

# WICHTIGE RUFNUMMERN + NOTFALLKONTAKTE IN SPANDAU + BERLIN



Hier finden Sie Hilfe. **Kompetent. Zuverlässig. Mit Herz.**

## HÄUSLICHE GEWALT

### Das Hilfetelefon

Beratung für Frauen,  
die Gewalt erlebt haben  
oder noch erleben



DEUTSCHLANDWEIT

116 016



### BIG-Hotline

Beratung bei häuslicher  
Gewalt - Hilfe für Frauen  
und ihre Kinder

IN BERLIN

030 / 611 03 00



### HÎNBÛN

Beratung für Frauen  
und ihre Familien  
(mehrsprachig)

IN SPANDAU

030 / 336 66 62



### Beratung für Männer gegen Gewalt

Beratungsstelle für Männer zur  
gewaltfreien Lösung von Konflikten  
in der Partnerschaft und bei  
häuslicher Gewalt

IN BERLIN

030 / 785 98 25



### Pflege in Not

Beratung bei Konflikten und Gewalt in  
der Pflege für pflegende Angehörige,  
Pflegebedürftige und in der Pflege  
Beschäftigte

IN BERLIN

030 / 69 59 89 89



### Eulalia Eigensinn e.V.

Frauenberatung (mehrsprachig)  
Die Beratungen finden nach Verein-  
barung durchgehend persönlich,  
per Mail, telefonisch und online statt.

IN SPANDAU

030 / 335 11 91

