

Hilfe, Schutz und Beratung gegen Gewalt

im Landkreis Ammerland,

in Niedersachsen

sowie bundesweit

Gewalt in (Ex-)Partner_innenschaft/(familiären) Wohngemeinschaften:

BISS Beratungs- und Interventionsstelle gegen Häusliche Gewalt/Stalking

Beratung für Betroffene, Angehörige und Fachkräfte (Oldenburg)

0441 – 235 37 98

Telefonsprechstunde Dienstag 14-16 + Donnerstag 9 -11 Uhr

[biss.oldbg-ammerland\(at\)web.de](http://biss.oldbg-ammerland(at)web.de)

Beratungssprachen: Deutsch und Englisch + mit Sprachmittlung in weitere Sprachen

**Wer schlägt
muss gehen!**

<http://www.wer-schlaegt-muss-gehen.de>

**Häusliche Gewalt
Infos für Betroffene**

<http://www.gewaltschutz.info>
Informationen: Deutsch, Englisch,
Französisch, Polnisch, Russisch,
Spanisch, Serbisch und Türkisch

**Frauen gegen
Partnerschaftsgewalt**

<https://www.re-empowerment.de>

Gewalt gegen Frauen*:

Hilfetelefon Gewalt gegen Frauen

Beratung gegen Häusliche Gewalt, sexualisierte Gewalt, Zwangsheirat, sexuelle Belästigung am Arbeitsplatz, Stalking, Mobbing, digitale Gewalt, Menschenhandel und Genitalverstümmelung für Frauen, Unterstützer_innen und Fachkräfte (bundesweit)

08000 – 116 016

24 Stunden am Tag erreichbar!

<https://www.hilfetelefon.de>

Telefonberatungssprachen: Albanisch, Arabisch, Bulgarisch, Chinesisch/Mandarin, Deutsch/leichte Sprache, Englisch, Farsi/ Dari, Französisch, Italienisch, Kurmandschi, Polnisch, Portugiesisch, Rumänisch, Russisch, Serbisch, Spanisch, Türkisch und Vietnamesisch

Email- und Chatberatungssprache: Deutsch

Tess-Relay-Dienst-Beratungssprache: DGS

**Koordinationsstelle aller
niedersächsischen Frauen-
und Mädchen-
beratungsstellen:**

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

**Bundesverband der
Frauenberatungsstellen und
Frauennotrufe:**

<https://www.frauen-gegen-gewalt.de>

Informationen: Arabisch,
Deutsch/
Leichte Sprache/DGS, Englisch
und Türkisch

Wildwasser

Fachberatungsstelle gegen sexualisierte Gewalt an Frauen und Mädchen (Oldenburg)

0441 – 166 56

Telefonsprechstunde Montag 9-11 + Mittwoch, Donnerstag 14-16 Uhr

<https://wildwasser-oldenburg.beranet.info>

<http://www.wildwasser-oldenburg.de>

Frauen- und Kinderschutzhaus

Schutz und Hilfe für Frauen mit und ohne Kinder (Ammerland/Wesermarsch)

0441 – 21 00 14 95

24 Stunden am Tag erreichbar!

dwo.frauenhaus(at)diakonie-ol.de

<https://www.frauenhaus-diakonie.de>

mit Sprachmittlung in weitere Sprachen

Frauenhauskoordinierung:

<https://www.frauenhauskoordinierung.de>
Informationen:

Englisch, Deutsch/leichte Sprache/DGS,
Arabisch, Französisch, Russisch, Spanisch,
Kroatisch, Portugiesisch, Thailändisch, Türkisch
und Vietnamesisch

Organisierte Gewalt

berta

Beratung für Betroffene organisierter sexueller und ritueller Gewalt (bundesweit)

0800 – 30 50 750 Dienstag 16-20 + Freitag 9-13 Uhr

<https://nina-info.de/berta.html>

Zwangsheirat, Verschleppung und Gewalt im Namen der Ehre

Krisentelefon gegen Zwangsheirat, Verschleppung und Gewalt im Namen der Ehre

Beratung für Mädchen, Frauen, Jungen, Männer und Drittbetroffene (Niedersachsen)

0800 – 06 67 888

Montag bis Donnerstag 9-16 + Freitag 9-13 Uhr

zwangsheirat(at)kargah.de

<https://www.kargah.de>

Beratungssprachen: Arabisch, Bosnisch, Deutsch, Englisch, Farsi, Französisch, Kroatisch, Kurmandschi, Serbisch, Sorani und Türkisch

Menschenhandel und Zwangsprostitution

Kobra

Beratung gegen Menschenhandel und Zwangsprostitution (Niedersachsen)

0511 – 21 57 82 20

Montag, Dienstag + Donnerstag 10-15 + Freitag 10-14 Uhr

<https://kobra-hannover.de>

Beratungssprachen: Bulgarisch, Deutsch, Englisch, Französisch, Polnisch, Rumänisch, Spanisch Thailändisch und Ungarisch

Sexarbeit

Phoenix

Beratungsstelle für Prostituierte (Niedersachsen)

0511 – 89 82 88 01

Dienstag 10-12 + Donnerstag 14-16 Uhr

kontakt(at)phoenix-beratung.de

<http://www.phoenix-beratung.de>

SOLWODI Osnabrück

Beratung für Migrantinnen in Not, zum Ausstieg aus der Prostitution und Rückkehrberatung (Niedersachsen)

0541 – 52 81 909

Montag bis Freitag 9-15 Uhr

[osnabrueck\(at\)solwodi.de](mailto:osnabrueck(at)solwodi.de)

www.solwodi.de

Informationen: Deutsch und Englisch

SOLWODI Braunschweig

Beratung zum Ausstieg aus der Prostitution und Rückkehrberatung (Niedersachsen)

0531 – 47 38 112

0177 – 42 25 333

[braunschweig\(at\)solwodi.de](mailto:braunschweig(at)solwodi.de)

www.solwodi.de

Informationen: Deutsch und Englisch

Gewalt gegen Männer:

Hilfetelefon Gewalt an Männern

Beratung für Männer, Angehörige und Fachkräfte (bundesweit)

0800 – 123 99 00

Montag bis Donnerstag 9-13 und 16-20 + Freitag 9-15 Uhr

<https://maennerhilfetelefon.de>

MännerSache

Beratung von Mann zu Mann (Oldenburg)

0176 – 21 444 373

[kontakt\(at\)maennersache-ol.de](mailto:kontakt(at)maennersache-ol.de)

<https://www.maennersache-ol.de>

Männerberatungsnetz (bundesweit)

www.maennerberatungsnetz.de

Männerwohnhilfe

(Oldenburg)

0162 – 878 30 13

[kontakt\(at\)maennerwohnhilfe.de](mailto:kontakt(at)maennerwohnhilfe.de)

<https://www.maennerwohnhilfe.de>

Gewalt gegen Kinder und Jugendliche:

Save me online Beratung für Jugendliche zu (Cyber-)Mobbing, Sexting, Zusage von Pornos, sexuellem Missbrauch, sexuellen Übergriffen oder Anmachen (bundesweit)

0800 – 22 55 530

Montag, Mittwoch, Freitag 9-14 +

Dienstag, Donnerstag 15-20 Uhr

[beratung\(at\)save-me-online.de](mailto:beratung(at)save-me-online.de)

<https://nina-info.de/save-me-online>

Hilfetelefon sexueller Missbrauch

Beratung für Betroffene, deren Umfeld und Fachkräfte (bundesweit)

0800 – 22 55 530

Montag, Mittwoch + Freitag 9-14 + Dienstag,

Donnerstag 15-20 Uhr

<https://www.hilfeportal-missbrauch.de>

Trau dich

<https://www.trau-dich.de>

Informationen zu sexuellem Missbrauch:

Deutsch, leichte Sprache und DGS

Kidsinfo-Gewalt

<https://www.kidsinfo-gewalt.de>

Informationen zu Häuslicher Gewalt: Englisch, Deutsch,

Russisch, Spanisch, Türkisch

Gewalt ist nie okay

<https://gewalt-ist-nie-okay.de>

Informationen zu Häuslicher Gewalt: Arabisch, Englisch,

Deutsch, Spanisch und Türkisch

Nummer gegen Kummer

Beratung für Kinder und Jugendliche bei Einsamkeit, Stress mit Eltern/Freund_innen/Mit-schüler_innen, Mobbing, (online) Abzocke, Angst, Missbrauch, Essstörungen, Depression oder Sucht (bundesweit)

116 111

Montag bis Samstag 14-20 Uhr
Jugendliche beraten Jugendliche am Samstag

<https://www.nummergegenkummer.de/onlineberatung>

<https://www.nummergegenkummer.de/kinder-und-jugendtelefon.html>

Jugendberatung

(bke) Beratung bei Problemen mit sich selbst, den Eltern, der Familie, Freund_innen, in der Schule (bundesweit)

<https://jugend.bke-beratung.de>

täglich von 8 – 22 Uhr

Kidkit: Hilfe bei Problemeltern

Beratung für Kinder und Jugendliche (10 bis 21) bei Sucht, Gewalt und/oder psychischen Erkrankungen in der Familie (Köln)

<https://kidkit.beranet.info>

<https://www.kidkit.de>

Wildwasser

Fachberatungsstelle gegen sexualisierte Gewalt an Frauen und Mädchen (Oldenburg)

0441 – 166 56

Telefonsprechstunde Montag 9-11,
Mittwoch, Donnerstag 14-16 Uhr

<https://wildwasser-oldenburg.beranet.info>

<http://www.wildwasser-oldenburg.de>

Wendekreis (Kinderschutzbund)

Beratung bei Gewalt für Kinder, Jugendliche und Bezugspersonen (Bad Zwischenahn)

04403 – 63 132

[info\(at\)kinderschutzbund-ammerland.de](mailto:info(at)kinderschutzbund-ammerland.de)

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

Fachberatung Kinderschutz

Melden Sie sich bei den Fachkräften im Jugendamt in Westerstede, wenn Sie einen Missbrauch von Minderjährigen vermuten. Wenden Sie sich in Notfällen an die Polizei!

04488 – 33 51/– 33 50/– 30 12

Kinderschutzhotline

Beratung für medizinische Fachkräfte (bundesweit)

0800 – 19 210 00

24 Stunden am Tag erreichbar!

<https://www.kinderschutzhotline.de>

Mädchenhaus Oldenburg

Kontakt- und Informationsstelle für Mädchen und Bezugspersonen sowie Unterstützung für Mädchen und junge Frauen ohne Kinder bei der Wohnungssuche (Oldenburg)

0441 – 128 64

info@maedchenhaus-oldenburg.de

<https://maedchenhaus-oldenburg.de>

Digitale Gewalt:

JUUUPOORT

Beratung für Jugendliche und junge Erwachsene (bundesweit)

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

<https://www.juuuport.de>

HateAid

Beratung für Betroffene von digitaler Gewalt und Hassrede im Netz (bundesweit)

0172 – 46 36 998

Montag 10-13 + Donnerstag 16-19 Uhr

[beratung\(at\)hateaid.org](mailto:beratung(at)hateaid.org)

<https://hateaid.org>

Klick-Tipps
für Kinder und Eltern

<https://www.klick-tipps.net>

Klicksafe
für Jugendliche und Eltern

<https://www.klicksafe.de>

Digitaler Engel
für ältere Menschen

<https://www.digitaler-engel.org>

Gewalt in der Pflege:

Pflege-Notruftelefon (SOVD)

Beratung bei Gewalt in der Pflege (Niedersachsen)

0180 – 20 00 872 (6 Cent pro Minute)

Montag – Freitag 9 -13 Uhr

<https://www.sovd-nds.de/beratung/pflegenotruf>

Gewaltprävention in der Pflege

<https://www.pflege-gewalt.de>

Informationen: Deutsch und leichte Sprache

Gewalt in der Pflege

[https://www.wohnen-im-](https://www.wohnen-im-alter.de/zuhause/pflege-tipps/gewalt-pflege)

[alter.de/zuhause/pflege-tipps/gewalt-pflege](https://www.wohnen-im-alter.de/zuhause/pflege-tipps/gewalt-pflege)

Dokumentation von Häuslicher und sexualisierter Gewalt:

Netzwerk ProBeweis: Gewaltambulanz

Institut für Rechtsmedizin (Oldenburg)

0176 – 15 32 45 72

<https://www.probeweis.de>

Informationen: Arabisch, Deutsch, Englisch,
Französisch, Polnisch, Russisch und Türkisch

Ammerland Klinik

(Westerstede)

Frauenklinik: 04488 – 50 49 25

Allgemein/Viszeralchirurgie:

04488 – 50 21 95

<https://www.ammerland-klinik.de>

Unterstützung für Betroffene von Straftaten:

Weißer Ring

ehrenamtliche Unterstützung für
Betroffene von Straftaten (Ammerland)

Opfertelefon: 116 006

Ammerland: 0151 – 19 31 87 81

[https://weisser-ring.de/hilfe-fuer-](https://weisser-ring.de/hilfe-fuer-opfer/onlineberatung)

[opfer/onlineberatung](https://weisser-ring.de/hilfe-fuer-opfer/onlineberatung)

[https://weisser-ring.de](https://weisser-ring.de/hilfe-fuer-opfer/onlineberatung)

Informationen: Englisch, Deutsch und
leichte Sprache

Opferhilfe

Psychosoziale Beratung und Begleitung für Betroffene
von Straftaten (Oldenburg)

0441 – 96 97 12 10/-11/-12

Telefonsprechstunde Mittwoch 10-12 Uhr

[https://www.opferhilfe.niedersachsen.de/nano.cms/](https://www.opferhilfe.niedersachsen.de/nano.cms/online-beratung)

[online-beratung](https://www.opferhilfe.niedersachsen.de/nano.cms/online-beratung)

[https://www.opferhilfe.niedersachsen.de](https://www.opferhilfe.niedersachsen.de/nano.cms/online-beratung)

Informationen: Bosnisch, Deutsch, Englisch,
Französisch, Kroatisch, Polnisch, Russisch, Serbisch
und Türkisch

Hilfe-Info

<https://www.hilfe-info.de>

Informationen: Deutsch,
leichte Sprache und DGS

Infovictims

<http://infovictims.de>

Informationen: Englisch und
Deutsch

ODABS

<https://www.odabs.org>

Informationen: Englisch,
Deutsch und Spanisch

Hilfe bei Traumatisierung:

Trauma-Ambulanz für Kinder und Jugendliche

Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie, Psychosomatik und Psychotherapie (Oldenburg)

0441 – 40 31 00 61

[k-j-psychiatrie\(at\)klinikum-oldenburg.de](mailto:k-j-psychiatrie(at)klinikum-oldenburg.de)
<https://www.klinikum-oldenburg.de>

Trauma-Ambulanz für Erwachsene

Karl-Jaspers-Klinik/Psychiatrieverbund Oldenburger Land (Bad Zwischenahn)

0441 – 96 15 262

[traumaambulanz\(at\)kjk.de](mailto:traumaambulanz(at)kjk.de)
<https://www.karl-jaspers-klinik.de>

Psychosoziales Zentrum für traumatisierte Geflüchtete

Netzwerk traumatisierter Geflüchteter in Niedersachsen und IBIS (Oldenburg)

0441 – 92 05 82 30

[info-ol\(at\)ntfn.de](mailto:info-ol(at)ntfn.de)
<https://www.ntfn.de>
Informationen: Arabisch, Deutsch, Englisch, Französisch und Persisch

Hilfe bei Schwangerschaft und nach Geburt:

Hilfetelefon Schwangere in Not

Beratung zur vertraulichen Geburt (bundesweit)

0800 – 40 400 20 jeden Tag 8-23 Uhr

<https://www.geburt-vertraulich.de>

Beratungssprachen: Albanisch, Arabisch, Bulgarisch, Chinesisch/Mandarin, Deutsch/DGS/Leichte Sprache, Englisch, Französisch, Italienisch, Kurmandschi, Persisch, Polnisch, Portugiesisch, Rumänisch, Russisch, Serbisch, Kroatisch, Bosnisch, Spanisch, Türkisch, Vietnamesisch

Hilfetelefon nach schwieriger oder belastender Geburt

(bundesweit)

0228 – 92 95 99 70

Mittwoch 12-14 +

Donnerstag 18-21 Uhr

<https://hilfetelefon-schwierige-geburt.de>

Schwangerenberatung und Schwangerschaftskonfliktberatung (Diakonie)

Bad Zwischenahn: 04403-94 91 50

Apen: 04489- 40 49 194

Montag bis Freitag 9-12 Uhr

https://www.dw-ol.de/pages/einrichtungen/microsites/diakonie-ammerland_de/beratung/schwangerenberatung/index.html

Hebammenzentrale (SKF) (Oldenburg)

0151 – 10 67 17 53

Montag, Dienstag, Donnerstag, Freitag 8.30 bis 12.30

[hebammenzentrale\(at\)skf-oldenburg.de](mailto:hebammenzentrale(at)skf-oldenburg.de)
www.hebammenzentrale-ammerland.de

Krisenhilfe:

Corona und du

Infoportal zur psychischen Gesundheit für Kinder und Jugendliche

<https://www.corona-und-du.info>

Psychologische Hilfe während der Coronakrise

Informations- und Beratungsangebot für Menschen, die durch die Corona-Krise belastet sind und nach Unterstützung suchen

<https://psychologische-coronahilfe.de>

Krisentelefon

Hilfe in Krisensituationen, bei seelischen Notlagen und bei Gewalterfahrungen (Ammerland)

0800 – 26 22 226

täglich 14-22 Uhr

Landwirtschaftliches Sorgentelefon

(Niedersachsen)

04402 – 84 488

Montag, Mittwoch, Freitag 8.30-12.00 + Dienstag, Freitag 19.30-22.00

www.sorgentelefon-landwirtschaft.de

Sozialpsychiatrischer Dienst

Beratung und Unterstützung bei einer psychischen Erkrankung oder Suchterkrankung (Westerstede)

04488 – 56 53 58/- 37/- 55/- 33/- 35/- 36 und 04402-86 33 306

Seelsorge:

Deutschsprachige

Telefonseelsorge

(Ammerland und bundesweit)

0800 – 111 0 111/

-111 0 222/-116 123

24 Stunden am Tag erreichbar!

<https://www.kirchenkreis-ammerland.de/seelsorge/telefonseelsorge.html>

<https://www.telefonseelsorge.de>

MuTeS

Muslimische Telefonseelsorge (bundesweit)

030 – 44 35 09 821

24 Stunden am Tag erreichbar!

<http://mutes.de/home.html>

Beratungssprache: Arabisch und dienstags Türkisch

Telefon Doweria

Russischsprachige Telefonseelsorge (bundesweit)

030 – 44 03 08 454

24 Stunden am Tag erreichbar!

<http://doweria-chat.evka.de/index.php>

Hilfe für gewaltgeneigte oder gewalttätige Personen:

EULINE Hotline gegen Gewalt

Hilfe für Menschen, die keine (Partnerschafts-)Gewalt mehr anwenden möchten und Beratung für Eltern bei Jugendgewalt (bundesweit)

01805 – 43 92 58 (14 ct/min) Montag bis Freitag 9-17 Uhr

kontakt(at)euline.eu

<https://www.euline.eu>

Beratungssprachen: Deutsch, Englisch, Französisch, Niederländisch, Portugiesisch, Schwedisch und Spanisch

Stopp!

bevor was passiert

Hilfe für Menschen, die sich zu Kindern hingezogen fühlen (bundesweit)

0800 – 70 222 40

<https://www.bevor-was-passiert.de>

Kein Täter werden!

Hilfe für Menschen, die sich sexuell zu Kindern und Jugendlichen hingezogen fühlen (Hannover)

0511 – 53 28 052

Dienstag und Donnerstag: 9-11 + Mittwoch 15-17 Uhr
dunkelfeld.info(at)mh-hannover.de
<https://www.kein-taeter-werden.de>

Troubled Desire

Online Selbsthilfe für Menschen, die sich sexuell zu Kindern/Jugendlichen hin-gezogen fühlen (bundesweit)

<https://troubled-desire.com/de/assessment.html#>

OLIP Gewaltberatung und Training für Männer und Frauen bei Partnerschaftsgewalt (Oldenburg)

0441 – 27 293 Montag bis Freitag 9-13 Uhr

info(at)konfliktschlichtung.de

<https://www.konfliktschlichtung.de>

Survival-Kit für Männer unter Druck

<https://bundesforum-maenner.de/2020/03/25/corona-krise-survival-kit-fuer-maenner-unter-druck>

Informationen: Arabisch, Albanisch, Deutsch, Englisch, Französisch, Farsi, Griechisch, Italienisch, Kurmandschi, Niederländisch, Polnisch, Portugiesisch, Russisch, Spanisch, Somali, Slowenisch, Serbokroatisch, Türkisch, Tigrinya, Tamil und Ungarisch

Beratung bei rechtsextremistischer Radikalisierung und religiös begründetem Extremismus (bundesweit)

0800 – 99 44 999 Montag - Freitag 9-16 Uhr

<https://violence-prevention-network.de/extremismus/rechtsextremismus>

Informationen: Deutsch und Englisch

Beratung gegen Rechts-extremismus (bundesweit)

<https://www.online-beratung-gegen-rechtsextremismus.de>

Mobile Beratung gegen Rechtsextremismus und für Demokratie

Beratung für all diejenigen, die mit dieser Ideologie konfrontiert sind oder Unterstützung bei lokalen Demokratisierungsprozessen suchen (Oldenburg)

0157 – 32 88 35 89

nordwest(at)mbt-niedersachsen.de

<https://mbt-niedersachsen.de>