



**Im Notfall**  
 Krankenwagen **144**  
 Polizei **117**  
 Vergiftung **145**

## Wichtige Kontakte für Eltern mit Babys und Kleinkindern



Deutsch 7. Version, 04.2026

Weitere Sprachen:

Medizinische Hilfe und Beratung		
<b>Kinder-Notfalltelefon (Medgate)</b> 24 Stunden erreichbar	<b>058 387 78 83</b> wird über Krankenkasse abgerechnet	Direkte Beratung, wenn der Haus- oder Kinderarzt nicht erreichbar ist
<b>Rettungsdienst</b> 24 Stunden erreichbar	<b>144</b>	Bei akutem medizinischem Notfall
<b>Tox Info Suisse</b> 24 Stunden erreichbar	<b>145</b> <b>0041 44 251 51 51</b> ausserhalb der Schweiz	Bei Vergiftungsverdacht
Psychiatrische Hilfe und Beratung		
<b>Abklärungs- und Aufnahmezentrum Psychiatrische Dienste Thurgau für Erwachsene</b> 24 Stunden erreichbar	<b>0848 41 41 41</b> <b>aaz.pdt@stgag.ch</b>	Abklärung, Aufnahme, Beratung, Information und Krisenintervention
<b>Zentrum für Kind, Jugend und Familie (ZKJF) der Clenia Littenheid AG</b> 24 Stunden erreichbar	<b>0848 92 92 92</b> <b>zip@clenia.ch</b>	Abklärung, Beratung und ambulante psychiatrisch-psychotherapeutische Behandlung von Kindern, Jugendlichen und Familien
In Krisensituationen		
<b>Die Dargebotene Hand</b> 24 Stunden erreichbar	<b>143</b>	Unterstützung bei seelischer Not und Krisen, zuhören, beraten, entlasten
<b>Elternnotruf</b> 24 Stunden erreichbar	<b>0848 35 45 55</b> <b>24h@elternnotruf.ch</b>	Beratung für Eltern und andere Bezugspersonen bei Themen rund um den Familienalltag, bei Erziehungsfragen, in Krisen, bei Überforderung und Gewalt
<b>Frauenhaus Winterthur</b> 24 Stunden erreichbar	<b>052 213 08 78</b> <b>info@frauenhaus-winterthur.ch</b>	Schutz und Beratung für Frauen, die von Gewalt betroffen sind
<b>Helpline Thurgau für Kinder, Jugendliche und Familien</b>	<b>0848 21 21 21</b>	Vermittlung von geeigneten Hilfsangeboten im Kanton TG für Kinder und Jugendliche, deren Eltern und andere Bezugspersonen sowie Fachpersonen

## Kinderschutz und Opferberatungsstellen

<b>Opferhilfe-Nummer</b> <b>24 Stunden erreichbar</b>	<b>142</b>	Opfer von körperlicher, psychischer oder sexueller Gewalt im privaten oder öffentlichen Raum
<b>Fachstelle Opferhilfe Thurgau</b> <b>BENEFO</b>	<b>052 723 48 26</b> <b>www.opferhilfe-tg.ch</b>	Bei körperlichen, sexuellen oder psychischen Verletzungen für Opfer und Angehörige, bei Fragen zu Kindesmisshandlungen
<b>Beratungsstelle für gewaltbetroffene Frauen</b> <b>Thurgau</b>	<b>052 720 39 90</b> <b>info@bgf-tg.ch</b>	Bei körperlicher, psychischer, sexueller oder digitaler Gewalt gegen Frauen und Kinder
<b>Kindes- und Erwachsenenschutzbehörde</b>	<b>www.kesb.tg.ch</b>	Bei Verdacht auf Gefährdung des Kindeswohls
<b>KONFLIKT.GEWALT.</b>	<b>078 778 77 80</b> <b>kontakt@konflikt-gewalt.ch</b>	Unterstützung, Beratung und Therapie für Menschen, die ihr Verhalten in Konflikten, bei Grenzverletzungen und Gewalt verändern möchten
<b>Polizei</b> <b>24 Stunden erreichbar</b>	<b>117</b>	Bei akuten Notfällen

## Weitere Beratungsstellen und Angebote

<b>Beratungsstelle für Familienplanung, Schwangerschaft und Sexualität</b> <b>BENEFO</b>	<b>052 723 48 22</b> <b>familienplanung@benefo.ch</b>	Beratung zu Schwangerschaft, Mutterschaft, Schwangerschaftsabbruch, vorgeburtlichen Untersuchungen, Kinderlosigkeit, Sexualität und FGM bei bevorstehender Schwangerschaft und Geburt
<b>Gynäkopsychiatrie Thurgau</b>	<b>058 144 40 37</b> <b>gynaekopsychiatrie-tg@stgag.ch</b>	Psychiatrisch-psychotherapeutische Behandlung bei psychischen Belastungen im Rahmen von Kinderwunsch, Schwangerschaft, Geburt, Wochenbett und Stillzeit
<b>Kinder- und Jugendpsychiatrischer Dienst Kleinkindambulatorium</b>	<b>058 144 47 00</b> Weinfelden und Romanshorn <b>058 144 47 02</b> Frauenfeld <b>058 144 42 65</b> Münsterlingen <b>058 144 42 65</b> Kleinkindambulatorium	Kinderpsychiatrisch-pädiatrische Abklärung, Therapieangebote
<b>Mütter- und Väterberatung Perspektive Thurgau</b>	<b>071 626 04 04</b> <b>info@perspektive-tg.ch</b>	▪ Kostenlose Beratung zum Alltag mit Babys und Kleinkindern bis zum 5. Geburtstag
<b>Paar-, Familien- und Jugendberatung und Suchtberatung Perspektive Thurgau</b>	<b>071 626 02 02</b> <b>info@perspektive-tg.ch</b>	▪ Beratung für Einzelpersonen, Paare und Familien ▪ Beratung zu Sucht, Abhängigkeit und Risikokonsum für Betroffene und Angehörige
<b>Elternberatung frühe Kindheit Pro Juventute</b>	<b>044 256 77 99</b> (Montag bis Freitag, 19–22 Uhr, Samstag 9–11 Uhr)	Kostenlose Beratung zu Elternfragen im Alltag mit Babys und Kleinkindern bis zum 5. Geburtstag (zu Randzeiten)
<b>Schweizerisches Rotes Kreuz Kinderbetreuung zu Hause</b>	<b>071 626 50 83</b> <b>entlastungsdienst@srk-thurgau.ch</b>	Kurzfristige Kinderbetreuung und Entlastung zu Hause bei Krankheit und in Krisensituationen
<b>Thurgauer Familienhilfe Thurgauer Landfrauenverband</b>	<b>079 175 81 44</b> <b>familienhilfe@landfrauen-tg.ch</b>	Unkomplizierte Hilfe für Haushalte im Thurgau, Unterstützung bei Arbeiten in Haushalt und der Familie, inklusive Kinderbetreuung
<b>TAGEO Elternbildung Thurgau</b>	<b>www.tageo.ch</b>	Informationen, Bildungsangebote und Unterstützung rund um das Elternsein

## Meine persönlichen Notfallnummern

Hausarzt/Hausärztin

Kinderarzt/Kinderärztin