

Öffnungszeiten:

365 Tage: 9:00 – 24:00 Uhr

Tel. **0911/42 48 55-0** • Fax 0911/42 48 55-8

Leitstelle
Krisendienst Mittelfranken
Hessestraße 10
90443 Nürnberg

info@krisendienst-mittelfranken.de



Online-Beratung:

www.krisendienst-beratung.de

Krisenhilfe in russischer Sprache:

Tel.: **0911 / 42 48 55-20**

Dienstag	18:00 – 20:00 Uhr
Donnerstag	19:00 – 21:00 Uhr
Samstag	17:00 – 19:00 Uhr

Krisenhilfe in türkischer Sprache:

Tel.: **0911 / 42 48 55-60**

Montag, Mittwoch, Freitag und Sonntag	20:00 – 22:00 Uhr
--	-------------------

Hilfe für Menschen in seelischen Notlagen

KRISENDIENST MITTELFRAANKEN



Sie erreichen uns:

am Telefon | in der Leitstelle | online

- 365 Tage im Jahr
- menschlich
- professionell
- unkompliziert
- kostenfrei

Zentrale Rufnummer für Mittelfranken:

0911 / 42 48 55-0

www.krisendienst-mittelfranken.de

Wir sind da...

... für alle Menschen in seelischen und sozialen Notlagen sowie deren Angehörige und weitere Bezugspersonen

Menschen haben Krisen. Jeder Mensch kann in eine psychische Ausnahmesituation geraten.

Und **jede Krise ist anders.** Die Hintergründe können vielfältig sein: Depressionen, Ängste, familiäre Auseinandersetzungen, Gewalterfahrungen, Selbsttötungsabsichten, Trennung, Trauer, Suchtprobleme, Arbeitslosigkeit . . .

Lebenskrisen sind belastend und mit Risiken verbunden, müssen aber nicht unweigerlich zum Zusammenbruch führen.

Krisenhilfe bedeutet:

- Verständnis und Zuhören
- Entlastung und Unterstützung
- Sicherheit vermitteln und Orientierung geben
- Auslöser finden und notwendige Veränderungen einleiten
- Auswege suchen und Wendepunkte finden
- Entwicklung fördern und Neuanfang gestalten
- Krisen aushalten, begleiten und bewältigen

Unser Beratungsangebot

- telefonisch
- persönlich in den Räumlichkeiten unserer Leitstelle
- Hausbesuche in ganz Mittelfranken
- online per E-Mail und Einzelchat



- Alle Beratungsgespräche sind ohne Voranmeldung möglich, kostenfrei, auf Wunsch anonym und unterliegen der Schweigepflicht.

Der Krisendienst Mittelfranken

wurde 1998 gegründet und ist eine Einrichtung des Fördervereins ambulante Krisenhilfe e. V.

Spendenkonto:

Förderverein ambulante Krisenhilfe | Sparkasse Nürnberg
IBAN: DE76 7605 0101 0002 1064 76 | BIC: SSKNDE77