

Ich brauche Hilfe!



Psychosoziale Nothilfenummern in Berlin

Folgende gemeinnützige und städtische Organisationen bieten Erwachsenen, Kindern und Jugendlichen, die sich in einer Krise oder Notlage befinden, fachlich qualifizierte, professionelle Beratung und Unterstützung – kostenlos auf Wunsch auch anonym. **Ihre Ansprechpartner**

Krisenberatung · Krisenintervention

■ Berliner Krisendienst

Krisenberatung und Krisenintervention, telefonisch oder persönlich ohne Voranmeldung · mehrsprachig · in dringenden Fällen Hausbesuch, Arzt/Ärztin in Rufbereitschaft. Alle Standorte täglich 16 - 24.00 Uhr geöffnet. Erreichbarkeit rund-um-die-Uhr durch überregionale Bereitschaft. Mo - Fr 8 - 16.00 Uhr nur telefonische Information und Weitervermittlung.

Die neun Standorte im Überblick:

Mitte, Friedrichshain-Kreuzberg	☎ 390 63-10
Charlottenburg-Wilmersdorf	☎ 390 63-20
Spandau	☎ 390 63-30
Pankow	☎ 390 63-40
Reinickendorf	☎ 390 63-50
Steglitz-Zehlendorf, Tempelhof-Schöneberg	☎ 390 63-60
Lichtenberg, Marzahn-Hellersdorf	☎ 390 63-70
Treptow-Köpenick	☎ 390 63-80
Neukölln	☎ 390 63-90

www.berliner-krisendienst.de

■ Sozialpsychiatrische Dienste der Berliner Bezirksämter

Beratung · Hilfermittlung · Krisenintervention · gegebenenfalls auch aufsuchend, d.h. bei Hausbesuchen oder im sozialen Umfeld.

Montag bis Freitag: 8 - 16.00 Uhr ☎ 115
(Die Vermittlung erfolgt zu dem Dienst in dem jeweils zuständigen Bezirk)
www.berlin.de/lb/psychiatrie/krisenhilfe

■ Kinder- und jugendpsychiatrische Dienste der Berliner Bezirksämter

Beratung und Hilfermittlung in Krisensituationen · ärztliche, psychologische und sozialpädagogische Untersuchung.

Mo bis Do: 9 - 15.00, Fr: 9 - 13.00 Uhr ☎ 115
(Die Vermittlung erfolgt zu dem Dienst in dem jeweils zuständigen Bezirk)
www.berlin.de/lb/psychiatrie/krisenhilfe

Seelsorgen

■ TelefonSeelsorge

24-Stunden-Notruf für die Seele. Anonym. Kompetent. Bei psychosozialen Krisen und Suizidgefahr.

☎ 0800-111 0 222 . freecall Deutsche Seelsorge Partner der Selbsthilfe
www.telefonseelsorge-berlin-brandenburg.de

☎ 0800-111 0 111 . freecall Deutsche Seelsorge Partner der Selbsthilfe
www.telefonseelsorge-berlin.de

■ Muslimisches SeelsorgeTelefon

8-24.00 Uhr · Anonym und vertraulich.

☎ 443 509 821
Ein Notruf für die Seele –
Ein Gespräch kann Welten öffnen.
www.mutes.de

■ Telefon Doweria

Russischsprachige TelefonSeelsorge
24 Std.-Dienst · Anonym. Kompetent.

☎ 440 308 454

■ Chat Doweria

Dienstag u. Donnerstag: 20-22.00 Uhr
www.doweria-chat.de

Spezifische Beratungsdienste

■ BIG Hotline

Bei häuslicher Gewalt – Hilfe für Frauen und Ihre Kinder.

Jeden Tag von 9-24.00 Uhr

☎ 611 03 00
www.big-hotline.de

■ Lara

Krisen- u. Beratungszentrum für vergewaltigte und sexuell belästigte Frauen.

Montag bis Freitag: 9-18.00 Uhr

☎ 216 88 88
www.lara-berlin.de

■ Pflege in Not

Beratungs- u. Beschwerdestelle bei Konflikt u. Gewalt in der Pflege älterer Menschen.

Montag, Mittwoch, Freitag: 10-12.00 Uhr

☎ 69 59 89 89
www.pflege-in-not-berlin.de

■ Kinder- u. Jugendtelefon

Wenn Du allein nicht mehr weiter weißt. Rat und Hilfe – anonym und vertraulich.

Mo-Sa: 14-20.00 Uhr

☎ 0800-111 0 333 . freecall
www.nummergegenkummer.de

■ Elterntelefon Deutsche Telekom Partner der Nummer gegen Kummer

Wenn Eltern mehr Fragen als Antworten haben. Wir unterstützen Sie bei Fragen der Erziehung Ihrer Kinder.

Mo-Fr: 9-11.00, Di u. Do: 17-19.00 Uhr

☎ 0800-111 0 550 . freecall
www.nummergegenkummer.de

■ neuhland

Beratung für Kinder, Jugendliche u. Eltern bei psychischen Krisen, Suizidgefährdung.

Montag bis Freitag: 9-18.00 Uhr

☎ 87 30 111
www.neuhland.de

■ Kindernotdienst

Hilfe für Kinder und Eltern.

☎ 61 00 61
www.berliner-notdienst-kinderschutz.de

■ Jugendnotdienst

Hilfe für Jugendliche und Eltern.

☎ 61 00 62
S.O.

■ Mädchennotdienst

Hilfe für Mädchen und Junge Frauen.

☎ 61 00 63
S.O.

■ Hotline Kinderschutz

Wenn Sie sich um ein Kind Sorgen machen, rufen Sie uns bitte an.

☎ 61 00 66
S.O.

Rund um die Uhr erreichbar!

Wir vermitteln ggf. auch an andere Dienste. Weitere Hilfsangebote finden Sie unter: www.berlin.de