

Hilfe bei „Kummer“ und (Häuslicher) Gewalt!

Eine Information der Gleichstellungsbeauftragten von Stadt und Landkreis Ludwigsburg und dem Referat Prävention des Polizeipräsidiums Ludwigsburg.

Sorgen um die Gesundheit, Existenzängste oder ein Familienleben auf engstem Raum: Alles Stressfaktoren die zu Überforderung und Fällen von (häuslicher) Gewalt führen können. Unser gemeinsamer Appell an alle Bürgerinnen und Bürger: Bitte seien Sie aufmerksam, als Nachbar und Nachbarin, als Freund und Freundin, als Bekannte und Bekannter oder einfach als Beobachter und Beobachterin. Schauen Sie nicht weg!

Kostenlos und anonym erhalten Sie insbesondere an den folgend genannten Stellen fachkundige Unterstützung und Beratung unter anderem bei drohender oder tatsächlicher (Häuslicher) Gewalt.

An die bundesweiten Hilfetelefone und lokalen Beratungsstellen vor Ort im Landkreis Ludwigsburg können sich neben Betroffenen auch Freunde, Angehörige, Nachbarn, Bekannte oder besorgte Menschen wenden. Im Regelfall ist dies **auch per Mail und per Chat** möglich. Und wenn es eskaliert, sollte niemand davor zurückschrecken, die **Polizei unter 110** zu rufen. Oder falls erforderlich den **Notarzt unter 112**.

Weitere Informationen enthält der Flyer „**Der Runde Tisch gegen häusliche Gewalt in Stadt und Landkreis Ludwigsburg**“ und die Broschüre „**Stopp: Keine Gewalt**“ in einfacher Sprache. Diese und weitere Informationen können Sie bei der Gleichstellungsbeauftragten unter www.landkreis-ludwigsburg.de/gleichstellung herunterladen.

Wer kann helfen?

| Frauen* | |
|--|--|
| Hilfetelefon „Gewalt gegen Frauen“ www.hilfetelefon.de täglich 24 Stunden, in 18 Sprachen (Neu: ukrainisch) | 08000 116 016 |
| Hilfetelefon „Schwangere in Not“ www.geburt-vertraulich.de täglich 24 Stunden, in 18 Sprachen | 0800 4040 020 |
| pro familia - Beratungsstelle Schwangerschaft und Geburt, finanzielle Hilfen www.profamilia@ludwigsburg.de montags – freitags, 9 – 11 Uhr montags 16.30 – 18.30 Uhr, donnerstags 15.30 – 17.30 Uhr | 07141 923 444 vor Ort! |
| Beratungszentrum Frauen für Frauen Häusliche Gewalt sowie Fachberatungsstellen: Trennung/Scheidung, Sexualisierte Gewalt, Essstörungen www.frauenfuerfrauen-lb.de montags – freitags, 9 – 11 Uhr | 07141 90 11 70 vor Ort! |



| | |
|--|---|
| Yasemin - Beratungsstelle für junge Migrantinnen www.eva-stuttgart.de täglich – es erfolgt ein Rückruf info@eva-yasemin.de | 0711 65 86 95 26 0711 65 86 95 27 Online – Beratung |
| Kinder, Jugendliche und Eltern | |
| Hilfetelefon für Kinder und Jugendliche www.nummergegenkummer.de montags – samstags, 14 – 20 Uhr montags, mittwochs, donnerstags, 10 – 12 Uhr www.jugendnotmail.de | 116 111 Online - Beratung |
| Jugendamt: Allgemeiner Sozialer Dienst www.landkreis-ludwigsburg.de montags – freitags, 8.30 – 12 Uhr montags – mittwochs, 13.30 – 17 Uhr donnerstags, 13.30 – 18 Uhr | 07141 144 386 07141 144 387 vor Ort! |
| Psychologische Beratungsstelle für Eltern, Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene www.landkreis-ludwigsburg.de montags – freitags, 8.30 – 12.00 Uhr montags – mittwochs, 13.30 – 15.30 Uhr donnerstags, 13.30 - 18 Uhr www.bke-beratung.de | 07141 144 2529 vor Ort! Online - Beratung |
| Kinderschutzbund Ludwigburg www.kinderschutzbund-lb.de montags, dienstags, freitags, 10 – 12 Uhr donnerstags, 14 – 16 Uhr | 07141 902766 vor Ort! |
| Hilfetelefon für Eltern www.nummergegenkummer.de montags – freitags, 9 – 17 Uhr dienstags + donnerstags, 17 – 19 Uhr | 0800 111 0 550 |
| Caritas - Beratungsstelle www.caritas-ludwigsburg-waiblingen-enz.de montags, mittwochs, donnerstags 9 – 11.30 Uhr, 14 – 17 Uhr dienstags 14 – 17 Uhr, freitags 9 – 11.30 Uhr https://beratung.caritas.de | 07141 2520730 vor Ort! Online-Beratung |
| Landesverband alleinerziehender Mütter und Väter www.vamv-bw.de | Online - Beratung |
| Fachstelle für Alleinerziehende www.landkreis-ludwigsburg.de montags – freitags, 9 – 12 Uhr dienstags 13 – 16 Uhr, donnerstags 13 – 18 Uhr | 07141 144 2104 07141 144 42781 07141 144 42889 vor Ort! |
| Medizinische Kinderschutzhotline www.kinderschutzhotline.de täglich 24 Stunden | 0800 19 210 00 |



| Männer* | |
|--|---|
| Hilfetelefon „Gewalt an Männern“ www.maennerhilfetelefon.de montags – donnerstags, 9 - 13 Uhr, 16 – 20 Uhr freitags, 9 – 15 Uhr | 0800 123 99 00 |
| Beratung männliche Opfer www.sozialberatung-ludwigsburg.de montags – freitags, 9 – 12 Uhr dienstags + donnerstags, 16 – 19 Uhr | 07141 299 67 35 vor Ort! |
| Speziell: Sexueller Missbrauch | |
| Hilfetelefon Sexueller Missbrauch www.hilfe-portal-missbrauch.de montags, mittwochs, freitags, 9 – 14 Uhr dienstags + donnerstags, 15 – 20 Uhr | 0800 22 55 530 |
| Fachberatungsstelle gegen sexuelle Gewalt an Kindern und Jugendlichen www.silberdistel-ludwigsburg.de montags – donnerstags, 9 – 12 Uhr | 07141 688 71 90 vor Ort! |
| Speziell: Gewalttätige und gewaltbereite Personen | |
| Hilfetelefon für „tatgeneigte“ Personen www.bevor-was-passiert.de montags – freitags, 9 – 18 Uhr | 0800 70 222 40 |
| Krisentelefon Sozialberatung www.sozialberatung-ludwigsburg.de montags – freitags, 9 – 12 Uhr dienstags + donnerstags, 16 – 19 Uhr | 07141 299 67 35 vor Ort! |
| Fachstelle STELLWERK Beratungsstelle für sexuell grenzverletzende junge Menschen www.jugendhilfe-hochdorf.de dienstags + mittwochs, 13 – 18 Uhr | 07141 991 934 25 vor Ort! |
| Hotline gegen Gewalt www.euline.eu montags – freitags 9 – 17 Uhr | 01805 439 258 (14 ct. / min.) |
| Allgemein | |
| Polizei www.polizei-bw.de/internetwache täglich, 24 Stunden | 110 |
| Hilfetelefon Opferberatung www.weisser-ring.de täglich, 7 – 22 Uhr Außenstelle Ludwigsburg täglich | 116 006 0151 551 648 54 vor Ort! |
| Opferentschädigung www.landkreis-ludwigsburg.de montags – donnerstags, 8.30 – 11.30 Uhr donnerstags, 14 – 16 Uhr | 07141 144 42559 vor Ort! |



| | |
|---|--|
| Opferberatungshilfe Seehaus (Standort Leonberg) www.seehaus-ev.de montags – donnerstags, 8.15 – 13 Uhr + 14 – 17 Uhr freitags, 8.15 – 13 Uhr | 07152 33 123 500 vor Ort! |
| Corona-Psycho-Hotline www.psyhotline-corona-bw.de täglich 8 – 20 Uhr | 0800 377 377 6 |
| Telefonseelsorge www.telefonseelsorge.de täglich, 24 Stunden https://online.telefonseelsorge.de | 0800 1110111 0800 1110222 Online-Beratung |
| Besondere Herausforderungen | |
| Helpline Ukraine www.nummergegenkummer.de montags – freitags, 14 - 17 Uhr (ukrainische und russische Sprache) | 0800 500 225 0 Neu! |
| Pflegetelefon www.wege-zur-pflege.de montags – donnerstags, 9 – 18 Uhr | 030 2017 9131 |
| Pflegestützpunkte Landkreis Ludwigsburg www.landkreis-ludwigsburg.de/pflegestuetzpunkte | 07141 144 0 vor Ort! |
| Sucht & Drogen Hotline www.sucht-und-drogen-hotline.de täglich, 24 Stunden | 01806 313031 (0,20 €/min.) |

Weitere Informationen!

Gewalt

www.staerker-als-gewalt.de
www.gewaltschutz.info

Frauen*

www.frauen-gegen-gewalt.de

Kinder und Jugendliche

www.gewalt-ist-nie-ok.info
www.kein-kind-alleine-lassen.de
www.trau-dich.de

Männer*

www.maennerberatungsnetz.de

*und andere Geschlechtsidentitäten