

7) Hilfe bei Gewalt

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 (E-Mail/Chat) unterstützen wir Betroffene aller Nationalitäten (Beratung in 17 Sprachen), mit und ohne Behinderung – 365 Tage im Jahr, rund um die Uhr. Auch Angehörige, Freundinnen und Freunde sowie Fachkräfte beraten wir anonym und kostenfrei.

Telefon: **08000 116 016**

Mehr Infos: <https://www.hilfetelefon.de/>

"Nummer gegen Kummer"

Kinder- und Jugendtelefon: 116 111

Anonym und kostenlos vom Handy und Festnetz

montags - samstags von 14 - 20 Uhr

Online-Beratung per Mail oder Chat

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

Das Elterntelefon: 0800 111 0550

Anonym und kostenlos vom Handy und Festnetz

montags – freitags von 9 – 17 Uhr

und zusätzlich: dienstags + donnerstags von 17 – 19 Uhr

Mehr Infos: <https://www.nummergegenkummer.de/elterntelefon.html>

Frauenhäuser in Hamburg

Die Koordinierungs- und Servicestelle der Hamburger Frauenhäuser steht mit ihrem **Notruf** rund um die Uhr zur Verfügung.

Telefon: 040-8000 4 1000

E-Mail: schutz@24-7-frauenhaeuser-hh.de

Mehr Infos: <https://hamburgerfrauenhaeuser.de/startseite>

LÂLE - Interkulturelle Beratungsstelle für Opfer von häuslicher Gewalt und Zwangsheirat- in der IKB e.V.

Die kostenfreie Beratung ist vertraulich und auf Wunsch anonym. Sie findet bei Bedarf muttersprachlich oder mit Hilfe einer Dolmetscher*in statt und auch außerhalb der Beratungsstellen.

Offene Beratungszeiten:

Dienstag: 10:00 Uhr - 13:00 Uhr

Mittwoch: 14:00 Uhr - 17:00 Uhr

In diesen Zeiten können Sie uns telefonisch erreichen. Persönliche Beratung findet nur nach vorheriger Vereinbarung und unter Einhaltung von Schutzvorkehrungen statt.

So kann man uns erreichen:

LÂLE in der IKB e.V.

Brahmsallee 35

20144 Hamburg

Telefon: 040 – 30 22 79 78

Beratung per E-Mail: lale@ikb-integrationszentrum.de

Mehr Infos: <https://ikbev.de/ueber-lale/>

i.bera - verikom

i.bera ist eine interkulturelle Beratungsstelle für Opfer von häuslicher Gewalt und Zwangsheirat.

Beratung nach Terminvereinbarung:

Telefon: 040 350 1772 26

Kontaktformular: [Bitte hier klicken!](#)

Email: i.bera@verikom.de

Weitere Infos: <https://www.verikom.de/gewaltschutz/ibera-ueber-uns/ibera-beratungsangebot/>

Telefonische Sprechzeiten:

Montags	12.00 – 16.00 Uhr
Dienstags	09.30 – 13.00 Uhr
Mittwochs	12.00 – 15.00 Uhr
Donnerstags	10.00 – 13.00 Uhr
Freitags	09.30 – 13.00 Uhr

Offene Beratungszeit:

Montag	13.00 – 16.00 Uhr
Donnerstag	10.00 – 13.00 Uhr

Wir beraten kostenfrei, vertraulich und bei Bedarf muttersprachlich oder mit Hilfe eine*r Dolmetscher*in.

intervento – proaktive Interventionsstelle bei häuslicher Gewalt und Stalking

Beratungstermine nur nach Vereinbarung.

Kontakt:**verikom am Wohlerspark**

Holstenstraße 79/81

22767 Hamburg

Tel.: 040 – 226 226 27

Fax: 040 – 41307081

E-Mail: intervento@verikom.de

Mehr Infos: <http://www.verikom.de/gewaltschutz/intervento>

empower – Beratung für Betroffene rechter, rassistischer und antisemitischer Gewalt

Die Beratung ist weiterhin erreichbar.

Aufgrund der pandemiebedingten Einschränkungen bieten wir vor allem wieder Telefon- und Videoberatungen an. Beratungen in unseren Räumen finden bei Bedarf auch weiterhin statt. Wir beachten dabei die notwendigen Abstandsregeln und Hygienemaßnahmen.

Wir bitten Sie und Euch darum, einen Termin zu vereinbaren. Erreichbar sind wir per Telefon oder E-Mail.

Tel.: (040) 284016-67

E-Mail: empower@hamburg.arbeitundleben.de

Gemeinsam finden wir Möglichkeiten Sie zu unterstützen.

Weitere Informationen finden Sie auch auf unsere Webseite:

www.hamburg.arbeitundleben.de/empower