



Hier erhalten Sie Hilfe:

- **telefonisch,**
- **persönlich,**
- **kostenlos**
*auf Wunsch auch
anonym*

- Caritas - Beratungsstelle für psychische Gesundheit
Tel. 08441/808341
- Caritas
Jugend- und Elternberatung
Tel. 08441/8083700
- Caritas - Frauenhaus Ingolstadt
Tel. 0841/77787
24 Stunden erreichbar!
- Jugendamt Pfaffenhofen
Tel. 08441/27235
- Wirbelwind e.V. Ingolstadt
Fachberatung bei sexualisierter Gewalt
Tel. 0841/17353
- Kinder- u. Jugendtelefon
Tel. 0800/1110333
MO - SA 14-20 Uhr
kostenfrei aus dem Inland
- Weisser Ring
Opfertelefon: 116006 (mehrsprachig)
Außenstelle Pfaffenhofen
Tel. 08441/860380
- Polizei Ingolstadt, Fr. Wirth
Tel. 0841/93431077
Beratungstelefon mit Anrufbeantworter
nicht anonym!