Telefonberatung zur Glücksspielsucht	0800 1372700 (kostenlos)
Telefonberatung zur Raucherentwöhnung	0800 8313131 (kostenlos)
Sucht [&] Drogen Hotline (rund um die Uhr)	01806 313031 (Festnetz 20 Ct./Anruf, Mobilfunk max. 60 Ct./Anruf)
Infotelefon Organspende	0800 9040400 (kostenlos)

4.4. Kinder und Jugendliche

Nummer gegen Kummer:

Das Kinder- und Jugendtelefon des Deutschen Kinderschutzbundes – die "Nummer gegen Kummer" – ist bundesweit unter der kostenlosen Telefonnummer **116 111**, Mo–Sa 14–20 Uhr zu erreichen.

Onlineberatung unter www.nummergegenkummer.de > Beratung für Kinder und Jugendliche > Online-Beratung.

Das **Eltern**telefon der "Nummer gegen Kummer" ist bundesweit Mo–Fr 9–11 Uhr und Di [&] Do 17–19 Uhr, unter der kostenlosen Telefonnummer 0800 1110550 zu erreichen.

Näheres unter www.nummergegenkummer.de .

Jugendnotmail:

Die Jugendnotmail ist eine vertrauliche und kostenlose Online-Beratung für Jugendliche (bis maximal 19 Jahre) auf verschiedenen Kanälen:

- Einzelchat: Di und Do von 18–20 Uhr.
- Kostenlose und vertrauliche Online-Beratung: Jugendliche können ihr Problem oder ihre Notsituation jederzeit in einer anonymen Mail absetzen. Sie bekommen professionelle Rückmeldung per Einzel-Online-Beratung.
- Themenchats immer Mo von 19–20:30 Uhr zu vorher festgelegten Themen, in denen Fragen und Probleme in Gruppen mit anderen Jugendlichen angesprochen werden können.
- Forum für Jugendliche ab 16 Jahren: Jederzeit zugängliches Forum.
- App "Junoma": Die Angebote der Jugendnotmail stehen auch rund um die Uhr in einer kostenlosen App zur Verfügung.

Näheres unter www.jugendnotmail.de .

OSKAR Sorgentelefon :

Das OSKAR Sorgentelefon ist rund um die Uhr erreichbar unter**0800 8888 4711**. Es berät und informiert zu allen Fragen,

die mit lebensverkürzend erkrankten Kindern zu tun haben.

Näheres unter www.oskar-sorgentelefon.de .

Young Carers Hilfe:

Hilfe für Kinder und Jugendliche, die ihre kranken Eltern pflegen: **0170 1888272**, vorrangig 8–10 Uhr, und **09761 9179641**.

Nähere Infos und weitere Anlaufstellen unter https://young-carers.de .

5. Verwandte Links

Schwangere in Not (Gewalt gegen Frauen)

Familienberatung > Adressen - Hilfen - Infos

Hausnotrufsysteme

Eltern in der Krise

Alkoholabhängigkeit - Alkoholismus