

<p><i>Gewalt gegen Frauen</i> 0800 0116 016 rund um die Uhr oder im Sofort-Chat www.hilfetelefon.de</p>	<p><i>Müttertelefon</i> 0800 333 2 111 20 bis 22 Uhr</p>	<p><i>Elterntelefon</i> 0800 111 0550 Mo-Fr. 9 bis 11 Uhr Di und Do. 17 bis 19 Uhr</p>
<p><i>Sucht und Drogen</i> Hotline 01805 313031 rund um die Uhr kostenpflichtig</p>	<p><i>Telefonseelsorge</i> 0800 111 0 111 oder 116 123 rund um die Uhr oder im Chat www.telefonseelsorge.de</p>	<p><i>Nummer gegen Kummer für Kinder/Jugendliche</i> 116 111 <i>für Eltern</i> Mo-Fr. 9 bis 11 Uhr Di-Do. 17 bis 19 Uhr</p>
<p><i>Silbertelefon</i> Seniorentelefon gegen Einsamkeit 0800 470 8090 Täglich 8 bis 22 Uhr</p>	<p><i>Pflegenottelefon</i> 030 2017 9131 Mo-Do. 9 bis 18 Uhr</p>	<p><i>Hilfetelefon Schwangere in Not</i> 0800 404 0020 rund um die Uhr oder als online Beratung www.geburt-vertraulich.de</p>
<p><i>Tonderntreff</i> Seniorenzentrum werktags 9 bis 11 Uhr 04671 94326 96</p>	<p><i>Diakonisches Werk</i> Sozialraumorientierte Jugendhilfe 04671 6008783</p>	<p><i>ProFamilia</i> bundesweite online Beratung www.profamilia.de</p>
<p><i>Kinderschutzzentrum Westküste</i> 04841 691450</p>	<p><i>Frauenberatungsstelle und Notruf</i> 04841 62234</p>	<p><i>Heimwegtelefon</i> So-Do. 21 bis 24 Uhr Fr und Sa. 21 bis 3.00 Uhr 030 120 741 82</p>

Quellen: Amt Heider Umland, Südtondern