

## Notrufnummern für Krisensituationen

In einer Krisensituation ist es wichtig zu wissen, an wen man sich wenden kann, vor allem wenn FreundInnen oder Angehörige nicht erreichbar oder in das Problem verwickelt sind.

Wenn nicht anders angegeben, sind die Dienste an **365 Tagen im Jahr, 24 Stunden am Tag** erreichbar.

<b>Polizei/Notruf:</b>	<b>110</b>
<b>Rettungsdienst/ Feuerwehr:</b>	<b>112</b>
<b>Telefonseelsorge</b>	<b>0800-111 0 111 oder 0800-111 0 222 oder 116 123</b> Chat: <a href="https://online.telefonseelsorge.de/">https://online.telefonseelsorge.de/</a>
<b>Verein für Suizidprävention Krisentelefon</b>	<b>05121-5 88 28</b> täglich zwischen 18:00 und 22:00 Uhr <a href="https://www.suizidpraevention-hildesheim.de/">https://www.suizidpraevention-hildesheim.de/</a>
<b>Sozialpsychiatrischer Dienst der Stadt Oldenburg</b> <i>Sozialpsychiatrische Dienste bieten u.a. Beratung und Hilfen für Menschen (und deren Angehörige) mit psychischen Erkrankungen an</i>	<b>0441-235-8662</b> <b>Montag-Donnerstag: 08:00-12:00 Uhr und 13:30-15:30 Uhr</b> <b>Freitag: 08:00-12:00 Uhr</b> <b>Zusätzlich: Termine nach Vereinbarung</b> <a href="https://www.oldenburg.de/startseite/leben-umwelt/soziales/gesundheitsamt/beratung-und-publikationen/sozialpsychiatrischer-dienst.html">https://www.oldenburg.de/startseite/leben-umwelt/soziales/gesundheitsamt/beratung-und-publikationen/sozialpsychiatrischer-dienst.html</a>
<b>Karl-Jaspers-Klinik</b> <i>Fachkrankenhaus für Psychiatrie und Psychotherapie</i>	<b>0441-96 150</b> Hermann-Ehlers-Straße 7 26160 Bad Zwischenahn <a href="http://www.karl-jaspers-klinik.de/">www.karl-jaspers-klinik.de/</a>
<b>Karl-Jaspers-Klinik Krisenambulanz</b> <i>Ambulantes Behandlungsangebot für Menschen in akuten psychiatrischen Krisen</i>	<b>0441-9615 1101</b> Telefonische Vereinbarung eines Gesprächstermins: <b>Montag-Donnerstag: 08:00-16:00 Uhr</b> <b>Freitag: 08:00-14:30 Uhr</b> <a href="https://www.karl-jaspers-klinik.de/Behandlung/Spezielle_Behandlungsangebote/Krisenambulanz.php">https://www.karl-jaspers-klinik.de/Behandlung/Spezielle_Behandlungsangebote/Krisenambulanz.php</a>
<b>Der Patientenservice (Ärztlicher Notdienst)</b>	<b>116 117</b> (bundesweit einheitliche Rufnummer)
<b>Nicht-ärztlicher psychosozialer Krisendienst</b> <i>für psychisch kranke Menschen in Krisensituationen an Wochenenden und Feiertagen oder für suizidgefährdete Menschen und ihre Angehörige.</i>	<b>0441-235-8626</b> <b>Mobil: 0177-6458668</b> Freitag: 16:00 bis 20:99 Uhr Samstag, Sonn- und Feiertag: 13:00 bis 20:00 Uhr <a href="https://www.oldenburg.de/startseite/leben-umwelt/soziales/gesundheitsamt/beratung-und-publikationen/psychosozialer-krisendienst.html">https://www.oldenburg.de/startseite/leben-umwelt/soziales/gesundheitsamt/beratung-und-publikationen/psychosozialer-krisendienst.html</a>
<b>Notdienstpraxis Oldenburg</b> <i>Außerhalb der Sprechzeiten niedergelassener ÄrztInnen auch bei psychiatrischen Notfällen zuständig</i>	<b>Auguststr. 18</b> 26121 Oldenburg <a href="https://www.notdienstpraxis-oldenburg.de/">https://www.notdienstpraxis-oldenburg.de/</a> Fr. 16:00 -22:00 Uhr Sa., So. + Feiertage: 10:00 – 20:00 Uhr
<b>Krisenchat (24/7)</b> <i>Für Menschen unter 25 Jahren</i>	<a href="https://www.krisenchat.de/">https://www.krisenchat.de/</a> schriftliche Beratung von ausgebildeten Fachleuten. Nur kurze Wartezeit.
<b>Hilfetelefon: Gewalt gegen Frauen</b>	<b>08000-116 016 – verfügbar in 17 Sprachen!</b> <a href="http://www.hilfetelefon.de">www.hilfetelefon.de</a>
<b>Autonomes Frauenhaus</b> <i>Schutz für Frauen und Kinder, die von körperlichen, seelischen und sexuellen Misshandlungen bedroht oder betroffen sind.</i>	<b>0441-47981</b> <a href="https://www.frauenhaus-oldenburg.de/">https://www.frauenhaus-oldenburg.de/</a> (Aufnahme jederzeit möglich) Bringen Sie, wenn möglich, alle verfügbaren Papiere und Unterlagen mit (Ausweis, Versicherungskarte der Krankenkasse, Bankkarte, Kontoauszüge, Schulsachen der Kinder...)

## Emergency call numbers for crisis situations

In a crisis, it is important to know, whom to turn to, especially if friends or family members are not available or involved in the problem. Here is an overview of the crisis services available in Oldenburg. Unless otherwise stated, services are available around the clock, 365 days a year.

***Please note, that some of the following facilities do not provide English speaking personnel!***

<b>Police/emergency:</b>	<b>110</b>
<b>Emergency-Service/ Fire department:</b>	<b>112</b>
<b>Pastoral phone</b>	<b>0800-111 0 111 or 0800-111 0 222 or 116 123</b> Chat: <a href="https://online.telefonseelsorge.de/">https://online.telefonseelsorge.de/</a>
<b>Social Psychiatry Service</b> of Oldenburg <i>advice and support for people (and their relatives) with mental illnesses</i>	<b>0441-235-8662</b> <b>Monday-Thursday: 08:00-12:00 and 13:30-15:30</b> <b>Friday: 08:00-12:00 - Additionally: Appointments by arrangement</b> <a href="https://www.oldenburg.de/startseite/leben-umwelt/soziales/gesundheitsamt/beratung-und-publikationen/sozialpsychiatrischer-dienst.html">https://www.oldenburg.de/startseite/leben-umwelt/soziales/gesundheitsamt/beratung-und-publikationen/sozialpsychiatrischer-dienst.html</a>
<b>Karl-Jaspers-Clinic</b> <i>Hospital for psychiatry and psychotherapy</i>	<b>0441-96 150</b> Hermann-Ehlers-Straße 7 26160 Bad Zwischenahn <a href="http://www.karl-jaspers-klinik.de/">www.karl-jaspers-klinik.de/</a>
<b>Karl-Jaspers-Clinic Crisis Outpatient Clinic</b> <i>Outpatient treatment services for people in acute psychiatric crises</i>	<b>0441-9615 1101</b> <b>Monday-Thursday: 08:00-16:00</b> <b>Friday: 08:00-14:30</b> It is possible to make an appointment by telephone at the times indicated. <a href="https://www.karl-jaspers-klinik.de/Behandlung/Spezielle_Behandlungsangebote/Krisenambulanz.php">https://www.karl-jaspers-klinik.de/Behandlung/Spezielle_Behandlungsangebote/Krisenambulanz.php</a>
<b>Der Patientenservice</b> (Emergency medical assistance service)	<b>116 117</b> (nationwide telephone number)
<b>Emergency psychosocial assistance service (non-medical)</b> <i>For mentally ill or suicidal people and their social environment in crisis during weekends and holidays,</i>	<b>0441-235-8626</b> <b>mobile: 0177-6458668</b> Friday: 4 pm to 8 pm Saturday, Sunday and public holiday: 1 pm to 8 pm <a href="https://www.oldenburg.de/startseite/leben-umwelt/soziales/gesundheitsamt/beratung-und-publikationen/psychosozialer-krisendienst.html">https://www.oldenburg.de/startseite/leben-umwelt/soziales/gesundheitsamt/beratung-und-publikationen/psychosozialer-krisendienst.html</a>
<b>Notdienstpraxis (emergency department) Oldenburg</b> <i>Responsible for psychiatric emergencies outside of regular doctor's office hours.</i>	<b>Auguststr. 18</b> 26121 Oldenburg <a href="https://www.notdienstpraxis-oldenburg.de/">https://www.notdienstpraxis-oldenburg.de/</a> Fr. 16:00 -22:00 Uhr Sa., So. + Feiertage: 10:00 – 20:00 Uhr
<b>Krisenchat (24/7)</b> <i>For people under 25 years of age</i>	<a href="https://www.krisenchat.de/en">https://www.krisenchat.de/en</a> 24 hours, everyday Written consultation from trained professionals. Short waiting time. Also available in Russian and Ukrainian.
<b>Support Hotline: Violence against women</b>	<b>08000-116 016 – available in 17 languages!</b> <a href="http://www.hilfetelefon.de">www.hilfetelefon.de</a>
<b>Asylum for battered women</b> <i>A shelter for women and children who are threatened or affected by abuse.</i>	<b>0441-47981</b> <a href="https://www.frauenhaus-oldenburg.de/">https://www.frauenhaus-oldenburg.de/</a> (admission every time possible) If possible, bring along all available papers and documents (e.g. identity card, health insurance card, bank statements...)