

„Du bist nicht allein“ - Psychosoziale Angebote für Rat- und Hilfesuchende
an den Osterfeiertagen in Nordvorpommern

- **Suchtberatung Ribnitz-Damgarten (Ev. Suchtkrankenhilfe M-V, Körkwitzer Weg 48)**
Telefonische Erreichbarkeit: 03821/3900069 am 28.3.2024 und 2.4.2024 von 8:00 - 16:00 Uhr & offene Sprechstunde am 2.4.2024 von 13:00 - 15:00 Uhr
- **Suchtberatungs- und Behandlungsstelle Grimmen (J.-Odebrecht-Stiftung Greifswald)**
Telefonische Erreichbarkeit: 038326/465191 am 28.3.2024 von 8:00 - 17:30 Uhr und am 2.4.2024 von 8:00 - 13:30 Uhr
- **Sozialpsychiatrischer Dienst Ribnitz-Damgarten & Grimmen Information, Beratung und Hilfe**
Telefonische Erreichbarkeit: 03831/3572330 am 28.3.2024 von 9:00 - 12:00 Uhr & 13:30 - 16:00 Uhr & am 2.4.2024 von 9:00 - 12:00 & 13:30 - 18:00 Uhr
- **Pflegestützpunkt Ribnitz-Damgarten (Gänsestraße 2), Sozial- und Pflegeberatung**
Telefonische Erreichbarkeit: 03831/357 1807/1808 am 28.03.2024 von 9:00 - 12:00 Uhr & 13:30 - 16:00 Uhr, am 2.04.2024 von 9:00 - 12:00 Uhr & 13:30 - 18:00 Uhr. Persönliche Beratung am 28.03.2024 von 9:00 - 12:00 & 13:30 - 16:00 Uhr, am 2.04.2024 von 9:00 - 12:00 Uhr & 13:30 - 18:00 Uhr
- **KompetenzZentrum KIEK IN, Sozialmanufaktur Ribnitz-Damgarten (Fischergasse) für Klient/innen die AbW erhalten, die Sozialmanufaktur besuchen und für alle die Gesprächsbedarf haben. sowie ganzjährige telefonische Erreichbarkeit (Tel.: 0176/63840222 oder Tel.: 0172/8318934, gerne auch per WhatsApp)**
- **Selbsthilfegruppen**
Selbsthilfegruppe Alkohol/Sucht „Second Chance“ am 28.3.2024 um 18:30 Uhr (Drogen- und Suchtberatungsstelle Körkwitzer Weg 48 in Ribnitz-Damgarten)
Selbsthilfegruppe Blaues Kreuz RDG am 28.3.2024 um 19:00 Uhr (KompetenzZentrum KIEK IN, Am Markt 7/8)
Selbsthilfegruppe „Narcotics Anonymous“ Zingst am 1.4.2024 um 18:00 Uhr (Lesecafé der evangelischen Gemeinde)
- Weitere Angebote der Selbsthilfegruppen in Nordvorpommern finden Sie unter: www.kiss-stralsund.de/flyer
- **Interventionsstelle gegen häusliche Gewalt und Stalking**
Telefonische Erreichbarkeit 03831/307750 am 28.3. & 2.4.2024 von 8:00 - 15:00 Uhr
- **BeLa - Beratungsstellen für Betroffene von häuslicher Gewalt**
Telefonische Erreichbarkeit: 0176/74708335 am 28.3.2024 von 8:00 - 16:00 Uhr und ab 4.4.2024 von 8:00 - 16:00 Uhr
- **Bundesweite kostenlose Hilfetelefon Gewalt gegen Frauen, ganzjährig 24h unter der Tel.: 08000/116016**
- **Telefonisches Unterstützungsangebot der Lazarus-Dienste Stralsund**
Telefonische Erreichbarkeit: 03831/4639230 täglich (auch am Wochenende und Feiertagen) von 8:00 - 22:00 Uhr
- **Ambulante mobile Krebsberatung** richtet sich an alle Krebspatienten, ihre Angehörigen und wichtige Bezugspersonen. Die Beratung erfolgt kostenfrei, auf Wunsch anonym und es bedarf keiner Überweisung. Telefonische Erreichbarkeit: 03834/8552266 am 28.3. & 2.4.2024 von 9:00 bis 15:00 Uhr. Von Karfreitag bis Ostermontag ist die Beratungsstelle nicht besetzt. Hilfesuchende können an diesen Tagen auf den Anrufbeantworter sprechen und es erfolgt am 2.4.2024 ein Rückruf durch die Kolleginnen.
- **Telefonische Sprechzeit „Vergiss mich nicht“** - Ihr regionales Beratungstelefon ist ein Angebot des Netzwerkes Demenz Vorpommern-Rügen und des Fördervereins für Menschen mit Demenz e.V.
Telefonische Erreichbarkeit: 0176/21299112 am 29.3.2024 von 13:00 - 15:00 Uhr

- **Hilfe am Telefon bei seelischen Problemen (EX-IN M-V)** - Telefonische Beratung und Begleitung von Menschen mit psychischen Krisenerfahrungen für Menschen mit psychischen Beeinträchtigungen sowie deren Angehörige und Freunde
 Telefonische Erreichbarkeit: 0176/16374159 am 1.4.2024 von 14:00 - 18:00 Uhr
 Chat: digitalberatung-mv.assisto.online

- **Regionale Notfallnummern bei psychischen Notfall-Situationen**
 - Helios Hansekllinikum Stralsund Tel.: 03831/350
 - Tel.: 03831/450

 - Helios Hansekllinikum Stralsund, Krankenhaus West
 Belegungsmanager für die Stationen, Herr Münzner
 Telefonische Erreichbarkeit am 28.3.2024 und 2.4.2024 von 7:00 - 15:30 Uhr Tel.: 03831/452151

 - Krankenhaus West: An den Osterfeiertagen die 03831/450 oder die Stationen direkt anwählen:**
 - Station 50 Nacht- und Notstation Tel.: 03831/451720
 - Station 51 Allgemeinpsychiatrie/Psychosen/Zwangsstörungen Tel.: 03831/452190
 - Station 52 Akutpsychiatrie Tel.: 03831/452110
 - Station 53 Psychosomatik Tel.: 03832/452120
 - Station 54 Traumafolgestörungen, Persönlichkeitsstörungen, Essstörungen Tel.: 03831/452130
 - Station 55 Gerontopsychiatrische Station Tel.: 03831/452160
 - Station 56 Suchtmedizin/Entgiftung Tel.: 03831/451710
 - Station 58 Suchtmedizin/Qualifizierte Entzugsbehandlung Tel.: 03831/451740

- **Aufsuchende psychiatrische Hilfe vom Helios Hansekllinikum Stralsund** (für volljährige Personen, die sich in einer stark belastenden Lebenssituation oder psychischen Krise befinden und bei denen trotz der schwierigen Umstände eine Behandlung im häuslichen Umfeld umgesetzt werden kann)
 Telefonische Erreichbarkeit: 03831/452150 am 28.3.2024 und 2.4.2024 von 7:30 - 15:30 Uhr

- **Bundesweite Notfallnummern bei Depression und anderen psychischen Notfall-Situationen**
 - TelefonSeelsorge (Kostenfrei rund um die Uhr) Tel.: 0800 111 0 111
 - Tel.: 0800 111 0 222

 - Elterntelefon (Mo - Fr 9:00 - 11:00 Uhr, Di - Do: 17:00 - 19:00 Uhr) Tel.: 0800 111 05 50

- **Bundesweiter ärztlicher Bereitschaftsdienst:** **116 117**
- **Rettungsdienst** **112**
- **Polizei** **110**