## Inhaltsverzeichnis

**Hilfe im Notfall** 2
- **Polizei, Feuerwehr, Rettungswagen, Giftnotruf** 2
- **Ärztlicher Not-Dienst, Apotheken-Not-Dienst** 2
- **Hilfe für Frauen und Kinder** 4
- **Sorgen-Telefon** 4

# Hilfe im Notfall

## Polizei, Feuerwehr, Rettungswagen, Giftnotruf

**Polizei:**

Telefon (Notruf):

110

Infos zur Polizei in leichter Sprache findest du hier:

Die Bayerische Polizei - Leichte Sprache - Die Bayerische Polizei im Internet

**Feuer:**

Telefon für Feuerwehr (Notruf):

112

**Medizinischer Notfall, Unfall:**

Telefon für Notarzt (Notruf):

112

**Wenn du oder dein Kind etwas giftiges zu sich genommen haben, kannst du beim Gift-Notruf anrufen**

**(Beispiel: Ein Kleinkind hat Spülmittel getrunken).**

**Es gibt zwei Stellen wo du anrufen kannst. Sie werden dir helfen und sagen was du jetzt am besten machst.**

**Gift-Notruf Nürnberg**
Telefon 0911 3982451

**Gift-Notruf München**
Telefon 089 19240

## wichtige Regeln im Notfall:

Du rufst 112 an.
Sag die wichtigen Dinge:
**Wo** ist der Notfall/Unfall passiert?
**Was** ist geschehen?
**Wie viele** Verletzte gibt es?
**Welche Art** der Verletzung?
**Warte** auf Rück-Fragen der Rettungs-Leitstelle (das sind die Personen mit denen du gerade telefonierst)!

## Ärztlicher Not-Dienst, Apotheken-Not-Dienst

## Ärztlicher-Bereitschafts-Dienst

Es ist spät abends oder Sonntag oder Feiertag?
Dir geht es nicht gut.

Du brauchst einen Arzt?
Dein Arzt hat nicht offen?

Hier kannst Du anrufen:

116 117

Frage nach einem Bereitschafts-Arzt.

Aber nicht für Notfall!

Telefonnummer für Notfälle:

112

Oder gehe ins Krankenhaus.

Ärztliche Bereitschaftspraxen findest Du hier:

116117.de - Bereitschaftspraxen suchen

## Zahn-Arzt-Not-Dienst

Notfall mit Zahn?
**Zum Beispiel Schmerzen, Blutung, Unfall?**
Dein Zahn-Arzt hat nicht offen?

Wo ist der Not-Dienst? Schau hier:

Zahnärztlicher Notdienst, Zahnarzt, Notfall, Zahnschmerzen, Zahnarztnotdienst - Auskunft Zahnärztlicher Notdienst

**Oder:**

Zahnärztlicher Notfalldienst im Universitätsklinikum Regensburg

## Apotheken-Not-Dienst

Es ist Nacht oder Sonntag oder Feiertag?

Dir geht es nicht gut. Du brauchst ein Medikament.

Dann such hier nach einer offenen Apotheke:

Apotheken-Notdienst und -Nachtdienst suchen | aponet.de

Es gibt immer Apotheken, die dann offen sind, wenn die meisten Apotheken schon geschlossen haben.

Sie heißen Notdienst-Apotheken.

Apotheken mit Notdienst und -Nachtdienst suchen:

Apotheken-Notdienst und -Nachtdienst suchen | aponet.de

### Hilfe für Frauen und Kinder

## Du bist eine Frau in Not?

Du kannst immer anrufen:

Telefon: 0800 116 016

Du bekommst Hilfe auch in anderen Sprachen.

## Sexualisierte Gewalt

Der Frauen Notruf Regensburg e.V.
ist eine Beratungs-Stelle für Frauen und Mädchen mit sexualisierten Gewalt-Erfahrungen:

Frauennotruf Regensburg e.V. – Beratungsstelle für Frauen und Mädchen mit sexualisierten Gewalterfahrungen

Telefon: 0941 24171

## Not-Inseln für Kinder

Du hast Angst auf Deinem Schul-Weg?
Du bekommst Hilfe.

Wo?
Du gehst in ein Notinsel-Geschäft auf dem Schul-Weg (Geschäfte = Läden, Ärzte )
Die Menschen dort können Dir helfen.
Die Geschäfte haben einen Aufkleber.

Auf dem Aufkleber steht Notinsel.

**Du musst deinen Ort eingeben, wo du wohnst (zum Beispiel: Regensburg):**

Notinsel finden | Notinsel

### Sorgen-Telefon

Du bist verzweifelt oder traurig?

Geht es dir gerade nicht gut?

Hier findest du Telefonnummern, wo du vertraulich sprechen kannst:

**Telefonseelsorge**: 0800 1110111 oder - 1110222

**Seelefon:** 0228 71002425

**Kinder- und Jugendtelefon:** 0800 1110333