

Wegweiser für Krisen- und Notsituationen

Dieser Wegweiser basiert auf dem Wegweiser des Psychosozialen Krisendienstes des Gesundheitsamtes und ist – in einer ausführlicheren Version – auch auf den Internetseiten der Landeshauptstadt Dresden zu finden:
www.dresden.de/krisenwegweiser

1. Hilfe bei Nofällen und akuten Krisen, Angebote rund um die Uhr

- Rettungsleitstelle
 - In lebensbedrohlichen Situationen, die schnelle medizinische Hilfe erfordern; bei Feuer
 - Telefon: 112
- Polizei
 - Bei Gefahr für Leib und Leben, Überfall, Gewalt, Bedrohung und Unfällen
 - Telefon: 110
- Kassenärztlicher Bereitschaftsdienst
 - Bei nicht lebensbedrohlichen, medizinischen Notlagen
 - Telefon: 116 117
- Psychiatrische Akut-Stationen der Dresdner Krankenhäuser
 - Vier Dresdner Krankenhäuser verfügen über Kliniken für Psychiatrie und Psychotherapie, in denen Personen bei psychiatrischen Nofällen oder bei akuter Suizidalität aufgenommen werden. Grundsätzlich kann man die Klinik frei wählen. Wenn jedoch keine Betten frei sind, ist die für das Einzugsgebiet zuständige Klinik zur Aufnahme verpflichtet. Zu empfehlen ist deshalb die Alarmierung der Rettungsleitstelle, die erste Hilfe vermittelt und über die notwendigen Informationen verfügt.
 - Universitätsklinikum Carl Gustav Carus, Klinik und Poliklinik für Psychiatrie und Psychotherapie, Akutaufnahmestation PSY-S1 in Haus 25, Telefon: (03 51) 45 80
 - Städtisches Klinikum Dresden, Kliniken für Psychiatrie und Psychotherapie
 - Standort Friedrichstadt, Telefon: (03 51) 48 00
 - Standort Weißer Hirsch, Telefon: (03 51) 8 56 61 29
 - St. Marien-Krankenhaus, Fachkrankenhaus für Psychiatrie, Psychotherapie und Neurologie, Telefon: (03 51) 8 83 20
- Frauenschutzhhaus Dresden e. V.
 - Für Frauen und ihre Kinder, die von psychischer, physischer und sexueller Gewalt bedroht oder betroffen sind: Krisenintervention, Beratung, Aufnahme
 - Notrufnummer: (03 51) 2 81 77 88
 - Webseite: www.fsh-dresden.de

- Anonyme Mädchenzuflucht
 - für Mädchen und junge Frauen von 12 bis 21 Jahren, die von psychischer, physischer und sexueller Gewalt bedroht oder betroffen sind: Krisenintervention, Beratung, Aufnahme
 - Notrufnummer: (03 51) 2 51 99 88
 - Webseite: www.maedchenzuflucht-dresden.de
- Hilfetelefon Gewalt gegen Frauen
 - Bundesweit, kostenlos, vertraulich
 - Notrufnummer: (08 00) 0 11 60 16
 - Webseite: www.hilfetelefon.de
- Babyklappe/Mütternotruf
 - Notruf für Mütter in Krisensituationen in der Zeit der Schwangerschaft und im Leben mit ihrem Kind, auch anonym
 - Standort Babyklappe: Bautzner Straße 52, 01099 Dresden
 - Notruf: (01 80) 4 23 23 23
 - Webseite: www.kaleb-dresden.de
- Vertrauliche Geburt/bundesweites Hilfetelefon
 - „Schwangere in Not – anonym und sicher“: Beratung zu allen Fragen der vertraulichen Geburt
 - Telefon: (08 00) 4 04 00 20
 - Webseite: www.geburt-vertraulich.de
- Telefonseelsorge
 - anonymes Gesprächsangebot für Menschen in belastenden Lebenssituationen und Krisen, gebührenfrei
 - Telefon: (08 00) 1 11 01 11
 - Telefon: (08 00) 1 11 02 22
 - Webseite: www.telefonseelsorge.de
- Helpline Dresden der RAA Sachsen
 - Notfallnummer für Migrantinnen und Migranten, Kontaktvermittlung zu anderen Beratungsangeboten, bei Bedarf zur Polizei
 - deutsch/englisch: täglich 24 Stunden
 - arabisch: Mittwoch & Freitag 18 bis 9 Uhr des Folgetages, Sonnabend & Sonntag 15 bis 9 Uhr des Folgetages
 - Telefon: (03 51) 85 07 52 22
 - Webseite: www.raa-sachsen.de/helpline-dresden
- Sucht- und Drogen-Hotline
 - Beratung und Information für Betroffene und Angehörige – bundesweit
 - Telefon: (01 80) 6 31 30 31 (0,14 Euro/ Minute im Festnetz)
 - Webseite: www.sucht-und-drogen-hotline.de

2. Krisendienst, Sozialpsychiatrischer Dienst, Krisentelefone

- Psychosozialer Krisendienst Gesundheitsamt Dresden
 - Beratung und Unterstützung bei psychischer Belastung und in akuten Krisen- und Notsituationen für Frauen, Männer, Paare
 - Öffnungszeiten:
 - Montag bis Donnerstag: 8 bis 12 Uhr & 13 bis 17 Uhr
 - Freitag: 8 bis 14 Uhr

- Telefon: (03 51) 4 88 53 41 (Montag bis Freitag 9 bis 11 Uhr)
 - Webseite: www.dresden.de/krisendienst
- Dresdner Krisentelefon „Telefon des Vertrauens“
 - Außerhalb der Öffnungszeiten des Krisendienstes besteht die Möglichkeit einer telefonischen Krisenberatung durch das Dresdner Telefon des Vertrauens.
 - Telefon: (03 51) 8 04 16 16
 - Täglich: 17 bis 23 Uhr
 - Webseite: www.dresden.de/krisentelefon
- Sozialpsychiatrischer Dienst Gesundheitsamt Dresden
 - Der Sozialpsychiatrische Dienst ist Anlaufstelle für Menschen mit seelischen Störungen oder psychischen Erkrankungen und zu den Öffnungszeiten Ansprechpartner für Krisensituationen. Die Mitarbeiterinnen sind auch aufsuchend tätig. Die Dienststellen sind jeweils für bestimmte Stadtgebiete zuständig:
 - Dresden-West, Telefon: (03 51) 4 88 53 61
 - Dresden-Nord, Telefon: (03 51) 4 88 53 04
 - Dresden-Mitte, Telefon: (03 51) 4 88 84 22
 - Dresden Süd/Ost, Telefon: (03 51) 4 77 74 40
 - Öffnungszeiten:
 - Montag und Freitag: 8.30 bis 12 Uhr
 - Dienstag und Donnerstag: 9 bis 18 Uhr
 - Webseite: www.dresden.de/spdi
- Elterntelefon
 - Nummer gegen Kummer – bundesweit
 - Telefon: (08 00) 1 11 05 50
 - Montag bis Freitag: 9 bis 11 Uhr
 - Dienstag und Donnerstag: 17 bis 19 Uhr
- Hilfetelefon Sexueller Missbrauch – bundesweit
 - Telefon: (08 00) 2 25 55 30
 - Montag, Mittwoch, Freitag: 9 bis 14 Uhr
 - Dienstag und Donnerstag: 15 bis 20 Uhr
 - Webseite: www.hilfeportal-missbrauch.de
- Hilfetelefon Schwierige Geburt
 - Mittwochs 12-14 Uhr und donnerstags 19-21 Uhr
 - Telefon: 0228 92959970
 - Webseite: www.hilfetelefon-schwierige-geburt.de
- [U25] Beratung bei Suizidgedanken und Krisen
 - Beratung per Mail von gleichaltrigen Peers aus Dresden
 - u25@caritas-dresden.de
 - Website: <https://www.u25-dresden.de/>

3. Spezielle Hilfsangebote in der Postpartalzeit

- Mutter-Kind-Ambulanz des Universitätsklinikums Dresden: ambulante Spezialsprechstunde für Schwangere oder Frauen in der Postpartalzeit
 - Anmeldung unter: 0351 458 2070
 - Website: <https://www.uniklinikum-dresden.de/de/das-klinikum/kliniken-polikliniken-institute/pso/patienteninformationen/tageskliniken/mutter-kind-tagesklinik>

- Mutter-Kind-Tagesklinik des Universitätsklinikums Dresden
 - spezielle Einrichtung zur Förderung der Mutter-Kind-Bindung
 - Anmeldung unter: 0351 458 17094
 - Website: <https://www.uniklinikum-dresden.de/de/das-klinikum/kliniken-polikliniken-institute/pso/patienteninformationen/tageskliniken/mutter-kind-tagesklinik>
- Psychotherapeutische Elternambulanz des Städtischen Klinikums Dresden, Standort Weißer Hirsch
 - Förderung der Eltern-Kind-Bindung, Unterstützung bei psychischen Krisen, chronischer Überlastung und Überforderung oder Kindern mit Verhaltensauffälligkeiten (z. B. „Schreibabys“)
 - Anmeldung: 0351 856 6340
 - Website: https://www.klinikum-dresden.de/psychosomatik/Ambulanzen_Sprechstunden/Psychotherapeutische+Elternambulanz.html
- Familienhebammen des Gesundheitsamtes Dresden
 - freiwilliges, kostenfreies und vertrauliches Angebot für Eltern in schwierigen Lebenssituationen während der Schwangerschaft bis 12 Monate nach der Geburt
 - Telefon: 0351 4888248
 - Website: <https://www.dresden.de/de/leben/kinder/geburt/hebammen.php>
- Schreibaby- und Regulationsprechstunden
 - Regulationsprechstunde im SPZ des Städtischen Klinikums: Hilfe für Eltern mit Kindern von 0-3 Jahren bei Regulationsstörungen (Schlafen, Schreien, Füttern)
 - Standort Dresden Neustadt
 - Anmeldung: 0351 856 3550
 - Schreibabysprechstunde des Gesundheitsamtes, Ramona Blümel (Familienhebamme/Fachberaterin für Emotionelle Erste Hilfe)
 - Telefon: 0351 4888248
 - Website: <https://www.dresden.de/de/leben/kinder/geburt/schreibbaby.php>
 - Schreibabyambulanz Anke Bohrich und Almut Heitmann
 - Telefon: 0163 7036607 oder 0172 4569831
 - Website: <https://schreibbaby-ambulanz-dresden.de>

4. Beratung für Betroffene von Gewalt, Straftaten und Unfällen

- Dresdner Interventions- und Koordinierungsstelle (DIK) gegen häusliche Gewalt, Gewalt im sozialen Nahraum
 - Beratung und Hilfe für Betroffene von physischer, psychischer und sexueller Gewalt
 - Die Mitarbeiterinnen sind zum Teil aufsuchend tätig. Beratungstermine nach telefonischer Vereinbarung.
 - Telefon: (03 51) 8 56 72 10
 - Webseite: www.fsh-dresden.de
- Opferhilfe Dresden e. V.
 - Beratung für Betroffene von Straftaten, Angehörige, Zeuginnen und Zeugen

- Telefon: (03 51) 8 01 01 39
 - Webseite: www.opferhilfe-sachsen.de
- Weisser Ring e. V.
 - Unterstützung für Opfer von Straftaten
 - Opfer-Telefon: 11 60 06
 - Telefon Dresden: (03 51) 85 07 44 96
 - Webseite: www.weisser-ring.de
- Traumaambulanz des Zentrums für Seelische Gesundheit/ Universitätsklinikum Dresden
 - Vertragsambulanz nach Opferentschädigungsgesetz
 - Telefon: (03 51) 41 72 67 50
- *sowieso* KULTUR BERATUNG BILDUNG Frauen für Frauen e. V.
 - Psychologische Beratung u. a. aufgrund von Gewalterfahrung, Traumatisierung und Ess-Störung
 - Telefon: (03 51) 8 04 14 70
 - Webseite: www.frauen-ev-sowieso.de
- SUPPORT der RAA Sachsen e. V.
 - Beratungsstelle für Betroffene rechtsmotivierter und rassistischer Gewalt
 - Telefon: (03 51) 8 89 41 74
 - Telefon: (01 72) 9 74 12 68
 - Webseite: www.raa-sachsen.de/support
 - Webseite: <https://onlineberatung-raa-sachsen.beranet.info>
- Hilfe bei Hass/Gewalt im Netz
 - Webseite: www.hateaid.org
- Übersicht zu Hilfen nach traumatischen Erfahrungen
 - Webseite: www.traumanetz-sachsen.de
 - Webseite: www.dresden.de/krisendienst

5. Psychosoziale Kontakt- und Beratungsstellen für psychisch erkrankte Menschen

Die psychosozialen Kontakt- und Beratungsstellen (KBS) sind ein Treffpunkt für Menschen mit psychischen Erkrankungen und Problemen. Sie bieten ein niedrigschwelliges Beratungs- und Kommunikationsangebot sowie Tagesstrukturierung.

- Diakonie Dresden
 - Kontakt- und Beratungsstelle, Alaunstraße 84/Hinterhaus
 - Telefon: (03 51) 8 04 66 06
 - Angehörigenberatung
 - Telefon: (03 51) 8 04 66 05
 - Webseite: www.diakonie-dresden.de
- Psychosozialer Trägerverein Sachsen e. V.
 - Kontakt- und Beratungsstelle, Naumannstraße 3a, 01309 Dresden
 - Telefon: (03 51) 65 69 00 86
 - Webseite: www.ptv-sachsen.de
- AWO-Sonnenstein
 - Kontakt- und Beratungsstelle, Herzberger Straße 24/26, (Zugang von Prohliser Allee), 01239 Dresden
 - Telefon: (03 51) 2 88 19 82
 - Webseite: www.awo-in-sachsen.de

6. Erziehungs- und Familienberatung, Ehe- und Lebensberatung

- Kommunale Beratungsstellen
 - Dresden-Ost, Burgenlandstraße 19, 01279 Dresden
 - Telefon: (03 51) 2 57 10 43
 - Dresden-Süd, August-Bebel-Straße 29, 01219 Dresden
 - Telefon: (03 51) 4 77 74 14
 - Dresden-Mitte, Dürerstraße 88, 01309 Dresden
 - Telefon: (03 51) 4 88 82 61
 - Dresden-Nord, Bautzner Straße 125, 01097 Dresden
 - Telefon: (03 51) 4 88 84 51
 - Dresden-West, Braunsdorfer Straße 13, 01157 Dresden
 - Telefon: (03 51) 4 88 57 81
 - www.dresden.de/familienberatung
- Evangelische Beratungsstelle/ Beratung für Kinder, Jugendliche und Familien, Ehe- und Lebensberatung
 - Diakonisches Werk/Stadtmission Dresden
 - Telefon: (03 51) 31 50 20
 - Webseite: www.diakonie-dresden.de
- Beratungsstelle für Kinder, Jugendliche und Familien VSP e. V.
 - Telefon: (03 51) 2 81 32 68
 - Webseite: www.vsp-dresden.org
- Beratungsstelle für Kinder, Jugendliche und Eltern
 - Telefon: (03 51) 8 58 81 53
 - Webseite: www.outlaw-ggmbh.de
- Beratungsstelle für Eltern, Kinder, Jugendliche und Familien – Malwina e. V.
 - Telefon: (03 51) 2 15 21 90
 - Webseite: www.malwina-dresden.de
- AWO Beratungsstelle für Kinder, Jugendliche und Familien – AUSWEG
 - Telefon: (03 51) 3 10 02 21
 - Webseite: www.awo-in-dresden.de
- MIRROR – Beratungs- und Bildungsangebot zur Stärkung der elterlichen Kompetenz
 - Telefon: (03 51) 8 10 44 33
 - Webseite: www.maennernetzwerk-dresden.de
- Beratungsstelle für Kinder, Jugendliche und Eltern mit psychischen Belastungen und Erkrankungen
 - Telefon: (03 51) 44 03 99 67
 - Webseite: www.ptv-sachsen.de
- Ehe-, Familien- und Lebensberatung Bistum Dresden-Meißen
 - Telefon: (03 51) 8 04 44 30
 - Webseite: www.efl-bistum-dresden-meissen.de
- Hilfen für Alleinerziehende
 - Webseite: www.alleinerziehende-dresden.de
- Krümel Babysitterservice
 - Vermittlung von Babysitter:innen in Dresden und Radebeul
 - Sowohl im festen Einsatz als auch für spontane Anlässe

- Telefon: (03 51) 20 88 92 3
 - Webseite: www.kruemel-babysitter.de
 - E-Mail: info@kruemel-babysitter.de
- Wellcome Dresden
 - Hilfe für Eltern nach der Geburt durch ehrenamtliche Mitarbeiter:innen
 - Telefon: (03 51) 21 58 18 3
 - Webseite: www.wellcome-online.de
 - E-Mail: dresden@wellcome-online.de
- Elternleben.de
 - Online-Plattform für Eltern
 - Wissensinhalte, Online-Beratung, Community und Hilfe bei der Suche von Angeboten
 - Webseite: www.elternleben.de
 - E-Mail: info@elternleben.de
- Familienzentren
 - Angebote für alle Familienmitglieder zur Familienbildung und –beratung
 - Angebote zur Gestaltung der Familienfreizeit und der Ferien
 - Familienzentrum Pauline – Du und Ich
 - Telefon: (03 51) 25 24 91 1
 - Webseite: www.pauline-dresden.de
 - Familienzentrum Heiderand
 - Telefon: (03 51) 88 909 77
 - Webseite: www.familienzentrum-heiderand.de
 - E-Mail: info@familienzentrum-heiderand.de
 - Familienzentrum "Tapetenwechsel"
 - Telefon: 0351/ 27505184
 - Website: www.vsp-dresden.org/familie-freizeit/familienzentrum-tapetenwechsel/uebersicht.html
 - E-Mail: tapetenwechsel@vsp-dresden.org
 - JugendSozialwerk Nordhausen e. V.
 - Telefon: (03 51) 4 11 29 40
 - E-Mail: kjz-dd@jugendsozialwerk.de
 - Webseite: www.jugendsozialwerk.de
- Kängurustübchen, CV-aktiv Dresden e. V.
 - Stillgruppen für Eltern, in denen Erfahrungen ausgetauscht werden; Kennenlernen anderer Eltern; Stillberatung und Kursangebot; Trageberatung
 - Telefon: (03 51) 26 66 79 55
- KALEB Dresden e. V.
 - Ehrenamtliche Unterstützung von Eltern in Belastungssituationen und Krisen
 - Stillgruppen und -beratung, weitere Beratungsangebote
 - Telefon: (03 51)8 01 44 32
 - E-Mail: info@kaleb-dresden.de
 - Website: www.kaleb-dresden.de

- Eigenbetrieb Kindertageseinrichtungen, Zentrale Beratungs- und Vermittlungsstelle für Kindertagesbetreuung
 - Beratung, Unterstützung und Vermittlung bei der Suche nach Kindertagesbetreuungsplätzen
 - Telefon: (03 51) 4 88 50 51
 - E-Mail: kindertageseinrichtungen@dresden.de