

Informations- und Beratungsstellen in Schleswig-Holstein



Gefördert vom:



Bundesministerium
für Bildung, Familie, Senioren,
Frauen und Jugend



SH The logo of the State of Schleswig-Holstein, featuring a heraldic eagle and a star.

Schleswig-Holstein
Ministerium für Soziales, Jugend,
Familie, Senioren, Integration
und Gleichstellung

SH The logo of the State of Schleswig-Holstein, featuring a heraldic eagle and a star.

Schleswig-Holstein
Ministerium für Allgemeine und
Berufliche Bildung, Wissenschaft,
Forschung und Kultur

Inhalt

Das Team Freiwilligendienste	2
Beratungs- und Anlaufstellen: Sucht.....	3
Beratungs- und Anlaufstellen: Psychische Erkrankungen / seelische Probleme.....	7
Beratungs- und Anlaufstellen: Schulden- / Geldprobleme	13
Beratungs- und Anlaufstellen: Trauer und Hospiz	16
Beratung und Anlaufstellen rund um das Thema Geschlecht, Sexualität, Partnerschaft, Schwangerschaft und Familie.....	18
Beratung für Migrant*innen und Menschen mit Fluchthintergrund	23
Beratung- und Anlaufstellen zum Thema Diskriminierungs-, Rassismus- und Gewalterfahrungen.....	28
Online und telefonische Beratung.....	29
Beratung und Anlaufstellen zum Thema Jobs, Zukunft und Berufe.....	30

Das Team Freiwilligendienste

Die Bildungsreferent*innen der Paritätischen Freiwilligendienste begleiten euch durch das Jahr eures Freiwilligendienstes. Wir veranstalten die unterschiedlichen Bildungstage (Gruppenseminare, Einzelbildungstage, Fachtage, Partizipationsangebote, etc.), führen Besuche in euren Einsatzstellen durch und sind bei Fragen rund um den Freiwilligendienst gerne für euch da. Wir werden unterstützt von zwei Kolleginnen in der Sachbearbeitung.

Kontaktieren könnt ihr uns über unsere **Freiwilligendienste-Hotline: 0431 5602-42** (Montag bis Donnerstag: 9:00 bis 16:00 Uhr, Freitag: 9:00 bis 12:00 Uhr). Hier erreicht ihr immer jemanden aus dem Freiwilligendienste-Team, die euch bei Fragen aller Art weiterhelfen können. Oder ihr schreibt uns einfach eine E-Mail.

Alle **Telefonnummern und E-Mail-Adressen** des Teams findet ihr auf unserer Webseite: www.fsj-sh.org oder in der Broschüre, die ihr zu Beginn eures Freiwilligendienstes bekommen habt.

Darüber hinaus können ihr uns auch über den **Messenger Signal** und die jeweilige Mobil-Nummer erreichen. Den Messenger könnt ihr euch kostenlos runterladen. Er funktioniert wie alle anderen Chat-Messenger auch. Bitte beachtet, dass das Team auch darüber nur zu den üblichen Bürozeiten erreichbar ist. Ggf. kommt eine Antwort dann also erst am nächsten Tag oder nach dem Wochenende.

Neben der pädagogischen und organisatorischen Begleitung durch euren Freiwilligendienst stehen wir euch bei Problemen während des Freiwilligendienstes (z.B. mit Kolleginnen/Kollegen oder den übertragenen Aufgaben) jederzeit zur Seite. Wir geben gerne Tipps und Ratschläge, wie mit den Schwierigkeiten umgegangen werden kann oder wir setzen uns – wenn dies gewünscht ist – mit der Einsatzstelle in Verbindung, um eine Klärung zu erreichen. Es ist auch möglich, dass wir in die Einsatzstelle kommen und mit euch und ggf. der Praxisanleitung ein Gespräch führen. Häufig lassen sich Probleme auf diese Weise aus der Welt schaffen.

Auch bei Schwierigkeiten außerhalb des Freiwilligendienstes haben wir immer ein offenes Ohr für euch. Ruft dazu gerne einfach an oder schreibt uns eine E-Mail. Selbstverständlich kann auch auf den Seminaren das Gespräch gesucht werden oder der Einsatzstellen-Besuch dafür genutzt werden, um über Herausforderungen und Schwierigkeiten, die nicht nur mit dem Freiwilligendienst zu tun haben, zu sprechen. Wir versuchen dann, bestmöglich zu helfen.

In diesem Zusammenhang stellen wir gerne Informationen von geeigneten Informations- und Beratungsstellen zur Verfügung. Dies ist Teil unserer pädagogischen Begleitung während des Freiwilligendienstes.

In dieser Broschüre findet ihr eine umfangreiche Übersicht über Beratungs- und Informationsstellen für verschiedene Problemlagen. Dort ist eine in der Regel kostenlose sowie vertrauliche Beratung durch Expertinnen und Experten möglich.

Wenn ihr Fragen zu Beratungs- und Informationsstellen habt oder euch nicht sicher seid, was das richtige Hilfsangebot für euch sein könnte, kontaktiert uns gerne. Wir helfen euch weiter.

Euer Team der Paritätischen Freiwilligendienste

Beratungs- und Anlaufstellen: Sucht

Kiel

Frauensuchtberatung Schleswig-Holstein

Frauen Sucht Gesundheit e. V.

Holtenauer Straße 127

24118 Kiel

Tel.: 0431 61549

E-Mail: info@fsg-sh.de

Webseite: www.fsg-sh.de

Fachambulanz Kiel / Suchthilfezentrum Kiel

Boninstraße 27a

24114 Kiel

Tel. 0431 66846 -0 (Fachambulanz)

Tel. 0431 66846 -15 (Suchthilfe)

E-Mail: info@fachambulanz-kiel.de

Webseite: <https://www.suchthilfezentrum-kiel.de>

Drogenhilfe Kiel

West

Sophienblatt 73a

24114 Kiel

Tel. 0431 66173-3

E-Mail: drogenhilfe.kiel@tide-sozial.de

Ost

Johannesstraße 55

24143 Kiel

Tel. 0431 73 57 30

Suchtberatungs- und Behandlungsstelle

stadt.mission.mensch

Walkerdamm 17

24103 Kiel

Tel.: 0431 26044500

E-Mail: suchthilfe@stadtmission-mensch.de

Webseite: <https://www.stadtmission-mensch.de/beratungsstellen/suchtberatungsstelle.html>

Suchtberatungszentrum

HORIZON Kiel gGmbH

Auguste-Viktoria-Straße 10 – 12

24103 Kiel

Tel.: 0431 579590-0

E-Mail: sbz@horizon-kiel.de

Webseite: <https://www.horizon-kiel.de/suchtberatung/>

Information, Beratung und Betreuung

Kieler Fenster

Alte Lübecker Chaussee 1

24114 Kiel

Tel.: 0431 64980-50

E-Mail: info@kieler-fenster.de

Webseite: <https://www.kieler-fenster.de/index.html>

Stationäre- und ambulante Suchthilfeinrichtung

Guttempler Sozialwerk Kiel e. V.

Körnerstraße 7

24103 Kiel

Tel.: 0431-93446 / -93443

E-Mail: info@gsw-kiel.de

Webseite: <https://gsw-kiel.de/>

Flensburg / Schleswig

Sucht- und Drogenberatung

Diakonisches SuchtHilfeZentrum

Südergraben 59

24937 Flensburg

Tel.: 0461 141940

E-Mail: Kontaktformular auf der Webseite

Internet: <http://www.suchthilfe-fl.de/de/startseite/>

Beratung, Betreuung & Hilfe bei Suchterkrankungen

Sozialpsychiatrischer Dienst Flensburg

Norderstraße 58 – 60

24939 Flensburg

Tel.: 0461/85-22 99

E-Mail: sozialpsychiatrischerdienst@flensburg.de

Webseite: <https://www.flensburg.de/Leben-Soziales/Gesundheitsdienste/Sozialpsychiatrischer-Dienst>

Prävention, Beratung, Behandlung

Suchthilfezentrum Schleswig

Suadicanistraße 45

24837 Schleswig

Tel. 04621 4861 -0

E-Mail: info.sl@diako.de

Webseite: <https://www.suchthilfezentrum-sl.de/>

Sozialpsychiatrischer Dienst: Suchtberatung

Kreis Schleswig-Flensburg

Moltkestraße 22-26

24837 Schleswig

Tel.: 04621 810-57

E-Mail: gesundheitsamt@schleswig-flensburg.de

Webseite: <https://schleswig-flensburg.de/Leben-Soziales/Gesundheit/Suchtberatung>

Lübeck

Suchtberatungsstelle Lübeck

Braunstraße 5

23552 Lübeck

Tel.: 0451 4002-58120

E-Mail: suchtberatung.luebeck@vorwerker-diakonie.de

Webseite: <https://www.vorwerker-diakonie.de/soziale-angebote/>

Anonyme Drogenberatungsstelle

AWO Schleswig-Holstein

Wakenitzmauer 176

23552 Lübeck

Tel.: 0451 79988-0

E-Mail: drogenhilfe-luebeck@awo-sh.de

Webseite: <https://www.awo-sh.de/main/betreuung-beratung/beratung/drogenhilfe/>

Beratung, Selbsthilfe, Lebenshilfe, Prävention und Information

CliC Suchthilfe

Moltkestr. 37

23564 Lübeck

Tel.: 0451 9695159

E-Mail: info@clic-luebeck.de

Webseite: <https://www.clic-luebeck.de/luebeck/>

KISS Lübeck – Kontakt und Informationsstelle für Selbsthilfegruppen

Kahlhorststraße 35a / Gebäude 49

23562 Lübeck

Tel.: 0451 6933 9584

E-Mail: kiss-luebeck@kinderwege.de

Homepage: www.kiss-luebeck.de

Beratungsstelle für Alkoholkranke

Gesundheitsamt der Hansestadt Lübeck

Sophienstraße 2 – 8

23560 Lübeck

Tel.: 0451 122-53-42

E-Mail: alkoholberatung@luebeck.de

Online-Beratung „Psychose und Sucht“

Die Brücke Lübeck

Unter: <https://www.diebruecke-luebeck.de/psychose-sucht/online-beratung/>

Übersicht über alle Angebote in Lübeck

Unter folgendem Link ist der **Psychosoziale Wegweiser** zu finden, der alle Angebote (Beratungsstellen, Selbsthilfe, Therapieeinrichtungen etc. zum Thema Sucht/Abhängigkeit) in Lübeck zusammenfasst.

Aufgeführt sind u.a. auch Angebote für Angehörige von Betroffenen: <https://www.psychosozialer-wegweiser-luebeck.de/sucht-abhaengigkeit/>

Neumünster / Itzehoe

Beratung, ambulante Therapie

Suchtberatungsstelle in der alten Tuchfabrik Neumünster

Großflecken 68

24534 Neumünster

Tel.: 04321 42723

E-Mail: suchtberatung-neumuenster@therapiehilfe.de

Webseite: <https://www.therapiehilfe.de/index.php/neumuenster.html>

Drogenberatungsstelle und Sozialtherapeutisches Zentrum

STZ Steinburg / Itzehoe

Coriansberg 16

25524 Itzehoe

Tel.: 04821 3019

E-Mail: itzehoe@therapiehilfe.de

Webseite: <https://www.therapiehilfe.de/index.php/stz-itzehoe.html>

ATS - "Ambulante und Teilstationäre Suchthilfe"

Landesverein für Innere Mission

Gartenstr. 17

23795 Bad Segeberg

Tel.: 04551 84358

E-Mail: sucht.se@ats-sh.de

Webseite: <https://landesverein.de/de/388/suchthilfe.html>

Therapiehilfe Verbund: Ambulante Suchtberatung

Geschäftsstelle Therapiehilfe gGmbH

Conventstraße 14

22089 Hamburg

Tel: 040-2000 100

E-Mail: geschaefsstelle@therapiehilfe.de

Webseite: <https://www.therapiehilfe.de/index.php/beratung-sucht.html>

Beratungsstellen in Schleswig-Holstein

Hier finden Sie eine Übersicht über Sozialtherapeutische Zentren des Therapiehilfe Verbrunds und deren Kontaktinformationen, u.a. in Itzehoe, Pinneberg, Wedel, Elmshorn etc.:

https://www.therapiehilfe.de/index.php/schleswig_holstein.html

Rendsburg / Eckernförde

Suchtberatung für den südlichen Kreis Rendsburg-Eckernförde

Brücke Rendsburg-Eckernförde e.V.

Moltkestr. 6
24768 Rendsburg
Tel.: 0173 20 970 35
E-Mail: suchtberatung-suedkreis@bruecke.org

Beratungscafé Hohenwestedt & Bordesholm

Die Brücke Rendsburg-Eckernförde e. V.

Tel.: 0173 20 970 35
Webseite: <http://www.suchthilfe-portal.de/unsere-angebote/suchtberatung.html>
Billundstr. 6-10 Holstenstraße 28, Huus am Markt
24594 Hohenwestedt 24582 Bordesholm

Suchtberatung

Beratungszentrum Diakonie Rendsburg-Eckernförde

E-Mail: info@diakonie-rd-eck.de
Webseite: <https://www.diakonie-rd-eck.de/suchthilfe/suchtberatung.html>
Am Holstentor 16 Schleswiger Straße 33
24768 Rendsburg 24340 Eckernförde
Tel.: 04331 69 63 40 Tel.: 04351 893 11 0

Kiel

Psychosoziale und psychiatrische Hilfe

Kieler Fenster

Alte Lübecker Chaussee 1

24114 Kiel

Tel.: 0431 64980-50

E-Mail: info@kieler-fenster.de

Webseite: www.kieler-fenster.de

Das Kieler Fenster bietet auch eine **Online-Beratung** an. Die Beratung kann über E-Mail, Einzel- und Gruppenchats erfolgen. Sie ist anonym, vertraulich und kostenlos. <https://kieler-fenster.onlineberatung.net/bertung/registration>

Beratung und Information zu psychischen Beeinträchtigungen

Brücke Schleswig-Holstein gGmbH

Muhliusstraße 94

24103 Kiel

Tel.: (04 31) 9 82 06-98

E-Mail: kiel@bruecke-sh.de

Webseite: <https://kiel.bruecke-sh.de/>

Frauenberatungsstelle/Eß-o-Eß

psychosoziale Fachberatungsstelle und Treffpunkt für Frauen

Kurt-Schumacher-Platz 5

24109 Kiel

Tel.: 0431 524241

E-Mail: mail@frauentreff-essoess.de

Webseite: <http://www.frauenberatung-essoess.de/>

donna klara: Psychosoziale und psychologische Frauenberatungsstelle

Goethestraße 9

24116 Kiel

T. 0431/ 557 93 44

E-Mail: psychosozial@donna-klara.de

Webseite: <http://www.donna-klara.de>

Sozialpsychiatrischer Dienst: Ansprechpartner bei psychischen Erkrankungen und in akuten Krisen

Amt für Gesundheit, Landeshauptstadt Kiel

Fleethörn 18-24

24103 Kiel

Tel.: 0431 901-2110

E-Mail: spdi@kiel.de

Webseite: https://www.kiel.de/de/politik_verwaltung/service_leistung.php?id=10375716

Ihriss - Treffpunkt und Beratung für Frauen mit und ohne Psychiatrieerfahrung

Jeßstraße 3

24114 Kiel

Tel: 0431/ 63697

Mail: frauenberatung@ihriss.de

Webseite: <https://www.ihriss.de/>

Zentrum für Integrative Psychiatrie – ZIP gGmbH

Universitätsklinikum Schleswig-Holstein: Campus Kiel

Niemannsweg 147

24105 Kiel

Tel: 043150098303

Webseite: www.zip-kiel.de

Flensburg / Schleswig

Unterstützung für Menschen mit psychischen Belastungen oder Erkrankungen

Brücke Flensburg

Waitzstraße 3a

24937 Flensburg

Tel.: 0461 430101-20

E-Mail: info@bruecke-flensburg.de

Webseite: <https://www.bruecke-flensburg.de/>

Beratung und therapeutische Hilfe

Haus der Familie

Wrangelstraße 18

24937 Flensburg

Tel. 0461/86930

E-Mail: info@hausderfamilie-flensburg.de

Webseite: <http://www.hausderfamilie-flensburg.de/>

Sozialpsychiatrischer Dienst – Stadt Flensburg

Fachbereich Soziales und Gesundheit

Norderstraße 58 – 60

24939 Flensburg

Tel.: 0461/85-22 99

E-Mail: sozialpsychiatrischerdienst@flensburg.de

Webseite: <https://www.flensburg.de/Leben-Soziales/Gesundheitsdienste/Sozialpsychiatrischer-Dienst>

Fachklinik für Psychiatrie, Psychosomatik und Psychotherapie

Allgemeinpsychiatrie, Suchtmedizin, Gerontopsychiatrie, Psychosomatik und Psychotherapie

Knuthstr. 1

24939 Flensburg

Tel. 0461 812-1701

E-Mail: psychiatrie.fl@diako.de

Webseite: <https://www.diako-nf.de/>

Beratung und Information

Brücke Schleswig-Holstein gGmbH

Bismarckstraße 15b

24837 Schleswig

Telefon: 04621 9687-11

E-Mail: schleswig-flensburg@bruecke-sh.de

Webseite: <https://schleswig.bruecke-sh.de/>

Sozialpsychiatrischer Dienst: Beratung für psychisch erkrankte Menschen

Kreis Schleswig-Flensburg / Fachdienst Gesundheit

Moltkestraße 22-26

24837 Schleswig

Tel.: 04621/8100

E-Mail: gesundheitsamt@schleswig-flensburg.de

Webseite: <https://www.schleswig-flensburg.de/>

Krisendienst e.V. Schleswig-Flensburg

psychosozialen Krisendienst, vom Kreis Schleswig-Flensburg und der Stadt Flensburg

Telefonnummer 04621 988404

für jeden Bürger unmittelbar erreichbar und bietet eine kostenlose Beratung. Der Krisendienst sichert allen Anrufern Anonymität zu, sofern das gewünscht wird. Die Telefonnummern der Anrufenden erscheinen nicht auf dem Display des Krisendienst-Telefons. Alle Mitarbeiter des Krisendienstes unterliegen der Schweigepflicht.

Erreichbarkeit

Mo-Fr 19.00 bis 7.00 Uhr

Fr 19.00 Uhr bis Mo 7.00 Uhr durchgängig

Lübeck

Beratungsstelle und psychosoziale Beratung

Die Brücke Lübeck gGmbH

Engelsgrube 47

23552 Lübeck

Tel.: 0451/ 14008-70

E-Mail: beratungsstelle@diebruecke-luebeck.de

Webseite: <https://www.diebruecke-luebeck.de/>

Beratung und Information für Frauen und Mädchen

biff Lübeck e. V.

Holstenstraße 37-41

23552 Lübeck

Tel.: 0451 7060202

E-Mail: info@biff-luebeck.de

Webseite: <http://www.biff-luebeck.de/>

Beratungsstelle der Marli GmbH

Heiweg 110

23566 Lübeck

Tel.: 0451 6203-260

E-Mail: beratung@marli.de

Webseite: www.marli.de

Beratung für Menschen mit psychischer Erkrankung oder psychischen Störungen

Sozialpsychiatrischer Dienst (Hansestadt Lübeck)

Sophienstr. 2-8

23560 Lübeck

0451-1225349

E-Mail: sozialpsychiatrischerdienst@luebeck.de

Webseite: <https://www.luebeck.de/de/buergerservice/leistungen/index.html?bereich=0&dq=Z&zufi=1&lid=10375716>

Zentrum für Integrative Psychiatrie – ZIP gGmbH

Universitätsklinikum Schleswig-Holstein: Campus Lübeck

Ratzeburger Allee 160

23538 Lübeck

Tel.: 0451 500-98090

Webseite: <https://zip.uksh.de/F%C3%BCr+Patienten/L%C3%BCbeck.html>

AMEOS Klinikum für Psychiatrie und Psychotherapie Lübeck

Kahlhorststr. 33

23562 Lübeck

Tel.: 0451 300870

E-Mail: info@luebeck.ameos.de

Webseite: <https://www.ameos.de/klinikum-luebeck-klinik-fuer-psychiatrie-und-psychotherapie/>

Neumünster / Itzehoe

Ambulanter Dienst / -Beratung & Begegnung

Die Brücke Neumünster gGmbH

Großflecken 41

24537 Neumünster

Tel.: 04321-2004250

E-Mail: ad@bruecke-ggmbh.de

Webseite: www.bruecke-ggmbh.de

Beratungszentrum Mittelholstein

Am Alten Kirchhof 12

24534 Neumünster

Telefon 04321 25051280

E-Mail: bzm@diakonie-altholstein.de

Webseite: <https://www.diakonie-altholstein.de/de/beratungszentrum-mittelholstein>

Beratung & Information**Brücke Schleswig-Holstein gGmbH**

Wilhelm-Biel-Straße 5

25524 Itzehoe

Tel.: 04821 6791-11

E-Mail: steinburg@bruecke-sh.de

Webseite: <https://itzehoe.bruecke-sh.de/>

Beratung, Begleitung, Krisenintervention**Sozialpsychiatrischer Dienst: Landkreis Steinburg Gesundheitsamt**

Viktoriastraße 17a

25524 Itzehoe

Tel.: 04821 69-267

E-Mail: sozialpsychiatrie@steinburg.de

Webseite: <https://www.steinburg.de/kreisverwaltung/informationen-der-fachaemter/gesundheitsamt/sozialpsychiatrischer-dienst.html>

Beratung & Information**Brücke Schleswig-Holstein gGmbH**

Mühlenkamp 6

25337 Elmshorn

Tel.: 04121 47561-0

E-Mail: pinneberg@bruecke-sh.de

Webseite: <https://elmshorn.bruecke-sh.de/>

Beratungs- und Begegnungsstätte**Brücke Elmshorn gGmbH: Hilfe für Menschen mit psychischen Problemen**

Neue Str. 7

25335 Elmshorn

Tel.: 04121 - 70 177 - 02

E-Mail: begegnungsstaette@brueckeelmshorn.de

Webseite: <https://www.steinburg.de/kreisverwaltung.html>

Rendsburg / Eckernförde**Sozialpsychiatrischer Dienst**

Berliner Straße 4

24768 Rendsburg

Tel.: 04331 202-243

E-Mail: sozialpsychiatrischer-dienst@kreis-rd.de

Webseite: <https://www.kreis-rendsburg-eckernfoerde.de/familie-soziales/unterstuetzung-fuer-menschen-mit-beeintraechtigungen/sozialpsychiatrische-hilfen>

Begegnungsstätte Eckernförde**Brücke Rendsburg-Eckernförde e.V.**

Reeperbahn 7

24340 Eckernförde

Tel.: (04351) 71669-14

Webseite: <https://www.bruecke.org/>

Begegnungsstätte Rendsburg
Brücke Rendsburg-Eckernförde e.V.
Ahlmannstr. 2a
24768 Rendsburg
Tel.: 04331 1323-806 oder 0172 740 61 78
Webseite: <https://www.bruecke.org/angebot/begegnungsstaette-rendsburg/>

Beratungscafé Hohenwestedt & Bordesholm
Die Brücke Rendsburg-Eckernförde e. V.
Billundstr. 6-10 Holstenstraße 28, Huus am Markt
24594 Hohenwestedt 24582 Bordesholm

Tel.: 0173 20 970 35
Webseite: <https://www.bruecke.org/angebot/offener-treff-hohenwestedt/>

Allgemeinmedizin, Neurologie, Psychiatrie, Kinder- und Jugendpsychiatrie, Psychotherapie
Wagenhaus Medizinisches Versorgungszentrum - Wagenhaus Brücke MVZ GmbH
Am Stadtsee 9
24768 Rendsburg
Tel.: (04331) 13 23-200
E-Mail: wagenhaus@bruecke.org
Webseite: www.wagenhaus-mvz.de

Zollhaus Gesundheitszentrum - Neurologie, Psychiatrie, Psychotherapie für Kinder und Erwachsene
Zollhaus Eckernförde Gesundheitszentrum - Brücke MVZ GmbH
Schiffbrücke 8
24340 Eckernförde
Tel.: 04351 89 34 07
E-Mail: info@zogez.de
Webseite: www.zogez.de

Psychosoziale Beratung / Krisen- und Handlungsberatung
Sozial-Forum e.V.
Prinzenstraße 42a
24376 Kappeln
Tel.: 04642 – 921080
E-Mail: info@sozial-forum-kappeln.de
Webseite: <https://www.sozialforumkappeln.de/angebote/>

Bundesweit / überregionale Angebote

Stiftung Deutsche Depressionshilfe und Suizidprävention
Info-Telefon Depression
Telefonnummer: 0800 / 33 44 533
Mo, Di, Do: 13:00 – 17:00 Uhr // Mi, Fr: 08:30 – 12:30 Uhr
Das Info-Telefon Depression bietet Krankheits- und behandlungsbezogene Informationen sowie Hinweise zu Anlaufstellen im bestehenden Versorgungssystem.
Webseite: <https://www.deutsche-depressionshilfe.de/depression-infos-und-hilfe/wo finde ich hilfe/info-telefon>
Weitere Angebote wie E-Mail-Beratung, Informationen, Online-Foren etc.: <https://www.deutsche-depressionshilfe.de/start>

Telefonseelsorge
Tel. 0800.1110111 oder 0800.1110222
Webseite: <https://www.telefonseelsorge.de/>

SeeleFon: Information und Hilfe durch Telefon- und Email-Beratung

Angebot des Bundesverband der Angehörigen psychisch erkrankter Menschen e.V.

Tel.: 0228 71002424

E-Mail: seelefon@psychiatrie.de

Webseite: <https://www.bapk.de/angebote/seelefon.html>

U25: Online Suizidprävention Mailberatung der Caritas

Man bekommt anonym eine*n Berater*in zugeteilt der*dem man Emails schreiben kann um Gedanken loszuwerden die man mit niemandem teilen möchte.

Website: <https://www.u25-deutschland.de/helpmail/>

Sorgentagebuch

Ein online Tagebuch in das man seine Sorgen schreiben kann und auf Wunsch eine Antwort von Mitarbeiter*innen erhält.

Website <https://www.sorgen-tagebuch.de/>

Sorgenmail

Bietet die Möglichkeit mit einer festen Mitarbeiter*in die eigenen Sorgen zu teilen und mit ihm*ihr gemeinsam Lösungen finden.

Website: <https://www.sorgenmail.de/startseite.php>

Krisenchat

Onlinechat für unter 25-jährige Menschen in Krisen mit akutem Beratungsbedarf

Website: <https://krisenchat.de/>

Beratungs- und Anlaufstellen: Schulden- / Geldprobleme

Kiel

Schuldner- und Insolvenzberatungszentrum

Lichtblick e.V.

Alter Markt 7

24103 Kiel

Tel.: 0431 24012-22

E-Mail: info@siz-kiel.de

Webseite: <https://www.siz-kiel.de/>

DRK Schuldner- und Verbraucherinsolvenzberatung

Kirchenstraße 10

24105 Kiel

Tel.: 0431/59008-940 /-947 /-945

E-Mail: jakobi@drk-kiel.de / hartjen@drk-kiel.de / brokjans@drk-kiel.de

Webseite: <https://www.drk-kiel.de/angebote/hilfen-bei-schulden-und-armut/schuldnerberatung.html>

Schuldner- und Insolvenzberatung

Sozialdienst katholischer Frauen e. V.

Muhliusstr. 67

24103 Kiel

Tel.: 0431 5579-130

E-Mail: beratungsstelle@skf-kiel.de

Webseite: <https://www.skf-kiel.de/beratungsstellen/schuldnerberatung.html>

Flensburg / Schleswig

Schuldner- und Insolvenzberatung

Haus der Familie

Wrangelstraße 18

24937 Flensburg

Tel.: 0461 50326-12

E-Mail: info@hausderfamilie-flensburg.de

Webseite: <http://www.hausderfamilie-flensburg.de/beratungszentrum/schuldnerberatung/>

Fachstelle für Wohnhilfen und Schuldnerberatung

Rathausplatz 1, Hauptgeschoss

24937 Flensburg

Tel.: 0461-85 2744

E-Mail: soziales@flensburg.de

Webseite: <https://www.flensburg.de/Leben-Soziales/Familie-Soziales/Wohn-Obdachlosenhilfe-und-Schuldnerberatung>

Allgemeine Sozialberatung, Schuldner- und Verbraucherinsolvenzberatung

Diakonisches Werk im Evangelisch-Lutherischen Kirchenkreis Schleswig-Flensburg

Johanniskirchhof 19

24937 Flensburg

Tel.: (0461) 480 83 - 14

E-Mail: schuldnerberatung-FL@diakonie-sfl.de

Webseite: <https://www.kirchenkreis-schleswig-flensburg.de/diakonisches-werk/angebote-in-flensburg/weitere-beratungsangebote/schuldner-und-verbraucherinsolvenzshyberatung.html>

Schuldnerberatung

Kreis Schleswig-Flensburg

Flensburger Straße 7

24837 Schleswig

Telefon: 04621 87-0

Webseite: <https://www.schleswig-flensburg.de/Leben-Soziales/Weitere-soziale-Leistungen/Schuldnerberatung>

Schuldner- und Verbraucherinsolvenzberatung**Diakonisches Werk des Evangelisch-Lutherischen Kirchenkreises Schleswig-Flensburg**

Norderdomstraße 6

24837 Schleswig

Tel.: 04621 38 11 - 11

E-Mail: sozialberatung-sl@diakonie-slfl.de

Webseite: <https://www.kirchenkreis-schleswig-flensburg.de/diakonisches-werk/angebote-in-schleswig/schuldner-und-verbraucherinsolvenzberatung.html>

Schuldnerberatung**Sozial-Forum e.V.**

Prinzenstraße 42a

24376 Kappeln

Tel.: 04642 - 921080

E-Mail: info@sozial-forum-kappeln.de

Webseite: <https://www.sozialforumkappeln.de/angebote/>

Lübeck**Rechtsfürsorge e. V.: Resohilfe**

Kapitelstraße 5

23552 Lübeck

Tel.: 0451 70 98 96-0

E-Mail: schuldnerberatung@resohilfe-luebeck.de

Webseite: www.resohilfe-luebeck.de

Schuldnerberatung (Bereich Soziale Sicherung)

Hansestadt Lübeck

Kronsforder Allee 2-6

23539 Lübeck

Tel.: 0451-122-5665

E-Mail: soziale-sicherung@luebeck.de

Webseite: <https://www.luebeck.de/de/buergerservice/leistungen/index.html>

Schuldner- und Insolvenzberatung**Gemeindediakonie Lübeck e.V.**

Haus der Diakonie: Mühlentorplatz 1

23564 Lübeck

Telefon: 0451 613201 -16/-19

E-Mail: schuldnerberatung@gemeindediakonie-luebeck.de

Webseite: <https://www.gemeindediakonie-luebeck.de/>

Neumünster / Itzehoe**Schuldnerberatung und Insolvenzberatung****Diakonie Altholstein**

Gartenstraße 28

24534 Neumünster

Tel.: 04321 25052700

E-Mail: schuldnerberatung@diakonie-altholstein.de

Webseite: <https://www.diakonie-altholstein.de/de/schuldner-und-insolvenzberatung-neumuenster>

Schuldner- und Insolvenzberatung**Steinburg Sozial gGmbH**

Zentrales Büro Itzehoe

Timm-Kröger-Straße 2

25524 Itzehoe

Tel.: 04821 948999-0

E-Mail: schuldnerberatung@steinburg-sozial.de

Webseite: <https://www.diakonie-altholstein.de/de/schuldnerberatung-itzehoe>

AWO Schuldner- und Verbraucherinsolvenzberatung

Zentrales Büro Pinneberg

Am Drosteipark 21

25421 Pinneberg

Tel.: 04101 20 57 44

E-Mail: schuldnerberatung-pinneberg@awo-sh.de

Webseite: www.awo-sh.de

Außenstelle für Elmshorn, Tornesch, Barmstedt

Flamweg 42

25335 Elmshorn

Tel.: 04121 89 78 49

E-Mail: schuldnerberatung-elmshorn@awo-sh.de

Rendsburg / Eckernförde

Schuldner- und Insolvenzberatung

Diakonisches Werk des Kirchenkreises Rendsburg-Eckernförde gGmbH

Am Holstentor 16

24768 Rendsburg

Tel.: 04331 6963-20

E-Mail: schuldnerberatung@diakonie-rd-eck.de

Webseite: www.diakonie-rd-eck.de

Schuldnerberatung Eckernförde

TIDE Gemeindenahe Sozialpsychiatrie

Kieler Str. 57 (Hinterhaus)

24340 Eckernförde

Tel.: 04351 88 38 201

E-Mail: schuldnerberatung@tide-sozial.de

Webseite: www.tide-sozial.de

Allgemein / Schleswig-Holstein

Eine Übersicht über **alle Schuldnerberatungsstellen in ganz Schleswig-Holstein** gibt es auch hier:

<http://www.schuldnerberatung-sh.de/beratungsstellen/schuldnerberatungsstellen-in-s-h.html>

Beratungs- und Anlaufstellen: Trauer und Hospiz

Kiel

Trauerbegleitung für Kinder und Jugendliche
Trauernde Kinder Schleswig-Holstein e. V.
Lerchenstraße 19a
24103 Kiel
Tel.: 0431 2602051
E-Mail: info@trauernde-kinder-sh.de
Webseite: <https://www.trauernde-kinder-sh.de/index.html>

Hospizdienst für Kiel: hospiz-initiative kiel e.v.

Haus der Begegnung
Waitzstraße 17
24105 Kiel
Telefon: 0431 22033 50
E-Mail: info@hospiz-initiative-kiel.de
Webseite: <https://www.hospiz-initiative-kiel.de/>

Kieler Arbeitskreis Trauerbegleitung

Anlaufstelle: hospiz-initiative kiel e.V.: Haus der Begegnung
Waitzstraße 17
24105 Kiel
Tel. 0431 22033 50
E-Mail: info@trauerlandschaft-kiel.de
Webseite: www.trauerlandschaft-kiel.de

Hier gibt es eine Übersicht des **Kieler Arbeitskreis Trauerbegleitung** über Angebote in Kiel, u.a. kontinuierliche Trauerbegleitungen, Begleitungen für bestimmte Personengruppen, Einzelbegleitungen, offene Treffs und Angebote sowie Hilfsangebote in akuten Krisensituationen in Kiel: <https://www.trauerlandschaft-kiel.de/>

Flensburg / Schleswig

Katharinen Hospiz am Park
Ökumenisches Zentrum für Hospizarbeit und Palliativmedizin & Ambulanter Hospiz und Palliativ-Beratungsdienst
Mühlenstraße 1-3
24937 Flensburg
Tel.: 0461 503230
E-Mail: info@katharinen-hospiz.de
Webseite: <https://www.katharinen-hospiz.de/startseite/>

Lübeck

Ambulanter Hospizdienst
Lübecker Hospizbewegung e. V.
Breite Straße 50
23552 Lübeck
Tel.: 0451 8997775
E-Mail: info@luebecker-hospizbewegung.de
Webseite: <https://www.luebecker-hospizbewegung.de/>

Ambulanter Kinder- und Jugendhospizdienst

Die Muschel e. V.

Klosterkamp 19 Rigastr. 9
23795 Bad Segeberg 2 3560 Lübeck

Tel.: 04551 / 802 3030
Mail info@die-muschel-ev.de
Webseite: <http://www.die-muschel-ev.de/>

Neumünster / Itzehoe

Ambulanter Hospizdienst

Hospiz-Initiative Neumünster

Moltkestraße 8
24534 Neumünster
Tel.: 04321/ 2 50 911 - 0
E-Mail: info@hospiz-neumuenster.de
Webseite: <https://hospiz-neumuenster.de/de/>

Hospiz-Förder-Verein Itzehoe e.V.

Steinbrückstraße 17
25524 Itzehoe
Tel.: 04821 73076 / 04821 717640
E-Mail: info@hospiz-itzehoe.de
Webseite: <https://hospiz-itzehoe.jimdofree.com/>

Rendsburg / Eckernförde

Trauerbegleitung

Pflege LebensNah

Prinzenstraße 8
24768 Rendsburg
Tel.: 04331 94 37 117
E-Mail: deuber@pln-netz.de
Webseite: <https://www.pflegelebensnah.de/beratung/trauerbegleitung>

Allgemein / Schleswig-Holstein

Auf der Seite des **Hospiz- und Palliativverband Schleswig-Holstein e.V.** ist eine Übersicht über Hilfsangebote in ganz Schleswig-Holstein zu finden, z.B. Ambulante Hospizdienste, Stationäre Hospize sowie Angebote zur Trauerbegleitung: <https://www.hpvsh.de/>

Beratung und Anlaufstellen rund um das Thema Geschlecht, Sexualität, Partnerschaft, Schwangerschaft und Familie

Kiel

Beratung zu Sexualität, Schwangerschaft oder Partnerschaft pro familia Beratungsstelle Kiel

Bergstraße 5
24103 Kiel
Tel.: 0431 86230
E-Mail: kiel@profamilia.de
Webseite: <https://www.profamilia.de/>

Frauenberatungsstelle / Eß-o-Eß

u.a. auch: Schwangeren- und Schwangerenkonfliktberatung, Hilfe bei häuslicher Gewalt
Kurt-Schumacher-Platz 5
24109 Kiel
Tel.: 0431 524241
E-Mail: mail@frauentreff-essoess.de
Webseite: <http://www.frauenberatung-essoess.de/>

Zuflucht, Schutz und Hilfe für Frauen und ihre Kinder

Kieler Frauenhaus
Tel.: 0431/68 18 25
Webseite: <https://www.frauenhaus-kiel.de/de/>

Beratungsstelle „Die Lerche“

Beratungsstelle des Frauenhauses Kiel
Olshausenstraße 13
24118 Kiel
Tel.: (0431) 67 54 78 bzw. 67 94 833
E-Mail: Beratungsstellelerche@frauenhaus-kiel.de
Webseite: <https://www.frauenhaus-kiel.de/de/beratungsstelle.html>

Psychosoziale Frauenberatungsstelle donna klara

in Trägerschaft des Vereins Psychosoziale Frauenberatung donna klara e. V.
Goethestr. 9
24116 Kiel
Tel: 0431 5 57 93 44
E-Mail: psychosozial@donna-klara.de
Webseite: <http://www.donna-klara.de/>

Beratungsstelle Kiel für Frauen, Familien und Schwangere

Sozialdienst katholischer Frauen e.V. Kiel
Muhliusstraße 67
24103 Kiel
Tel. 0431 - 55 47 66
E-Mail: beratungsstelle-ki@skf-kiel.de
Webseite: <https://www.skf-kiel.de/beratungsstellen/schwangerschaftsberatung/kiel.html>

Aidshilfe Kiel e.V.

Königsweg 19
24103 Kiel
Telefon: (04 31) 5 70 58-0
E-Mail: info@aidshilfe-kiel.de
Webseite: <https://www.aidshilfe-kiel.de/>

Frauenberatungs- und Fachstelle bei sexueller Gewalt Kiel**In Trägerschaft des Frauennotruf Kiel e. V.**

Dänische Straße 3-5

D-24103 Kiel

Tel. (0431) 9 11 44

E-Mail: info@frauennotruf-kiel.de

Webseite: <https://www.frauennotruf-kiel.de/>

HAKI e.V.: Raum für lesbische, schwule, bi*, trans*, inter* und queere Menschen in Schleswig-Holstein

Walkerdamm 17

24103 Kiel

Teil.: 0431 17090

E-Mail: post@haki-sh.de

Webseite: <https://haki-sh.de/>; <https://www.facebook.com/haki.sh.ev/>

Flensburg / Schleswig**Fachberatungsstelle zu sexualisierter Gewalt gegen Mädchen und Frauen****Schutz + Beratung bei häuslicher und sexualisierter Gewalterfahrung**

Webseite: <https://fin-flensburg.de/>

Wilma – Beratungsstelle und Treffpunkt für Frauen

Nikolaikirchhof 5

24937 Flensburg

Tel.: 0461 – 90 90 82 20

E-Mail: wilma@fin-flensburg.de

Webseite: <https://fin-flensburg.de/wilma/>

Frauennotruf

Nikolaikirchhof 5

24937 Flensburg

Tel.: 0461-90 90 82 00

E-Mail: frauennotruf@fin-flensburg.de

Webseite: <https://fin-flensburg.de/frauennotruf/>

Frauenhaus

Tel.: 0461 – 4 63 63

Fax: 0461 – 470 00 31

E-Mail: frauenhaus@fin-flensburg.de

Webseite: <https://fin-flensburg.de/frauenhaus/>

Beratung zu Sexualität, Schwangerschaft oder Partnerschaft**pro familia Beratungsstelle Flensburg**

Marienstr. 29 – 31

24937 Flensburg

Tel.: 04 61 - 90 92 620

E-Mail: flensburg@profamilia.de

Webseite: <https://www.profamilia.de/>

Beratungsstelle für Frauen, Familien und Schwangere**Sozialdienst katholischer Frauen e.V. Kiel - Beratungsstelle Flensburg**

Dr.-Todsen-Straße 4

24937 Flensburg

Tel. 0461 - 24 82 4

E-Mail: beratungsstelle-fl@skf-kiel.de

Webseite: <https://www.skf-kiel.de/beratungsstellen/schwangerschaftsberatung/flensburg.html>

Außenstelle Tarp (Terminvergabe über die Beratungsstelle Flensburg)

Im DGF Familienbildungsstätte/ Familienzentrum Tarp

Schulstraße 7b

24963 Tarp

HIV AIDS Beratungsstelle Flensburg

Südergraben 59
24937 Flensburg
Tel.: 04 61 - 14 19-430
E-Mail: über Kontaktformular
Webseite: <http://www.aidshilfe-fl.de/de/startseite/>

Frauenzentrum Schleswig e.V.

Capitolplatz 4
24837 Schleswig
Tel.: 04621-25 54 4
E-Mail: info@frauenzentrum-schleswig.de
Webseite: www.frauenzentrum-schleswig.de

Lübeck**biff Lübeck e. V.: Beratung und Information für Frauen und Mädchen****Schwerpunktthemen: sexueller Missbrauch, Essstörungen, Problemen in der Partnerschaft**

Holstenstraße 37-41
23552 Lübeck
Tel.: 0451 7060202
E-Mail: info@biff-luebeck.de
Webseite: <http://www.biff-luebeck.de/>

Frauenfachberatungsstelle und Migrationsberatung**Frauenkommunikationszentrum Aranat e. V**

Steinrader Weg 1
23558 Lübeck
Tel.: 0451 4082850
E-Mail: info@aranat.de
Webseite: <https://www.aranat.de/>

Beratung und Hilfe bei sexueller Gewalt und Belästigung**Frauennotruf Lübeck**

Musterbahn 3
23552 Lübeck
Tel.: 0451 - 70 46 40
E-Mail: kontakt@frauennotruf-luebeck.de
Webseite: <http://frauennotruf-luebeck.de/>

Schwangeren- und Schwangerschaftskonfliktberatung**Beratungszentrum Hüxterdamm**

Hüxterdamm 18
23552 Lübeck
Tel. (0451) 79 32 29
E-Mail: familienberatung@gemeindediakonie-luebeck.de
Webseite: <https://www.gemeindediakonie-luebeck.de/kinder/jugend/familie/schwangeren-und-schwangerschaftskonfliktberatung>

Lübecker AIDS-Hilfe e.V.

Kreuzweg 2 / Ecke Lindenstraße
23558 Lübeck
Telefon 0451 72551 und 704133
E-Mail: info@luebecker-aids-hilfe.de
Webseite: www.luebecker-aids-hilfe.de

Neumünster

Beratung zu Sexualität, Schwangerschaft oder Partnerschaft

pro familia Beratungsstelle Neumünster

Goebenplatz 4

24534 Neumünster

Tel.: 04321 - 2527190

E-Mail: neumuenster@profamilia.de

Webseite: <https://www.profamilia.de/>

Beratungsstelle für Frauen, Familien und Schwangere

Sozialdienst katholischer Frauen e.V. Kiel - Beratungsstelle Neumünster

Linienstraße 1

24534 Neumünster

Tel. 0 43 21 - 14 27-0

E-Mail: beratungsstelle-nms@skf-kiel.de

Webseite: <https://www.skf-kiel.de/beratungsstellen/schwangerschaftsberatung/neumuenster.html>

Außenstelle Nortorf: Kontakt über die Beratungsstelle Neumünster

In der KiTa Nortorf

Kieler Straße 29 a

24589 Nortorf

Fragen und Beratung zu HIV und anderen sexuell übertragbaren Infektionen

Aids-Hilfe Neumünster e.V.

Kieler Str. 51

24534 Neumünster

Tel.: Büro: 0 43 21 66 8 66

Tel.: Beratung: 0 43 21 19 4 11

E-Mail: info@aids-hilfe-neumuenster.de

Webseite: <https://www.aids-hilfe-neumuenster.de/>

Fachberatung bei häuslicher und sexualisierter Gewalt e.V.

Notruf Neumünster

Fürsthof 7

24534 Neumünster

Tel. 0 43 21 / 4 23 03

E-Mail: frauennotruf.nms@t-online.de

Webseite: <https://www.frauennotruf-neumuenster.de/>

Autonomes Frauenhaus Neumünster

Beratung, Unterstützung und Zuflucht

24505 Neumünster

Tel.: 04321 / 467 33

E-Mail: info@frauenhaus-neumuenster.de

Webseite: <https://www.frauenhaus-neumuenster.de/inhalt/>

Rendsburg / Eckernförde

!Via Frauenberatung in Rendsburg-Eckernförde

Verein Frauen helfen Frauen e.V.

!Via Eckernförde

Langebrückstraße 8

24340 Eckernförde

Tel. 04351 - 3570

!Via Rendsburg

Königstraße 20

24768 Rendsburg

Tel.: 04331 - 4354393

E-Mail: info@frauenberatung-via.de

Webseite: <https://www.viaeckernfoerde.de/>

Schwangeren- und Schwangerschaftskonfliktberatung

Diakonie Rendsburg-Eckernförde

Am Holstentor 16

24768 Rendsburg

Telefon (04331) 69 63 30

Schleswiger Straße 33

24340 Eckernförde

Telefon (04351) 89 31 10

Webseite: <https://www.diakonie-rd-eck.de/kinder-jugend-und-familie/schwangerenberatung.html>

Allgemein / Schleswig-Holstein

pro familia Schleswig-Holstein bietet in 13 Beratungsstellen und 6 spezialisierten Einrichtungen Beratung, Information und Fortbildung rund um die Themen Sexualität, Partnerschaft, Schwangerschaft, Familie an. Eine Übersicht über das umfangreiche Beratungsangebot findet ihr hier: <https://www.profamilia.de/angebote-vor-ort/schleswig-holstein.html>

Eine bundesweite **pro familia Online-Beratung** gibt es zusätzlich: <https://www.profamilia.de/publikation-forum-onlineberatung/online-beratung.html>

Auf der Internetseite des Landesverbandes Frauenberatung Schleswig-Holstein (LFSH) e.V. findet ihr eine detaillierte Übersicht inklusive Kontaktstellen und Ansprechpartner*innen **aller Frauenberatungsstellen und Notrufe** in ganz Schleswig-Holstein: <https://www.lfsh.de/>

Eine Übersicht über alle **Beratungsangebote für Männer**, die sexuelle und häusliche Gewalt erlebt haben, findet ihr auf der folgenden Webseite. Beratungsangebote gibt es u.a. in Flensburg, Kiel und Elmshorn:
<https://www.maennerberatung-sh.de/index.html>

Hilfe-Portal Sexueller Missbrauch

Über das bundesweite **Hilfe-Portal Sexueller Missbrauch** finden Sie Beratungsstellen, Notdienste, Therapeutinnen und Therapeuten sowie Flüchtlingsberatungsstellen in Ihrer Region, die Ihre Fragen zu sexuellem Missbrauch beantworten können. <https://www.hilfe-portal-missbrauch.de/startseite>

Bundesweit / überregionale Angebote

Hilfe-Telefon Sexueller Missbrauch

Das **Hilfe-Telefon Sexueller Missbrauch** ist die bundesweite, kostenfreie und anonyme Anlaufstelle für Jugendliche und Erwachsene, die Entlastung, Beratung und Unterstützung suchen, die sich um ein Kind sorgen, die einen Verdacht oder ein "komisches Gefühl" haben, die unsicher sind und Fragen zum Thema stellen möchten.

- Das Hilfe-Telefon ist unter der Rufnummer **0800 22 55 530** erreichbar.
- Das Hilfe-Telefon bietet Jugendlichen und Erwachsenen auch eine **Online-Beratung** per Mail oder Chat: <https://www.hilfe-telefon-missbrauch.online/>

Bundesweites Hilfetelefon "Gewalt gegen Frauen"

Das Hilfetelefon "Gewalt gegen Frauen" ist ein bundesweites Beratungsangebot für Frauen, die Gewalt erlebt haben oder noch erleben. Unter der Nummer 08000 116 016 und via Online-Beratung werden Betroffene aller Nationalitäten, mit und ohne Behinderung – 365 Tage im Jahr, rund um die Uhr beraten und unterstützt. Auch Angehörige, Freundinnen und Freunde sowie Fachkräfte beraten wir anonym und kostenfrei.

Telefonnummer: 08000 116 016

Webseite: <https://www.hilfetelefon.de/>

Beratung für Migrant*innen und Menschen mit Fluchthintergrund

Kiel

Flüchtlingsrat Schleswig-Holstein e.V.

Sophienblatt 82-86

24114 Kiel

Tel.: (0)431-735 000

E-Mail: office@frsh.de

Webseite: <https://www.frsh.de/home/>

AWO Interkulturell: Migrationsberatung

IntegrationsCenter Mettenhof

Sibeliusweg 4

24109 Kiel

Tel: 0431 / 51 14 - 0

E-Mail: migration@awo-sh.de

Webseite: www.awo-sh.de und www.awo-kiel.de

AWO IntegrationsCenter Ost: Migrationsberatung

Bürgerzentrum Räucherei

Preetzer Straße 35

24143 Kiel-Gaarden

Tel: 0431 / 77 570 34

Caritas-Migrationsdienst Kiel: Migrationsberatung

Muhliusstr. 67

24103 Kiel

Tel.: 0431 / 38 01 59-7

E-Mail: migration@caritas-kiel.de

Webseite: www.caritas-sh.de

Außenstelle Kiel-Gaarden

Mehrgenerationenhaus

Elisabethstraße 64

24143 Kiel

Tel.: 0431 / 38 01 59-7

Migrationsberatung für erwachsene Zuwanderer

DRK-Kreisverband Kiel e.V.

Kurt-Schumacher-Platz 7

24109 Kiel

Tel.: 0431 / 260 98-615

E-Mail: migration@drk-kiel.de

Webseite: <https://www.drk-kiel.de/angebote/hilfe-bei-integration/migrationsberatung-fuer-erwachsene-zuwanderer.html>

Migrationsberatung

ZBBS Zentrale Bildungs- und Beratungsstelle für Migrant*innen in Schleswig-Holstein e. V.

Sophienblatt 64 a

24114 Kiel

E-Mail: info@zbbs-sh.de

Webseite: www.zbbs-sh.de

Migrationsarbeit**Landeshauptstadt Kiel, Amt für Soziale Dienste, Referat für Migration**

Stefan-Heinzel-Str. 2

24116 Kiel

Tel.: 0431 901-2430

E-Mail: referat-migration@kiel.de

Webseite: https://www.kiel.de/de/gesundheit_soziales/migration/migrationsberatung.php

Ausblick – Koordinierung und Beratung zur Unterstützung traumatisierter Flüchtlinge in Kiel**Kieler Fenster**

Hamburger Chaussee 4

24114 Kiel

Tel.: 0431 64980-73 / -74

Webseite: <http://www.kieler-fenster.de/html/projekt-ausblick/>

Chance Elisee: Beratung und Begleitung für Migrantinnen und Migranten mit psychischen Problemen

Elisabethstr. 55

24143 Kiel

Tel.: 0431 22071-0

Tel.: 0431 22071-12

E-Mail: chance-elisee@kieler-fenster.de

Webseite: www.kieler-fenster.de

Frauenberatungsstelle/Eß-o-Eß**auch: Unterstützung / Begleitung von Migrantinnen**

Kurt-Schumacher-Platz 5

24109 Kiel

Tel.: 0431 524241

E-Mail: mail@frauentreff-essoess.de

Webseite: <http://www.frauenberatung-essoess.de/>

Myriam: Mobile Beratungsstelle für geflüchtete Frauen in Schleswig-Holstein

Muhliusstraße 67

24103 Kiel

Tel.: 0431-55 77 91 93

Mobil: 0170- 935 08 00

E-Mail: myriam@frauenwerk.nordkirche.de

Webseite: www.myriam.sh

TIO - Treff- und Informationsort für Migrantinnen e. V.: Beratungsstelle von Migrantinnen für Migrantinnen

Dänische Straße 3-5

24103 Kiel

Tel.: 0431-67 17 78

E-Mail: mig@tio-kiel.de

Webseite: www.tio-kiel.de

Migrationsberatung Schleswig-Holstein**Türkische Gemeinde in Schleswig-Holstein e. V. Kiel**

Elisabethstr. 59

24143 Kiel

Tel.: 0431 76-114/-115

E-Mail: mbsh-ki@tgsh.de

Webseite: www.tgsh.de

Flensburg / Schleswig

Migrationsberatung und Migrationsberatung für erwachsene Zugewanderte Flensburg
Diakonisches Werk des Kirchenkreises Schleswig-Flensburg
Johanniskirchhof 19/19 a
24937 Flensburg
Tel.: 0461 48083-15 und -17
E-Mail: migration-msb@diakonie-sfl.de
Webseite: <https://www.kirchenkreis-schleswig-flensburg.de/diakonisches-werk/angebote-in-flensburg/weitere-beratungsangebote/migrationsfachdienst.html>

Migrationsberatung

Diakonisches Werk des Kirchenkreises Schleswig-Flensburg

Norderdomstr. 6
24837 Schleswig
Tel.: 04621 3811-54 / Mobil: 0160 3202845
E-Mail: jkowald@diakonie-sfl.de
Webseite: <https://www.kirchenkreis-schleswig-flensburg.de/diakonisches-werk/angebote-in-schleswig/migrationsfachdienst.html>

Saheli – Internationale Frauenwerkstatt

Beratungsangebote zur Unterstützung von Migrantinnen

Bahnhofstr. 23
24837 Schleswig
Tel.: 04621 32718
E-Mail: sahelifreundin@gmx.de

Lübeck

Frauenfachberatungsstelle & Migrationsberatung

Frauenkommunikationszentrum Aranat e. V.

Steinrader Weg 1
23558 Lübeck
Tel.: 0451 4082850
E-Mail: info@aranat.de
Internet: <https://www.aranat.de/>

Migrationsberatung

Türkische Gemeinde in Schleswig-Holstein e. V.

Außenstelle Lübeck
Holstenstr. 13-15
23552 Lübeck
Tel.: 0451-3969833/34
E-Mail: info-hl@tgsh.de
Webseite: www.tgsh.de

Vermittlung medizinischer Hilfe für Geflüchtete und Migrant*innen ohne Zugang zur Gesundheitsversorgung, anonym und nach Möglichkeit kostenlos

c/o AWO Integrationscenter Lübeck
Große Burgstraße 51
23552 Lübeck
Tel.: 01577 93 38 144
E-Mail: info@medibuero-luebeck.de
Webseite: www.medibuero-luebeck.de

Migrationsberatung

Caritasverband für das Erzbistum Hamburg e. V. – Stadt Lübeck

Fegefeuer 2
23552 Lübeck
Tel.: 0451 799 46 22
E-Mail: migrationsberatung@caritas-luebeck.de
Webseite: www.caritas-luebeck.de

Kurse und Beratung

Haus der Kulturen - Interkulturelle Begegnungsstätte e. V.

Parade 12

23552 Lübeck

Tel.: 0451 75532

E-Mail: ikb@hausderkulturen.eu

Webseite: www.hausderkulturen.eu

Migrationsfachdienst

Gemeindediakonie Lübeck gGmbH

Haus der Diakonie

Mühlentorplatz 1

23552 Lübeck

Tel. 0451 613 201 13

E-Mail: bauke@gemeindediakonie-luebeck.de

Webseite: www.gemeindediakonie-luebeck.de

IntegrationsCenter Lübeck

AWO Landesverband Schleswig-Holstein e. V. - AWO interkulturell - Stadt Lübeck

Große Burgstr. 51

23552 Lübeck

Tel.: 0451 29 69 09 90

www.awo-sh.de

Interkulturelle Frauenarbeit

Evangelisches Frauenwerk Lübeck-Lauenburg

Steinrader Weg 11

23558 Lübeck

Tel.: 0451 300 86 87 13

E-Mail: y.duezen@gmx.de oder frauenwerk-hl@kirche-ll.de

Webseite: www.frauenwerk-luebeck-lauenburg.de

migration-in-luebeck.de ist ein Internetportal des Forums für Migration in Lübeck und bündelt Adressen und Informationen für Migrant*innen, die in Lübeck leben: www.migration-in-luebeck.de

Neumünster

Migrationsberatung für erwachsene Zugewanderte / Flüchtlingsberatung

Diakonisches Werk des Kirchenkreises Altholstein GmbH – Stadt Neumünster

Haart 224

24539 Neumünster

Tel.: 04321 25 22 130 14 /-13

E-Mail: migration@diakonie-altholstein.de

Migrationsberatung für erwachsene Zugewanderte

DRK Kreisverband Neumünster e. V.

Schützenstr. 14-16

24534 Neumünster

Tel.: 04321 4191-0

E-Mail: mbe@drk-nms.de

Webseite: www.drk-nms.de/angebote/migrationsarbeit.html

Migrationsdienst für erwachsene Zugewanderte

Caritasverband für das Erzbistum Hamburg e. V. – Neumünster

Liniestr. 1

24534 Neumünster

Tel.: 04321 14606

E-Mail: mina.mincheva@caritas-im-norden.de

Webseite: www.caritas-sh.de

IntegrationsCenter Neumünster
AWO Landesverband Schleswig-Holstein e. V. – AWO interkulturell – Neumünster
Goebenplatz 2
24534 Neumünster
Webseite: www.awo-sh.de

Rendsburg / Eckernförde

Migrationsberatung Schleswig-Holstein

Diakonie Rendsburg-Eckernförde
E-Mail: info@diakonie-rd-eck.de

Rendsburg	Eckernförde
Am Holstentor 16	Schleswiger Straße 33
24768 Rendsburg	24340 Eckernförde
Tel.: 04331 6963-0	Telefon: (04351) 89 311 0

Beratung: Flüchtlingshilfe und Integration

Stadtverwaltung Rendsburg
Am Gymnasium 4
24768 Rendsburg
Tel.: +49 (0) 4331 / 206 - 668
E-Mail: fluechtlingshilfe@rendsburg.de
Webseite: <https://www.rendsburg.de/leben-in-rendsburg/menschen-mit-migrationshintergrund/integration/beratungsstellen.html>

Allgemein / Schleswig-Holstein

Eine **Übersicht über alle Beratungsstellen** für Migrant*innen und Menschen mit Fluchthintergrund in Schleswig-Holstein ist auch auf der Seite des Flüchtlingsrats Schleswig-Holstein zu finden:
<https://www.frsh.de/service/beratungsstellen/>

Sowie auf der Seite der Landesregierung Schleswig-Holstein:

https://www.schleswig-holstein.de/DE/Fachinhalte/I/integration/mbsh_migrationsberatungsstellen.html

Beratung- und Anlaufstellen zum Thema Diskriminierungs-, Rassismus- und Gewalterfahrungen

Allgemein / Schleswig-Holstein

zebra e.V.: Zentrum für Beratung für Betroffene rechter Angriffe

Beratung von Betroffenen, Angehörige und Zeug*innen nach rassistischen, antisemitischen und anderen rechtsmotivierten Angriffen

Kleiner Kuhberg 2-6

24103 Kiel

Tel.: 0431 - 30140379

E-Mail: info@zebraev.de

Webseite: <https://www.zebraev.de/startseite/>

Regionale Beratungsteams gegen Rechtsextremismus

Die Büros der Regionalen Beratungsteams gegen Rechtsextremismus (RBT) in **Lübeck, Itzehoe, Flensburg und Kiel** sind eine Einrichtung des AWO Landesverbands Schleswig – Holstein e.V. und der Aktion Kinder- und Jugend- schutz Schleswig-Holstein e.V.

Alle Kontaktdaten der regionalen Beratungsteams sind hier zu finden:

<https://www.ldz-sh.de/themen/extremismus-bekaempfen/rechtsextremismus/regionale-beratungsteams-schleswig-holstein.html>

PROvention: Präventions- und Beratungsstelle gegen religiös begründeten Extremismus

Tel.: 0431/ 7394 926

E-Mail: provention@tgsh.de

Webseite: <http://provention.tgsh.de>

Antidiskriminierungsverband Schleswig-Holstein (advsh) e.V.

Beratung für Betroffene, Fortbildungen und Vernetzung

Herzog-Friedrich-Straße 49

24103 Kiel

Tel.: 0431 696 684 55

E-Mail: fi-beratung@advsh.de

Webseite: <https://www.advsh.de/>

IGO - Institut für Gewaltprävention und Opferschutz

Wahmstraße 9-11

23552 Lübeck

Telefon: 0451/5820921

E-Mail: info@igo-sh.de

Webseite: <http://www.igo-sh.de/index.html>

WEISSE RING: Ansprechpartner in Sachen Opferhilfe und Kriminalprävention

Landesbüro Schleswig-Holstein

Telefon: 04331/4349909

E-Mail: Schleswig-Holstein@weisser-ring.de

Website: <https://schleswig-holstein.weisser-ring.de/>

Auf der Webseite finden Sie Kontaktdaten zu allen Außenstellen in ganz Schleswig-Holstein.

Antidiskriminierungsstelle des Landes Schleswig-Holstein

Karolinenweg 1

24105 Kiel

Tel.: 0431 988-1240

E-Mail: antidiskriminierungsstelle@landtag.ltsh.de

Webseite: <http://www.landtag.ltsh.de/beauftragte/bb-ad/>

Online und telefonische Beratung

Hast-Du-Stress-Portal

Das Hast-Du-Stress-Portal ist Kontaktbrücke zwischen Kindern, Jugendlichen und jungen Erwachsenen in Not und den professionellen regionalen Beratungsstellen. Es soll Jugendlichen in Sorgen und Not helfen, schnell und einfach, die für sie richtige Beratungsstelle und damit professionelle Hilfe zu finden.

Hier findest du Informationen und Beratungsangebote:

- **Nach Kreisgebieten und Orten sortiert:** Beratungsstellen, Fachstellen, Jugendmigrationsdienste, Jugendtreffs in Schleswig-Holsten
- **Beratungsstellen nach Themen sortiert:** Sucht, Gewalt, Integration, Sexualität, Schule, Lebenslagen
- **Krisentelefone und Onlineberatungen** – bundesweit und regional

Alles zu finden unter: <https://www.hast-du-stress.de/index.html>

NummergegenKummer

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

Kinder- und Jugendtelefon

anonym und kostenlos, vom Handy und Festnetz

montags – samstags: von 14 – 20 Uhr

Tel.: 116 111

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

Online Beratung

Schreiben statt sprechen – Online-Beratung per Mail oder Chat

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

Elterntelefon: Beratung bei Sorgen um Ihr Kind

anonym und kostenlos, vom Handy und Festnetz

montags – freitags von 9 – 11 Uhr

dienstags + donnerstags von 17 – 19 Uhr

Tel.: 0800 111 0 550

Webseite: <https://www.nummergegenkummer.de/elterntelefon.html>

Hilfe bei Cybermobbing, WhatsApp-Stress & Co.

Onlineberatung von Jugendlichen für Jugendliche

Beratung auf juuuport.de oder per Messenger (WhatsApp oder Telegram)

Webseite: www.juuuport.de

Krisentelefone & Anlaufstellen in Notlagen

Ganz gleich, ob Probleme mit dem Partner oder im Job oder finanziellen Schwierigkeiten- in Notlagen gibt es hier Hilfe und professionelle Beratung:

<https://familienportal.de/familienportal/lebenslagen/krise-und-konflikt/krisetelefone-anlaufstellen>

Beratung und Anlaufstellen zum Thema Jobs, Zukunft und Berufe

Kiel

Jugendberufsagentur Kiel (JBA Kiel)

Die Jugendberufsagentur Kiel unterstützt junge Menschen im Übergang von der Schule in das Berufsleben.

Vor Ort: unterschiedliche Standorte, siehe Webseite

Tel.: 0431/9011901

E-Mail: info@iba-kiel.de

Webseite: <https://www.iba-kiel.de/>

Agentur für Arbeit Kiel: Berufsberatung

Adolf-Westphal-Straße 2

24143 Kiel

Tel.: 0800 / 4 5555 00

Jobcenter für Jugendliche

Gaardener Ring 3

24143 Kiel

Tel.: 0431/ 23762-5000431 / 23762-500

(Mo., Di, Do., Fr. 08:00 Uhr bis 12:00 Uhr)

Erziehungsberatungsstelle Jugendberatung

Kleiner Kuhberg 22-26

24103 Kiel

Tel.: 0431 / 94232

E-Mail: EB-Mitte@kiel.de

Flensburg / Schleswig

Jugendberufsagentur Schleswig/Flensburg

Flensburger Straße 19 B, 24837 Schleswig

Kirchstraße 7, 24376 Kappeln

E-Mail: info@iba-sl-fl.de

Webseite: [www.iba-sl-fl.de](https://iba-sl-fl.de)

Lübeck

Jugendberufsagentur Lübeck

Hans-Böckler-Str. 1, 23560 Lübeck

Tel.: (0451) 122 – 54 44

E-Mail: jugendberufsagentur@luebeck.de

Webseite: <https://iba.luebeck.de/>

Auf der Webseite findest du alle weiteren Kontaktmöglichkeiten.

Neumünster

Jugendberufsagentur Neumünster

Webseite: www.iba-nms.de

E-Mail: info@iba-nms.de

Berufsberater/innen der Agentur für Arbeit Neumünster

Brachenfelder Straße 45, 24534 Neumünster

Tel.: 0800 4 55 55 00

E-Mail: Neumuenster.151-Berufsberatung-vor-dem-Erwerbsleben@arbeitsagentur.de

Weitere Jugendberufsagenturen in Schleswig-Holstein:

Kreis Dithmarschen

Webseite: www.jugendberufsagentur-dithmarschen.de

Kreis Herzogtum Lauenburg

Webseite: www.jba-rz.de

Kreis Nordfriesland

Webseite: www.jba-nf.de

Kreis Pinneberg

Webseite: www.jba-kreis-pinneberg.de

Kreis Plön

Webseite: www.jba-kreis-ploen.de

Kreis Segeberg

Webseite: www.jba-segeberg.de

Beratungen zu Ausbildungen

Passgenau Besetzung von Ausbildungsplätzen

Die Mitarbeiter/innen der Passgenauen Besetzung führen gezielt Ausbildungsbetriebe und Jugendliche zusammen.

Dieser Vermittlungsservice ist kostenlos.

IHK Kiel, Lübeck und Flensburg

Webseite: [https://www.ihk.de/schleswig-holstein/bildung/ausbildung/auszubildende/passgenaue-vermittlung- ausbildung-1372012](https://www.ihk.de/schleswig-holstein/bildung/ausbildung/auszubildende/passgenaue-vermittlung-ausbildung-1372012)

Passgenaue Besetzung von Ausbildungsplätzen

Handwerkskammer Lübeck

Breite Straße 10-12

23552 Lübeck

Für Hansestadt Lübeck, Kreis Ostholstein & Herzogtum Lauenburg

Beratungsstelle Kiel

Willestraße 5-7

24103 Kiel

Für Städte Kiel, Neumünster sowie Kreise Plön, Segeberg & Pinneberg

Webseite: <https://www.hwk-luebeck.de/ausbildung/fuer-auszubildende.html>

Lehrstellenbörse für Ausbildungsplätze

<https://www.hwk-luebeck.de/ausbildung/wege-ins-handwerk/lehrstellenboerse.html>

Platz für Notizen



GPS – Gesellschaft für Paritätische Soziale Dienste GmbH
Paritätische Freiwilligendienste
Zum Brook 4
24143 Kiel

Telefon: 0431 5602-42
E-Mail: fsj@paritaet-sh.org

www.fsj-sh.org | www.bfd-sh.org