

Informationen über Anlaufstellen für Fragen rund um die *psychische* Gesundheit

von Kindern, Jugendlichen und Eltern

Bremerhaven



Regionale Fachkräfte für psychische Gesundheit von Kindern und Jugendlichen

Landesvereinigung für Gesundheit
und Akademie für Sozialmedizin
Niedersachsen Bremen e. V.

Schillerstr. 32, 30159 Hannover

Besucheradresse
Herdentorsteinweg 37, 28195 Bremen
Georgstraße 50, 27570 Bremerhaven

Inhaltsverzeichnis

Allgemeine Infoseiten.....	2
Selbsthilfe und Beratung	2
Geschlechtsidentität und sexuelle Orientierung.....	3
Therapeutische Hilfen für Kinder, Jugendliche und Erwachsene	4
FÜR KINDER UND JUGENDLICHE	4
FÜR ERWACHSENE.....	4
Sozialpsychiatrischer Dienst (für Erwachsene).....	5
Schulische Beratung	5
Suchthilfe.....	6
Lebens- und Krisenberatung	7
Hilfe nach Gewalterfahrungen	8
Trauma-Ambulanzen	11
FÜR KINDER UND JUGENDLICHE	11
FÜR ERWACHSENE.....	11
Tod und Trauer	11
Hilfen in Erziehungsfragen.....	12
Frühe Hilfen	13
Beratung für geflüchtete Menschen	14
Niedergelassene Psychotherapeut*innen.....	15
FÜR KINDER UND JUGENDLICHE	15
FÜR KINDER UND JUGENDLICHE SOWIE ERWACHSENE.....	15

Allgemeine Infoseiten

mein Kompass

Ein Wegweiser für Jugendliche zur psychischen Gesundheit. Informationen über Merkmale, Ursachen und Behandlungsmöglichkeiten von psychischen Erkrankungen. Zusätzlich hilfreiche Hinweise für Freunde & Familienmitglieder, sowie zahlreiche Tipps & Links.

<https://meinkompass.org/de/>

PsychNavi

Übersicht der verschiedenen Hilfsangebote in Bremerhaven zur Unterstützung für Menschen mit psychischen Problemen oder Erkrankungen und deren Angehörige.

<https://www.psychnavi-bremerhaven.de/>

Selbsthilfe und Beratung

bke-Jugendberatung

Online-Beratungsangebot der Bundeskonferenz für Erziehungsberatung e.V. (bke) für Jugendliche und junge Erwachsene.

<https://jugend.bke-beratung.de/views/home/index.html>

Krisenchat

Bietet Chatberatung, hilfreiche Videos und Artikel zu psychischen Problemen für Jugendliche bis 25 Jahren.

krisenchat.de

KrisenKompass

App, die in ihrer Funktionsweise eine Art Notfallkoffer für Krisensituationen darstellt.

Tagebuchfunktion, persönliches Archiv, um positive Erinnerungen/ Gedanken zu speichern, die bei Krisen abgerufen werden können. Hilfreiche Materialien und beruhigende Techniken sowie Kontaktmöglichkeit zur Telefonseelsorge und anderen professionellen Anlaufstellen.

Netzwerk Selbsthilfe

Bietet Selbsthilfegruppen-Wegweiser für alle Altersgruppen an.

www.netzwerk-selbsthilfe.com

Nummer gegen Kummer

Bietet (anonyme) telefonische Beratung für Kinder, Jugendliche und Eltern zu jeglichen Problemen an.

Kinder- und Jugendtelefon: 116 111

Elterntelefon: 0800 111 0550

www.nummergegenkummer.de

Onlineberatung für suizidgefährdete junge Menschen (U25)

Beratung bei Krisen und Gedanken an Suizid. Beratung erfolgt durch geschulte Gleichaltrige (anonym und ohne E-Mail-Adresse).

www.caritas.de/hilfeundberatung/onlineberatung/u25/start

Plattform für Jugendliche im Umgang mit psychischen Problemen

Informationen und gegenseitige Unterstützung für Jugendliche, auch für Angehörige und Fachkräfte.

<https://www.jugendlichestaerken-niedersachsen.de/>

Selbsthilfekontaktstelle der Stadt Bremerhaven (SIKUS)

Bietet Selbsthilfe-, Informations-, Kontakt- und Unterstützungsstellen für alle Altersgruppen an.
Dürerstraße 27, 27570 Bremerhaven
Tel.: 0471 45050
<https://selbsthilfe-bremerhavener.de/>

Suizidprävention frnd

Seit 2001 klärt der Verein Jugendliche und junge Erwachsene über die Themen seelische Gesundheit, Depression und Suizid auf.
www.frnd.de

Telefonseelsorge

Bietet (anonyme) und kostenlose telefonische Beratung für Menschen in jedem Alter an. Offen für alle Problembereiche und für alle Anrufenden in ihrer jeweiligen Situation.
Tel.: 0800 111 0 111 oder 0800 111 0 222 oder 116 123
www.telefonseelsorge.de

mbt – Mobiles Beratungsteam gegen Rechtsextremismus

Beratung und Unterstützung bei allen Fragen und Anliegen in den Bereichen Rechtsextremismus, Rassismus, Antisemitismus sowie allen Formen gruppenbezogener Menschenfeindlichkeit in Bremen und Bremerhaven.
Weg zum Krähenberg 33a, 28201 Bremen
Tel.: 0421 69 27 22 12
E-Mail: info@mbt-hb.de
<https://www.mbt-hb.de/>

Geschlechtsidentität und sexuelle Orientierung

Rat&Tat-Zentrum für queeres Leben e.V.

Bietet Informationen und Beratung für lesbische, schwule, bisexuelle, trans*- und inter*geschlechtliche und queere Menschen, sowie für ihre Angehörigen und Freund*innen, Interessierte und Multiplikator*innen.
Theodor-Körner-Straße 1, 28203 Bremen
Tel.: 0421 70 41 70
E-Mail: beratung@ratundtat-bremen.de
www.ratundtat-bremen.de

Trans*Recht e.V.

Bietet akzeptierende, unabhängige und professionelle Beratung auf Augenhöhe zu allen Fragen der Trans*Geschlechtlichkeit und geschlechtlichen Identität an (auch zu psychosozialen sowie rechtlichen Themen). Es werden sowohl trans* (transgeschlechtliche, transgender, transsexuelle, transidente, Enby, non-binäre) Personen, Personen, die sich fragen, ob sie vielleicht trans* sind, An- und Zugehörige, wie auch Personen, die beruflich mit dem Thema Trans* in Berührung kommen beraten.

- Trans*beratung Bremen-Mitte
Am Wall 190, 28195 Bremen
Tel.: 0174 4139542
E-Mail: beratung@trans-recht.de
<https://transberatung-bremen.de/>

Termine für die Online-Beratung und Präsenzberatung in Bremerhaven können online gebucht werden.

Therapeutische Hilfen für Kinder, Jugendliche und Erwachsene

FÜR KINDER UND JUGENDLICHE

Autismus-Therapiezentrum Bremerhaven

Zu den Angeboten zählen eine Vielzahl von Therapien sowie autismusspezifische Frühförderung und Beratung von Betroffenen, Angehörigen und Institutionen. Bezüglich des Antragsverfahrens für eine Autismustherapie bitte immer an die Beratungsstelle von Autismus e. V. wenden.

Friedrich-Ebert-Str. 33, 27570 Bremerhaven

Tel.: 0471-95158100

E-Mail: info@atz-bremerhaven.de

<https://www.autismus-bremen.de/bremerhaven-debstedt/>

Beratungsstelle für Kinder, Jugendliche und Familien

Unterstützung und Begleitung u.a. bei Fragen zur Erziehung, bei Schwierigkeiten des Miteinanderlebens in der Familie, in der Pflegefamilie, unter Gleichaltrigen, mit der/die Freund*in, bei der Bewältigung von Krisensituationen.

Adolf-Butenandt-Str. 2 d / Twischlehe 29, 27580 Bremerhaven

Tel.: 0471 59 02 158

E-Mail: beratungsstelle@magistrat.bremerhaven.de

<https://www.bremerhaven.de/de/leben-arbeiten-gesundheit/familien-kinder/familienportal/beratungsstelle-fuer-kinder-jugendliche-und-familien.76005.html>

Institutsambulanz der ARCHE Klinik in Bremerhaven

Die Institutsambulanz ist eine Stelle, an die sich Eltern wenden können, wenn ihr Kind Verhaltensauffälligkeiten zeigt, unter denen es selbst, die Familie oder auch die Schule leidet. Das kann z.B. ein sozialer Rückzug, eine Essstörung oder Schulvermeidung sein. Es werden Kinder und Jugendliche mit dem gesamten Spektrum psychischer Störungen bis zum 18. Lebensjahr behandelt.

Robert-Blum-Straße 7, 27574 Bremerhaven

Tel.: 0471 92 40 90

E-Mail: archeklinik@diakonie-bhv.de

<https://diakonie-bhv.de/unsere-angebote/kinder-und-jugendliche/arche-klinik/arche-klinik-test.html>

Kinder- und Jugendnotdienst

Hier melden sich rund um die Uhr auch am Wochenende erfahrene Fachkräfte des Amtes für Soziale Dienste und freier Träger, die in Krisensituationen, die Kinder und Jugendliche betreffen, beraten und weiterhelfen.

Kurt-Schumacher-Straße 80, 27578 Bremerhaven

Tel.: 0471 96 20 10

<https://jugendhilfe-bremerhaven.de/angebot/kinder-und-jugendnotdienst/>

FÜR ERWACHSENE

Behandlungszentrum für Psychiatrie, Psychotherapie und Psychosomatik

In dem Behandlungszentrum für Psychiatrie, Psychotherapie und Psychosomatik wird Unterstützung bei der Vorbeugung und Behandlung von psychischen Erkrankungen im Erwachsenenalter geboten. Behandelt wird das gesamte Spektrum psychischer Erkrankungen.

Klinikum Bremerhaven-Reinkenheide

Postbrookstraße 103, 27574 Bremerhaven

Tel.: 0471 29 93 400

E-Mail: Psychiatrie@klinikum-bremerhaven.de

<https://klinikum-bremerhaven.de/psychiatrie>

Nachtcafé Bremerhaven

Eine niedrigschwellige Anlaufstelle für Menschen, die in eine emotionale Krise geraten sind, die befürchten psychisch instabil zu werden oder die sich einsam und isoliert fühlen.

Bürgermeister-Smidt-Straße 129, 27568 Bremerhaven

Öffnungszeiten: Montag bis Freitag von 18.00 - 22.00h

E-Mail: nachtdcafe@klinikum-bremerhaven.de

<https://nachtdcafe.klinikum-bremerhaven.de/>

Zentrum für seelische Gesundheit (ZsG)

Das Zentrum für seelische Gesundheit bietet schnelle und kompetente Hilfe. Es ist ein Zusammenschluss von verschiedenen Beteiligten zur ambulanten und lebensweltorientierten Unterstützung, die unterschiedliche Angebote für Menschen mit psychischen Erkrankungen ermöglichen.

Hafenstraße 126, 27576 Bremerhaven

Öffnungszeiten: Montag bis Freitag 09.00 – 22.00h

<https://www.zsg-bremerhaven.de/>

Sozialpsychiatrischer Dienst (für Erwachsene)

Hilfen und Schutzmaßnahmen für psychisch kranke Menschen (PsychKG), Begutachtung und Koordination und Vernetzung. Das Angebot richtet sich an Erwachsene, die psychisch krank, abhängigkeitskrank oder geistig behindert sind. Auch Angehörige werden gerne beraten.

Wurster Straße 49, 27580 Bremerhaven

Tel.: 0471 59 02 655

E-Mail: gesundheitsamt@magistrat.bremerhaven.de

<https://www.bremerhaven.de/de/verwaltung-politik-sicherheit/buergerservice/adressen-oeffnungszeiten/gesundheitsamt-sozialpsychiatrischer-dienst.28307.html>

Schulische Beratung

DIBS – Diskriminierungsschutz und Beratung für Schüler*innen

Beratungsangebot für Schüler*innen, die in der Schule Diskriminierung erleben.

Tel.: 0176 42 36 49 94

E-Mail: dibs@rebuz.bremerhaven.de

<https://dibs.schule.bremen.de/start-1459>

Regionale Beratungs- und Unterstützungszentren (ReBUZ) Bremerhaven

Beratungs- und Unterstützungseinrichtungen der Stadtgemeinde Bremerhaven für die Bereiche: Beratung, Diagnostik, Prävention, schulunterstützende Maßnahmen, Koordinierung, Kooperation, Netzwerkarbeit und Intervention bei Gewaltvorkommnissen, Krisen und Notfällen. Die Angebote der ReBUZ richten sich an Schüler*innen, Eltern, Lehrkräfte und andere im Bereich Schule Tätige in der Stadtgemeinde Bremerhavens. Es wird Beratung und Diagnostik sowie Begleitung und Unterstützung angeboten.

Friedrich-Ebert-Straße 25, 27570 Bremerhaven

Tel.: 0471 59 03 570

E-Mail: rebuz@magistrat.bremerhaven.de

<https://www.rebuz-bremerhaven.de/de>

Suchthilfe

AWO Sucht-Beratungszentrum

Beratung für Suchtgefährdete und Abhängige von Alkohol, Medikamenten, illegalen Drogen und anderen stoffgebunden Süchten, Spielsüchtige und Menschen mit Essstörungen sowie deren Angehörige und Freunde, Ratsuchende und Interessierte. Eine anonyme Beratung ist möglich.

Wurster Straße 55, 27580 Bremerhaven

Tel.: 0471 34 021

<https://www.awo-bremerhaven.de/erwachsene/hilfe-bei-suchtproblemen>

Digitale Suchtberatung für Betroffene und Angehörige

Beraten wird zu den Themen Drogen, Sucht, Substanzkonsum, Glücksspiele und Medienkonsum.

Es wird bei der Analyse der aktuellen Situation geholfen, bei Verhaltensänderungen unterstützt und über weiterführende Hilfeangebote vor Ort informiert. Die Beratung ist kostenfrei. Für die Online-Registrierung wird keine E-Mailadresse benötigt.

www.suchtberatung.digital

FreD - Suchthilfe für erst auffällige Jugendliche

Projekt für Jugendliche, die erstmalig in Zusammenhang mit Drogen auffällig geworden sind.

Wurster Straße 55, 27580 Bremerhaven

Tel.: 0471 34 021

<https://www.awo-bremerhaven.de/jugend-und-familie/suchthilfe-fuer-jugendliche>

Überregionale Angebote

Nacoa – Interessenvertretung für Kinder aus Suchtfamilien

Beratung in moderierten Gruppenchats, Einzelchats, per Telefon und E-Mail für Kinder, Jugendliche, junge Erwachsene, deren Familien und Fachkräfte rund um das Thema Sucht in der Familie.

<https://nacoa.de/projekte/beratungsangebote-rund-um-das-thema-kinder-aus-suchtfamilien>

Schau hin

Unterstützt Eltern und Erzieher:innen, Kinder und Jugendliche im Umgang mit den Medien zu stärken

Tel.: 030 526 852 132

E-Mail: service@schau-hin.info

<https://www.schau-hin.info/>

Neustart

Trainingsprogramm zur Bewältigung von problematischem Glücksspiel, welches kostenlos, anonym und wissenschaftlich untersucht ist

Tel.: 040 7410 56565

E-Mail: moritz@uke.de

<https://neustart-spielerhilfe.de/>

Fachverband Medienabhängigkeit

Betroffenen und Angehörige finde Beratung und Anlaufstellen

E-Mail: info@fv-medienabhaengigkeit.de

<https://www.fv-medienabhaengigkeit.de/>

Deutsches Zentrum für Suchtfragen des Kindes- und Jugendalters

Tipps und Hilfen zur problematischen Nutzung von Games, Social Media und Streaming-Diensten im Kindes- und Jugendalter

Telefon: 040 7410 59307

E-Mail: hallo@mediensuchthilfe.info

<https://www.mediensuchthilfe.info/>

Juuuport

bundesweite Online-Beratungsplattform für junge Menschen, die Probleme im Netz haben. Ehrenamtlich aktive Jugendliche und junge Erwachsene aus ganz Deutschland, die JUUUPORT-Scouts, helfen Gleichaltrigen vertraulich bei Online-Problemen wie Cybermobbing, Mediensucht, sexueller Belästigung, Abzocke, Datenklau u.v.m. Die Beratung ist datenschutzkonform und kostenlos.

E-Mail: info@juuuport.de

<https://www.juuuport.de/>

Lebens- und Krisenberatung

Evangelisches Beratungszentrum Bremerhaven

Unabhängig von Konfession: Erziehungsberatung, Familienberatung, Jugendberatung, Ehe- bzw. Paarberatung, Lebensberatung, Arbeit mit Trauernden.

Waldstraße 1, 27570 Bremerhaven

Tel.: 0471 32 021

<https://www.ebz-bremerhaven.de/>

Famos - Familie – miteinander offen sprechen

Wöchentliches Angebot für Familien, in denen ein Elternteil psychisch erkrankt ist und Kinder im Alter von 6 - 17 Jahren leben.

E-Mail: famos_bhv@gmx.de

<https://diakonie-bhv.de/nachrichten-leser/famos-2023.html>

Familienrat

Kostenloses Angebot für Familien zur Problem- und Krisenbewältigung nach dem Prinzip „Hilfe zur Selbsthilfe“.

Uhlandstraße 28, 27576 Bremerhaven

Tel.: 0176 19 54 72 48

E-Mail: info.familienrat@awo-bremerhaven.de

<https://www.awo-bremerhaven.de/familienrat>

mitKids Aktivpatenschaften

Vermittlung von Patenschaften an Kinder im Alter von 2 bis 9 Jahren, die in einer belasteten familiären Situation leben und besondere Zuwendung benötigen.

Grashoffstraße 7, 27570 Bremerhaven

Tel.: 0471 95 15 59 77

E-Mail: mitkids-bremerhaven@ehlerding-stiftung.de

<https://www.bremerhaven.de/de/leben-arbeiten-gesundheit/familien-kinder/familienportal/mitkids-aktivpatenschaften.76387.html>

Pro Familia Beratungsstelle Bremerhaven

Informationen zu Schwangerschaft und Geburt, bei Fragen zur persönlichen Familienplanung oder ungewollter Schwangerschaft, Begleitung bei Sexual- und Partnerschaftsproblemen oder sexualpädagogische Beratung.

Borriesstraße 3-5, 27570 Bremerhaven

Tel.: 0471 28 722

E-Mail: bremervhaven@profamilia.de

www.profamilia.de/bremervhaven

Hilfe nach Gewalterfahrungen

Anonyme Spurensicherung

Bietet Opfern von Sexualstraftaten medizinische Untersuchungen, auch wenn keine sichtbaren Verletzungen erkennbar sind. Die anonyme Spurensicherung ist in verschiedenen Krankenhäusern kostenlos möglich. Auf Wunsch werden die Untersuchungsergebnisse/Beweise so aufbewahrt, dass dort kein Name steht.

Folgendes Krankenhaus führt die anonyme Spurensicherung durch:

Klinikum Bremerhaven-Reinkenheide

Postbrookstraße 103, 27574 Bremerhaven

Tel.: 0471 299 0

<https://klinikum-bremervhaven.de/>

Fachstelle für Gewaltprävention

Die Fachstelle für Gewaltprävention Bremen und Bremerhaven ist eine Opferschutz-Einrichtung, deren Hilfsangebote sich an Beschuldigte und Verursacher von körperlicher und sexueller Gewalt richten. Es werden Kinder, Jugendliche und Erwachsene unterstützt, die nicht (mehr) gewalttätig werden wollen.

Schiffdorfer Chaussee 30, 27574 Bremerhaven

Tel.: 0421 / 794 25 67

E-Mail: info@fgp-bremen.de

<https://fgp-bremen.de/>

Frauenberatungsstelle/ Beratungsstelle für Menschen in gewaltgeprägten Lebensumständen sowie wohnungslose Frauen

Vertrauliche, kostenlose und zeitnahe Unterstützung für Frauen und Männer, die von Gewalt bedroht oder betroffen sind.

Dionysiusstraße 38, 27576 Bremerhaven

Tel.: 0471

E-Mail: frauenhaus@diakonie-bhv.de

<https://diakonie-bhv.de/frauenberatungsstelle.html>

Hilfetelefon "Gewalt gegen Frauen"

Das Hilfetelefon "Gewalt gegen Frauen" ist ein bundesweites Beratungsangebot für Frauen, die Gewalt erlebt haben oder noch erleben. Telefonisch und via Online-Beratung werden Betroffene rund um die Uhr (in 18 Sprachen und in Gebärdensprache) unterstützt. Auch Angehörige, Freundinnen und Freunde sowie Fachkräfte werden anonym und kostenfrei (auch online) beraten.

Beratung per Tel.: 08000 116 016 (rund um die Uhr)

Sofort-Chat: zwischen 12:00 und 20:00h verfügbar

www.hilfetelefon.de

Hilfetelefon Sexueller Missbrauch

Das Hilfetelefon Sexueller Missbrauch ist die bundesweite, kostenfreie und anonyme Anlaufstelle für Betroffene von sexueller Gewalt, für Angehörige sowie Personen aus dem sozialen Umfeld von Kindern, für Fachkräfte und für alle Interessierten.

Tel.: kostenfrei und anonym: 0800 22 55 530

www.hilfe-portal-missbrauch.de

Initiative Jugendhilfe Bremerhaven e.V.

Beratung und Begleitung von Kindern und Jugendliche, ihrer Familien und Fachkräfte in Krisensituationen.

Kurt-Schumacher-Straße 80, 27578 Bremerhaven

Tel.: 0471 96 20 10

E-Mail: info@jugendhilfe-bremerhaven.de

<http://jugendhilfe-bremerhaven.de/ijb/angebote.php>

- **Jungentelefon**

Beratungsstelle für Jungen und junge Männer im Alter von 3 – 27 Jahren, die sich in einer akuten Krisensituation befinden und / oder psychischer, körperlicher oder sexueller Gewalt ausgesetzt sind oder waren (gilt auch für Eltern, Vertrauenspersonen und Bezugspersonen, die durch ihre berufliche Tätigkeit mit sexueller Gewalt an Jungen konfrontiert sind).

Tel.: 0471 82 000

E-Mail: jutel@jugendhilfe-bremerhaven.de

- **Mädchennotdienst**

Schon- und Schutzraum auf Zeit, ganztägig rund um die Uhr erreichbar für weibliche in- und ausländischen Jugendliche im Alter von 12 - 17 Jahren.

Tel.: 0471 96 20 10

E-Mail: info@jugendhilfe-bremerhaven.de

- **Mädchentelefon**

Beratungsstelle für Mädchen und junge Frauen im Alter von 3 - 27 Jahren, die sich in einer akuten Krisensituation befinden und / oder psychischer, körperlicher oder sexueller Gewalt ausgesetzt sind oder waren (gilt auch für Eltern, Vertrauenspersonen und Bezugspersonen, die durch ihre berufliche Tätigkeit mit sexueller Gewalt an Mädchen konfrontiert sind).

Tel.: 0471 86 0 86

E-Mail: maetel@jugendhilfe-bremerhaven.de

Kinderschutz-Zentrum im Deutschen Kinderschutzbund LV Bremen e.V.

Beratungseinrichtung für Kinder, Jugendliche, Eltern, Angehörige und alle die beruflich oder privat mit Kindern zu tun haben. Beratungsschwerpunkte sind alle Formen von Gewalt gegen Kinder und Jugendliche (freiwillig, vertraulich, anonym). Die Beratung kann vor Ort oder als aufsuchendes Angebot wahrgenommen werden.

Georgstraße 7, 27570 Bremerhaven

Tel.: 0471 30 36 39

E-Mail: info@kinderschutzbund-bremerhaven.de

<https://www.kinderschutzbund-bremerhaven.de/startseite>

notruf - Psychologische Beratung bei sexueller Gewalt

Beratungsstelle für Betroffene (und Angehörige) von sexualisierter Gewalt ab 14 Jahren. Das Beratungsangebot gilt völlig unabhängig davon, ob die erfahrene Gewalt physisch oder psychisch, persönlich oder online, gerade eben oder bereits vor längerer Zeit geschehen ist.

Fedelhöfen 6, 28203 Bremen

Tel.: 0421-15181

E-Mail: info@notrufbremen.de

www.notrufbremen.de

Soliport

Beratungsstelle für Betroffene rechter, rassistischer und antisemitischer Gewalt in Bremerhaven und Bremen.

Am Deich 60, 28199 Bremen

Tel.: 0421 17 83 12 12

E-Mail: info@soliport.de

www.soliport.de

Weisser Ring e.V.

Bietet umfassende Hilfe für Menschen, die von Straftaten betroffen sind. Zu den Hilfsmöglichkeiten zählen unter anderem menschlicher Beistand und persönliche Betreuung, Begleitung zu Terminen bei Polizei, Staatsanwaltschaft und Gericht, Gewährung von Rechtsschutz sowie finanzielle Unterstützung von tatbedingten Notlagen.

Opfer-Tel.: 11 60 06 (7 Tage die Woche von 7:00 – 22:00h)

Online-Beratung: <https://weisser-ring.de/hilfe-fuer-opfer/onlineberatung>

- **Außenstelle Bremerhaven**

Tel.: 0151 55 16 46 93

E-Mail: bremen1@mail.weisser-ring.de

<https://bremerhaven-bremen.weisser-ring.de/>

Juuuport

bundesweite Online-Beratungsplattform für junge Menschen, die Probleme im Netz haben. Ehrenamtlich aktive Jugendliche und junge Erwachsene aus ganz Deutschland, die JUUUPORT-Scouts, helfen Gleichaltrigen vertraulich bei Online-Problemen wie Cybermobbing, Mediensucht, sexueller Belästigung, Abzocke, Datenklau u.v.m. Die Beratung ist datenschutzkonform und kostenlos.

E-Mail: info@juuuport.de

<https://www.juuuport.de/>

Safe im Recht – Kenne deine Rechte

Chat-Beratungsstelle für junge Mensch bis ca. 21 Jahre zu digitaler Gewalt und Jugendrecht – kostenlos, vertraulich und wertungsfrei.

<https://www.safe-im-recht.de/>

ZEBRA – WIR HELFEN HELFEN. UNABHÄNGIG UND ZUVERLÄSSIG.

Angebot der Landesanstalt für Medien NRW. Konkrete und individuelle Unterstützung bei allen Fragen zu digitalen Medien innerhalb von höchstens 24 Stunden. Die Anliegen werden vertraulich behandelt. Das Angebot bietet Eltern sowie Kindern eine wichtige Hilfestellung für den sicheren und verantwortungsvollen Umgang mit dem Internet – kompetent und unabhängig.

<https://www.fragzebra.de/>

Trauma-Ambulanzen

Die Traumaambulanzen bieten im Rahmen des Opferentschädigungsrechts zeitnahe psychotherapeutische Unterstützung für Kinder, Jugendliche und Erwachsene an, wenn diese innerhalb der vergangenen 12 Monate auf inländischem Boden Opfer einer Gewalttat geworden sind (oder die Symptome innerhalb der letzten 12 Monate erstmals auftraten). In Betracht kommen insbesondere Fälle mit Kapitalverbrechen (Überfall, schwere Körperverletzung), mit sexuellen Gewalttaten oder mit sogenannten Schockschäden (z.B. Tatzeuge von Mord, Totschlag und schwerer Körperverletzung). Unterstützung können auch Angehörige, Nahestehende und Hinterbliebene erhalten. Nähere Infos dazu siehe <https://www.avib.bremen.de/entschaedigungsrecht/trauma-ambulanzen-8822>

FÜR KINDER UND JUGENDLICHE

Traumaambulanz der ARCHE Klinik

Robert-Blum-Straße 7, 27574 Bremerhaven

Tel.: 0471 92 40 90

E-Mail: archeklinik@diakonie-bhv.de

<https://diakonie-bhv.de/beratung-leistung/kinder-und-jugendliche/arche-klinik/traumaambulanz.html>

FÜR ERWACHSENE

Klinikum Bremerhaven-Reinkenheide

Postbrookstraße 103, 27574 Bremerhaven

Tel.: 0471 29 93 508

E-Mail: psychiatrie@klinikum-bremerhaven.de

<https://klinikum-bremerhaven.de/trauma-ambulanz>

Tod und Trauer

AGUS – Angehörige um Suizid e.V.

Bundesweite Selbsthilfeorganisation für Trauernde, die einen nahe stehenden Menschen durch Suizid verloren haben. Dabei ist es unerheblich, wie lange der Suizid her ist. AGUS bietet die Kompetenz Betroffener an und die langjährige Über-Lebenserfahrung nach einem Suizid.

E-Mail: kontakt@agus-selbsthilfe.de

Tel.: 0921-150 03 80

www.agus-selbsthilfe.de

da-sein.de

Bundesweite Jugend-Onlineberatung zu den Themen Abschied, Tod und Trauer.

<https://www.da-sein.de/>

Evangelisches Beratungszentrum

Einzelgespräche, Unterstützung und Begleitung für den persönlichen Trauerweg.

Waldstraße 1, 27570 Bremerhaven

Tel.: 0471 32 021

E-Mail: ebz-bremerhaven@t-online.de

<https://www.ebz-bremerhaven.de/angebote/trauerberatung>

HOMBRE Hospizmodell e.V.

Gruppenangebote für trauernde Kinder ab 6 Jahren. Begleitung im Trauerbewältigungsprozess durch Spiel, Reden und Malen sowie Unterstützung des Umfeldes.

Bülkenstraße 31, 27570 Bremerhaven

Tel.: 0471 80 62 95 5

E-Mail: info@hospiz-bremerhaven.de

<https://hospiz-bremerhaven.de/angebot/kindertrauergruppen>

Lillebö e.V.

Psychologische Betreuung, Bestattungsberatung und -begleitung, Mittel- und langfristige Betreuung für Eltern, Geschwister und weitere betroffene Familienmitglieder von „Sternenkindern“

Tel.: 04743 322 64 70 oder 0174 668 19 61

E-Mail: kontakt@lilleboe.de

<https://lilleboe.de>

Netzwerk für die Versorgung schwerkranker Kinder und Jugendlicher e.V.

Qualifizierte Trauerbegleitung für Familien mit schwerkrankem Kind.

Tel.: 0178 72 73 054

E-Mail: trauer-netzwerk@betreuungsnetz.org

<https://www.betreuungsnetz.org/trauer-netzwerk>

Trauerland - Zentrum für trauernde Kinder und Jugendliche e.V.

Hilfsangebote für Kinder, Jugendliche, junge Erwachsene (bis 30 Jahren) und Angehörige. Beratung für Fachkräfte zum Umgang mit trauernden Kindern- und Jugendlichen.

Schwachhauser Heerstraße 268 a, 28359 Bremen

Tel.: 0421 69 66 72 0

E-Mail: info@trauerland.org

www.trauerland.org

Hilfen in Erziehungsfragen

Amt für Jugend, Familie und Frauen/Soziale Dienste Bremerhaven

Das Amt für Soziale Dienste mit seinen drei in der Stadt verteilten Stadtteilbüros in Nord, Mitte und Süd bietet Beratung und Hilfen für junge Menschen und Erwachsene in allen Lebenslagen, in denen Unterstützung gefragt und geboten ist.

- **Allgemeiner Sozialer Dienst (ASD), Stadtteilbüro Nord**
Brookstraße 1, 27580 Bremerhaven
Tel.: 0471 59 03 317
<https://www.bremerhaven.de/de/leben-arbeiten-gesundheit/familien-kinder/familienportal/allgemeiner-sozialer-dienst-asd-stadtteilbuero-nord.76013.html>
- **Allgemeiner Sozialer Dienst (ASD), Stadtteilbüro Mitte**
Obere Bürger 39a, 27568 Bremerhaven
Tel.: 0471 59 02 817
<https://www.bremerhaven.de/de/leben-arbeiten-gesundheit/familien-kinder/familienportal/allgemeiner-sozialer-dienst-asd-stadtteilbuero-mitte.78204.html>

- **Allgemeiner Sozialer Dienst (ASD), Stadtteilbüro Süd**

Auf der Bult 20, 27574 Bremerhaven

Tel.: 0471 59 02 429

<https://www.bremerhaven.de/de/leben-arbeiten-gesundheit/familien-kinder/familienportal/allgemeiner-sozialer-dienst-asd-stadtteilbuero-sued.77859.html>

Familienzentren Bremerhaven

Familienzentren sind stadtteilbezogene Einrichtungen des Amtes für Soziale Dienste Bremerhaven. Die Zentren bieten einen Ort des Austausches, der Unterstützung, Begleitung, Information, Beratung und Entlastungen rund um das Thema Familie an. Selbstorganisierte Gruppenangebote für Kinder sind beispielsweise wichtiger Bestandteil.

Auflistung der einzelnen Familienzentren:

<https://www.bremerhaven.de/de/leben-arbeiten-gesundheit/familien-kinder/familienportal/familienzentren.13472.html>

Deutscher Kinderschutzbund Ortsverband Bremerhaven e. V.

Der Kinderschutzbund Bremerhaven ist ein gemeinnütziger Verein, der sich zum Ziel gesetzt hat, den Kindern unserer Welt den Weg in ihre Zukunft zu sichern. Der Verein setzt sich dabei in Bremerhaven für die Kinder und Jugendlichen der Stadt ein – vertraulich, anonym und kostenlos.

Georgstraße 7, 27570 Bremerhaven

Tel.: 0471 30 36 39

E-Mail: info@kinderschutzbund-bremerhaven.de

<https://www.kinderschutzbund-bremerhaven.de/>

Frühe Hilfen

AWO – Frühe Hilfen

Vernetzte Angebote für Familien und Lebensgemeinschaften mit Kindern von der Geburt bis zur Einschulung.

- **Willkommen an Bord**

Begrüßungshausbesuche für Familien mit Neugeborenen mit Geschenken und Informationen über Anlaufstellen in der näheren Umgebung sowie zu, in dieser Lebensphase, wichtigen Themen.

Surfeldstraße 29, 27576 Bremerhaven

Tel.: 0471 951 53 54

E-Mail: info.wab@awo-bremerhaven.de

<https://www.awo-bremerhaven.de/kinder-und-familie/angebote-fuer-familien/baby-begrueessung>

- **Die Lerche**

Kostenlose Familienförderprogramme (Schritt für Schritt und e:du)

Lerchenstraße 37, 27574 Bremerhaven

Tel.: 0471 95 88-888 oder 0160 74 58 181

E-Mail: claudia.hoppe@awo-bremerhaven.de

<https://www.awo-bremerhaven.de/die-lerche>

Beratung für Schwangere und Familien

Beratung zu Leistungen des Mutterschutzes, Elterngeld und Elternzeit, Unterhalt und Arbeitslosengeld II, Fragen der Familienplanung, Sexualaufklärung und Verhütung, Pränataldiagnostik, zu Vermittlung von finanziellen Hilfen aus der Bundesstiftung „Mutter und Kind – Schutz des ungeborenen Lebens“ und Möglichkeiten, sich auf die Geburt vorzubereiten.

Geibelstr. 9 A, 27576 Bremerhaven

Tel.: 0471 90 22 610

E-Mail: jessica.stein@caritas-bremerhaven.de oder nadja.sundmacher@caritas-bremerhaven.de

<https://www.caritas-bremen-nord.de/bhv-beratung-fuer-schwangere-und-familien/>

Nationales Zentrum Frühe Hilfen

Seite für Hilfsangebote, u.a. Online-Beratung für Mütter und Väter oder Elterntelefon

www.elternsein.info

Frühberatungsstellen in Bremerhaven

Beratung zu allen Themen rund um Schwangerschaft, Kind und Familie wie z.B. Ernährung, Erziehung, Schlafen, frühkindliche Entwicklung, Unterstützungsangebote.

- **Frühberatungsstelle Nord**
Hans-Böckler-Str. 36f, 27578 Bremerhaven
Tel.: 0471 66 128
- **Frühberatungsstelle Mitte**
Lutherstr. 7, 27568 Bremerhaven
Tel.: 0421 390 992 46
- **Frühberatungsstelle Süd**
Voßstr. 41, 27570 Bremerhaven
Tel.: 0471 38 633

Hebammensuche Bremen und Bremerhaven

Informationen und Kontaktdaten zu allen Angeboten und Leistungen der Bremerhavener Hebammen, u.a. Betreuung in der Schwangerschaft oder Wochenbett, Geburtsvorbereitungs- und Rückbildungskurse (auf mehreren Sprachen)

www.hebammensuche-bremen.de

Hilfetelefon „Schwangere in Not“

Kostenlose und anonyme telefonische Beratung, per Mail oder Chat für Schwangere rund um die Uhr in 19 verschiedenen Sprachen.

Tel.: 0800 4040020

<https://www.hilfetelefon-schwangere.de/>

Beratung für geflüchtete Menschen

Jugendmigrationsdienst Bremerhaven

Beratungsbüro für junge Migrant*innen unter 27 Jahren und ihre Familien.

Louise-Schroeder-Straße 9B, 27578 Bremerhaven-Leherheide

Tel.: 0471 80 03 38 01

E-Mail: sinem-oezlem.cakin@awo-bremen.de

<https://awo-bremerhaven.de/migration/jugendmigrationsdienst>

Humanitäre Sprechstunde

Anonyme und kostenfreie medizinische Beratung und Hilfe für Menschen ohne Papiere und Krankenversicherung im Gesundheitsamt Bremerhaven.

Wurster Str. 49, 27580 Bremerhaven

Tel.: 0471 590 21 60

E-Mail: humanitaere.sprechstunde@magistrat.bremerhaven.de

<https://www.welcometobremerhaven.de/angebot/humanitaere-sprechstunde-gesundheitsamt-bremerhaven/>

Refugio Bremen e.V.

Beratungs- und Behandlungszentrum für Flüchtlinge und Folteropfer.

Kurfürstenstraße 4, 27568 Bremerhaven

Tel.: 0471 30 30 90 93

E-Mail: bremerhaven@refugio-bremen.de

<https://www.refugio-bremen.de/>

Welcome to Bremerhaven

Übersichtliche Homepage in 8 Sprachen mit Informationen und Hinweisen zu Unterstützungsangeboten zu den Bereichen: Alltag und Leben, Arbeit und Qualifizierung, Beratungsstellen, Bildung, Deutschkurse, Freizeit und Kultur, Gesundheit, Frauen und Mädchen, Recht und Sexualität

<https://www.welcometobremerhaven.de/>

Niedergelassene Psychotherapeut*innen

FÜR KINDER UND JUGENDLICHE

Unter folgenden Links sind niedergelassene Kinder- und Jugendpsychotherapeut*innen, weitere Fachärzte für Kinder- und Jugendpsychiatrie und -psychotherapie für die Stadt Bremerhaven aufgelistet:

https://www.kvhb.de/fileadmin/kvhb/pdf/Arztlisten/kinder_jugendpsychotherapeuten_bremerhaven.pdf

FÜR KINDER UND JUGENDLICHE SOWIE ERWACHSENE

Unter folgendem Link sind niedergelassene Psychotherapeut*innen für Kinder und Jugendliche sowie Erwachsene für die Stadt Bremerhaven aufgelistet:

https://www.kvhb.de/fileadmin/kvhb/pdf/Arztlisten/psychologische-psychotherapeuten_bremerhaven.pdf

Besteht eine Behandlungsnotwendigkeit und finden Sie im direkten Kontakt mit den kassenzugelassenen Psychotherapeut*innen keine Behandlungsmöglichkeit, können Sie sich auch an die **Terminservicestelle** der Kassenärztlichen Vereinigung Bremen wenden. Sie vermittelt Termine zur Sprechstunde und ggf. zur Akutbehandlung oder Probatorischen Sitzung bei Psychotherapeut*innen. Sie können sich unter: <https://patienten.kvhb.de/start> darüber informieren. Bei der Terminservicestelle haben Sie jedoch keine Möglichkeit, eine/n bestimmte/n Psychotherapeut*in auszuwählen und auch keinen Einfluss auf Ort oder Zeitpunkt des Termins.

Hinweis

Diese Auflistung stellt einen groben Überblick über diverse Anlaufstellen im Bereich der psychischen Gesundheit in Bremen dar. Die Angebotsstruktur kann jedoch Veränderungen unterliegen. Die Auflistung erhebt daher keinen Anspruch auf Vollständigkeit und Aktualität der Angebote. Die Links wurden zuletzt abgerufen am: 11.02.2026

Eine kontinuierlich modifizierte Version dieses Dokuments finden Sie unter: <https://www.gesundheit-nds-hb.de/projekte/regionale-fachkraefte-psychische-gesundheit-kinder-jugendliche/>