

Notfall

Wenn Sie sich in einer psychischen Krise befinden und den Eindruck haben, alleine nicht mehr klar zu kommen, können Sie rund um die Uhr die **Rettungsstelle der Psychiatrischen Klinik** aufsuchen.

Klinikum Ernst von Bergmann

Klinik für Psychiatrie, Psychotherapie und Psychosomatik Psychiatrische Notaufnahme

In der Aue 59-61
14480 Potsdam

Hotline-Handy der Klinik: 0170-5782634 (rund um die Uhr erreichbar)

<https://www.klinikumevb.de/zentren-kliniken-institute/zentrum-fuer-psychiatrie-und-neurologie/klinik-fuer-psychiatrie-und-psychotherapie.html>

Klinikum Ernst von Bergmann

Psychiatrische Institutsambulanz mit Schwerpunkt Psychosomatik Charlottenstraße 72

14467 Potsdam
Gebäude S, Ebene 1
Tel.: 0331-24137586

<https://www.klinikumevb.de/zentren-kliniken-institute/zentrum-fuer-psychiatrie-und-neurologie/klinik-fuer-psychiatrie-und-psychotherapie.html>

Wenn Sie sich in einer psychischen Krise befinden oder sich Sorgen um Angehörige oder Freunde machen, können Sie sich auch an den **Sozialpsychiatrischen Dienst** wenden. Dort sind in der Regel Psychiater, Sozialarbeiter und Psychologen tätig, die Sie unterstützen können.

Sozialpsychiatrischer Dienst Potsdam

Hegelallee 6-10, Haus 2 14467 Potsdam
Tel.: 0331-2892428 SPDI@Rathaus.potsdam.de

<https://vv.potsdam.de/vv/oe/173010100000007996.php>

Telefonische/ Online Unterstützung

Telefonische und online Unterstützung erfolgt kostenlos und wenn gewünscht auch anonym in Krisen, wenn Sie kurzfristige eine Person zur Entlastung benötigen.

Telefonseelsorge

24h täglich

Tel. 0800 – 111 0 111

Tel. 0800 – 111 0 222

<https://www.telefonseelsorge.de>

Hier gibt es mittlerweile auch online-Angebote über die Mail-Seelsorge oder Chat-Seelsorge:

<https://online.telefonseelsorge.de>

Dipl.-Psych. Katja Wrobel | Psychologische Psychotherapeutin | Fachkunde: Systemische Therapie

Praxis am Park Babelsberg | Spindelstr. 5a | 14482 Potsdam

Telefon: 0157 - 3042 0804 | Mail: kontakt@praxis-katja-wrobel.de | Web: www.praxis-katja-wrobel.de

Muslimisches Seelsorge Telefon

8 - 24h täglich

Tel. 030 – 443 509 821

www.mutes.de

Telefon Doweria

Russischsprachige Telefonseelsorge

24h täglich

Tel. 030 – 4403 084 – 22

Tel. 030 – 4403 084 - 23

www.doweria-chat.de

Kinder- und Jugendtelefon

Mo – Sa 14-20h

Tel. 116 111

www.nummergegenkummer.de

Elterntelefon

Mo – Frei 9-11h, Di, Do 17-19h

Tel. 0800 - 111 0 550

www.nummergegenkummer.de

Pflege in Not

Beratungsstelle bei Konflikt und Gewalt in der Pflege älterer Menschen

Tel. 030 - 6959 8989

www.pflege-in-not.de

In Fällen von Gewalt und Bedrohung

Polizeirevier Potsdam

Henning-von-Tresckow-Straße 9-13

14467 Potsdam

Tel.: 0331 - 5508-0

oder

Notruf 110

Klinikum Ernst von Bergmann

Medizinische Soforthilfe nach Vergewaltigung

Zentrale Notaufnahme

Neubau BB, Ebene 1 Charlottenstraße 72

Tel. 0331- 241 - 350 51 (24h)

Sagen Sie bei der Auf- / Notaufnahme den Schlüsselsatz: **"Ich brauche dringend ein Gespräch mit einer Gynäkologin"** (Frau) **"Ich brauche dringend ein Gespräch mit einem Urologen"** (Mann). Sie werden dann schnell und diskret von der Aufnahme zum Facharzt geleitet.

<https://www.klinikumebv.de/soforthilfenachvergewaltigung.html>

Frauenhaus Potsdam

Postfach 60 01 32

14401 Potsdam

Tel. 0331 - 9645 16

Mail. frauenhaus@frauenzentrum-potsdam.de

Frauennotwohnung Potsdam

Tel: 0331 - 7409 078

Tel. 0179 - 5307 598

Mail. notwohnung@frauenzentrum-potsdam.de

Frauenberatungsstelle Potsdam

Garnstraße 33

14482 Potsdam

Tel. 0331 - 9746 95

Dipl.-Psych. Katja Wrobel | Psychologische Psychotherapeutin | Fachkunde: Systemische Therapie

Praxis am Park Babelsberg | Spindelstr. 5a | 14482 Potsdam

Telefon: 0157 - 3042 0804 | Mail: kontakt@praxis-katja-wrobel.de | Web: www.praxis-katja-wrobel.de

Mail. frauenberatung@frauenzentrum-potsdam.de

Opferberatung / Trauma-Ambulanz Potsdam

Jägerstr. 36
14467 Potsdam

Tel. 0331 - 2802 725

<https://www.opferhilfe-brandenburg.de/traumaambulanz/>

Weißer Ring

Tel. 0151 - 5516 4716

<https://potsdam-stadt-brandenburg.weisser-ring.de/>