



**Du bist nicht allein!**  
**Psychosoziale Angebote für Rat- und Hilfesuchende auf der Insel Rügen**

- **Allgemeine mobile Sozialberatung CariMobil** (Niederschwellige Beratung- und Clearingstelle)  
Kostenlose, vertrauliche Beratung zu Behördenangelegenheiten, Wohngeld, Arbeitslosigkeit, Bildung, Behinderung, Krankheit und Schulden. An den Osterfeiertagen keine Erreichbarkeit. Sonst Mo-Fr von 9:00-15:00 Uhr unter der Tel.: 01731685573 (Frau Kalau), Tel.: 01735294247 (Herr Vojtech). Onlineberatung (anonym) unter:  
[Caritas.de/hilfeundberatung/onlineberatung/allgemeine-soziale-beratung/](https://Caritas.de/hilfeundberatung/onlineberatung/allgemeine-soziale-beratung/)
- **Aufsuchende psychiatrische Hilfe vom Helios Hanseklinikum Stralsund**  
Für volljährige Personen, die sich in einer stark belastenden Lebenssituation oder psychischen Krise befinden und bei denen eine Behandlung im häuslichen Umfeld umgesetzt werden kann. Telefonische Erreichbarkeit: 03831/452150 bis 2.4.2026 von 7:30-15:30 Uhr. Vom 3.4.-6.4.2026 ist das Team nicht zu erreichen.
- **Beratungsstelle für Betroffene von häuslicher Gewalt „Ankerlicht“** (Ringstraße 25B, Bergen)  
Das kostenlose und vertrauliche Beratungsangebot richtet sich an betroffene Erwachsene die häusliche Gewalt erfahren haben. Telefonische Erreichbarkeit: 03838/201793 oder per E-Mail: [ankerlicht@kjfh-ruegen.de](mailto:ankerlicht@kjfh-ruegen.de).  
Am 2.4. & 7.4.2026 von 8:00-15:00 Uhr. Vom 3.4.-6.4.2026 keine Erreichbarkeit.
- **DRK Beratungsstelle für Menschen mit Behinderung**  
Kostenlose Beratung für Menschen jeden Alters und Herkunft von Beeinträchtigung betroffen oder bedroht  
Mo-Fr 8:00-14:00 Uhr, außer Feiertage, in den Beratungsstellen (Tilzower Weg 35, 18528 Bergen, Hafenstr.21, 18439 Stralsund) oder mobil. Telefonische Erreichbarkeit 03838/806666 und 0160/4125037, E-Mail: [beratung-mmb@drk-ruegen-stralsund.de](mailto:beratung-mmb@drk-ruegen-stralsund.de)
- **Digitale Genesungsbegleitung - Von Betroffenen für Betroffene von psychischen Erkrankungen**  
Das Angebot ist kostenlos, vertraulich und wird von Menschen angeboten, die selbst Erfahrungen mit psychischen Krisen gemacht haben. Auch für Angehörige und Freunde. Telefonische Erreichbarkeit: 0381/26055252 am 30.3., 2.4. & 6.4.2026 von 14:00-18:00 Uhr (auf Wunsch erfolgt Rückruf) oder per E-Mail: [begleitung@ex-in-mv.de](mailto:begleitung@ex-in-mv.de).
- **Erziehungsberatungsstelle mit Schwerpunkt Sucht** (Bitte Termine vorab telefonisch vereinbaren)  
Fr. Peters: 0176/45630720 telefonische Erreichbarkeit am 30.3.-31.3.2026 von 8:30-18:00 Uhr  
Fr. Simon: 0176/23212829 telefonische Erreichbarkeit am 1.4.-2.4.2026 von 8:30-16:00 Uhr  
Fr. Griebe: 0176/20600202 telefonische Erreichbarkeit am 7.4.-8.4.2026 von 8:30-17:00 Uhr
- **Frauenschutzhaus Stralsund**  
Hilfsangebot für sich als weiblich identifizierende Menschen ab dem 18. Lebensjahr und ihre Kinder die von Häuslicher Gewalt betroffen sind. Telefonische Erreichbarkeit: 03831/2299600 rund um die Uhr.
- **Gewaltberatung, Tätertherapie, Männerberatung**  
Telefonische Erreichbarkeit: 0162/2512751 am 2.4. & 7.4.2026 von 8:00-16:00 Uhr. Immer am Die und Do von 8:00-16:00 Uhr im Nachbarschaftszentrum Grünhufe (Lindenallee 35, 18437 Stralsund). Telefonische Terminvereinbarung wäre wünschenswert (Tel.: 0162/2512751; E-Mail: [gewaltberatung@kdw-greifswald.de](mailto:gewaltberatung@kdw-greifswald.de)).
- **Helios Hanseklinikum Stralsund, Krankenhaus West (Tel.: 03831/350; Tel.: 03831/450)**  
Telefonische Erreichbarkeit 03831/452151 des Belegungsmanagers (Herr Münzner) für die Stationen 50 bis 58 montags bis freitags von 7:00-15:30 Uhr. An den Feiertagen bitte die Stationen direkt kontaktieren unter:  

|                                          |                    |
|------------------------------------------|--------------------|
| Station 50 Nacht- und Notstation         | Tel.: 03831/451720 |
| Station 52 Akutpsychiatrie               | Tel.: 03831/452110 |
| Station 55 Gerontopsychiatrische Station | Tel.: 03831/452160 |
| Station 56 Suchtmedizin/Entgiftung       | Tel.: 03831/451710 |
- **Interventionsstelle gegen häusliche Gewalt und Stalking Stralsund**  
Das Beratungsangebot richtet sich an erwachsene Personen, die von häuslicher Gewalt und Stalking betroffen sind. Aber auch an Kinder und Jugendliche, die Gewalt miterlebt haben. Telefonische Erreichbarkeit: 03831/307750 montags bis freitags von 9:00-15:00 Uhr. Gerne auch per E-Mail: [interventionsstelle.stralsund@stark-machen.de](mailto:interventionsstelle.stralsund@stark-machen.de).
- **Krebs-Stiftung „Betroffen“**  
Kostenloses Gesprächsangebot Krebs in der Familie - Wie sag ich's meinem Kind?  
Kontaktaufnahme per E-Mail: [info@stiftung-betroffen.de](mailto:info@stiftung-betroffen.de)
- **Die Mobile Ambulante Krebsberatung (MAK)** der Krebsgesellschaft Mecklenburg-Vorpommern e.V. richtet sich an alle Krebspatienten, ihre Angehörigen und wichtige Bezugspersonen. Die Beratung erfolgt kostenfrei, auf Wunsch anonym und es bedarf keiner Überweisung. Telefonische Erreichbarkeit: 0381/12835996 oder 03834/8552266 bis 2.4.2026 von 9:00-12:00 Uhr. Vom 3.4.-6.4.2026 keine Erreichbarkeit.



**Du bist nicht allein!**  
**Psychosoziale Angebote für Rat- und Hilfesuchende auf der Insel Rügen**

- **Ostern beim Insel e.V.**  
Am 1.4. & 2.4.2026 naturpädagogisches Angebot für Kinder von 8-12 Jahren von 9:00 bis 15:00 Uhr auf dem Gelände des Insel e.V. in Kransdorf. Teilnehmerbeitrag 15 € (ermäßigt 10 €), incl. Mittagessen und Materialien. Hühnereier einsammeln, Osterbrot backen, Mittag selber kochen, Osternester bauen und Ostereier anmalen. Das Angebot wird von einer Berufspädagogin und Gartenpädagogin begleitet. Anmeldung bis zum 25.3.2026 bei Frau Apitzsch-Schöttke (Tel.: 0151/14518293, E-Mail: ulrike.apitzsch@kransdorf.de)
- **Pflegestützpunkt Bergen auf Rügen, Sozial- und Pflegeberatung** (Störtebekerstr. 30, 18528 Bergen auf Rügen)  
Telefonische Erreichbarkeit: 03831/357 1803 oder 1804 vom 30.3.-2.4. & 7.4.-8.4.2026  
Persönliche Erreichbarkeit: 31.3./2.4./7.4.2026 von 8:30-12:00 Uhr und von 14:00-16:00 Uhr
- **Regionalstelle KipsFam (Kinder aus psychisch und/oder suchtbelasteten Familien) Vorpommern-Rügen**  
Richtet sich an Kinder, Jugendliche, Eltern, die ganze Familie, Kitas, Schulen und Netzwerkpartner. Auch eine anonyme Kontaktaufnahme ist möglich. Telefonische Erreichbarkeit: 0152/58148569, donnerstags von 8:00-16:00 Uhr. E-Mail täglich möglich: anja.busch-tredup@helios-gesundheit.de. Sprechtag immer donnerstags, auch am 1.4.2026 von 8:00-16:00 Uhr. Das Team von KipsFam ist auch aufsuchend tätig.
- **Schwangerschaft(konflikt)beratung** (Störtebekerstr. 38, donnerstags Hauptstraße 13, 18546 Sassnitz)  
Telefonische Erreichbarkeit: 03838/2119073 und 0151/54867305 täglich von 8:00-16:00 Uhr (AB bei Abwesenheit geschaltet). Terminvereinbarung im Vorfeld notwendig.
- **Selbsthilfegruppen Insel Rügen - Sucht**  
SHG „Sucht Bergen“ am 31.3.2026, 18:00 Uhr (vor der Gaststätte „Stadt Bergen“, Bahnhofstraße 32)  
SHG „Sucht/Alkohol Nipmerow“ am 1.4.2026, 19:00 Uhr (Clubraum Freiwillige Feuerwehr Nipmerow, Jasmunder Straße 14 in Lohme)  
SHG „Blaues Kreuz Sassnitz“ am 6.4.2026, 18:00 Uhr (Haus der Landeskirchlichen Gemeinschaft, Seestraße 2 Sassnitz)  
**Weitere Angebote der Selbsthilfegruppen für die Insel Rügen finden Sie unter: [www.kiss-stralsund.de/flyer](http://www.kiss-stralsund.de/flyer)**
- **Silbernetz e.V. - Silbertelefon einfach mal reden**  
Bietet bundesweit Hilfe für ältere Menschen mit Einsamkeitsgefühlen ab 60 Jahren. Einfach mal reden unter der Tel.: 0800 4708090 täglich von 8:00-22:00 Uhr. Anonym, vertraulich und kostenfrei.
- **Sozialpsychiatrischer Dienst Bergen, Information, Beratung und Hilfe** (Störtebekerstraße 30, Bergen)  
Telefonische Erreichbarkeit: 03831/357 2323 vom 30.3.-2.4.26 von 8:00-15:00 Uhr. Persönliche Erreichbarkeit, nach vorheriger telefonischer Absprache, an den Sprechtagen Dienstag und Donnerstag in den Zeiten 9:00-12:00 Uhr und 13:00-16:00 Uhr. Vom 3.4.-6.4.2026 ist der Dienst nicht besetzt. E-Mail: FG33.10@lk-vr.de.
- **Suchtberatungsstelle Bergen auf Rügen** (Billrothstraße 4, Bergen)  
Telefonische Erreichbarkeit: 03838/252189 am 30.3.2026 von 8:00-16:00 Uhr, 31.3.-2.4.2026 von 8:00-15:30 Uhr, und am 7.4.2026 von 8:00-17:00 Uhr. Gerne immer vorher anrufen, alternativ eine Mail schicken an sb-bergen@odebrecht-stiftung.de.
- **Ihre Telefonische Sprechzeit „Wir hören zu“ - Förderverein für Menschen mit Demenz e.V. Stralsund** Telefonische Erreichbarkeit: 0176 /21299112 jeden Freitag von 13:00-15:00 Uhr, auch am Karfreitag. Wir hören Ihnen zu, beantworten Ihre Fragen, suchen gemeinsam nach Lösungen und vermitteln die Hilfsangebote der Akteure im Netzwerk Demenz. Auf Wunsch erfolgt Rückruf. Hierzu bitte Kontaktdaten auf AB hinterlassen.
- **Telefonisches Unterstützungsangebot der Lazarus-Dienste Stralsund**  
Hilfsangebot für Menschen, die sich in einer schwierigen Lebenssituation befinden. Das Angebot steht allen Menschen offen, die Unterstützung benötigen, unabhängig von Religion und Weltanschauung.  
Telef. Erreichbarkeit: 03831/4639230 täglich, auch an den Wochenenden und Feiertagen von 8:00-22:00 Uhr.
- **Regionale Notfallnummern bei psychischen Notfall-Situationen**  
Bundesweiter ärztlicher Bereitschaftsdienst: 116 117  
Rettungsdienst 112, Polizei 110
- **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 0 550)
- **Bundesweite kostenlose Hilfetelefon „Gewalt gegen Frauen in 18 Sprachen, 24/7 erreichbar: 116 016**