

Beratungsangebote für soziale Notfälle

Aktualisierte Ausgabe - Stand: 03/2015

Die Gleichstellungsstelle der Hochschule Bremen hat dieses Faltblatt mit den zentralen, uns bekannten Beratungsstellen für soziale Notfälle in der Stadt Bremen (auch hier an der Hochschule) vor zwei Jahren für Sie zusammengestellt. Mit der aktualisierten Ausgabe wenden wir uns erneut an alle Lehrenden und Mitarbeitenden der Hochschule.

Wir alle kommen in Situationen, wo wir mit unseren Möglichkeiten der Hilfestellungen für Studierende oder auch Kolleg_innen an unsere Grenzen kommen. Das vorliegende Faltblatt ist zum Nachschauen und Weitergeben, je nach Situation, gedacht. Bei Bedarf können Sie weitere Exemplare anfragen unter Gleichstellungsstelle@hs-bremen.de.

Die Mitarbeiterinnen der Gleichstellungsstelle wünschen Ihnen alles Gute für Ihre Beratungssituationen.

Inhalt:

Allgemeine Angebote Soziales/Gesundheit

Arbeitnehmerkammer Bremen.....	4
Arbeitsstelle gegen Diskriminierung und Gewalt ADE	4
Burn-Out	4
Fachstelle für Gewaltprävention	4
Familien- und Lebensberatung der Brem. Ev. Kirche	5
Gleichstellungsstelle / Familienbüro der Hochschule Bremen	5
Help-Line (pflegende Angehörige u. ältere Menschen).....	5
Humanitäre Sprechstunde	6
Netzwerk Selbsthilfe Bremen.....	6
Neue Wege e.V. – Wege aus der Beziehungsgewalt	6
Opfernotruf der Polizei.....	6
pro familia Beratungsstellen.....	7
Schuldner- und Insolvenzberatung – Solidarische Hilfe e.V.	7
Sozialpsychiatrischer Dienst / Kriseninterventionsdienst	7
Stalking-KIT	7
Telefonseelsorge	8
Trauma-Ambulanz	8
Unabhängige Patientenberatung Bremen.....	8
Weißer Ring (Hilfe für Opfer von Straftaten)	9
Zentrale Fachstelle Wohnen (Wohnungsnothilfe)	9

Angebote speziell für Menschen mit Behinderung

Amt für Versorgung und Integration Bremen	9
Familienbüro d. Hochschule Bremen (Studieren m. Behinderung) ..	10
Gehörlosen-Telefon und Notruf-Fax der Bremer Polizei.....	10
SelbstBestimmt Leben	10

Angebote speziell für Studierende

BAföG- und Sozialberatung des AStA der Hochschule Bremen	10
Beratung für Internationale Studierende	11
Hilfen für Internationale Studierende (hist im Internet).....	11

International Office der Hochschule Bremen	11
Projekt „NewStart“ (Abbruch des Studiums)	12
Psychologisch-Therapeutische Beratungsstelle - ptb des Studentenwerks	12
Solidaritätsfonds für studierende Eltern an der Hochschule Bremen	13

Angebote speziell für Frauen

Bremische Zentralstelle für die Verwirklichung der Gleich- berechtigung der Frau - ZGF	13
Frauengesundheitstreff Tenever	13
Frauengesundheitszentrum Bremen	13
Frauenhäuser Bremen	14
Hilfe-Telefon – Gewalt gegen Frauen	14
Notruf und Beratung für vergewaltigte Frauen und Mädchen	14
Therapie- & Krisenberatung für Frauen und Kinder	14

Angebote speziell für Männer

Beratungsstelle „Männer gegen Männer-Gewalt	15
Bremer Jungenbüro	15
MännerBeratung – Männertherapiezentrum	15

Allgemeine Angebote Soziales/Gesundheit

Arbeitnehmerkammer Bremen

Rechtsberatung für Arbeitnehmer_innen und Arbeitslose

Bürgerstr. 1, 28195 Bremen, Tel.: 0421 / 36 30 10

Persönliche Beratung (offene Beratung ohne Terminvergabe):

Mo, Di, Do, Fr: 9.00 – 12.00 h, Mo, Mi: 14.00 – 18.00 h und nach

Vereinbarung unter: 0421 / 36 301-41

Telefonische Beratung:

Mo – Do: 9.00 – 16.00 h, Fr: 9.00 – 12.30 h unter: 0421 / 36 301-11

Telefonnummern und Zeiten für Beratung in den verschiedenen Rechtsbereichen unter www.arbeitnehmerkammer.de

Arbeitsstelle gegen Diskriminierung und Gewalt, Expertise und Konfliktberatung (ADE)

Beratung in Diskriminierungsfällen (u.a. Mobbing) für Betroffene, Führungs- und Lehrkräfte, Interessenvertretungen

ADE, Universität Bremen, Bibliothekstr. 1, Gebäude GW2,

4. Ebene, Raum A 4161 oder A 4162, Tel.: 0421 / 21 86 01 70

Email: ade@uni-bremen.de, www.ade.uni-bremen.de

Tel. Sprechzeiten: Di: 10.00 – 11.30 h, Do: 16.00 – 17.30 h, sonst AB

Burn-Out

Für die Situation des Burn-Out ist uns keine zentrale Anlaufstelle bekannt. Betroffene können sich an alle psychosozialen Beratungsstellen oder direkt an Psychotherapeut_innen wenden.

Adressenlisten von Psychotherapeut_innen bekommen Sie bei Ihrer Krankenkasse oder auf der Internetseite der Kassenärztlichen Vereinigung www.kvhb.de.

Fachstelle für Gewaltprävention

Arbeit mit Verursachern von Gewalt (Kinder, Jugendliche und Erwachsene): Beratung, Einzel- und Gruppentherapie, soziale Trainingskurse, Begleitung bei Gerichtsverfahren

Herdentorsteinweg 37, 28195 Bremen Tel.: 0421 / 79 42 567

Email: info@fgp-bremen.de, www.fgp-bremen.de

Tel. Sprechzeiten: Mo: 10.00 – 12.00 h, Do: 16.00 – 18.00 h, sonst AB

Familien- und Lebensberatung der Bremischen Ev. Kirche

Psychologische Beratung für Einzelne, Paare, Familien und Gruppen, Schwangerschaftskonfliktberatung, Schwangerenberatung, Sexualpädagogik und präventive Angebote für Jugendliche

Domsheide 2, 28195 Bremen, Tel.: 0421 / 33 35 63

Email: BEK-Lebensberatung@kirche-bremen.de

www.kirche-bremen.de/start/rat.php

Tel. Sprechzeiten: Mo – Fr: 10.00 – 12.30 h, Di: 14.00 – 17.00 h

Gleichstellungsstelle / Familienbüro an der Hochschule Bremen

Gleichstellungsstelle: Anlaufstelle für Studierende und Mitarbeitende der Hochschule Bremen zum Thema Ungleichbehandlung aufgrund der Geschlechtszugehörigkeit, sexueller Orientierung oder bei sexueller Belästigung am Arbeits- oder Studienplatz

Neustadtswall 30, Gebäude SI, Raum 156, Tel.: 0421 / 5905-4863

Email: gleichstellungsstelle@hs-bremen.de

www.gleichstellungsstelle.hs-bremen.de

Öffnungszeiten: Mo – Do: 9.00 – 13.00 h, Fr: 9.00 – 12.00 h

Beratungstermine nach Vereinbarung

Familienbüro: Informationen und Beratung zur Vereinbarkeit von Beruf/Studium und Familie sowie Studieren mit Behinderung

Neustadtswall 30, Gebäude SI, Raum 155, Tel.: 0421 / 5905-2641,

Email: Corinna.Lott@hs-bremen.de

www.gleichstellungsstelle.hs-bremen.de

Help-Line

Beratungstelefon für pflegende Angehörige und ältere Menschen, die über ihre belastende oder überfordernde Situation sprechen möchten oder nach Lösungen für konkrete Problemlagen suchen (auch anonym möglich), kostenfrei – nur Telefongebühr

Tel.: 0421 / 794 84 98

Humanitäre Sprechstunde

Humanitäre Sprechstunde für papierlose Migrant_innen ohne Krankenversicherung, kostenlos und auf Wunsch anonym:
Basisversorgung bei gesundheitlichen Problemen, Beratung zu Fragen rund um die Gesundheit

Gesundheitsamt, Horner Straße 60 – 70, 28203 Bremen,
Raum 0.107 und 0.108, (Erdgeschoss - direkt beim Eingang 3)

Anmeldung/Beratung: 0421 / 361 159 28,
Arzt/Ärztin: 0421 / 361 151 27

Sprechstunde: Di u. Do: 10.30 – 12.30 h

Allgemeine Information: Tel.: 0421 / 361 15 154

Email: Migration@gesundheitsamt.bremen.de

Netzwerk Selbsthilfe Bremen

Wegweiser zu Selbsthilfegruppen aller möglichen Themenbereiche in Bremen mit zugehörigen Kontaktdaten

Faulenstr. 31, 28195 Bremen, Tel.: 0421 / 498 86 34

Email: info@netzwerk-selbsthilfe.com

www.netzwerk-selbsthilfe.com

Tel. Sprechzeiten: Mo – Fr: 10.00 – 13.00 h,

zusätzlich Mo u. Do: 14.00 – 18.00 h, Di u. Mi: 14.00 – 16.00 h

Neue Wege e.V. - Wege aus der Beziehungsgewalt

Kostenfreie Einzelberatung (auf Wunsch anonym) und Gruppenarbeit für von häuslicher Gewalt betroffene Frauen und gewalttätige Männer in getrennten Angeboten

info@neue-wege-bremen.de, www.neue-wege-bremen.de

Frauenberatung:

Außer der Schleifmühle 53, 28203 Bremen, Tel.: 0421 / 79 47 118

frauen@neue-wege-bremen.de

Männerberatung:

Rembertistr. 28, 3. Etage, 28203 Bremen, Tel.: 0421 / 17 30 48 83

maenner@neue-wege-bremen.de

Opfernotruf der Polizei: 0800-28 00 110

pro familia Beratungsstellen

Beratungsstellen zu den Themen Sexualität, Beziehung, Lebens- und Familienplanung, auch Schwangerschaftsberatung

pro familia Beratungsstelle Bremen-Stadt

Hollerallee 24, 28209 Bremen, Tel. 0421 / 340 60 30

Telefonische Sprechzeiten: Mo – Fr: 9.00 – 12.30 h,

Mo, Di, Do: auch 14.00 – 17.00 h, Mi: auch 12.30 – 15.00 h

pro familia Beratungsstelle Bremen-Nord

Weserstraße 35, 28757 Bremen, Tel. 0421 / 65 43 33

Telefonische Sprechzeiten:

Mo, Mi, Fr: 9.00 – 13.00 h, Di u. Do: 15.30 – 18.00 h

Beratungstermine auch außerhalb der Sprechzeiten möglich

Schuldner- und Insolvenzberatung – Solidarische Hilfe e.V.

Die Solidarische Hilfe e.V. ist ein eingetragener Verein und vom Finanzamt Bremen-Mitte als gemeinnützig anerkannt. Die Erstberatung ist immer kostenlos und wird selbstverständlich vertraulich behandelt.

Kornstr. 13, 28201 Bremen, Tel.: 0421 / 50 40 36

sb-sued@solidarische-hilfe.de

Bürozeiten Mo – Do: 9.00 - 15.00 h, Termine nach tel. Vereinbarung

www.solidarische-hilfe.de: Beratungsstellen in anderen Stadtteilen

Sozialpsychiatrischer Dienst

Beratungsstellen für psychisch kranke oder suchtkranke Menschen und Angehörige, Einleitung von Hilfen, auch Krisenintervention

Behandlungszentrum Süd (Zentrum Bunttes Tor)

Buntentorsteinweg 122, 28201 Bremen,

Tel.: 0421 / 222 130, Fax: 0421 / 222 1313

Öffnungszeiten: Mo – Fr, 8.30 – 14.00 h

Behandlungszentrum Mitte

Horner Straße 60/70, 28203 Bremen,

Tel.: 0421 / 790 333 10, Fax: 0421 / 790 333 24

(Öffnungszeiten wie Behandlungszentrum Süd)

Außerhalb der regulären Öffnungszeiten:

Kriseninterventionsdienst: Tel.: 0421 / 790 333 33

Stalking-KIT

Beratungsstelle für in Stalking-Konflikte verwickelte Betroffene (sowohl Opfer als auch Täter) in Fällen mit Bezug zum Bundesland Bremen, psychosoziale Betreuung und Vermittlung in weiterführende Angebote

Stalking-KIT beim Täter-Opfer-Ausgleich Bremen e. V.,
Sögestr. 62/64, 28195 Bremen, www.stalking-kit.de

Herr Winter, Tel.: 0421 / 79 28 28 90, winter@stalking-kit.de

Frau Dziomba, Tel.: 0421 / 79 28 28 94, dziomba@stalking-kit.de

Telefonseelsorge Bremen: 0800 – 1110 111

Telefonische Beratung rund um die Uhr in akuten Krisensituationen, kostenfrei, auch vom Handy

Trauma-Ambulanzen

Kostenfreie psychotherapeutische Unterstützung für Opfer von Gewalttaten im Rahmen des Opferentschädigungsgesetzes (OEG)

Bremen

AMEOS Klinik Dr. Heines

Fachklinik für Psychiatrie, Psychotherapie und Psychosomatik,
Traumabehandlung

Rockwinkeler Landstraße 110, 28325 Bremen, Tel: 0421 4289-145,
www.ameos.eu/klinikum-bremen-trauma.html

Klinikum Bremen-Ost

Klinik für Psychotherapeutische Medizin und Psychosomatik
Züricher Straße 40, 28325 Bremen, Tel.: 0421 / 408-2101

Unabhängige Patientenberatung Bremen

Unabhängige, vertrauliche, kostenfreie Beratung bei Fragen und Problemen im Gesundheitssystem (beim Kontakt mit Ärzten, Krankenhäusern, Krankenkassen und anderen Organisationen und Institutionen)

Richard-Wagner-Str. 1a, 28209 Bremen, Tel.: 0421 / 34 77 374,
Email: kontakt@patientenberatung-bremen.de
www.patientenberatung-bremen.de

Öffnungszeiten: Mo – Mi: 9.00 – 15.00 h, Do: 14.00 – 19.00 h

Weißer Ring

Ehrenamtliche Hilfe für Opfer von Straftaten (auch bei Cyber-Mobbing)

Kostenfreie EU-einheitliche Tel.-Nr.: **116 006**, von 7.00 – 22.00 h

Unter www.weisser-ring.de werden bei Eingabe der Postleitzahl Beratungsangebote in der Nähe angezeigt.

Zentrale Fachstelle Wohnen (ZFW)

Anlaufstelle für Menschen, die von Wohnungslosigkeit bedroht oder bereits wohnungslos sind; soziale Beratung, aber keine Makleraufgaben, kein Wohnungspool, kann keine Wohnungsvermittlung garantieren

ZfW, Bahnhofplatz 29 (Tivoli-Hochhaus, 3. Etage), 28195 Bremen, Tel.: 0421 / 361 2620, Email: Servicezfw@afsd.bremen.de

Bürozeiten: Mo, Di, Do u. Fr: 9.00 – 12.00 h, Do: 13.30 – 15.00 h sowie Termine nach Vereinbarung

Angebote speziell für Menschen mit Behinderung

Amt für Versorgung und Integration Bremen - Integrationsamt

Beratung und Hilfe für Menschen mit Behinderung in einem sozialversicherungspflichtigen Arbeitsverhältnis, Beamtenverhältnis oder Ausbildungsverhältnis (nach Berufsbildungsgesetz): Technische Arbeitshilfen, behindertengerechte Wohnung, Kündigungsschutz, Arbeitsassistenz

Doventorscontrescarpe 172, Block D, 28195 Bremen

Ab dem 21.01.15 ist das Integrationsamt vorübergehend für ca. 1 Jahr in der Utbremer Straße 90, 28217 Bremen zu erreichen

Tel.: 0421 / 361 53 72 oder 361 53 27

Email: office.integrationsamt@avib.bremen.de

Öffnungszeiten: Mo – Do: 9.00 – 12.00 h, weitere Termine nach Vereinbarung

Familienbüro der Hochschule Bremen

Beratung zum Bereich Studieren mit Behinderung

Neustadtswall 30, Gebäude SI, Raum 155, Tel.: 0421 / 5905-2641

Email: Corinna.Lott@hs-bremen.de,

www.gleichstellungsstelle.hs-bremen.de

Gehörlosen-Telefon und -Notruf-Fax der Bremer Polizei

Tel.: 0421 / 362 121 45

Über die Such-Eingabe „Notruf-Fax Bremen“ kommt man auf die Internetseite der Polizei, auf der ein Formular für das Notruf-Fax zum Downloaden angeboten wird. Alle feststehenden Daten (Name, Adresse usw.) sollten direkt eingetragen werden, so dass im Notfall nur noch der aktuelle Hilfebedarf eingetragen werden muss und so schnell wie möglich gefaxt werden kann.

SelbstBestimmt Leben

Unabhängige Beratung für Menschen mit Behinderung zu den Themen: Leben mit Behinderung, Finanzierung und Organisation von Pflege/Assistenz, Wohnungsbeschaffung/-anpassung, Schule/Ausbildung/Arbeit, Auszug aus dem Elternhaus/Heim, Hilfsmittel, Hilfe zum Lebensunterhalt/Grundsicherung, Eingliederung (soziale/berufliche), Rechtliche Betreuung, Rente, Anerkennung einer Schwerbehinderung/Nachteilsausgleich

Ostertorsteinweg 98, 28203 Bremen, Tel.: 0421 / 70 44 09

Email: beratung@slbremen-ev.de, www.slbremen-ev.de

Öffnungszeiten: Mo u. Di: 11.00 – 13.00 h,

Mi u. Do: 15.00 – 17.00 h

Angebote speziell für Studierende:

BAföG- und Sozialberatung des AStA der Hochschule Bremen

Vertrauliche Beratung zu allen Themen der Studienfinanzierung: BAföG, Stipendien, Kredit, Wohngeld, Langzeit-Studiengebühren, Krankenversicherung, Übergang ins ALG II, unabhängig von BAföG-Amt und Job-Center; bei sonstigen Rechtsfragen Vermittlung zur jeweils passenden Beratungsstelle. Relevante Unterlagen (z.B. BAföG-Bescheid) bitte mitbringen.

Büro Neustadtswall 30: Raum M06a, Tel.: 0421 / 5905-3640
Büro Werderstraße 73: Raum C03, Tel.: 0421 (5905- 4144
Büro ZIMT: Raum 10, Tel.: 0421 / 5905-5100
Email: bafoeg-beratung@hs-bremen.de
www.asta-hsb.de/bafoeg-sozial

Beratung für Internationale Studierende bei der Inneren Mission Bremen und Evangelische Studierendengemeinde - ESG)

Rat und Unterstützung für Internationale Studierende aus den so genannten Entwicklungsländern in schwierigen Lebenslagen: Fragen rund um Studium, Arbeit, Aufenthalt und Orientierung; in Einzelfällen auch finanzielle Hilfen und Kurzzeitstipendien aus kirchlichen Mitteln zur Überbrückung einer Notlage

Beratung der Inneren Mission,

Hillmannplatz 6, 28195 Bremen, Tel.: 0421 / 16 89 97 48

Email: petrusch@inneremission-bremen.de

Sprechzeiten: Mi: 14.00 – 16.00 h, Do: 12.00 – 14.00 h

Beratung der Evangelischen Studierendengemeinde - ESG

Parkstraße 107, 28209 Bremen, Tel.: 0421-349 67 25

Email: paul@inneremission-bremen.de

Sprechzeit: Mo: 14.00 – 16.00 h

Hilfen für Internationale Studierende (hist)

www.hist-bremen.de: Internetseite mit Informationen zu Beratung und Unterstützung für Studierende aus Afrika, Asien und Südamerika in schwierigen Lebenslagen, bei Fragen rund um Studium, Arbeit, Aufenthalt und Orientierung in Deutschland

International Office der Hochschule Bremen

Unterstützung für ausländische Studierende der Hochschule Bremen und Bremerhaven bei besonderen wirtschaftlichen Notlagen in ideeller und materieller Weise.

Hochschule Bremen, Andrea Thode, Neustadtswall 30,

Gebäude AB, Raum 108, Tel.: 0421 / 5905-2148

Email: andrea.thode@hs-bremen.de

www.hs-bremen.de/internet/en/international/office/

Projekt „NewStart“

Beratungsstelle des Instituts für Technik und Bildung und des Bildungszentrums der Wirtschaft im Unterwesergebiet (BWU) für Studierende, die Ihr Studium abgebrochen haben und sich in Richtung betriebliche Ausbildung orientieren: berufliche Perspektiven und passgenaue Ausbildungsangebote.

Beratung an der Universität Bremen

Dr. T. Riehle, FZB / Raum 2230, Tel.: 0421 / 218-689 98

Email: stfb.wing@uni-bremen.de

Sprechzeiten: Do vormittags u.n. Vereinbarung

Beratung beim BWU

Annette Fischer, Schillerstr. 10, 28195 Bremen,

Tel.: 0421 / 36 32 526, Email: fischer@bwu-bremen.de

Psychologisch-Therapeutische Beratungsstelle des Studentenwerks (ptb)

Beratungsgespräche, therapeutische Gruppen, Trainingsgruppen bei Arbeitsschwierigkeiten, Seminare zu Prüfungs- und Redeängsten, Studienschwierigkeiten etc.

ptb an der Hochschule Bremen

Langemarckstraße 113 (gegenüber dem Hochschulgebäude)

Tel.: 0421 / 2201-11330, ptb@hsb-stw-bremen.de

Offene Sprechstunde: Di., 16.00 – 17.00 Uhr (Fragen u. Infos)

Terminabsprache für ausführlichere Beratungsgespräche im Sekretariat der Uni

ptb an der Uni Bremen

Studentenwerk, Bibliothekstr. 3, 28359 Bremen, Zentralbereich am Mensasee

Sekretariat: Tel. 0421 / 2201-11310

Email: ptb@stw-bremen.de, www.stw-bremen.de

Öffnungszeiten des Sekretariats: Mo, Di, Do, Fr: 9.00 – 13.00 Uhr, zusätzlich Mi: 14.00 – 16.00 Uhr

Solidaritätsfonds für studierende Eltern an der Hochschule Bremen

Beratung für studierende Mütter und Väter der Hochschule Bremen, die in eine finanzielle Notlage geraten sind; je nach Situation der Studierenden und Kassenlage des Vereins ist eine einmalige finanzielle Unterstützung möglich.

c/o Gleichstellungsstelle, Neustadtswall 30, Gebäude SI,
Raum 156, Tel.: 0421 / 5905-4863
Email: gleichstellungsstelle@hs-bremen.de
www.gleichstellungsstelle.hs-bremen.de

Angebote speziell für Frauen:

Bremische Zentralstelle für die Verwirklichung der Gleichberechtigung der Frau - ZGF

Beratung bei Diskriminierungen und Hilfebedürftigkeit

Knochenhauerstr. 20 – 25, 28195 Bremen

Tel.: 0421 / 361-3133, Email: office@frauen.bremen.de

www.zgf.bremen.de, www.gewaltgegenfrauen.Bremen.de

Öffnungszeiten: Mo – Do: 9.00 – 16.00 h, Fr: 9.00 – 14.00 h

Frauengesundheitstreff Tenever

Information rund um die Gesundheit, psychosoziale Beratung für Frauen, entspannen, sich austauschen und unterstützen, kreativ sein und aktiv werden für ein gesünderes Leben

Koblenzer Straße 3a, 28325 Bremen, Tel.: 0421 / 40 17 28

Email: Frauengesundheitstrefftenever@t-online.de

Frauengesundheitszentrum Bremen

Informationen und Beratung zu Gesundheitsthemen, medizinischen Fragen - auch Selbsthilfemethoden und Naturheilverfahren, in Krisensituationen und bei psychosomatischen Erkrankungen

Elsflether Str. 29, 28219 Bremen, Tel.: 0421 / 380 97 47

Email: fgzBremen@aol.com, www.fgz-bremen.de

Telefon u. Öffnungszeiten: Di: 10.00 – 13.00 h, Do: 16.00 – 19.00 h

Frauenhäuser

Autonomes Bremer Frauenhaus (Frauen helfen Frauen e.V.)

Postfach 10 67 51, 28067 Bremen, Tel. 0421 / 34 95 73

Email: bremer-frauenhaus@brainlift.de

Frauenhaus der AWO (Arbeiterwohlfahrt)

Postfach 10 75 23, 28075 Bremen, Tel.: 0421 / 23 96 11

Email: frauenhaus@awo-bremen.de,

www.awo-bremen.de/kinder-jugend-familie/frauenhaus

Autonomes Frauenhaus Bremen-Nord (Frauen helfen Frauen in Bremen-Nord e.V.)

Postfach 77 03 08, 28703 Bremen, Tel.: 63 64 874

Email: Frauenhaus1@web.de

Hilfe-Telefon – Gewalt gegen Frauen: 08000 116 016

Rund um die Uhr bundesweit eingerichtetes Hilfe-Telefon:

erste Beratung und Informationen über Anlaufstellen vor Ort

Weitere Informationen, auch online-Beratung: www.hilfetelefon.de

Notruf und Beratung für vergewaltigte Frauen und Mädchen e.V.

Psychologische Beratungsstelle für Frauen und Mädchen mit sexuellen Gewalterfahrungen in Bremen (anonyme Spurensicherung möglich)

Fedelhören 6, 28203 Bremen, Tel.: 0421 / 15 181

info@frauennotruf-bremen.de, www.frauennotruf-bremen.de

Terminvergabe nach telefonischer Vereinbarung

Bürozeiten: Mo – Do: 10.00 – 17.00 h, Fr: 10.00 – 15.00 h

Tel. Sprechstunde: Mo 14.00 – 15.00 h

Therapie- & Krisenberatung für Frauen und Kinder e.V.

Krisenberatung und Therapiemöglichkeit für alle Frauen und

Mädchen, die Hilfe in schwierigen Lebenssituationen suchen

(Ängste, Depression, Trennung, Gewalterfahrung, Essstörungen,

Umbruchphasen, Erwerbslosigkeit/Armut, negative Psychotherapie-Erfahrungen)

Humboldtstr. 176/178, 28203 Bremen, Tel.: 0421 / 76 405
Email: frauenberatung@gmx.net, www.frauenberatung-bremen.de
Öffnungszeiten: Di – Do: 10.00 – 12.00 h, Mo: 16.00 – 19.00 h
Beratungstermine nach Vereinbarung

Angebote speziell für Männer:

Beratungsstelle „Männer gegen Männer-Gewalt“

Beratungsstelle für Männer und Jungen, die gewalttätig geworden sind bzw. die Sorge haben, gewalttätig werden zu können
Hollerallee 14, 28209 Bremen, Tel.: 0421 / 30 39 422
Email: bremen@gewaltberatung.org
www.gewaltberatung.org/Bremen.de
Sprechzeiten: Mo: 17.30 – 19.00 h, Do: 10.00 – 12.00 h

Bremer Jungenbüro

Information und Beratung für Jungen, Jugendliche und junge Männer, die Gewalt erleben oder erlebt haben, sowie sie unterstützende Angehörige und Bezugspersonen: Körperliche und seelische Gewalt, sexualisierte Gewalt, Ausgrenzung, Mobbing, Erpressung. Beratung auf Wunsch anonym, auch online
Schüsselkorb 17/18, 28195 Bremen, Tel.: 0421 / 59 86 51 60
Email: info@bremer-jungenbuero.de, www.bremer-jungenbuero.de
Online-Beratung: www.jungenberatung-bremen.de
Tel. Sprechzeiten: Mo: 10.00 – 12.00 h, Do: 14.00 – 16.00 h
Termine nach Vereinbarung

MännerBeratung e.V. – Männertherapiezentrum

Beratung in Krisensituationen (Beziehung, Trennung, Alleinerziehen, Arbeit/Arbeitslosigkeit, Gewalt, Lebenswegplanung), Einzel- und Gruppentherapie, Selbsthilfegruppen
Bismarckstr. 18, 28203 Bremen, Tel.: 0421 / 55 777 88
Email: info@mtz-bremen.de, www.mtz-bremen.de
Tel. Sprechzeiten: Mo, Mi, Fr: 12.00 – 13.00 h