



## Hilfe und Unterstützung in herausfordernden Zeiten

Liebe Gemeindebürgerinnen und Gemeindebürger,

viele Menschen stehen in herausfordernden Zeiten vor psychischen Belastungen, die sie nicht mehr alleine bewältigen können und benötigen daher zielgerichtete Beratung und Unterstützung. Die Gesunde Gemeinde stellt Ihnen eine Auflistung von *Notrufnummern und regionalen Anlaufstellen* zur Verfügung, an welche Sie sich bei Bedarf wenden können.

Die Gesunde Gemeinde wünscht Ihnen weiterhin alles Gute, und dass Sie schwierige Zeiten gut bewältigen können!

### *Hilfreiche Notrufnummern und Krisentelefone*


### *Anlaufstellen (Beratung, Selbsthilfegruppen, Ambulanzen, ...) in der Nähe*


**Wichtige Info:** Alle Angaben sind ohne Gewähr und ohne Anspruch auf Vollständigkeit.