



NOTFALL LEPORELLO





MEINE LEBENSZIELE

NOTFALLNUMMERN IN EINER AKUTEN KRISE ...









LANGFRISTIGE ZIELE

MEINE HILFREICHSTEN SKILLS

FOTO/BILD

MEINE SKILLKETTE

FRÜHWARNZEICHEN

MEIN NOTFALL LEPORELLO



NOTRUF 112

Nummer gegen Kummer, Kinder- und Jugendtelefon 113 111 oder 0800 1110333
Telefonseelsorge 0800 1110111 oder 0800 111 0 222, [online-telefonseelsorge.de](https://www.online-telefonseelsorge.de)