

Du bist nicht allein!

Psychosoziale Angebote für Rat- und Hilfesuchende zwischen Weihnachten und Neujahr in Stralsund

- **Allgemeine mobile Sozialberatung CariMobil** (Niederschwellige Beratung- und Clearingstelle)
Kostenlose und vertrauliche Beratung zu Behördenangelegenheiten, Wohngeld, Arbeitslosigkeit, Bildung, Behinderung, Krankheit und Schulden.
Telefonische Erreichbarkeit:
Am 22.12.25 von 9:00-15:00 Uhr, Tel.: 0173/1685573 Frau Kalau, Tel.: 01735294247 Herr Vojtech
Am 23.12.25 von 9:00-15:00 Uhr, Tel.: 0173/5294247 Herr Vojtech
Am 29.12.25 & 30.12.25 von 9:00-15:00 Uhr, Tel.: 0173/1685573 Frau Kalau
Onlineberatung (anonym) unter: 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 vom 22.12.-23.12.25, sowie 29.12.-30.12.25 von 7:30-15:30 Uhr. Vom 24.12.-28.12.25 und vom 31.12. bis 1.1.26 ist das Team nicht zu erreichen.
- **BeLa Vorpommern**
Das Beratungsangebot richtet sich an erwachsene Personen, die von häuslicher Gewalt betroffen sind.
Telefonische Erreichbarkeit: 0176/74708335 am 22.12.25 von 9:00 bis 16:00 Uhr.
- **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. Erreichbarkeit telefonisch: 0381/26055252 am 22.12., 25.12., 29.12.25 und 1.1.26 von 14-18 Uhr (auf Wunsch wir zurückgerufen) oder per E-Mail: begleitung@ex-in-mv.de
- **Erziehungsberatungsstelle mit Schwerpunkt Sucht** (Bitte Termine vorab telefonisch vereinbaren)
Fr. Peters: 0176/45630720 telefonische Erreichbarkeit am 22.12. & 29.12.25 von 8:30 bis 18:00 Uhr
Fr. Simon: 0176/23212829 telefonische Erreichbarkeit am 23.12.25 von 8:30 bis 16:00 Uhr
Fr. Griebe: 0176/20600202 telefonische Erreichbarkeit am 30.12.25 von 8:30 bis 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.
- **Friedhofscafé „Vergissmeinnicht“** (Prohner Straße 32 a, Stralsund)
Ein Ort für Begegnung und Gespräche. Am 24.12.25 von 14:00-16:00 Uhr und am 28.12.25 von 14:00-16:00 Uhr geöffnet. Sonst immer mittwochs und sonntags von 14:00-16:00 Uhr geöffnet.
- **Gewaltberatung, Tätertherapie, Männerberatung**
Telefonische Erreichbarkeit: 0162/2512751 am 22.12., 23.12., 29.12., 30.12.25 von 8:00 bis 16:00 Uhr.
Immer dienstags und donnerstags von 8:00 bis 16:00 Uhr im Nachbarschaftszentrum Grünhufe (Lindenallee 35, 18437 Stralsund). Telefonische Terminvereinbarung wäre wünschenswert (Tel.: 0162/2512751; E-Mail: 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 bis 15:30 Uhr. Vom 24.12.-26.12.25 sowie vom 31.12.25-01.01.26 bitte direkt die Stationen kontaktieren:

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 am 22.12., 23.12., 29.12. und 30.12.25 von 9:00 bis 15:00 Uhr und von 9:00 bis 16:00 Uhr. Wenn Sie die Kolleg*innen nicht erreichen, kann eine Nachricht auf dem Anrufbeantworter hinterlassen werden und es erfolgt Rückruf.

- **Krebs-Stiftung „Betroffen“**
Kostenloses Gesprächsangebot Krebs in der Familie - Wie sag ich's meinem Kind?
Kontaktaufnahme per E-Mail: info@stiftung-betroffen.de
- **Mehrgenerationenhaus Stralsund, Kreisdiakonisches Werk Stralsund e.V.**
Der SPEICHER_Leute e.V. lädt am 20.12.25 von 11:00-19:00 Uhr zum Kunstmarkt in den SPEICHER ein. Der Kunstmarkt findet u. a. auch in den Räumlichkeiten des Mehrgenerationenhauses vom Kreisdiakonischen Werk Stralsund e.V. (Katharinenberg 35) statt. Es handelt sich um ein Angebot für Jung und Alt.
- **Mobile ambulante Krebsberatung** richtet sich an alle Krebspatienten, ihre An- und Zugehörige und wichtige Bezugspersonen. Die Beratung erfolgt kostenfrei, auf Wunsch anonym und es bedarf keiner Überweisung.
Telefonische Erreichbarkeit: 0151/53575252 am 22.12. & 23.12.25 von 9:00-12:00 Uhr
0174/1548778 am 29.12. & 30.12.25 von 8:30-16:30 Uhr
- **Weihnachten in Grünhufe** (Nachbarschaftszentrum Auferstehungskirche Grünhufe, Lindenallee 35, Stralsund)
Am 24.12.2025 Gottesdienst um 16:00 Uhr mit Weihnachtstheater. Offene Kirche von 18:00-22:00 Uhr
Gemeinschaft mit Gesprächen und Abendessen. Es ist keine Anmeldung nötig.
Für Rückfragen steht Frau Gürgen unter der Tel.: 03831/458260; Mobil: 0162/2860237 zur Verfügung.
- **Pflegestützpunkt Stralsund, Sozial- und Pflegeberatung** (Marienstraße 1, Stralsund)
Telefonische Erreichbarkeit: 03831/357 1801/1802 vom 22.-23.12.25 und 29.-30.12.25.
Persönliche Erreichbarkeit: 23.12.25 und 30.12.25 von 9:00-12:00 Uhr und 13:30-18:00 Uhr oder unter der E-Mail: PflegestuetzpunktStralsund@lk-vr.de
- **Selbsthilfegruppen Stralsund - Sucht**
Selbsthilfegruppe Alkohol „Suchtkranke - Walli 7 am 20.12., 27.12.25 & 3.1.26 um 14:00 Uhr (Sucht- und Drogenberatung, Wallensteinstraße 7 a/ Eingang über Lagerstraße)
Selbsthilfegruppe „Anonyme Alkoholiker“ am 20.12., 27.12.25 & 3.1.26 um 16:00 Uhr (KISS, Mönchstraße 17)
Selbsthilfegruppe „Anonyme Alkoholiker“ am 23.12. & 30.12.25 um 19:00 Uhr (KISS, Mönchstraße 17)
Selbsthilfegruppe „Anonyme Alkoholiker“ am 25.12., 26.12.25 & 1.1.26 um 18:00 Uhr (KISS, Mönchstraße 17)
Selbsthilfegruppe „Blaues Kreuz“ am 22.12. & 29.12.25 um 17:30 Uhr (Gemeinschaftshaus, Knieperwall 15)
Weitere Angebote der Selbsthilfegruppen finden Sie unter: www.kiss-stralsund.de/flyer
- **Silbernetz e.V. - Silbertelefon einfach mal reden**
Bietet bundesweit Hilfe für ältere Menschen mit Einsamkeitsgefühlen. Einfach mal reden unter der Tel.: 0800 4708090 täglich von 8:00 bis 22:00 Uhr. Anonym, vertraulich und kostenfrei
- **Sozialpsychiatrischer Dienst Stralsund, Information, Beratung und Hilfe** (Carl-Heydemann-Ring 67, Stralsund)
Telefonische Erreichbarkeit: 03831/357 2329, 03831/357 2324
22.12., 23.12., 29.12. u. 30.12.25 jeweils von 9:00-16:00 Uhr und unter der E-Mail: FG33.10@lk-vr.de.
- **Sucht- und Drogenberatungsstelle** (Wallensteinstraße 7a, Stralsund)
Telefonische Erreichbarkeit: 03831/390096, 22.12.25 von 8:00-16:00 Uhr, 23.12.25 von 8:00-12:00 Uhr
29.12.25 von 8:00-16:00 Uhr und 30.12.25 8:00-12:00 Uhr. Vom 24.12.-26.12.25 und am 2.1.26 ist die Beratungsstelle geschlossen
- **Telefonisches Unterstützungsangebot der Lazarus-Dienste Stralsund**
Hilfsangebot für Menschen, die sich in einer schwierigen Lebenssituation befinden. Dies können eine schwere Krankheit, der Tod des geliebten Angehörigen oder physische und psychische Belastungssituationen sein. Das Angebot steht allen Menschen offen, die Unterstützung benötigen, unabhängig von Religion und Weltanschauung.
Telef. Erreichbarkeit: 03831/4639230 täglich von 8:00-22:00 Uhr, auch an den Wochenenden und Feiertagen.
- **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 05 50)
- **Bundesweite kostenlose Hilfetelefon „Gewalt gegen Frauen in 18 Sprachen, 24/7 erreichbar: 116 016**

Die Übersicht wurde durch die Psychiatriekoordinatorin des Landkreises Vorpommern-Rügen in Zusammenarbeit mit den Akteur/innen der Psychosozialen Versorgung erstellt. Diese Übersicht ist nicht abschließend und erhebt keinen Anspruch auf Vollständigkeit.