

Mehrsprachige Angebote von Beratungsstellen

Hilfreiche Kontakte in Krisenzeiten

Zusammengestellt von Septi P. Sakti
vom Selbsthilfebüro Osthessen, Bereich Selbsthilfe und Zuwanderung

In einer schwierigen Lebenssituation ist es wichtig, Gesprächspartner*innen zu finden, bei denen man sich verstanden fühlt. Für geflüchtete Menschen und Menschen mit Migrationshintergrund ist es nicht leicht, Beratung und Hilfe in ihrer Muttersprache zu bekommen, vor allem, wenn sie eine nicht stark vertretene Sprache sprechen. Sie finden hier einige Einrichtungen, die mehrsprachige Beratungs- und Hilfsangebote haben. Die Liste hat keinen Anspruch auf Vollständigkeit.

Frankfurt und Offenbach

- **Psychosozialer Verbund Rhein Main**
Psychosoziale Beratung und Unterstützung für geflüchtete Erwachsene, Familien und unbegleitete minderjährige Geflüchtete.

Telefon: Arabisch: 0157/3425-2524 oder 0178/ 6746-047
Farsi: 0157/3484-8026 oder 0151/5694-9853
Weitere Infos unter: www.psv-rhein-main.de und <https://menschen-wie-wir.ekhn.de>
- **Evangelisches Zentrum Am Weißen Stein, Frankfurt Sozialberatung für Migranten und Flüchtlinge**
Telefon: 069 / 5302-159
E-Mail: migrationsberatung@frankfurt-evangelisch.de
- **Beratung und Therapie für Flüchtlinge in Frankfurt**
Telefon: 069 / 5302-291
E-Mail: fluechtlingsberatung@frankfurt-evangelisch.de
- **Evangelisches Zentrum für Beratung in Höchst Sozialberatung für Migranten und Flüchtlinge**
Telefon: 069 / 75 93 672 40
E-Mail: migrationsberatung.hoechst@frankfurt-evangelisch.de
- **Evangelisches Zentrum für Beratung in Offenbach Migrationsberatung für erwachsene Zuwanderer**
Telefon: 069 / 82 97 70 99
E-Mail: migrationsberatung@offenbach-evangelisch.de
- **FATRA e. V. - Frankfurter Arbeitskreis Trauma und Exil**
Sprachen: Arabisch, Deutsch, Englisch, Farsi/Dari, Französisch, Spanisch
Telefon: 0 69/4991 74
[Internet: www.fatra-ev.de](http://www.fatra-ev.de)

Rückruf-Hotline für verschiedene Sprachen:
Sie können eine Nachricht per SMS oder WhatsApp an folgende Mobil-
Nummer schicken: 0 15 12 / 8 88 78 42.
Fatra ruft mit einer Person zurück, die dolmetschen kann.

- **RAHMA - Muslimisches Zentrum für Mädchen, Frauen und Familie e.V.**
Für Mädchen und Frauen mit muslimischem Hintergrund in Not-, Konflikt- und
Krisensituationen.
Sprachen: Afghanisch (Dari/Persisch), Arabisch, Bosnisch, Deutsch, Englisch,
Tamazight (Berberisch Nordmarokko), Türkisch
Telefon: 0 69 / 40 03 62 13 und 0 69 / 40 03 63 14
Internet: www.rahmazentrum.de
- **Psychosozialer Beratungsdienst Ipso-Care**
Ipso ist eine humanitäre Organisation, die kostenfreie, persönliche Online-
Beratung in 15 Sprachen anbietet: <https://ipso-care.com/home-14.html>
- **Hessische Arbeitsgemeinschaft für Gesundheitshilfe**
Auf einer Internetseite der Hessischen Arbeitsgemeinschaft für
Gesundheitshilfe gibt es viele weitere Adressen und eine Möglichkeit, nach
Angeboten in bestimmten Sprachen zu suchen:
<https://offeneohren-hessen.de/?group=15&language=5#search-section>
- **Amt für multikulturelle Angelegenheiten der Stadt Frankfurt am Main**
Das Amt für multikulturelle Angelegenheiten der Stadt Frankfurt am Main hat
auf seiner Homepage einen Überblick über mehrsprachige psychosoziale und
psychotherapeutische Angebote in Frankfurt:
https://www.amka.de/sites/default/files/2022-09/amka_beratungsfuehrer_202209.pdf

Wiesbaden

- **Psychosoziale Beratung – wif e. V. in Wiesbaden**
Für Frauen und Mädchen mit Migrationshintergrund.
Sprachen: Arabisch, Berberisch, Bosnisch, Deutsch, Englisch, Kroatisch,
Portugiesisch, Russisch, Serbisch, Spanisch, Türkisch, Ukrainisch
Telefon: 06 11 / 1 60 23 53
Internet: www.wif-zentrum.de

Darmstadt

- **Frauzentrum Darmstadt**
Wöchentlich kostenlose Sozialberatung für alle ratsuchenden Frauen und
Mütter mit und ohne Migrationshintergrund. Verschiedene Themen: zum
Beispiel Beruf, Arbeitslosigkeit, familiäre Probleme oder Schulden. Keine
Anmeldung nötig – eine Wartezeit ist möglich.
Frauzentrum Emilstraße 10 64289 Darmstadt
Donnerstag von 10.00 – 12.00 Uhr

Sozialpädagogin: Anna Volkov (Deutsch, Russisch)
Telefon: 0 6151 / 71 13 36
E-Mail: frauenzentrum@baff-darmstadt.de
Internet: <https://frauenzentrum-darmstadt.de/beratungsangebot/>

- **Caritas Darmstadt**
Migrationsberatung für erwachsene Zuwanderer (ab 27 Jahre, anerkannte Flüchtlinge)
Beratung für Migrantinnen und Migranten ab 27 Jahren und ihre Familien zu Deutsch lernen, Integrationskurse, Fragen zum Aufenthalt, Familien-Zusammenführung, Schule und Kindergarten, Geldsorgen haben
Beratungssprachen: Deutsch, Englisch, Türkisch, Mongolisch, Russisch, Ungarisch.
Für andere Sprachen wird versucht, eine Übersetzung zu organisieren.
Caritaszentrum St. Ludwig
Wilhelm-Glässing-Str. 15-17
64283 Darmstadt
Telefon: 06151-50028-70
E-Mail: migration@caritas-darmstadt.de
Internet: <https://www.caritas-darmstadt.de/caritasvorort/darmstadt/migrationsdienst/migrationsdienst>

Landkreise Bergstraße, Groß-Gerau und den Odenwaldkreis

- **Psychosoziales Zentrum für Geflüchtete Südhessen für die Landkreise Bergstraße, Groß-Gerau und den Odenwaldkreis**
Wilhelm-Glässing-Straße 15-17
64283 Darmstadt
Telefon: 0 61 51 / 5 00 28 60
E-Mail: pzgs@caritas-darmstadt.de

Landkreis Darmstadt-Dieburg

- **Psychosoziales Zentrum für Geflüchtete Südhessen für die Stadt Darmstadt und den Landkreis Darmstadt-Dieburg**
Mornewegstraße 15
64293 Darmstadt
Telefon: 0 61 51 / 3 60 66 35
E-Mail: info.pzgs@drk-darmstadt.de

Groß-Umstadt

- **Trauma-sensible Beratung für geflüchtete Frauen/Migrantinnen**
Zentrum Information Beratung Bildung (ZIBB)
Telefon: 0 60 78 / 7 23 77
E-Mail: info@zibb-umstadt.de
Internet: www.zibb-umstadt.de

Fulda

- **Psychosoziale Beratung für Studierende**
Vertrauliche und kostenlose Beratung und Hilfe in Deutsch und Englisch.
Internet: <https://www.hs-fulda.de/orientieren/umschauen/beraten-lassen/beratungsangebote/fuer-studierende/psychosoziale-beratung>
- **SOLWODI Deutschland e. V.**
Hilfe und Beratung für Frauen, die von Zwangsverheiratung bedrohte oder betroffen sind und für Frauen oder Mädchen, die von Genitalverstümmelung bedroht oder betroffen sind. Das Angebot ist auch für geflüchtete/migrierte Frauen, die von Ehrgewalt bedroht oder betroffen sind, und auch für Frauen mit (häuslicher) Gewalterfahrung, Ausbeutung und Missbrauch. Es gibt auch Beratung zu ausländerrechtlichen, sozialrechtlichen, familienrechtlichen oder persönlichen Problemen und Begleitung durch den Trennungs- und Scheidungsprozess. Die Beratung ist bei Bedarf mit Übersetzung.
Telefon: 06 61 / 67 91 88 59
E-Mail: fulda@solwodi.de

Bundesweite Angebote

- **Kostenloses Hilfetelefon
Gewalt gegen Frauen**
Frauen, die von Gewalt betroffen sind, bekommen rund um die Uhr kostenfrei Beratung und Unterstützung in 17 Sprachen
Telefon: 0 80 00 / 11 60 16
Internet: www.hilfetelefon.de/
- **Hilfetelefon
Schwangere in Not**
Informationen für Frauen zum Beispiel über eine vertrauliche Geburt.
Das Telefon ist rund um die Uhr und kostenlos zu erreichen.
Telefon: 08 00 / 40 40 02 0
18 Sprachen
Internet: www.schwanger-und-viele-fragen.de
- **SeeleFON**
Selbsthilfeberatung zu psychischen Erkrankungen
Telefon: 02 28 / 71 00 24 25
Sprachen: Deutsch, Arabisch, Englisch und Französisch
Montag, Dienstag und Mittwoch von 10 bis 12 Uhr und von 14 bis 15 Uhr
Beratung für Angehörige psychisch erkrankter Menschen:
Tel.: 0228 7100 2424
Montag bis Donnerstag von 10 bis 12 Uhr und von 14 bis 20 Uhr
Freitag 10 bis 12 Uhr und 14 bis 18 Uhr
E-Mail: seelefon@psychiatrie.de
- **Almhar**
App für geflüchtete Menschen
Psychosoziale Hilfe und Beratung (zum Beispiel: Schlafprobleme, depressive

Symptome, Schuldgefühle, Stress) und einfache Übungen zum besseren Umgang mit diesen Problemen. Das Angebot gibt es in Arabisch, Farsi und Englisch.

Internet: <http://almhar.org/>

- **Telefonseelsorge**

Muslimisches Seelsorgetelefon

Sprachen: Türkisch, Arabisch, Urdu

Telefon: 0 30 / 44 35 09 8 21

Internet: <https://www.mutes.de/>