

Hilfe für Frauen Notfallkarte

Stets zur Hilfe bereit,
zum Schweigen verpflichtet
und in Notfällen für Sie da!

Notfallkarte



Notfallkarte

STA
Landratsamt Jena

112, 110, 11223

Notrufnummern

Wiederholen Sie alle Schritte (genau)

Warten Sie gedulden, helfen Sie

genau, gehen Sie nie

Warten Sie immer gedulden

(Sie sind nie allein!)

www.landratsamt-jena.de

Hilfe für Frauen

Notfallkarte

Werden Sie unter Druck gesetzt,

bedroht, geschlagen, belästigt,

gestalkt, gedemütigt oder

müssen Sie sexuelle Handlungen

über sich ergehen lassen?

www.lk-starnberg.de/frauenhandbuch

Notfall-Nummern:

Beratungsstelle Frauennotruf	08152 5720
Frauenhaus Murnau	08841 5711
Gleichstellungsstelle Landratsamt Starnberg	08151 148-77607
Beauftragte der Polizei für Kriminalitätsoffer	0841 9343-1077
Polizeinotruf	110
Hilfetelefon - Gewalt gegen Frauen kostenfrei, 24 h, multilingual	08000 116 016