
Du machst dir Sorgen?

**Du hast Angst
oder wirst bedroht?**

Du erlebst Gewalt?

**Hier findest du
Hilfe und Unterstützung!**

Diakonisches Werk

04461 4051 (in Jever)

04451 5312 (in Varel)

04421 92650 (in WHV)

Migrationsberatung

04461 9090896 (in Jever)

04451 860629 (in Varel)

04421 43148 (in WHV)

**WEITERE
BERATUNGSSTELLEN**

Schlüsselblume WHV

(Beratungsstelle gegen sexuelle Gewalt
an Kindern und jungen Erwachsenen)

04421 201910

Selbsthilfekontaktstelle Friesland

04451 914646

SEKO – Selbsthilfekontaktstelle WHV

04421 7719329

**Anlaufstelle für sexuelle Gesundheit
und Vielfalt, Aids-Hilfe**

Friesland-Wilhelmshaven-Wittmund

04421 21149

04421 19411

Diese Notfallkarte wurde entwickelt
im Rahmen der (Netzwerk-) Arbeit der
Runden Tische gegen Häusliche Gewalt
Wangerland, Varel und Wilhelmshaven.

Finanziell unterstützt durch die
Arbeitsgemeinschaft der Gleichstellungs-
beauftragten Friesland/Wilhelmshaven.



Stand 2024

NOTFALLKARTE

Hilfe bei Gewalt



Notrufe und Beratungsstellen

NOTRUF

Polizeinotruf 110

Polizeidienststellen

04461 74490 (in Jever)

04451 9230 (in Varel)

04421 9420 (in WHV/FRI)

Rettungsstelle 112

Bundesweites Hilfetelefon bei Gewalt an Frauen

116016

Hilfetelefon Gewalt an Männern

0800 1239900

Nummer gegen Kummer – für Eltern (nicht 24h)

0800 1110550

Nummer gegen Kummer – für Kinder und Jugendliche (nicht 24 h)

0800 1110333 oder 116 111

KARGAH

(niedersächs. Notteléfono gegen
Zwangsheirat)
0800 0667888

Telefonseelsorge

0800 1110111 / 0800 111 0 222

ProBeweis Oldenburg

(kostenfreie und vertrauliche
Beweissicherung bei häuslicher Gewalt,
Missbrauch, Vergewaltigungen –
ohne Anzeige)
0176 15324572

Hilfetelefon – Schwangere in Not

0800 4040020

Opfer-Telefon Weißer Ring

116006

Hilfetelefon Sexueller Missbrauch

0800 2255530

BERATUNGSSTELLEN

BISS Wilhelmshaven/Friesland (AWO)

(Beratungs- und Interventionsstelle bei
häuslicher Gewalt)
04421 7786974

Frauen- und Kinderschutzhaus

der AWO Wilhelmshaven/Friesland
04421 22234

Familienberatungsstelle Friesland

04451 953545

PRO FAMILIA in WHV,

aber auch Außenstelle in Varel
(Schwangerschafts- und Konfliktberatung,
Beratung bei Trennung und Scheidung)
04421 25080

Allg. Sozialberatung – Caritasverband

(Beratung bei Migration,
Schwangerschaft, Schulden u.m.)
04421 952240

Evangelische Beratungsstelle für Ehe- Familien- und Lebensfragen

04421 73717

Beratungszentrum WHV für Kinder, Jugendliche und Eltern

04421 98890

Weißer Ring

Hilfe für Opfer häuslicher und
sexualisierter Gewalt, Vergewaltigung
und von sexuellem Missbrauch
Außenstelle Wilhelmshaven/Friesland
0511 799997

Suchtberatung Friesland

04451 96420

04461 913650

Jugendamt

04461 9190 (in Jever)

04451 9530 (in Varel)

04421 161424 (in WHV)