



HSB
Gleichstellung

Aktualisierte Ausgabe - Stand: 11/2017

Beratungs- angebote

für soziale Notfälle

Hochschule Bremen
City University of Applied Sciences

Beratungsangebote für soziale Notfälle

Vorwort

Allgemeine Angebote Soziales/Gesundheit

- Arbeitnehmerkammer Bremen
- Arbeitsstelle gegen Diskriminierung und Gewalt (ADE)
- Burn-Out
- Fachstelle für Gewaltprävention
- Familien- und Lebensberatung der Brem. Ev. Kirche
- Gleichstellungsstelle / Familienbüro der Hochschule Bremen
- Help-Line (pflegende Angehörige u. ältere Menschen)
- Humanitäre Sprechstunde
- Kinder- und Jugendnotruf Bremen
- Netzwerk Selbsthilfe Bremen
- Neue Wege e.V. – Wege aus der Beziehungsgewalt
- Notruf – Psychologische Beratung bei sexueller Gewalt für alle Menschen – Frauen und Männer ab dem 13. Lebensjahr
- Opfernnotruf der Polizei
- pro familia Beratungsstellen
- Schuldner- und Insolvenzberatung
- Sozialpsychiatrischer Dienst / Kriseninterventionsdienst
- Stalking-KIT
- Telefonseelsorge
- Trauma-Ambulanzen
- Unabhängige Patientenberatung
- Weißer Ring (Hilfe für Opfer von Straftaten)
- Zentrale Fachstelle Wohnen (Wohnungsnothilfe)

Angebote speziell für Menschen mit Behinderung

- Amt für Versorgung und Integration Bremen
- Beratung „Studieren mit Behinderung“ an der HSB
- Gehörlosen-Telefon und Notruf-Fax der Bremer Polizei
- SelbstBestimmt Leben

Angebote speziell für Studierende

- BAföG- und Sozialberatung des AStA der Hochschule Bremen
- Hilfen für Internationale Studierende (hist im Internet)
- International Office der Hochschule Bremen
- Internationale Studierende – Beratung bei der Inneren Mission Bremen und der Evangelischen Studierendengemeinde (ESG)
- Projekt „NewStart“ (Abbruch des Studiums)
- Psychologisch-Therapeutische Beratungsstelle (ptb) des Studentenwerks
- Solidaritätsfonds für studierende Eltern an der Hochschule Bremen
- Sozialberatung des Studentenwerks

Angebote speziell für Frauen

- Bremische Zentralstelle für die Verwirklichung der Gleichberechtigung der Frau (ZGF)
- Frauengesundheitstreff Tenever
- Frauengesundheitszentrum Bremen
- Frauenhäuser in Bremen
- Hilfe-Telefon für Schwangere in Not
- Hilfe-Telefon – Gewalt gegen Frauen
- Therapie- & Krisenberatung für Frauen und Kinder

Angebote speziell für Männer

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



Vorwort



Vorwort

Beratungsangebote für soziale Notfälle

Aktualisierte Ausgabe - Stand: 11/2017

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 vier Jahren für Sie zusammengestellt. Mit der zweiten 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 gedacht, je nach Situation. Bei Bedarf können Sie weitere Exemplare anfragen unter

gleichstellungsstelle@hs-bremen.de

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



Allgemeine Angebote Soziales/ Gesundheit



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

→ **arbeitnehmerkammer.de**



Allgemeine Angebote Soziales/Gesundheit

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

Beratung bei Konflikten, Diskriminierungen (u.a. Mobbing) und Gewalt am Ausbildungs- und Arbeitsplatz für Betroffene, Führungs- und Lehrkräfte, Interessenvertretungen

ADE, Universität Bremen,
Universitäts-Boulevard, GW2, Gebäude Nr. 13,
4. Ebene, Raum A 4161 oder A 4162

Tel.: **0421 / 218 60 170**

E-Mail: **ade@uni-bremen.de**

→ **uni-bremen.de/ade**

Tel. Sprechzeiten:

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



Allgemeine Angebote Soziales/Gesundheit

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.

→ **kvhb.de**

Fachstelle für Gewaltprävention

Arbeit mit Beschuldigten und Verursachern von körperlicher und sexueller Gewalt (Kinder, Jugendliche und Erwachsene): Beratung (auch in Englisch möglich oder per Internet für Hilfesuchende, die in großer Entfernung von Bremen wohnen).

Herdentorsteinweg 37, 28195 Bremen

Tel.: **0421 / 794 25 67**

E-Mail: **info@fgp-bremen.de**

→ **fgp-bremen.de**

Tel. Sprechzeiten:

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



Allgemeine Angebote Soziales/Gesundheit

Familien- und Lebensberatung der Bremischen Ev. Kirche

Psychologische Beratung für Einzelne, Paare und Familien in Lebenskrisen, bei Problemen in der Familie, bei Erziehungsfragen sowie bei Trennung und Scheidung. Weiter wird Beratung für Schwangere und Schwangerschaftskonfliktberatung angeboten.

Domsheide 2, 28195 Bremen

E-Mail: **bek-lebensberatung@kirche-bremen.de**

→ **kirche-bremen.de/rat/ful/
familien_lebensberatung_anmeldung.php**

Psychologische Beratung:

Tel.: **0421 / 33 35 63**

Tel. Sprechzeiten:

Mo – Fr: 10.00 – 12.30 h, Di: 14.00 – 17.00 h

Allgemeine Schwangerenberatung:

Offene Sprechstunde (ohne Voranmeldung):

Mo – Fr: 11.00 – 12.00 h

Schwangerschaftskonfliktberatung:

Tel.: **0421 / 33 65 650**



Allgemeine Angebote Soziales/Gesundheit

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**

E-Mail: **gleichstellungsstelle@hs-bremen.de**

→ **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

Neustadtswall 30, Gebäude SI, Raum 155

Tel.: **0421 / 5905-2641**

E-mail: **corinna.lott@hs-bremen.de**

→ **familienbuero.hs-bremen.de**



Allgemeine Angebote Soziales/Gesundheit

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**

E-mail: **helpline@sozialag.de**

Tel. Sprechzeiten: Mo – Fr: 14.00 – 17.00 h



Allgemeine Angebote Soziales/Gesundheit

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 15 928**

Arzt/Ärztin: **0421 / 361 15 127**

Sprechstunde: Di u. Do: 10.30 – 12.30 h

Allgemeine Information: **0421 / 361 15 154**

E-Mail: **Zahra.Mohammadzadeh@
gesundheitsamt.bremen.de**

Kinder- und Jugendnotruf Bremen

Notruf für Eltern, wenn sie sich mit ihren Kindern in einer Situation befinden, in der das Kind gefährdet ist und Hilfe gebraucht wird; für Nachbarn, Verwandte oder Freunde, wenn sie Anhaltspunkte für Kindesvernachlässigung oder -misshandlung haben; für Kinder und Jugendliche, wenn sie Hilfe brauchen.

Tel.: **0421 / 699 11 33** (rund um die Uhr erreichbar)



Allgemeine Angebote Soziales/Gesundheit

Netzwerk Selbsthilfe Bremen

Wegweiser zu Selbsthilfegruppen aller möglichen Themenbereiche in Bremen mit zugehörigen Kontaktdaten und Unterstützung von Selbsthilfegruppen

Faulenstr. 31, 28195 Bremen

Tel.: **0421 / 70 45 81**

E-Mail: **info@netzwerk-selbsthilfe.com**

→ netzwerk-selbsthilfe.com

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



Allgemeine Angebote Soziales/Gesundheit

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

Rembertistr. 28, 3. Etage, 28203 Bremen

Tel.: **0421 / 79 47 118**

E-Mail: **info@neue-weg-bremen.de**

→ **neue-wege-bremen.de**

Frauenberatung

Tel.: **0421 / 79 47 118**

Email: **frauen@neue-wege-bremen.de**

Männerberatung

Tel.: **0421 / 17 30 48 83**

Email: **maenner@neue-wege-bremen.de**



Allgemeine Angebote Soziales/Gesundheit

Notruf – Psychologische Beratung bei sexueller Gewalt für alle Menschen – Frauen und Männer ab dem 13. Lebensjahr

Telefonische wie persönliche Beratung und psychologische Gespräche für Frauen, Männer und Jugendliche beiderlei Geschlechts ab dreizehn Jahren, die Opfer von sexueller Gewalt geworden sind.

Fedelhören 6, 28203 Bremen

Tel.: **0421 / 151 81**

E-Mail: **info@notrufbremen.de**

→ **notrufbremen.de**

Terminvergabe telefonisch oder per E-Mail,
Bürozeiten: Mo – Do: 10.00 – 17.00 h,
Fr: 10.00 – 15.00 h

Opfernotruf der Polizei: 0800 2800 110



Allgemeine Angebote Soziales/Gesundheit

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**

Öffnungszeiten: Mo – Do: 9.00 – 16.00 h,
Fr: 9.00 – 12.00 h, Beratungstermine auch
außerhalb der Sprechzeiten möglich

pro familia Beratungsstelle Bremen-Nord

Weserstraße 35, 28757 Bremen

Tel.: **0421 / 65 43 33**

Öffnungszeiten: Mo, Mi, Fr: 9.00 – 13.00 h,
Di u. Do: 15.30 – 18.00 h, Beratungstermine
auch außerhalb der Sprechzeiten möglich



Allgemeine Angebote Soziales/Gesundheit

Schuldner- und Insolvenzberatung (1/2)

Schuldnerberatungsstellen haben unterschiedliche Konzeptionen. Danach sollte zunächst gefragt werden, um eine der Situation entsprechende Beratung zu erhalten. Es gibt eine ganze Reihe von Beratungsstellen. Hier sind nur einige aufgeführt. Die Erstberatung ist in der Regel kostenlos. Alle Beratungen werden selbstverständlich vertraulich behandelt.

Solidarische Hilfe e.V. (Bremen-Süd)

Kornstr. 13, 28201 Bremen

Tel.: **0421 / 50 40 36**

E-Mail: **sb-sued@solidarische-hilfe.de**

→ solidarische-hilfe.de

Bürozeiten Mo – Do: 9.00 - 15.00 h,

Termine nach tel. Vereinbarung

Beratungsstellen in anderen Stadtteilen





Allgemeine Angebote Soziales/Gesundheit

Schuldner- und Insolvenzberatung (2/2)

Verein für Innere Mission – Schuldnerberatung

Am Brill 2 – 4, 28195 Bremen

Tel.: **0421 / 155 75**

E-Mail: **schuldnerberatung@inneremission-bremen.de**

Bürozeiten: Mo – Do: 9.00 – 15.00 h,

Fr: 9.00 – 13.00 h, Termine nach Absprache

Schuldnerhilfe Bremen e.V.

Carl-Ronning-Str. 7, 28195 Bremen

Tel.: **0421 / 871 84 76**

E-Mail: **info@schuldnerhilfe-bremen.de**

→ schuldnerhilfe-bremen.de

Öffnungszeiten:

Mo – Do: 8.30 – 16.00 h, Fr: 8.30 – 14.00 h



Allgemeine Angebote Soziales/Gesundheit

Sozialpsychiatrischer Dienst

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

Behandlungszentrum Süd (Zentrum Buntes Tor)

Buntentorsteinweg 122, 28201 Bremen

Tel.: **0421 / 222 130**

Fax: **0421 / 222 1313**

Behandlungszentrum Mitte

Bürgermeister-Smidt-Str. 70, 28195 Bremen

Tel.: **0421 / 790 333 10**

Fax: **0421 / 790 333 24**

Öffnungszeiten aller Behandlungszentren:

Mo – Fr: 8.30 – 17.00 h

Kriseninterventionsdienst:

0421 / 790 333 33

außerhalb der regulären Öffnungszeiten

werktags: 17.00 – 21.00 h,

Wochenende/Feiertage: 8.30 – 17.00 h



Allgemeine Angebote Soziales/Gesundheit

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

Täter-Opfer-Ausgleich Bremen e. V.

(Stalking-Kit, Dipl. Psych. Herr Winter)

Am Wall 13, 28195 Bremen

Tel.: **0421 / 79 28 28 90**

E-Mail: **winter@stalking-kit.de**

→ **toa-bremen.de**

Telefonseelsorge Bremen:

0800 111 01 11 oder **0800 111 02 22**

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

Mail-, Chat- oder Face-to-Face-Beratung:

→ **telefonseelsorge.de**



Allgemeine Angebote Soziales/Gesundheit

Trauma-Ambulanzen

Kostenfreie psychotherapeutische Unterstützung nach körperlicher oder psychischer Gewalterfahrung im Rahmen des Opferentschädigungsgesetzes (Amt für Versorgung und Integration Bremen). Geschädigte können sich direkt an die Trauma-Ambulanzen wenden:

AMEOS Klinik Dr. Heines Bremen

Fachklinik für Psychiatrie, Psychotherapie und Psychosomatik, Traumabehandlung

Rockwinkeler Landstraße 110, 28325 Bremen

Tel: **0421 / 42 89-145**

Klinikum Bremen-Ost

Klinik für Psychotherapeutische Medizin und Psychosomatik

Züricher Straße 40, 28325 Bremen

Tel.: **0421 / 408-2101**



Allgemeine Angebote Soziales/Gesundheit

Unabhängige Patientenberatung

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

→ **patientenberatung.de** (auch Online-Beratung)

Patiententelefon (bundesweit)

Tel.: **0800 011 77 22**

Sprechzeiten:

Mo – Fr: 8.00 – 22.00 h, Sa: 8.00 – 18.00 h

Beratung vor Ort (Bremen)

Hollerallee 8, 28209 Bremen

Tel.: **0800 011 77 25**

Beratung nach vorheriger tel. Terminabstimmung



Allgemeine Angebote Soziales/Gesundheit

Weißer Ring

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

Kostenfrei und bundesweit:

Tel.-Nr.: **116 006**

Sprechzeiten: 7.00 – 22.00 h

→ **weisser-ring.de** (Online-Beratung möglich)

Beratung vor Ort im Landesbüro Bremen

Tel.: **0421 / 32 32 11**

E-Mail: **lbbremen@weisser-ring.de**

→ **bremer.weisser-ring.de**



Allgemeine Angebote Soziales/Gesundheit

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 (Tivoli-Hochhaus, 3. Etage)

Bahnhofplatz 29, 28195 Bremen

Tel.: **0421 / 361 2620**

E-Mail: **servicezfw@afsd.bremen.de**

Tel. Auskünfte:

Mo – Do: 8.00 – 15.00 h, Fr: 8.00 – 14.00 h,

Termine nach Vereinbarung



Angebote speziell für Menschen mit Behin- derung



Angebote speziell für Menschen mit Behinderung

Amt für Versorgung und Integration Bremen – Integrationsamt

Beratung und Hilfe für Menschen mit Behinderung
in einem sozialversicherungspflichtigen Arbeits-,
Beamten- oder Ausbildungsverhältnis
(nach Berufs-bildungsgesetz): Technische
Arbeitshilfen, behindertengerechte Wohnung,
Kündigungsschutz, Arbeitsassistenz

Doventorscontrescarpe 172, Block D, 28195 Bremen

Tel.: **0421 / 361 5541**

E-Mail: **office@avib.bremen.de**

Öffnungszeiten:

Mo – Do: 9.00 – 12.30 h,

Do zusätzlich: 13.30 – 17.00 h

weitere Termine nach Vereinbarung

Beratung für Studierende mit Behinderung an der HSB

Andrea Buchholz

Neustadtswall 30, AB-Gebäude, Raum 100

Tel.: **0421 / 5905-2054**

E-Mail: **andrea.buchholz@hs-bremen.de**

Erste Informationen finden Sie unter

→ **familienbuero.hs-bremen.de**



Angebote speziell für Menschen mit Behinderung

Gehörlosen-Telefon und Gehörlosen- 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.



Angebote speziell für Menschen mit Behinderung

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**

E-Mail: **beratung@slbremen-ev.de**

→ **slbremen-ev.de**

Öffnungszeiten:

Mo u. Di: 11.00 – 13.00 h, Mi u. Do: 15.00 – 17.00 h



Angebote speziell für Studierende



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 (EG)

Tel.: **0421 / 5905-5100**

E-Mail: **bafoeg-beratung@hs-bremen.de**

→ **asta-hsb.de/bafoeg-sozial**

(erste Informationen und die aktuellen Öffnungszeiten)



Angebote speziell für Studierende

Hilfen für Internationale Studierende (hist)

→ **hist-bremen.de**

Internetseite mit Links zu Beratungsangeboten für Internationale Studierende in Bremen: Unterstützung bei finanziellen Notlagen, Beratung zu rechtlichen Fragen, gemeinschaftliche Veranstaltungen, Beratung bei psychischen Problemen.



Angebote speziell für Studierende

International Office der Hochschule Bremen

Information und Unterstützung für internationale Studierende, die an der Hochschule Bremen studieren möchten oder bereits studieren, Austauschstudierende von unseren Partnerhochschulen weltweit, die ein oder zwei Semester an der Hochschule Bremen studieren möchten, Studierende der Hochschule Bremen, die im Ausland studieren oder ein Praktikum machen möchten, Internationale Gastdozentinnen und Gastdozenten sowie Lehrende und Wissenschaftler, Hochschulpersonal und Lehrende der Hochschule Bremen.

Hochschule Bremen

Neustadtswall 30, Gebäude AB, Räume 104 – 107
Zuständige Mitarbeiter_in und Tel.-Nr. bitte auf der Internetseite gucken:

→ **hs-bremen.de/internet/en/international/office/**

E-Mail: **international-office@hs-bremen.de**

Öffnungszeiten:

Mo: 13.00 – 15.00 h, Di u. Do: 9.00 – 12.00 h



Angebote speziell für Studierende

Internationale Studierende-Beratung bei der Inneren Mission Bremen und der Evangelischen 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. Die Beratungen sind kostenlos und unabhängig von der Religionszugehörigkeit.

Beratung der Inneren Mission

Am Brill 2 - 4, 28195 Bremen

Tel.: **0421 / 98 96 62 19**

E-Mail: **petrusch@inneremission-bremen.de**

→ **inneremission-bremen.de/beratungen/
internationale_studierende**

Sprechzeiten:

Di: 12.00 – 14.00 h, Mi: 14.00 – 16.00 h

ESG - Zum Zeitpunkt der Fertigstellung dieses PDFs fand in der ESG keine Beratung statt.



Angebote speziell für Studierende

Projekt „NewStart“ (1/2)

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

→ **newstart-bremen.de**

Beratung an der Universität Bremen

Universität Bremen, Am Fallturm 1,
28359 Bremen, Gebäude TAB, Eingang A:

Selin Arusoglu

Raum 1.14

Tel.: **0421 / 218 662 88**

E-Mail: **info@newstart-bremen.de**

Sprechzeiten nach Vereinbarung

Lisa Vogt

Raum 2.03

Tel.: **0421 / 218 662 92**





Angebote speziell für Studierende

Projekt „NewStart“ (2/2)

Beratung beim BWU (für diejenigen, die schon wissen, dass sie eine berufliche Ausbildung machen möchten)

Annette Fischer

Schillerstr. 10, 28195 Bremen

Tel.: **0421 / 36 325 26**

E-Mail: **fischer@bwu-bremen.de**

Maria Lüttringhaus

Schillerstr. 10, 28195 Bremen

Tel.: **0421 / 36 325 30**

E-Mail: **luettringhaus@bwu-bremen.de**



Angebote speziell für Studierende

Psychologisch-Therapeutische Beratungsstelle des Studentenwerks (ptb)

Beratungsgespräche, therapeutische Gruppen,
Trainingsgruppen bei Arbeitsschwierigkeiten,
Konzentrationsproblemen, Prüfungs- und
Versagensängsten, Studienschwierigkeiten etc.,
in Krisensituationen

Studentenwerk Bremen AöR, ptb

Bibliothekstr. 7 (Zentralbereich Campuspark),
28359 Bremen

Tel.: **0421 / 2201 – 113 10**

E-Mail: **ptb@stw-bremen.de**

→ **stw-bremen.de**

Öffnungszeiten des Sekretariats:

Mo, Di, Do, Fr: 9.00 – 13.00 h, Mi: 14.00 – 16.00 h



Angebote speziell für Studierende

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**

E-Mail: **gleichstellungsstelle@hs-bremen.de**

→ **gleichstellungsstelle.hs-bremen.de**



Angebote speziell für Studierende

Sozialberatung des Studentenwerks

Beratung für Studierende, Studieninteressierte und Absolvent_innen, die in persönlichen, sozialen und finanziellen Angelegenheiten Informationen und Unterstützung benötigen, die eng mit dem Studierendenstatus und -leben verbunden sind: Studienfinanzierung, Sozialleistungen, Schwangerschaft, Studieren mit Kind, Studieren mit (chronischen) Erkrankungen oder Beeinträchtigungen. Die Beratung ist kostenlos und vertraulich.

Studentenwerk Bremen

Bibliothekstr. 7, 28359 Bremen, Zentralbereich/
Glashalle, Ebene 0, Raum 0153

Tel.: **0421 / 2201-113 40**

E-Mail: **sozialberatung@stw-bremen.de**

→ **stw-bremen.de/beratung/sozialberatung**

Offene Beratungszeiten (ohne Termin):

Di: 10.00 – 13.00 h, Mi: 14.00 – 16.00 h,

Fr: 10.00 – 12.00 h und nach Vereinbarung



Angebote speziell für Frauen



Angebote speziell für Frauen

Bremische Zentralstelle für die Verwirklichung der Gleichberechtigung der Frau - ZGF

Neben vielen politischen Aufgaben führt die ZGF auch Beratungen für Frauen bei Diskriminierungserfahrungen durch. Den Beschwerden über Benachteiligungen wird nachgegangen.

Knochenhauerstr. 20 – 25, 28195 Bremen

Tel.: **0421 / 361-3133**

E-Mail: **office@frauen.bremen.de**

→ **zgf.bremen.de**

→ **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**

E-Mail: **FGT@gmx.net**

Öffnungszeiten: Mo – Do: 9.00 – 16.00 h



Angebote speziell für Frauen

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**

E-Mail: **fgzbremen@aol.com**

→ fgz-bremen.de

Telefon- u. Öffnungszeiten:

Di: 10.00 – 13.00 h, Do: 16.00 – 19.00 h



Angebote speziell für Frauen

Frauenhäuser in Bremen

Schutzraum für Frauen, die von körperlicher und/oder seelischer Gewalt betroffen sind und ihre Kinder.

Autonomes Bremer Frauenhaus

Tel. **0421 / 34 95 73** (Erreichbarkeit rund um die Uhr)

E-Mail: **buero@frauenhaus-bremen.de**

→ **frauenhaus-bremen.de**

Frauenhaus der AWO (Arbeiterwohlfahrt)

Tel.: **0421 / 23 96 11** (Erreichbarkeit rund um die Uhr)

→ **awo-bremen.de/kinder-jugend-familie/frauenhaus**

Autonomes Frauenhaus Bremen-Nord

Tel.: **0421 / 636 48 74** (Erreichbarkeit rund um die Uhr)

E-Mail: **frauenhaus1@web.de**



Angebote speziell für Frauen

Hilfetelefon für Schwangere in Not

(Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend) Vertraulich, kostenlos, rund um die Uhr

Tel.: **0800 40 40 020**

→ **[schwanger-und-viele-Fragen.de](https://www.schwanger-und-viele-fragen.de)**

Hilfe-Telefon – Gewalt gegen Frauen:

Erste Beratung und Informationen über Anlaufstellen vor Ort; auch Angehörige, Freund_innen und Fachkräfte werden anonym beraten.

Vertraulich, kostenlos, rund um die Uhr

Tel.: **08000 116 016**

Weitere Informationen und online-Beratung:

→ **[hilfetelefon.de](https://www.hilfetelefon.de)**



Angebote speziell für Frauen

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 / 764 05**

E-Mail: **frauenberatung@gmx.net**

→ **frauenberatung-bremen.de**

Öffnungszeiten:

Mo: 16.00 – 19.00 h, Di – Do: 10.00 – 12.00 h,

Beratungstermine nach Vereinbarung



Angebote speziell für Männer



Angebote speziell für Frauen

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**

E-Mail: **info@mgm-bremen.de**

→ mgm-bremen.de

Sprechzeiten:

Mo: 17.30 – 19.00 h, Do: 10.00 – 12.00 h



Angebote speziell für Frauen

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**

E.Mail: **info@bremer-jungenbuero.de**

→ **bremer-jungenbuero.de**

Online-Beratung:

→ **jungenberatung-bremen.de**

Tel. Sprechzeiten:

Mo: 10.00 – 12.00 h, Do: 14.00 – 16.00 h,

ansonsten Anrufbeantworter,

Termine nach Vereinbarung



Angebote speziell für Frauen

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**

→ **mtz-bremen.de**



HSB
Gleichstellung

Gleichstellungsstelle
Neustadtswall 30
28199 Bremen

+49 421 5905 4863
gleichstellungsstelle@hs-bremen.de

Hochschule Bremen
City University of Applied Sciences