

---

## Inhaltsverzeichnis

<b>Notruf / S.O.S.</b>	<b>2</b>
<b>Medizinische Hilfe in der Nacht, am Wochenende und an Feiertagen</b>	<b>2</b>
<b>Apotheken Notdienst</b>	<b>3</b>
<b>Hilfe bei Sorgen und Verzweiflung</b>	<b>3</b>
<b>Hilfe für Kinder und Jugendliche in Not</b>	<b>4</b>
<b>Hilfe für Frauen und Mädchen in Not</b>	<b>5</b>
<b>Hilfe für Männer in Not</b>	<b>6</b>

## Notruf / S.O.S.

Polizei  [110](#)

Feuerwehr, Rettungsdienst, Notarzt  [112](#)

Die Notrufnummern der Handys funktionieren immer, auch bei Prepaid-Karte ohne Guthaben/Geld!

 **Ein Notfall ist ein plötzliches Ereignis, das eine unmittelbare Gefahr für Leben und Gesundheit bedeutet.**

### Wichtige Angaben bei einem Notruf:

Wer ruft an (Ihr Name)?

Wo ist etwas passiert (Adresse)?

Was ist passiert?

Wie viele Verletzte oder Kranke gibt es?

Welche Art von Krankheiten oder Verletzungen liegen vor?

Warten auf Rückfragen!

Bleiben Sie ruhig. Sprechen Sie langsam und deutlich, damit man Sie besser versteht. Beenden Sie nicht das Gespräch. Die Notrufstelle / die Polizei beendet das Gespräch, wenn alle wichtigen Informationen übermittelt sind.

## Brandschutz

Einfache Dinge, die wirkungsvoll und im Notfall unschätzbar wichtig sind.

- Fluchtwege ständig frei halten
- Türen nicht zustellen
- Türen nicht verkeilen
- Müll und alte Möbel entsorgen und nicht auf dem Dachboden abstellen
- Nichts in Fluren oder Treppenhäusern abstellen

### Im Brandfall:

Niemand braucht sein eigenes Leben aufs Spiel zu setzen. Bei Rauch besteht Lebensgefahr. Also niemals in verrauchte Bereiche hineingehen!

## Medizinische Hilfe in der Nacht, am Wochenende und an Feiertagen

### Ärztlicher Notdienst:

Sie sind krank und die Arztpraxen sind geschlossen? Sie sind nicht lebensbedrohlich erkrankt, können jedoch nicht bis zur nächsten Sprechzeit warten? Dann helfen Haus- und Fachärzte im ärztlichen Bereitschaftsdienst. Die Mitarbeitenden der 116117 kennen Ärzte und Ärztinnen in Ihrer Nähe oder schicken bei Bedarf einen Arzt oder eine Ärztin zu Ihnen nach Hause. Sie erhalten die ärztliche Hilfe, die Sie brauchen.

 [116117](tel:116117)

 [online suchen](#)

### **Zahnärztlicher Notdienst:**

Der zahnärztliche Notdienst soll Ihnen in akuten Situationen mit starken Schmerzen eine kurzfristige Hilfe bieten, bis Ihr Zahnarzt die weitere Behandlung übernehmen kann.

Nehmen Sie zunächst telefonischen Kontakt mit der Praxis auf.

 [01805607011](tel:01805607011)

 [online suchen](#)

### **Giftnotruf:**

 [0613119240](tel:0613119240)

Bei bewusstlosen Personen sofort den Rettungsdienst  [112](tel:112) informieren!

### **Apotheken Notdienst**

Sie benötigen dringend ein Medikament? Die Apotheken haben einen Notdienst. So bekommen Sie Medikamente im Notfall auch in der Nacht sowie an Sonn- und Feiertagen.

[Hier](#) geht es zur Onlinesuche nach geöffneten Apotheken.

Bundesweite Hotline:

 08000022833

### **Hilfe bei Sorgen und Verzweiflung**

Sie haben quälende Sorgen, Ängste oder Probleme? Sie denken an Suizid?

Zögern Sie nicht. Nehmen Sie Hilfe in Anspruch. Alle Gespräche sind absolut vertraulich.

### **Sozialpsychiatrischer Dienst Kassel**

 +49-561-7875390

## Ärztlicher Bereitschaftsdienst

 116117 (24h)

## Telefonseelsorge

 08001110111 , 08001110222 oder 116123 (24h)

Es fällt Ihnen schwer über Ihre Sorgen zu sprechen? Vielleicht fällt Ihnen das Schreiben leichter. Hier können Sie zwischen Mail und Chat wählen. Ein Seelsorger oder Seelsorgerin wird Ihnen in einem schriftlichen Kontakt zur Seite stehen.

 [Anmeldung zur Online- und Chatseelsorge](#)

## Muslimisches Seelsorgetelefon

 +49-304-43509821 (24h)  
Sprachen: Türkisch, Arabisch, Urdu

## Telefon Doweria

 +49-304-40308454 (24h)  
Sprachen: Russisch

## Psychosoziales Zentrum für Geflüchtete

 Treppenstr. 4, 34117 Kassel  
 +49-561-81644322

## Hilfe für Kinder und Jugendliche in Not

## Vitos Kinder- und Jugendambulanz für psychische Gesundheit Kassel

Wenn Ihr Kind verhaltensauffällig ist, können Sie hier in vertrauensvoller Atmosphäre über die Ereignisse sprechen und Ihrem Kind helfen, die richtige Diagnose und Behandlung zu bekommen.

 Herkulesstr. 111, 34119 Kassel  
 +49-561-3100631111  
[@ambulanz-kjp.kassel@vitos-kurhessen.de](mailto:@ambulanz-kjp.kassel@vitos-kurhessen.de)

## Beratungstelefon "Nummer gegen Kummer"

Kummer bedeutet, dass man traurig ist oder sich Sorgen macht, weil man ein Problem hat. Beim Beratungstelefon "Nummer gegen Kummer" können Kinder und Eltern mit jemandem sprechen. Alle Gespräche sind anonym und vertraulich.

Für Kinder und Jugendliche:

 116111 oder 08001110333

Für Eltern:

 08001110550

Erklärfilm [Kinder und Jugendtelefon](#)

Erklärfilm [Onlineberatung](#)

Erklärfilm [Elterntelefon](#)

.

-

## **Beratungs- und Interventionsstelle bei Gewalt in Gemeinschaftsunterkünften**

Hilfe und Beratung für Kinder und Jugendliche, die in einer Gemeinschaftsunterkunft des Landkreises Kassel leben.

 +49-561-10031654

[@ruth-richter@landkreiskassel.de](mailto:ruth-richter@landkreiskassel.de)

### **Hilfe für Frauen und Mädchen in Not**

#### **Hilfetelefon "Gewalt gegen Frauen"**

Beratungsangebot für Frauen, die Gewalt erlebt haben oder noch erleben.

 [116016](tel:116016)

Weitere Informationen in vielen Sprachen [hier](#)

## **Beratungs- und Interventionsstelle bei Gewalt in Gemeinschaftsunterkünften**

Hilfe und Beratung für Frauen, die in einer Gemeinschaftsunterkunft des Landkreises Kassel leben.

 [+49-561-10031654](tel:+49-561-10031654)

[@ruth-richter@landkreiskassel.de](mailto:ruth-richter@landkreiskassel.de)

### **Frauenhaus**

Frauenhäuser bieten bei Gewalt Zuflucht und Schutz für Frauen und deren Kinder.

 [+49-561-4910194](tel:+49-561-4910194)

Weitere Informationen in vielen Sprachen [hier](#)

Wichtig: Alle Beratungsangebote sind kostenlos und vertraulich!

## Hilfe für Männer in Not

### Hilfetelefon "Gewalt gegen Männer"

Rat und Unterstützung für Männer, die von Gewalt in ihren Beziehungen betroffen sind.

 08001239900

### Beratungs- und Interventionsstelle bei Gewalt in Gemeinschaftsunterkünften

Hilfe und Beratung für Männer, die in einer Gemeinschaftsunterkunft des Landkreises Kassel leben.

 +49-561-10031654

 @ruth-richter@landkreiskassel.de