

Hilfreiche Nummern bei Stress und Ärger

- ▶ "Nummer gegen Kummer" - das Kinder- und Jugendtelefon:

116 111

montags bis samstags von 14 - 20 Uhr.

- ▶ Kinder- und Jugendnotdienst kinderschutz@dresden.de

0351 27 54 0 04

rund um die Uhr besetzt.

- ▶ Mädchenzuflucht

0351 251 99 88

jederzeit erreichbar.

- ▶ Hilfetelefon sexueller Missbrauch (Kinder, Jugendliche, Erw.):

0800 22 55 530

Montags, mittwochs und freitags: 9 bis 14 Uhr

Dienstags und donnerstags: 15 bis 20 Uhr

Das Online-Angebot des Hilfetelefons für Jugendliche ist www.save-me-online.de

▶ **Elterntelefon:**

0800 111 0550

Montag bis Freitag 9 bis 17 Uhr

UND

Dienstag und Donnerstag bis 19 Uhr

▶ **Hilfetelefon häusliche Gewalt:**

08000 116 016

rund um die Uhr, auch an Wochenenden und Feiertagen – an 365 Tagen im Jahr.

▶ **Sucht- und Drogenhotline:**

01806 31 30 31

14 ct/Min., Mobilfunkpreise abweichend

rund um die Uhr, auch an Wochenenden und Feiertagen – an 365 Tagen im Jahr.

▶ **Telefonseelsorge:**

0800-111 0 111 oder

0800-111 0 222 oder

116 123

rund um die Uhr, auch an Wochenenden und Feiertagen – an 365 Tagen im Jahr.

▶ **Ökumenisches „Corona-Seelsorgetelefon“ in Sachsen:**

0351 896 928 90

Montag bis Freitag 9 -18 Uhr

Stand: 16.12.2020