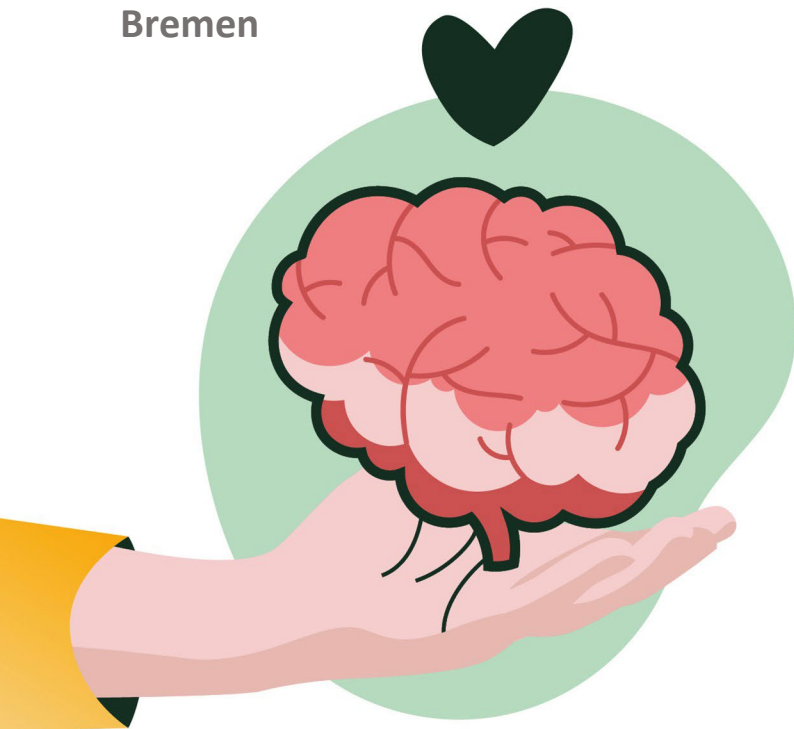


Informationen über Anlaufstellen für Fragen rund um die *psychische* Gesundheit von Kindern, Jugendlichen und Eltern

Bremen



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
Frühe Hilfen	3
Geschlechtsidentität und sexuelle Orientierung.....	6
Hilfe für geflüchtete Menschen.....	7
Hilfe bei Autismus.....	8
Suchthilfe.....	9
Tod und Trauer	11
Schulische Beratung	12
Hilfen in Erziehungsfragen.....	13
Lebens- und Krisenberatung	14
Hilfe nach Gewalterfahrungen	16
Therapeutische Hilfen für Kinder, Jugendliche und Erwachsene	20
FÜR KINDER UND JUGENDLICHE	20
FÜR ERWACHSENE.....	22
Trauma-Ambulanzen	24
FÜR KINDER UND JUGENDLICHE	24
FÜR ERWACHSENE.....	24
Sozialpsychiatrische Praxen (für Kinder und Jugendliche)	25
Niedergelassene Psychotherapeut*innen.....	26
FÜR KINDER UND JUGENDLICHE	26
FÜR KINDER UND JUGENDLICHE SOWIE ERWACHSENE.....	26

Allgemeine Infoseiten

familiennetz bremen (Einrichtung von Deutsches Rotes Kreuz Kreisverband Bremen e.V.)

Das familiennetz bremen ist eine neutrale, unabhängige und kostenfreie Fach- und Servicestelle rund um das Thema Familie, die berät, vermittelt und informiert – als Wegweiser in Bremen.

Auf der Website sind die vielfältigen und wohnortnahen Angebote von über 900 Einrichtungen in der Stadt Bremen gebündelt.

familiennetz-bremen.de

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 Bremen zur Unterstützung für Menschen mit psychischen Problemen oder Erkrankungen und deren Angehörige.

www.psychnavi-bremen.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>

bke-Elternberatung

Online-Beratungsangebot der Bundeskonferenz für Erziehungsberatung e.V. (bke) für Eltern.

<https://www.bke-beratung.de/elternberatung/willkommen>

Netzwerk Selbsthilfe

Bietet Selbsthilfegruppen-Wegweiser für alle Altersgruppen an.

www.netzwerk-selbsthilfe.com

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.

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

Jugendnotmail

Onlineberatung für Kinder und Jugendliche. 24/7.

[Jugendnotmail \(www.jugendnotmail.de\)](http://www.jugendnotmail.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

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/>

Frühe Hilfen

Cara – Beratungsstelle zu Schwangerschaft und Pränataldiagnostik

Beratung zu Schwangerschaft, Schwangerenvorsorge und Pränataldiagnostik. Unterstützung bei schwieriger Schwangerschaft, traumatischem Geburtserlebnis, bei Verlust eines Kindes, einer vertraulichen Geburt und bei einer ungewollten Schwangerschaft.

Domsheide 2, 28195 Bremen

Tel.: 0421 33 35 645

E-Mail: info@cara-bremen.de

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

Nationales Zentrum Frühe Hilfen

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

www.elternsein.info

Frühberatungsstellen

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

- **Frühberatungsstelle Bremen Nord**
Im Haus der Zukunft
Lüssumer Heide 6, 28777 Bremen
Tel.: 0421 690 091 46 oder 0421 361 792 92
E-Mail: Frueheratung.Bremen-Nord@web.de
- **Frühberatungsstelle Gröpelingen**
Gröpelinger Heerstraße 289, 28239 Bremen
Tel.: 0421 390 992 46
E-Mail: Fruehberatung.groepelingen@caritas-bremen.de
- **Frühberatungsstelle Mitte**
Faulenstraße 20/22, 28195 Bremen
E-Mail: Fruehberatung.Mitte@drk-bremen.de
- **Frühberatungsstelle Süd**
Hauptstandort: Niedersachsendamm 20a (im Quartierszentrum Huckelriede)
Standort Neustadt: Friedrich-Ebert-Straße 101 (im SOS-Kinderzentrum)
Standort Hohentor: Große Sortillienstraße 2-18
Tel.: 0421 597 12 70
E-Mail: Erziehungsberatungsstelle-Sued@afsd.bremen.de
E-Mail: Fruehberatung.KD-Bremen@sos-kinderdorf.de
- **Frühberatungsstelle Bremen Ost**
Hauptstandort: Schwachhauser Heerstraße 293
Standort: Horn-Lehe: Horner Heerstr. 19 (in der trügereigenen Turnhalle auf dem Gelände von petri & eichen)
Standort Blockdiek: Pawel-Adamowicz-Straße 2 (im Hebammenzentrum Ost)
Standort Neue Vahr Nord: August-Bebel-Allee 284 (im Familien- und Quartierszentrum)
Die Anmeldung für alle Angebote erfolgt über die folgenden Kontaktdaten:
Tel. 0421 699 099 05 oder E-Mail fruehberatung.ost@stpetribremen.de
- **Frühberatungsstelle Hemelingen**
Hinter den Ellern 1a, 28309 Bremen
Tel.: 0421 361 166 03
Fruehberatung.hemelingen@afsd.bremen.de

Gesundheitsamt Bremen

Allgemeine Leistungen des Gesundheitsamtes, u.a. zu den **Familienhebammen** und dem **Hausbesuchsprogramm TippTapp**

Horner Straße 60-70, 28203 Bremen

Tel.: 0421 361 15138

E-Mail: sarah.regelien@gesundheitsamt.bremen.de

www.gesundheitsamt.bremen.de

Baby- und Kleinkindsprechstunde (in der Kinder- und Jugendpsychiatrische Beratungsstelle und Institutsambulanz (KIPSY))

Psychotherapeutische Beratung und Begleitung von Eltern mit Kindern bei z. B. Schrei-, Schlaf- oder Fütterstörungen im Alter zwischen 0 und 3 Jahren.

Horner Str. 60-70, 28203 Bremen

Tel.: 0421 361 6292

E-Mail: Kipsy@gesundheitsamt.bremen.de

<https://www.gesundheitsamt.bremen.de/was-wir-bieten/gesundheitsvorsorge-und-unterstuetzung/fuer-kinder-und-familien/seelische-gesundheit-und-sucht/kipsy-21996>

Hebammensuche Bremen

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

www.hebammensuche-bremen.de

Hausbesuchsprogramm Pro Kind

Ein Hausbesuchsprogramm für Schwangere (und bis zu drei Monaten nach der Geburt), die ihr erstes Kind erwarten

www.drk-bremen.de/angebote/familien/prokind

Interdisziplinäre Frühförderstellen der Lebenshilfe Bremen

Beraten zum Thema Frühförderung und ob eine Unterstützung notwendig ist oder welche Hilfsangebote ansonsten in Frage kommen. Bieten heilpädagogische Förderung als Einzelleistung oder eine Komplexleistung an. Die "Komplexleistung Frühförderung" besteht aus heilpädagogischen und therapeutischen Maßnahmen.

- **Bremen Walle**
Landwehrstraße 99, 28217 Bremen
- **Bremen Blumenthal**
Landrat-Christians-Str. 99, 28779 Bremen
Tel.: 0421 22 21 216
E-Mail: fruehfoerderung@lebenshilfe-bremen.de
<https://lebenshilfe-bremen.de/angebote/kinder-jugendliche-familien/fruehfoerderung/>

Netzwerk Seelische Gesundheit rund um die Geburt in Bremen

Übersicht und Verweis zu Fachkräften in Beratungsstellen, Arzt- und Psychotherapiepraxen, Kliniken oder Mutter-Kind-Einheiten. In den Versorgungsbereichen: Pränataldiagnostik, vor- und nachgeburtliche seelische Probleme der Mutter oder des Vaters, Fehlgeburt, Traumata rund um die Geburt, Regulationsstörungen des Babys, Störungen der frühen Eltern-Kind-Interaktion, Irritationen in der Mutter- bzw. Vater-Kindbeziehung, Beziehungskrisen junger Eltern.

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

Säuglings- und Kleinkindambulanz (in der kinderpsychiatrischen Gemeinschaftspraxis Edert & Hahn)

In der Praxis für Kinder- und Jugendpsychiatrie, Psychotherapie und Sozialpsychiatrie befindet sich die Säuglings- und Kleinkindambulanz. Hier gibt es ein spezielles Sprechstundenangebot für Kinder und deren Eltern, um kurzfristig und nachhaltig Unterstützung zu bekommen (z.B. für sog. Schreibabys).

Tresckowstraße 1, 28203 Bremen

Tel.: 0421 79 49 455

Tel.: 0421 79 28 40

E-Mail: kjpp-sekretariat@nord-com.net

www.kinderpsychiater-bremen.info

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 00 07

E-Mail: beratung@ratundtat-bremen.de

www.ratundtat-bremen.de

Elternselbsthilfegruppe von trans*Kindern

E-Mail zur Kontaktaufnahme: Elterngruppe@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 41 39 542
E-Mail: beratung@trans-recht.de
<https://transberatung-bremen.de/>

Aktuell wird in Bremen-Nord hauptsächlich per Videokonferenz, telefonisch oder per Mail beraten. Es ist nach individueller Absprache auch möglich, einen vor-Ort-Termin im Jugendzentrum Burglesum (Bremer Heerstraße 30, Burglesum), auszumachen.

M_HK - Mädchen_kulturhaus

Mädchenkulturhaus des Bund deutscher Pfadfinder:innen (BDP). Das M_KH ist ein Treffpunkt für alle, die sich als Mädchen oder Frau verstehen, als solche aufgewachsen sind oder es gern sein möchten. Für Mädchen und junge Frauen zwischen 7 und 27 Jahren.

Heinrichstraße 21, 28203 Bremen

<https://bdp-mkh.de/>

Enby-Treff-Bremen

Für Menschen mit nichtbinärer Geschlechtsidentität

www.enby-treff-bremen.de

Trans*NET Bremen

Selbsthilfegruppe für trans*Menschen

www.transnet-ohz.de/kontakt-bremen/

Hilfe für geflüchtete Menschen

Fluchtraum Bremen e.V.

Bietet Angebote für junge Geflüchtete zur Förderung von sozialer Teilhabe und Integration, die Vermittlung von ehrenamtlichen Mentoren- und Vormundschaften sowie die Schulung und Beratung für Ehrenamtliche, Fachkräfte und junge Geflüchtete.

Berckstraße 27, 28359 Bremen

Tel.: 0421 83 56 153

E-Mail: info@fluchtraum-bremen.de

www.fluchtraum-bremen.de

Kinder- und Jugendpsychiatrische Beratungsstelle und Institutsambulanz (KIPSY)

Bietet Beratung an bei allen kinder- und jugendpsychiatrischen Krankheitsbildern und unterstützt bei der Feststellung des Hilfebedarfes (bis zum Ende des 18. Lebensjahres). Nach kinder- und jugendpsychiatrischen Krankenhausaufenthalten wird Nachsorge angeboten. Ggf. erfolgt die Hilfe auch im Lebensumfeld der/des Betroffenen.

Horner Str. 60-70, 28203 Bremen

Tel.: 0421 361 6292

E-Mail: Kipsy@gesundheitsamt.bremen.de

<https://www.gesundheitsamt.bremen.de/was-wir-bieten/gesundheitsvorsorge-und-unterstuetzung/fuer-kinder-und-familien/seelische-gesundheit-und-sucht/kipsy-21996>

Medizinische Vermittlungs- und Beratungsstelle für Flüchtlinge, MigrantInnen und Papierlose MEDINETZ

Bernhardstr. 12, 28203 Bremen (in den Räumen des Paradox)

Tel.: 0421 79 01 959

E-Mail: medinetz-bremen@gmx.net

<http://www.fluechtlingsinitiative-bremen.de/?q=medinetz>

Refugio Bremen e.V. – Psychosoziales Zentrum für Flüchtlinge

Beratungs- und Behandlungszentrum für Flüchtlinge und Folteropfer

Außer der Schleifmühle 53, 28203 Bremen

Tel.: 0421 17 66 770

E-Mail: info@refugio-bremen.de

www.refugio-bremen.de

Sprinter Bremen

Die Mitarbeiter*innen sind als Sprach- und Integrationsmittler*innen in Bremen (Mitte, Süd, Ost, West, Nord) unterwegs und helfen beim Übersetzen und Verstehen von Deutschland. Die Kontaktdaten zu den einzelnen Standorten sind auf der Homepage zu finden.

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

Verein für Innere Mission in Bremen /Projekt Fair-Binnen

Beratung für neuzugewanderte EU-Bürger*innen in verschiedenen Sprachen

Am Brill 2-4, 28195 Bremen

Tel.: 0421 98 96 62 55

E-Mail: binnen@inneremission-bremen.de

www.inneremission-bremen.de/das-leisten-wir/beratung/#

Welcome to Bremen

Übersichtliche Homepage in 11 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.welcometobremen.de/>

Hilfe bei Autismus

Autismus Elternkreis, Martinsclub Bremen e.V.

Regelmäßige Treffen zum Austausch nach voriger Anmeldung.

Buntentorsteinweg 24-26, 28201 Bremen

Tel.: 0421 53 747 69

E-Mail: elternkreis-mc@gmx.de

Autismus Kompetenzzentrum Bremen GmbH

Anlaufstelle für umfassende Unterstützung und individuelle Förderung rund um das Thema Autismus-Spektrum-Störung (ASS). Sie bieten Einzel- und Gruppentherapie, Hometraining und Elternberatung an. Das Autismus Kompetenzzentrum unterstützt von der Beratung und Antragstellung bis hin zur individuellen und ganzheitlichen Autismustherapie.

Bürgermeister-Smidt-Straße 76, 28195 Bremen

Tel.: 0151 70 18 89 03

E-Mail: info@auko-bremen.de

www.auko-bremen.de

Autismus Bremen e.V./ Autismus-Therapiezentrum Mitte

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. unter der Rufnummer 0421-468868-18 oder per E-Mail an beratung@autismus-bremen.de wenden.

Stader Str. 35, 28205 Bremen

Tel.: 0421 46 88 69-20

E-Mail: mitte@atz-bremen.de

<https://www.autismus-bremen.de/mitte/>

AFEB - Autismusfrühförderung und Entwicklungsberatung

Autismus Frühförderung und Entwicklungsberatung ist eine Autismus-Therapie-Praxis, welche eine Vielzahl von Dienstleistungen für Kinder und Jugendliche mit Autismus-Spektrum-Störung (ASS) anbietet. Der Schwerpunkt liegt auf der pädagogisch Autismus-Spezifischen Verhaltenstherapie (PoAvT).

Waller Heerstraße 103, 28219 Bremen

Tel. 0421 37 70 36 81

E-Mail: afeb@autismus-therapie.com; afeb.sekretariat@autismus-therapie.com

<https://www.afeb-bremen.com/>

IFA – Institut für Autismusforschung Hans E. Kehler e.V.

Das IFA bietet das Bremer Frühtherapieprogramm Autismus (BFA) als reguläres Angebot für Familien mit jungen Kindern mit Autismus überwiegend im Raum Norddeutschland an. Zweimal jährlich (im März und im

September) beginnen Programme mit jeweils 2 bis 4 Familien. Die Förderung der Kinder findet in der Familie zu Hause statt, die Schulungskurse für Eltern und Ko-Therapeuten an der Jacobs University Bremen.

Constructor University

Campus Ring 12/Research I, 28759 Bremen

Tel.: 0421 20 04 846

E-Mail: info@ifa-bremen.com

<https://www.ifa-bremen.de/therapie/>

MATZ Therapiezentrum GmbH – Therapieangebote für Kinder mit Autismus und deren Familien.

Matz GmbH

Vahrer Straße 203-205, 28329 Bremen

Tel.: 0421 59 677 430

Mobil.: 0171 64 97 533

E-Mail: info@matz-bremen.de

www.matz-bremen.de

Suchthilfe

Bietet Angebote für Drogenberatung, Medienabhängigkeit, Medikamentenmissbrauch und Glücksspielsucht.

Ambulante Suchthilfe Bremen gGmbH

Die Ambulante Suchthilfe Bremen engagiert sich seit 2005 als ambulanter Suchthilfeträger in der Drogenberatung für suchtgefährdete oder suchtmittelabhängige Jugendliche und Erwachsene ab 18 Jahren und deren Angehörige und seit 2010 in der ambulanten Suchtrehabilitation.

(Drogenberatung, Fachstelle Medienabhängigkeit, Fachstelle Glücksspielsucht)

Blumenthalstr. 10, 28209 Bremen

Tel.: 0421 98 979 17

- **Suchthilfezentrum Mitte**

Sporlederhaus, Bürgermeister-Smidt-Str. 35, 28195 Bremen

Tel.: 0421 98 979 0

E-Mail: info@ash-bremen.de

www.ash-bremen.de

- **Suchthilfezentrum Nord**

Bermppohlstr. 23 a, 28757 Bremen

Tel.: 0421 98 979 70

E-Mail: info@ash-bremen.de

www.ash-bremen.de

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

Es sind auch vor Ort Termine möglich bei:

- **Bremische Landesstelle für Suchtfragen**

Unterstützt bei der Suche nach Selbsthilfegruppen, Beratungsstellen, stationären und ambulanten Reha-Maßnahmen und Entgiftungseinrichtungen:

Ambulante Suchthilfe Bremen

Bürgermeister-Smidt-Straße 35, 28195 Bremen

Telefon: 0162 26 27 755

E-Mail: info@brels.de

<https://brels.de/kontakt/>

- **Caritas Fachambulanz für Suchtprävention und Rehabilitation**

Georg-Gröning-Str. 55, 28209 Bremen

[Esc]ape: für junge Menschen mit Suchtproblemen - Zugehörig zur KIPSY

Angebot für junge Menschen mit Suchtproblemen bis zum Ende des 21. Lebensjahres. Beratung und Unterstützung auf der Suche nach Wegen zur Veränderung. Das Angebot richtet sich auch an Eltern und Einrichtungen, deren Mitarbeiter*innen, die mit solchen Jugendlichen zu tun haben.

Gesundheitsamt

Horner Straße 60-70, 28203 Bremen, Eingang 6

Tel.: 0421 361 6292

E-Mail: kipsy@gesundheitsamt.bremen.de

<https://www.gesundheitsamt.bremen.de/was-wir-bieten/gesundheitsvorsorge-und-unterstuetzung/fuer-kinder-und-familien/seelische-gesundheit-und-sucht/esc-ape-21995>

- **Außenstelle Bremen-Nord:**

Landrat-Christians-Straße 82-86, 28799 Bremen

Tel.: 0421 361 6292

Kontakt- und Beratungszentrum Drogenberatung

Für erwachsene Menschen, die harte illegale Drogen konsumieren und Substituierte.

Rembertiring 2, 28195 Bremen

Tel.: 0421 361 6812

E-Mail: offene-beratung@comebackgmbh.de

https://comebackgmbh.de/beratung_kontakt-und-beratungszentrum/

Bremische Landesmedienanstalt

Fördern u.a. die Medienkompetenz und macht Angebote zur Förderung des aktiven und bewussten Umgangs mit Medieninhalten. Angebote in Kitas, Schule und für Fachkräfte.

Richtweg 14, 28195 Bremen

Tel.: 0421 33 49 40

E-Mail: info@bremische-landesmedienanstalt.de

<https://www.bremische-landesmedienanstalt.de/>

Blickwechsel e.V.

Großes Spektrum an medienpädagogischen Angeboten mit einem Schwerpunkt auf frühkindlicher Medienerziehung (Fortbildungsangebote für Fachkräfte, Erziehungsberechtigte; Medienprojekte, Beratung, Vorträge)

Parkallee 48, 28209 Bremen

Tel.: 0421 792 69 68

E-Mail: bremen@blickwechsel.org

https://blickwechsel.org/praxis/?praxis_kategorie=bremen

Überregionale Angebote

Nacoa – Interessenvertretung für Kinder aus Suchtfamilien

Moderierter Gruppenchat, Einzelchat, Telefonberatung und E-Mail-Beratung für Kinder, Jugendliche, junge Erwachsene, deren Familien und Fachkräfte.

<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\(at\)schau-hin.info](mailto:service(at)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/>

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: bremen@agus-selbsthilfe.de

www.agus-selbsthilfe.de

da-sein.de

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

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

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

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.bremen.de

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

Regionale Beratungs- und Unterstützungszentren (ReBUZ) Bremen

Beratungs- und Unterstützungseinrichtungen der Stadtgemeinde Bremen 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 Bremen. Es wird Beratung und Diagnostik sowie Begleitung und Unterstützung angeboten.

<https://www.rebuz.bremen.de/startseite-1459>

- **ReBUZ Nord**
Regionales Beratungs- und Unterstützungszentrum Nord
Charlotte-Wolff-Allee 14, 28717 Bremen
Tel.: 0421 361 7792
E-Mail: nord@rebuz.bremen.de
- **ReBUZ Ost**
Regionales Beratungs- und Unterstützungszentrum Ost
Universitätsallee 16, 28359 Bremen
Tel.: 0421 361 16050
E-Mail: ost@rebuz.bremen.de
- **ReBUZ Süd**
Regionales Beratungs- und Unterstützungszentrum Süd
Tel.: 0421 361 10559
Große Weidestraße 4-16, 28195 Bremen
E-Mail: sued@rebuz.bremen.de
- **ReBUZ West**
Regionales Beratungs- und Unterstützungszentrum West
Vegesacker Straße 84, 28217 Bremen

Tel.: 0421 361 10803
E-Mail: west@rebuz.bremen.de

Hilfen in Erziehungsfragen

In jeder Region der Stadtgemeinde Bremen gibt es eine Erziehungsberatungsstelle für Kinder, Jugendliche und Familien:

Amt für soziale Dienste Bremen

Das Amt für Soziale Dienste mit seinen sechs in der Stadt verteilten Sozialzentren, dem Fachdienst Flüchtlinge, Integration und Familie sowie dem Fachdienst Teilhabe und den "Häusern der Familie" bietet Beratung und Hilfen für junge Menschen und Erwachsene in allen Lebenslagen, in denen Unterstützung gefragt und geboten ist.

www.amtfuersozialedienste.bremen.de

Erziehungsberatungsstelle Ost

Wilhelm-Leuschner-Str. 27, 28329 Bremen

Tel.: 0421 361 3405

E-Mail: erziehungsberatungsstelle-ost@afsd.bremen.de

www.amtfuersozialedienste.bremen.de/beratung/erziehungsberatung/beratungsstelle-ost-14661

Erziehungsberatungsstelle Nord

Meinert-Löffler-Str. 6A, 28755 Bremen

Tel.: 0421 361 7800

E-Mail: erziehungsberatungsstelle-nord@afsd.bremen.de

www.amtfuersozialedienste.bremen.de/beratung/erziehungsberatung/beratungsstelle-nord-14665

Erziehungsberatungsstelle Mitte/West

Hans-Böckler-Straße 9, 28217 Bremen

Tel.: 0421 361 8365

E-Mail: erziehungsberatungsstelle-west@afsd.bremen.de

www.amtfuersozialedienste.bremen.de/beratung/erziehungsberatung/beratungsstelle-mitte-und-west-14663

Erziehungs- und Frühberatungsstelle Süd

Große Sortillienstraße 2-18, 28199 Bremen

Tel.: 0421 361 79940

E-Mail: erziehungsberatungsstelle-sued@afsd.bremen.de

www.amtfuersozialedienste.bremen.de/beratung/erziehungsberatung/beratungsstelle-sued-14662

Häuser der Familie Bremen

Häuser der Familie/ Familienzentren sind stadtteilbezogene Einrichtungen des Amtes für Soziale Dienste Bremen. Die Häuser bieten in erster Linie Gruppenangebote und Beratung für alleinerziehende Mütter, für Eltern bei Trennung und Scheidung und in Fragen der Organisation des Familienalltags mit Kindern. Für Kleinkinder unter drei Jahren gibt es Spielkreise.

www.bremen.de/leben-in-bremen/familie-und-kinder/haeuser-der-familie

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.

Schlachte 32, 28195 Bremen

Tel.: 0421 240 112 20

E-Mail: info@dksb-bremen.de

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

Lebens- und Krisenberatung

Caritas-Zentrum Bremen

Diverse Beratungsangebote in verschiedenen Stadtteilen u.a. zu Themen wie Erziehung, Schwangerschaft, Sucht, Migration und Flucht.

Caritas Zentrum, Georg-Gröning-Str. 55, 28209 Bremen

Tel.: 0421 33 57 30

E-Mail: info@caritas-bremen.de

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

Familien- und Lebensberatung der Bremischen Evangelischen Kirche

Angebote: Schwangerschafts(konflikt)beratung, Ehe- und Paarberatung, Lebensberatung, Erziehungs- und Familienberatung, Jugendberatung

Domsheide 2, 28195 Bremen

Tel.: 0421 33 35 63

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

<https://www.kirche-bremen.de/kirche-in-bremen/familien-und-lebensberatung/>

Lebenshilfe Bremen

Verschiedene Beratungsangebote u.a. für Paare und Geschwister von Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen mit Beeinträchtigung, zu Migration und Behinderung und zur Frühförderung.

Waller Heerstraße 55, 28217 Bremen

Tel.: 0421 387 77-0

E-Mail: info@lebenshilfe-bremen.de

<https://lebenshilfe-bremen.de/angebote/beratung/>

Mädchenhaus Bremen e.V.

Rembertistraße 32, 28203 Bremen

Tel.: 0421 33 65 030

E-Mail: gs@maedchenhaus-bremen.de

www.maedchenhaus-bremen.de

- **Anlauf- und Beratungsstelle**

Die Anlauf- und Beratungsstelle bietet Mädchen* und jungen Frauen* von zwölf bis etwa 26 Jahren die Möglichkeit, anonym, kostenlos und ohne lange Wartezeiten Beratungen durch therapeutisch ausgebildete Fachfrauen in Anspruch zu nehmen. Beraten werden Mädchen* zu allen Themen und je nach Bedarf unterschiedlich oft.

Rembertistr. 32, 28203 Bremen

Tel.: 0421 33 65 444

- **Mädchennotruf**

Über das Mädchen*notruf-Telefon ist jeden Tag und rund um die Uhr eine Mitarbeiterin* des Mädchenhaus Bremen zu erreichen. Hier können sich Mädchen* beraten lassen und sich über die Möglichkeiten einer Notunterbringung informieren.

Tel.: 0421 34 11 20 (Tag und Nacht)

- **Ein Ort für Mädchen* in Gröpelingen**

parteiliche freizeitpädagogische Einrichtung für Mädchen* und junge Frauen* ab zwölf Jahren
Schweidnitzerstr. 13, 28237 Bremen

Tel.: 0421 38 037 102

E-Mail: zentrum@maedchenhaus-bremen.de

- **Onlineberatung für Mädchen* in Bremen**

Im offenen Forum kannst du dich anonym mit anderen Mädchen* austauschen, deine Probleme schildern und Unterstützung von anderen bekommen. Ein geschützter Bereich, die Safe Area, ist für alle Themen gedacht, die andere nicht lesen sollen. Hier erreichst du direkt eine Mitarbeiterin* der Beratungsstelle, die dir auf deine Fragen antwortet.

www.hilfe-fuer-maedchen.de

- **Kriseneinrichtung**

Die Kriseneinrichtung des Mädchenhaus Bremen ist eine Notunterkunft für Mädchen*. Sie ist Bestandteil des Jugendhilfeangebots der Stadt Bremen und ist dabei das einzige Haus mit einer anonymen Adresse. Die Vermittlung läuft über das Amt für Soziale Dienste, rund um die Uhr erreichbar über das Kinder- und Jugendschutztelefon.

Tel.: 0421 69 91 133 oder zunächst anonym über das Mädchennotruftelefon 0421 34 11 20

Pro Familia Beratungsstelle Bremen

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

Hollerallee 24, 28209 Bremen

Tel.: 0421 340 60 30

E-Mail: bremen@profamilia.de

<https://www.profamilia.de/angebote-vor-ort/bremen/bremen>

Pro Familia Beratungsstelle Bremen-Nord

Die Mitarbeiter*innen der pro familia Beratungsstelle Bremen-Nord informieren und beraten fachkundig und professionell rund um die Themen Sexualität und Familienplanung. Die Angebote richten sich an alle Menschen sowohl im Einzelsetting, als Paar, Familien- oder Gruppenberatung.

Meinert-Löffler-Str. 6A, 28755 Bremen

Tel.: 0421 65 43 33

E-Mail: bremen-nord@profamilia.de

<https://www.profamilia.de/angebote-vor-ort/bremen/bremen-nord>

Hilfe nach Gewalterfahrungen

Gewaltschutzambulanz (für Erwachsene)

Die Gewaltschutzambulanz ist eine Anlaufstelle für alle Betroffenen von Gewalt in Bremen und Bremerhaven, unabhängig von Geschlecht und Alter. Sie arbeitet bei Bedarf eng mit dem Eltern-Kind-Zentrum Prof. Hess und der Gynäkologie am Klinikum Bremen-Mitte zusammen.

Sie bieten eine kostenlose und auf Wunsch vertrauliche, rechtsmedizinische Dokumentation Ihrer Verletzungen an, die gerichtsfest ist, wenn Sie sich für ein Strafverfahren entscheiden. Dies ist mit oder ohne polizeiliche Anzeige möglich. Außerdem können Sie sich bei uns über mögliche weitere Schritte beraten lassen.

Gewaltschutzambulanz Bremen am Klinikum Bremen-Mitte

Postfach 4 / Poststelle

St.-Jürgen-Straße 1, 28205 Bremen

Tel.: 0421 49 77 39 20

E-Mail: gewaltschutzambulanz@gesundheitnord.de

<https://www.gesundheitnord.de/gewaltschutzambulanz.html>

Kinderschutzambulanz (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. Folgende Krankenhäuser führen die anonyme Spurensicherung durch:

- **Klinikum Bremen-Mitte**
St.-Jürgen-Straße 1
28177 Bremen
Tel.: 0421 49 75 332
- **Klinikum Bremen Nord**
Hammersbecker Straße 228
28755 Bremen
Tel.: 0421 66 06 13 00

Bremer JungenBüro e.V.

Informations- und Beratungsstelle für Jungen*, Jugendliche und junge Männer*, die Gewalt erleben oder erlebt haben. Beraten werden Jungen* ab 7 Jahren sowie unterstützende Angehörige und pädagogische Fachkräfte zu Jungen* ab dem ersten Lebensjahr.

Schüsselkorb 17/18, 28195 Bremen

Tel.: 0421 59 86 51 60

E-Mail: info@bremer-jungenbuero.de

<https://www.bremer-jungenbuero.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.

Osterdeich 17, 28203 Bremen

Tel.: 0421 794 25 67

<https://fgp-bremen.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.

Schlachte 32, 28195 Bremen

Tel.: 0421 24 01 12-20

E-Mail: info@dksb-bremen.de

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

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.

Tel.: 116 016 (rund um die Uhr)

Sofort-Chat: zwischen 12 und 20 Uhr 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.: 0800 22 55 530

www.hilfe-portal-missbrauch.de

Neue Wege - Wege aus der Beziehungsgewalt

Außer der Schleifmühle 53, 28203 Bremen

Tel.: 0421 79 47 118

E-Mail: info@neue-wege-bremen.de

www.neue-wege-bremen.de

- **Beratung für Frauen**
Außer der Schleifmühle 53, 28203 Bremen
Tel.: 0421 79 47 118
frauen@neue-wege-bremen.de
- **Beratung für Männer**
Rembertistr. 28, 3. Etage, 28203 Bremen
Tel.: 0421 17 30 48 83
maenner@neue-wege-bremen.de

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 virtuell, gerade eben oder bereits vor längerer Zeit geschehen ist.

Fedelhöfen 6, 28203 Bremen

Tel.: 0421 15 181

E-Mail: info@notrufbremen.de

www.notrufbremen.de

Mädchenhaus Bremen e.V.

Rembertistraße 32, 28203 Bremen

Tel.: 0421 33 65 030

E-Mail: gs@maedchenhaus-bremen.de

www.maedchenhaus-bremen.de

- **Anlauf- und Beratungsstelle**

Die Anlauf- und Beratungsstelle bietet Mädchen* und jungen Frauen* von zwölf bis etwa 26 Jahren die Möglichkeit, anonym, kostenlos und ohne lange Wartezeiten Beratungen durch therapeutisch ausgebildete Fachfrauen in Anspruch zu nehmen. Beraten werden Mädchen* zu allen Themen und je nach Bedarf unterschiedlich oft.

Rembertistr. 32, 28203 Bremen

Tel.: 0421 33 65 444

- **Mädchennotruf**

Über das Mädchen*notruf-Telefon ist jeden Tag und rund um die Uhr eine Mitarbeiterin* des Mädchenhaus Bremen zu erreichen. Hier können sich Mädchen* beraten lassen und sich über die Möglichkeiten einer Notunterbringung informieren.

Tel.: 0421 34 11 20 (Tag und Nacht)

- **Onlineberatung für Mädchen* in Bremen**

Im offenen Forum kannst du dich anonym mit anderen Mädchen* austauschen, deine Probleme schildern und Unterstützung von anderen bekommen. Ein geschützter Bereich, die Safe Area, ist für alle Themen gedacht, die andere nicht lesen sollen. Hier erreichst du direkt eine Mitarbeiterin* der Beratungsstelle, die dir auf deine Fragen antwortet.

www.hilfe-fuer-maedchen.de

- **Kriseneinrichtung**

Die Kriseneinrichtung des Mädchenhaus Bremen ist eine Notunterkunft für Mädchen*. Sie ist Bestandteil des Jugendhilfeangebots der Stadt Bremen und ist dabei das einzige Haus mit einer anonymen Adresse. Die Vermittlung läuft über das Amt für Soziale Dienste, rund um die Uhr erreichbar über das Kinder- und Jugendschutztelefon.

Tel.: 0421 69 91 133 oder zunächst anonym über das Mädchennotruftelefon 0421 34 11 20

praksys – Beratung und Coaching

Beratung und Coaching von Jugendlichen und Eltern zum Thema Gewalt

Jugendhilfe - Elterncoaching - Mädchen & Jungencoaching - Familientherapie - Supervision - Fachberatung - Fortbildungen - Gewaltprävention & Täterarbeit

An der Weide 35, 28195 Bremen

Tel.: 0421 57 82 81 78

E-Mail: info@praksys-bremen.de

www.praksys-bremen.de

praksys - Systemische Therapie und Beratung

praksys arbeitet mit Verursacher*innen von Grenzverletzungen und Gewalt und bietet Angebote für grenzüberschreitende Kinder und Jugendliche an (auch für Fachkräfte). Außerdem aufsuchende systemische Familientherapie, Familientherapie und Beratung, sowie Elternberatung.

Rembertistraße 32, 5. Etage, 28203 Bremen

Tel.: 0421 173 28 24

E-Mail: kontakt@praksys-therapie.de
www.praksys-therapie.de

Schattenriss e.V.

(anonyme) Beratung und Unterstützung bei sexualisierter Gewalt gegen Mädchen* persönlich, telefonisch und online (bis 26 Jahre, ab 27 Jahre in begrenztem Rahmen)

Waltjenstraße 140, 28237 Bremen

Tel.: 0421 617 188

E-Mail: info@schattenriss.de

www.schattenriss.de

Soliport

Beratungsstelle für Betroffene rechter, rassistischer und antisemitischer Gewalt

Am Deich 60, 28199 Bremen

Tel.: 0421 17 83 12 12

E-Mail: info@soliport.de

www.soliport.de

Täter-Opfer-Ausgleich Bremen e.V.

Bietet Hilfe bei der Bearbeitung, Bewältigung und Schlichtung von zwischenmenschlichen Konflikten (außergerichtliche Vermittlung in strafrechtlich relevanten Konflikten)

- **Stalking-KIT**

Bietet für in Stalking-Konflikte verwickelte Betroffene (sowohl Opfer als auch Täter*innen) aus dem Bundesland Bremen, psychosoziale Betreuung, entlastende Gespräche und Vermittlung in weiterführende Angebote.

Am Wall 193, 28195 Bremen

Tel.: 0421 79 28 28 90

E-Mail: info@toa-bremen.de

<http://www.toa-bremen.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.

Tel.: 116 006 (7 Tage die Woche von 7-22 Uhr)

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

- **Außenstelle Bremen 1**

Tel.: 0421 323 211

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

www.bremen-i-bremen.weisser-ring.de

- **Außenstelle Bremen 2**

Tel.: 0151 55 16 47 24

E-Mail: bremen2@mail.weisser-ring.de

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

- **Junge Gruppe Bremen**

Tel.: 0421 32 32 11

E-Mail: lbbremen@weisser-ring.de
<https://junge-gruppe-bremen-bremen.weisser-ring.de/>

Traumaverein e.V.

Der Verein leitet die Traumanetzwerke in Bremen und Verden. Ziel ist es zu informieren und zu vernetzen, sowohl Fachkräfte als auch Betroffene. Zudem werden dort zahlreiche Hilfsangebote, sowohl für Fachkräfte als auch Betroffene, bereitgestellt. Ziel ist die Verbesserung des Umgangs mit dem Thema Trauma, Aufklärung und Information, Vernetzung und Zusammenarbeit, Aufbau einer Datenbank sowie Entwicklung regionaler Angebote.

E-Mail: kontakt@traumaverein.de
<https://traumaverein.de>

Überregionale Angebote

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/>

Therapeutische Hilfen für Kinder, Jugendliche und Erwachsene

FÜR KINDER UND JUGENDLICHE

Sozialpädiatrisches Institut (SPI)

Das SPI dient der Früherkennung, Diagnostik und Behandlung von Kindern und Jugendlichen, die Auffälligkeiten der körperlichen, geistigen, seelischen und sozialen Entwicklung aufweisen.

Friedrich-Karl-Straße 55, 28205 Bremen

Klinikum Bremen-Mitte

Tel.: 0421 497 75 924

E-Mail: spz@gesundheitsnord.de

www.gesundheitsnord.de/sozialpaediatrischesinstitut

Erziehungsberatungsstellen

Die Erziehungsberatungsstellen sind auch Beratungsstelle für Kinder und für Jugendliche selbst. Diese können sich bei verschiedensten Belastungen und Entwicklungsschwierigkeiten an die Beratungsstelle wenden – auch bei psychischen Auffälligkeiten wie Ängste, Stress, Trauma, Essen, Zwänge, Depressionen etc. In den Teams arbeiten psychologische und pädagogische Fachkräfte, die alle verschiedene therapeutische

Zusatzausbildungen haben. Wo es nötig ist, wird der Weg zu niedergelassenen Psychotherapeutinnen oder anderen Angeboten im Hilfesystem geebnet.

- **Erziehungsberatungsstelle Ost**
Wilhelm-Leuschner-Str. 27, 28329 Bremen
Tel.: 0421 361 3405
E-Mail: erziehungsberatungsstelle-ost@afsd.bremen.de
www.amtfuersozialedienste.bremen.de/beratung/erziehungsberatung/beratungsstelle-ost-14661
- **Erziehungsberatungsstelle Nord**
Sedanplatz 7, 28757 Bremen
Tel.: 0421 361 7800
E-Mail: erziehungsberatungsstelle-nord@afsd.bremen.de
www.amtfuersozialedienste.bremen.de/beratung/erziehungsberatung/beratungsstelle-nord-14665
- **Erziehungsberatungsstelle Mitte/West**
Hans-Böckler-Straße 9, 28217 Bremen
Tel.: 0421 361 8365
E-Mail: erziehungsberatungsstelle-west@afsd.bremen.de
www.amtfuersozialedienste.bremen.de/beratung/erziehungsberatung/beratungsstelle-mitte-und-west-14663
- **Erziehungs- und Frühberatungsstelle Süd**
Große Sortillienstraße 2-18, 28199 Bremen
Tel.: 0421 361 79940
E-Mail: erziehungsberatungsstelle-sued@afsd.bremen.de
www.amtfuersozialedienste.bremen.de/beratung/erziehungsberatung/beratungsstelle-sued-14662

Institutsambulanz der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie und Psychotherapie des Klinikums Bremen-Ost

Hat das Ziel Kindern, Jugendlichen und Familien bei seelischen Problemen und Krisensituationen rasch, unkompliziert und qualifiziert zu helfen - in Kooperation mit Ärzt*innen, Psycholog*innen, Lehrkräften etc. Diese Hilfe kann in Anspruch genommen werden, wenn bisherige Hilfen, Beratungen und Therapien nicht ausreichen. Stationäre und tagesklinische Aufnahmen können vorbereitet werden. Es werden Kinder und Jugendliche mit dem gesamten Spektrum psychischer Störungen bis zum Ende des 18. Lebensjahres behandelt.

Züricher Straße 40, 28325 Bremen

Tel.: 0421 408 2677

E-Mail: kiju.ambulanz.kbo@klinikum-bremen-ost.de

<https://www.gesundheitnord.de/klinikum-bremen-ost/kinder-und-jugendpsychiatrie-psychotherapie-und-psychosomatik.html>

Institutsambulanz der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie und Psychotherapie des Klinikums Bremen-Ost auf dem Gelände des Klinikums Bremen-Nord

Hat das Ziel Kindern, Jugendlichen und Familien aus Bremen Nord und Umland bei seelischen Problemen und Krisensituationen rasch, unkompliziert und qualifiziert zu helfen - in Kooperation mit Ärzt*innen, Psycholog*innen, Lehrkräften etc. Diese Hilfe kann in Anspruch genommen werden, wenn bisherige Hilfen, Beratungen und Therapien nicht ausreichen. Stationäre und tagesklinische Aufnahmen können vorbereitet

werden. Es werden Kinder und Jugendliche mit dem gesamten Spektrum psychischer Störungen bis zum Ende des 18. Lebensjahres behandelt.

Hammersbecker Str. 228, 28755 Bremen

Tel.: 0421 6606 1012

E-Mail: kiju.ambulanz.kbn@klinikum-bremen-ost.de

<https://www.gesundheitnord.de/kinderpsychiatrietagesklinik.html>

Kinder- und Jugendpsychiatrische Beratungsstelle und Institutsambulanz (KIPSY)

Bietet Beratung an bei allen kinder- und jugendpsychiatrischen Krankheitsbildern und unterstützt bei der Feststellung des Hilfebedarfes (bis zum Ende des 18. Lebensjahres). Nach kinder- und jugendpsychiatrischen Krankenhausaufenthalten wird Nachsorge angeboten. Ggf. erfolgt die Hilfe auch im Lebensumfeld der/des Betroffenen.

Horner Str. 60-70, 28203 Bremen

Tel.: 0421 361 6292

E-Mail: Kipsy@gesundheitsamt.bremen.de

<https://www.gesundheitsamt.bremen.de/was-wir-bieten/gesundheitsvorsorge-und-unterstuetzung/fuer-kinder-und-familien/seelische-gesundheit-und-sucht/kipsy-21996>

- **Außenstelle Bremen-Nord:**

Landrat-Christians-Straße 82-86, 28799 Bremen

Tel.: 0421 361 6292

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.

- Tel.: 0421 699 11 33 (Rund um die Uhr)

www.soziales.bremen.de/jugend-familie/informationen-und-publikationen/kinder-und-jugendnotdienst-2766

FÜR ERWACHSENE

Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie im Klinikum Bremen Ost

In der Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie wird Unterstützung bei der Vorbeugung und Behandlung von psychischen Erkrankungen im Erwachsenenalter geboten. Behandelt wird das gesamte Spektrum psychischer Erkrankungen mit Ausnahme von Störungen durch den Gebrauch illegaler Drogen.

<https://www.gesundheitnord.de/krankenhaeuser-kliniken/psychiatrie-und-psychotherapie.html>

- **Sektor Bremen-Mitte**

Tel.: 0421 800 582 10

Friedrich-Karl-Straße 40, 28205 Bremen

- **Sektor Bremen-Ost**

Tel.: 0421 408 1850

Züricher Straße 40, 28325 Bremen

- **Sektor Bremen-Süd**

Tel.: 0421 408 1310

Buntentorsteinweg 122, 28201 Bremen

- **Sektor Bremen-West**

Tel.: 0421 22 214-10 / -11

Gröpelinger Heerstr. 104 / 106, 28237 Bremen

Nachtwerk Bremen

Angebot zur psychiatrischen Soforthilfe für Menschen in psychischen Krisen und Belastungssituationen. Betroffene, Mitbetroffene und Angehörige erhalten hier qualifizierte Beratung und Unterstützung.

www.nachtwerk-bremen.de

- **Nachtcafé**

Das Nachtcafé ist ein niedrigschwelliges Angebot in der Nacht, für Menschen mit einer psychischen Erkrankung aus den Regionen Bremen Mitte, West, Süd und Ost.

Helgoländer Str. 73, 28217 Bremen

Täglich von 20.00 Uhr bis 1.00 Uhr

Tel.: 0421 957 00 310

- **Nächtliche telefonische Krisenberatung**

Tel.: 0421 900 310

Mo. - Fr. von 21.00 bis 08.30 Uhr

Sa. - So., Feiertage von 17.00 bis 08.30 Uhr

- **Krisenbett („Sofaübernachtung“) und Nachsorge**

Tel.: 0421 957 00 310

Mo. - Fr. von 21.00 bis 08.30 Uhr

Sa., So., Feiertage von 17.00 bis 08.30 Uhr

Sozialpsychiatrischer Dienst (für Erwachsene)

Bietet fünf Beratungsstellen (Süd, Mitte, West, Ost, Nord) für erwachsene psychisch kranke und suchtkranke Menschen.

<https://www.gesundheitsamt.bremen.de/gesundheitsvorsorge-und-unterstuetzung/fuer-erwachsene/seelische-gesundheit-und-sucht/fachbereich-teilhabe-psychiatrie/behandlungszentren-sozialpsychiatrie-22793>

- **Sozialpsychiatrische Beratungsstelle und Ambulanz des Behandlungszentrums Mitte**

Klinikum Bremen-Mitte (Haus 10/ Ebene 4)

Friedrich-Karl-Straße 38A, 28205 Bremen

Tel.: 0421 800 582-10

- **Sozialpsychiatrische Beratungsstelle und Ambulanz des Behandlungszentrums Süd**

Zentrum Bunttes Tor, Buntentorsteinweg 122, 28201 Bremen

Tel.: 0421 22 21 30

- **Sozialpsychiatrische Beratungsstelle und Ambulanz des Behandlungszentrums West**

Gröpelinger Heerstr. 104-106, 28237 Bremen

Tel.: 0421 22 214 10

- **Sozialpsychiatrische Beratungsstelle und Ambulanz des Behandlungszentrums Nord**

Aumunder Heerweg 83/85, 28757 Bremen

Tel.: 0421 6606 1234

- **Sozialpsychiatrische Beratungsstelle und Ambulanz des Behandlungszentrums Ost**
Osterholzer Landstr. 51, 28325 Bremen (Haus 7)
Tel.: 0421 408 1850
- **Kriseninterventionsdienst (KID)**
Werktags von 15.00 bis 23.00 Uhr und an Wochenenden und Feiertagen von 8.30 bis 17.00
Uhr steht der Kriseninterventionsdienst für Notfälle zur Verfügung
Tel.: 0421 800 582-33

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

Gemeinschaftspraxis Dr. Edert & Dr. Schwendner

(Kinder- und Jugendpsychiatrie, Psychotherapie, Sozialpsychiatrie)

Tresckowstr. 1, 28203 Bremen

Tel.: 0421 79 28 40

www.kinderpsychiater-bremen.de

Klinikum Bremen-Ost

Institutsambulanz der Kinder- und Jugendpsychiatrie

Züricher Straße 40, 28325 Bremen, Haus 21B

Tel.: 0421 408 2677

<https://www.gesundheitnord.de/klinikum-bremen-ost/kinder-und-jugendpsychiatrie-psychotherapie-und-psychosomatik.html>

FÜR ERWACHSENE

AMEOS Klinikum Dr. Heines Bremen

Fachklinik für Psychiatrie, Psychotherapie und Psychosomatik

Rockwinkeler Landstraße. 110, 28325 Bremen

Tel.: 0421 4289 145

<https://www.ameos.de/klinikum-bremen/>

Klinikum Bremen-Ost

Klinik für Psychotherapeutische Medizin und Psychosomatik

Züricher Straße 40, 28325 Bremen

Tel.: 0421 408 2101

<https://www.gesundheitnord.de/krankenhaeuser-kliniken/psychiatrie-und-psychotherapie.html>

Sozialpsychiatrische Praxen (für Kinder und Jugendliche)

Die Sozialpsychiatrie - Vereinbarung ist eine besondere Maßnahme und dient der Verbesserung der psychiatrischen Versorgung der Kinder und Jugendlichen in Verbindung mit psychotherapeutischen und sozialtherapeutischen Behandlungen. In einer sozialpsychiatrischen Praxis arbeiten medizinische, psychologisch/psychotherapeutische, pädagogische und sozialpädagogische Fachkräfte eng zusammen, d.h. ein multiprofessionelles Team behandelt die Kinder und Jugendlichen und ihre Familien. Der therapeutische Ansatz ist ganzheitlich. Die Vereinbarung gilt für Patient*innen bis zur Vollendung des 18. Lebensjahres.

Gemeinschaftspraxis Dr. Edert & Dr. Schwendner

Tresckowstraße 1, 28203 Bremen

Tel.: 0421 79 28 40

E-Mail: kjpp-sekretariat@nord-com.net

www.kinderpsychiater-bremen.info

Sozialpsychiatrische Praxis Klare

Altenwall 7-8, 28195 Bremen

Tel.: 0421 83 56 060

E-Mail: kontakt@praxisaltenwall.de

www.praxisaltenwall.de

Sozialpsychiatrische Praxis Kyrylenko

Waller Heerstraße. 99, 28219 Bremen

Tel.: 0421 33 63 67 77

E-Mail: info@kjp-bremen.de

www.kjp-bremen.de

Sozialpsychiatrische Praxis Kim-Ngân Lâm

Wilhelm-Hartmann-Straße 3 - 4, 28757 Bremen

Tel.: 0421 66 60 04

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 Bremen aufgelistet:

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

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

FÜR KINDER UND JUGENDLICHE SOWIE ERWACHSENE

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

https://www.kvhb.de/fileadmin/kvhb/pdf/Arztlisten/psychologische-psychotherapeuten_bremen.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 19.12.2025

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