

„Es ist okay, Hilfe zu rufen.“

Sie können sich bei Problemen gerne immer an Ihre Ansprechperson im Jobcenter Delmenhorst wenden.

Notruf

Polizei: 110

Polizeistation Delmenhorst: 04221 1559-0

Hilfetelefone

„Telefon-Seelsorge“

Tel. 0800 / 111 0 111 ,0800 / 111 0 222 (kostenfrei, anonym, 24 Stunden erreichbar)

www.telefonseelsorge.de

„Gewalt gegen Frauen“

Tel. 116 016 (kostenfrei, anonym, 24 Stunden erreichbar, in 17 Sprachen)

www.hilfetelefon.de/

„Gewalt an Männern“

Tel. 0800 1239900 (kostenfrei, anonym, Mo- Do 8-13 Uhr u. 15-20 Uhr; Fr. 8 - 15 Uhr)

www.maennerhilfetelefon.de)

„Krisentelefon gegen Zwangsheirat“

Tel. 0800 0667888 (kostenfrei, anonym, zwangsheirat@kargah.de)

[Bündnis Niedersachsen - Hilfetelefon Zwangsheirat](#)

„Nummer gegen Kummer“

Tel.: 116 111 (Kinder- und Jugendtelefon, kostenfrei, anonym, Mo - Sa 14 - 20 Uhr)

Tel.: 0800 111 0550 (Elterntelefon, kostenfrei, anonym, 24 Stunden erreichbar)

Tel.: 0800 500 2250 (Helpline Ukraine, kostenfrei, anonym, Mo – Fr 14 – 17 Uhr)

www.nummergegenkummer.de)

„Schwangere in Not“

Tel. 0800 40 40 020 (kostenfrei, anonym, 24 Stunden erreichbar, [Bundesamt für Familie - Schwangere in Not](#))

Hilfe vor Ort

Frauenhaus Delmenhorst

Tel. 04221 968181

(frauenhaus@awo-delmenhorst.de)

BISS - Gewaltschutzberatungsstelle

Tel. 04221 968182

(biss@awo-delmenhorst.de)

Beratungsstelle gegen sexuellen Missbrauch an Mädchen und Jungen

Tel. 04221-992450 (Kirchplatz 13, 27749 Delmenhorst, fachstelle@delmenhorst.de)

Allgemeiner Sozialer Dienst (Jugendamt Delmenhorst)

Tel. 04221- 991130 (Siemershaus, Am Stadtwall 10, 27749 Delmenhorst)

Psychologische Beratungsstelle für Kinder, Jugendliche und Erwachsene

Tel. 04221-14143 (Bismarckstraße 26, 27749 Delmenhorst, psychologische-beratungsstelle@delmenhorst.de)