

Telefonnummern & Internetseiten Bundesweit

Nummer gegen Kummer: Telefonberatung für Kinder, Jugendliche: Tel. **116 111** - Montag bis Samstag jeweils von 14 bis 20 Uhr. Anonym und kostenlos vom Handy und Festnetz. www.nummergegenkummer.de

Das Elterntelefon richtet sich an Mütter und Väter, die sich unkompliziert und anonym konkrete Ratschläge holen möchten: Tel. **0800 111 0550** montags bis freitags von 9 bis 11 Uhr und dienstags und donnerstags von 17 bis 19 Uhr.

"Pausentaste – wer anderen hilft, braucht manchmal selbst Hilfe" unterstützt junge Pflegende mit gezielter Beratung und Information. Unter Tel. **116 111** erreichen ratsuchende Kinder und Jugendliche die Hotline von Montag bis Samstag jeweils von 14 bis 20 Uhr. www.pausentaste.de

Hilfetelefon "Gewalt gegen Frauen": Unter der kostenlosen Telefonnummer **08000 116 016** beraten und informieren die Mitarbeiterinnen in 18 Sprachen zu allen Formen von Gewalt gegen Frauen. www.hilfetelefon.de

Hilfetelefon "Sexueller Missbrauch": Tel. **0800 22 55 530**. Montags, mittwochs und freitags von 9 bis 14 Uhr sowie dienstags und donnerstags von 15 bis 20 Uhr bundesweit, kostenfrei und anonym ist das Hilfetelefon für Jugendliche und Erwachsene erreichbar. Unter www.save-me-online.de ist das Online-Beratungsangebot des Hilfetelefons erreichbar.

Hilfetelefon "Schwangere in Not": Unter der Nummer **0800 40 40 020** bietet es anonym, kostenfrei und rund um die Uhr Hilfe und Unterstützung für schwangere Frauen. www.schwanger-und-viele-fragen.de

„Keine Gewalt- und Sexualstraftat begehen“: Anonyme telefonische therapeutische Hilfestellung für Menschen, die befürchten eine Straftat zu begehen, von BIOS-BW (Behandlungsinitiative Opferschutz) e.V. unter der bundesweiten kostenfreien Hotline **0800 70 222 40** - Montag bis Freitag jeweils von 9 bis 18 Uhr.

www.jugendnotmail.de Für Kinder und Jugendliche von 10 – 19 Jahren. Per E-Mail in Gruppenchat oder in offenen Foren Unterstützung, Rat und Austausch finden.

www.jmd4you.de Beratung von jüngeren Menschen mit Migrationshintergrund.

www.offroadkids.de Hilfsorganisation für Straßenkinder in Deutschland. Onlineberatung für junge Menschen in Not unter www.sofahopper.de (Angebot für Minderjährige und junge Volljährige bis max. 27 Jahre).

www.bke-beratung.de Bietet professionelle Beratungsangebote über das Internet für Jugendliche und Eltern an. Anonym, kostenfrei und Datensicher.

TelefonSeelsorge: Ausgebildete ehrenamtliche Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter stehen Ratsuchenden zu verschiedenen Themen, bei Sorgen und Krisen zur Seite. Die kostenfreie Hotline ist unter **0800/111 0 111** und **0800/111 0 222** unter **116 123** zu erreichen. Unter www.telefonseelsorge.de können Sie mehr erfahren und auch die Mail- und Chatberatung nutzen.

Auf dem Webportal „Mein Weg nach Deutschland“ (www.goethe.de/mwnd) finden ihr/Sie Informationen im Text-, Audio- und Videoformat über das alltägliche Leben in Deutschland

und Deutschübungsangebote ab dem Niveau A1. Außerdem gibt es eine Beratungsrubrik mit einer interaktiven Karte für wichtige Adressen in Deutschland (u.a. Ausländerbehörden, Integrationskursträger und Beratungsstellen wie Jugendmigrationsdienste). Das Webportal gibt es in 26 verschiedenen Sprachen.

SeeleFon: Das Beratungstelefon der Familien-Selbsthilfe Psychiatrie richtet sich an Angehörige psychisch erkrankter Menschen und psychisch erkrankte Menschen selbst. Unter 0180 950 951 (Telefonkosten bei Anrufen aus dem deutschen Festnetz 14 Cent pro Minute) und **0228 – 71 00 24 24** (dt. Festnetzgebühren) ist die Hotline Montag bis Freitag von 10 bis 20 Uhr, Mittwoch bis 21 Uhr und Samstag von 14 bis 16 Uhr zu erreichen. Sie können auch per E-Mail Kontakt aufnehmen und sich austauschen unter seelefon@psychiatrie.de. Weitere Infos unter www.bapk.de

SeeleFon für Flüchtlinge: Am Beratungstelefon ist unter der Nummer **0228 – 71 00 24 25** (dt. Festnetzgebühren) montags, dienstags und mittwochs von 10 bis 12 Uhr und von 14 bis 15 Uhr geschultes Personal zur Unterstützung in den Sprachen Arabisch, Englisch und Französisch erreichbar.

Telefonnummern & Internetseiten Worms

Auf www.worms.de findest du/Sie immer die neusten Informationen, Telefonnummern und Hilfsangebote in der Stadt Worms. Auch die Rheinland – Pfälzische Landesregierung hat auf ihren Seiten ein Informationsportal eingerichtet. Unter www.corona.rlp.de findet ihr/Sie alle landesweiten Infos zum Thema.

Warbede-Frauennotruf Worms ist unter der Nummer **06241/ 60 94** oder/und per Mail: notruf@frauenzentrumworms.de zu erreichen.

Frauenhaus Worms, DRK Kreisverband Worms unter der Nummer **06241/ 4 35 91**.

Mit Jugend gegen Drogen gGmbH Worms unter der Nummer **06241/ 20 49 10**

Familienhotline Stadt Worms – ein Angebot der städtischen Familien-, Kinder-, und Jugendhilfe unter der Nummer **06241/ 853-50 55** Mo. – Fr. 10 – 14 Uhr.