

# DRESDNER Wegweiser

## für Krisen- und Notsituationen



Notrufnummern,  
Bereitschaftsdienste,  
Hilfsangebote in  
der Landeshauptstadt  
Dresden

Stand:  
September 2022

Dieser Wegweiser wurde vom **Psychozialen Krisendienst des Amtes für Gesundheit und Prävention zusammengestellt und ist auch auf den Internetseiten der Landeshauptstadt Dresden zu finden:**  
[www.dresden.de/krisenwegweiser](http://www.dresden.de/krisenwegweiser)

### Inhalt

1. Hilfe bei Notfällen und akuten Krisen, Angebote rund um die Uhr
2. Krisendienst, Sozialpsychiatrischer Dienst, Krisentelefone
3. Beratung für Betroffene von Gewalt, Straftaten und Unfällen
4. Psychosoziale Kontakt- und Beratungsstellen für psychisch erkrankte Menschen, Gerontopsychiatrische Beratung
5. Beratung für Seniorinnen, Senioren und Angehörige
6. Beratung bei sozialen Notlagen, Wohnungslosigkeit, Schulden
7. Allgemeiner Sozialer Dienst des Jugendamtes
8. Erziehungs- und Familienberatung, Ehe- und Lebensberatung, Jugendberatungscenter
9. Schwangerenberatung
10. Sucht- und Drogenberatung
11. Trauerbegleitung und Hospizdienste
12. Migrations- und Asylberatung
13. Weitere Beratungsangebote, Selbsthilfe
14. Ärztliche Bereitschaftsdienste, Notfallpraxen, -ambulanzen und Notaufnahmen der Dresdner Krankenhäuser

Übersicht der kassenärztlichen Vereinigung Sachsen zu ärztlichen und psychotherapeutischen Praxen:  
[www.kvs-sachsen.de](http://www.kvs-sachsen.de)

### 1. Hilfe bei Notfällen und akuten Krisen, Angebote rund um die Uhr

■ **Retungsleitstelle**  
in lebensbedrohlichen Situationen, die schnelle medizinische Hilfe erfordern; bei Feuer  
Telefon ..... 112

■ **Polizei**  
bei Gefahr für Leib und Leben, Überfall, Gewalt, Bedrohung und Unfällen  
Telefon ..... 110

■ **Giftnotruf/Giftinformationszentrale**  
Telefon ..... (03 61) 73 07 30

■ **Kassenärztlicher Bereitschaftsdienst/Notfallpraxen, Notfallambulanzen der Krankenhäuser für medizinische Notfälle**

Bei lebensbedrohlichen Situationen rufen Sie den Rettungsdienst unter dem allgemeinen Notruf 112 an. Bei anderen medizinischen Notlagen wenden Sie sich an den kassenärztlichen Notdienst unter Telefon 116 117 oder direkt an die Notaufnahmen. (siehe Punkt 14)

### ■ Psychiatrische Akut-Stationen der Dresdner Krankenhäuser

Vier Dresdner Krankenhäuser verfügen über Kliniken für Psychiatrie und Psychotherapie, in denen Personen bei psychiatrischen Notfällen oder bei akuter Suizidalität aufgenommen werden. Grundsätzlich kann man die Klinik frei wählen. Wenn jedoch keine Betten frei sind, ist die für das Einzugsgebiet zuständige Klinik zur Aufnahme verpflichtet. Zu empfehlen ist deshalb die Alarmierung der Rettungsleitstelle, die erste Hilfe vermittelt und über die notwendigen Informationen verfügt.

#### Universitätsklinikum Carl Gustav Carus

Fetscherstraße 74, 01307 Dresden  
**Klinik und Poliklinik für Psychiatrie und Psychotherapie/Akutaufnahmestation**  
Station PSY-S1 Haus 25  
Telefon .....(03 51) 45 80  
**Klinik und Poliklinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Akutaufnahmestation**  
KJP-S3 Haus 25  
Telefon .....(03 51) 45 80  
[www.uniklinikum-dresden.de](http://www.uniklinikum-dresden.de)

#### Städtisches Klinikum Dresden

**Kliniken für Psychiatrie und Psychotherapie Standort Friedrichstadt**  
Friedrichstraße 41, 01067 Dresden  
Telefon .....(03 51) 48 00  
**Standort Weißer Hirsch**  
Heinrich-Cotta-Straße 12, 01324 Dresden  
Telefon .....(03 51) 8 56 61 29  
[www.klinikum-dresden.de](http://www.klinikum-dresden.de)

**St. Marien-Krankenhaus Fachkrankenhaus für Psychiatrie, Psychotherapie und Neurologie**  
Selliner Straße 29, 01109 Dresden  
Telefon ..... (03 51) 8 83 20  
[www.mkh-dresden.de](http://www.mkh-dresden.de)

**Sächsisches Krankenhaus Arnsdorf Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie und -psychotherapie**  
Hufelandstraße 15, 01477 Arnsdorf  
Telefon .....(03 52 00) 2 60  
[www.skh-arnsdorf.sachsen.de](http://www.skh-arnsdorf.sachsen.de)

■ **Frauenschutzhaus Dresden e. V.**  
für Frauen und ihre Kinder, die von psychischer, physischer und sexueller Gewalt bedroht oder betroffen sind: Krisenintervention, Beratung, Aufnahme  
Notrufnummer.....(03 51) 2 81 77 88  
[www.fsh-dresden.de](http://www.fsh-dresden.de)

■ **Anonyme Mädchenzuflucht**  
für Mädchen und junge Frauen vom 12. bis zum vollendeten 18. Lebensjahr, die von psychischer, physischer und sexueller Gewalt bedroht oder betroffen sind: Krisenintervention, Beratung, Aufnahme  
Notrufnummer.....(03 51) 2 51 99 88  
[www.maedchenzuflucht-dresden.de](http://www.maedchenzuflucht-dresden.de)

■ **Hilfetelefon Gewalt gegen Frauen**  
Notrufnummer.....(08 00) 0 11 60 16  
bundesweit-kostenlos-vertraulich  
[www.hilfetelefon.de](http://www.hilfetelefon.de)

■ **Kinder- und Jugendnotdienst Dresden Kinderschutznotruf**  
bei Not, Gewalt und Gefahr; Krisenintervention, Beratung, Aufnahme  
Notrufnummer.....(03 51) 2 75 40 04  
[www.dresden.de](http://www.dresden.de)

**Kinder- und Jugendnotdienst 1 Dresden**  
für Kinder und Jugendliche von 0 bis 13  
Rudolf-Bergander-Ring 43, 01219 Dresden

**Kinder- und Jugendnotdienst 2 Dresden**  
für Kinder und Jugendliche von 14 bis 17,  
Teplitzer Straße 10, 01217 Dresden

■ **Babyklappe/Mütternotruf**  
Notruf für Mütter in Krisensituationen in der Zeit der Schwangerschaft und im Leben mit ihrem Kind, auch anonym  
Standort Babyklappe:  
Bautzner Straße 52, 01099 Dresden  
Notruf.....(01 80) 4 23 23 23  
[www.kaleb-dresden.de](http://www.kaleb-dresden.de)

■ **Vertrauliche Geburt/Hilfetelefon**  
„Schwangere in Not – anonym und sicher“ Beratung zu allen Fragen der vertraulichen Geburt  
Telefon ..... (08 00) 4 04 00 20  
[www.geburt-vertraulich.de](http://www.geburt-vertraulich.de)

■ **Telefonseelsorge**  
anonymes Gesprächsangebot für Menschen in belastenden Lebenssituationen und Krisen, gebührenfrei  
Telefon .....(08 00) 1 11 01 11  
.....(08 00) 1 11 02 22  
[www.telefonseelsorge.de](http://www.telefonseelsorge.de)

■ **Helpline Dresden der RAA Sachsen\***  
Telefon .....(03 51) 85 07 52 22  
Notfallnummer für Migrantinnen und Migranten, Kontaktvermittlung zu anderen Beratungsangeboten, bei Bedarf zur Polizei englisch, arabisch, deutsch: täglich 24 Stunden  
[www.raa-sachsen.de/helpline-dresden](http://www.raa-sachsen.de/helpline-dresden)  
\*Regionale Arbeitsstelle für Bildung, Integration und Demokratie Sachsen e. V.

■ **Sucht- und Drogen-Hotline Beratung und Information für Betroffene und Angehörige**  
Telefon .....(01 80) 6 31 30 31  
0,20 Euro/Anruf  
[www.sucht-und-drogen-hotline.de](http://www.sucht-und-drogen-hotline.de)

### 2. Krisendienst, Sozialpsychiatrischer Dienst, Krisentelefone

■ **Psychosozialer Krisendienst Amt für Gesundheit und Prävention**  
Beratung und Unterstützung bei psychischer Belastung und in akuten Krisen- und Notsituationen für volljährige Personen  
Ostra-Allee 9, Ebene 3, 01067 Dresden  
Öffnungszeiten:  
Montag bis Donnerstag 8.30 bis 12 Uhr  
..... 13 bis 17 Uhr  
Freitag .....8.30 bis 14 Uhr  
Telefon ..... (03 51) 4 88 53 41  
(Montag bis Freitag 9 bis 11 Uhr)  
[www.dresden.de/krisendienst](http://www.dresden.de/krisendienst)

■ **Dresdner Krisentelefon „Telefon des Vertrauens“**  
Außerhalb der Öffnungszeiten des Krisendienstes besteht die Möglichkeit einer telefonischen Krisenberatung durch das Dresdner Telefon des Vertrauens.  
Telefon ..... (03 51) 8 04 16 16  
täglich ..... 17 bis 23 Uhr  
[www.dresden.de/krisentelefon](http://www.dresden.de/krisentelefon)

■ **Sozialpsychiatrischer Dienst Amt für Gesundheit und Prävention**  
Der Sozialpsychiatrische Dienst ist Anlaufstelle für Menschen mit seelischen Störungen oder psychischen Erkrankungen und zu den Öffnungszeiten Ansprechpartner für Krisensituationen. Die Mitarbeiterinnen sind auch aufsuchend tätig. Die Dienststellen sind jeweils für bestimmte Stadtgebiete zuständig:

**Dresden-West**  
Braunsdorfer Straße 13, 01159 Dresden  
Telefon ..... (03 51) 4 88 53 62

**Dresden-Nord**  
Große Meißner Straße 16, 01097 Dresden  
geplanter Umzug 2023: Bautzner Straße 125, 01099 Dresden  
Telefon .....(03 51) 4 88 53 04

**Dresden-Mitte**  
Richard-Wagner-Straße 17, 01219 Dresden  
Telefon .....(03 51) 4 88 84 22

**Dresden Süd/Ost**  
August-Bebel-Straße 29, 01219 Dresden  
Telefon .....(03 51) 4 77 74 40  
Öffnungszeiten:  
Montag und Freitag ... 8.30 bis 12 Uhr  
Dienstag und Donnerstag .....  
..... 9 bis 18 Uhr  
[www.dresden.de/spdi](http://www.dresden.de/spdi)

■ **Kinder- und Jugendtelefon**  
Nummer gegen Kummer  
[www.nummergegenkummer.de](http://www.nummergegenkummer.de)  
Telefon .....11 61 11  
Montag bis Sonnabend 14 bis 20 Uhr  
Chat-Beratung mittwochs und donnerstags ..... 14 bis 18 Uhr  
Per Mail rund um die Uhr

**Elterntelefon**

Nummer gegen Kummer  
**Telefon** .....(08 00) 1 11 05 50  
 Montag, Mittwoch, Freitag  
 ..... 9 bis 17 Uhr  
 Dienstag, Donnerstag .... 9 bis 19 Uhr

**Hilfetelefon sexueller Missbrauch**

**Telefon** .....(08 00) 2 25 55 30  
 Montag, Mittwoch, Freitag .....  
 ..... 9 bis 14 Uhr  
 Dienstag, Donnerstag.... 15 bis 20 Uhr  
[www.hilfeportal-missbrauch.de](http://www.hilfeportal-missbrauch.de)

### 3. Beratung für Betroffene von Gewalt, Straftaten und Unfällen

**Dresdner Interventions- und Koordinierungsstelle (DIK) gegen häusliche Gewalt, Gewalt im sozialen Nahraum**

Beratung und Hilfe für Betroffene von physischer, psychischer und sexueller Gewalt. Die Mitarbeiterinnen sind zum Teil aufsuchend tätig. Beratungstermine nach telefonischer Vereinbarung.  
 Laurinstraße 6, 01067 Dresden  
**Telefon** .....(03 51) 8 56 72 10  
[www.fsh-dresden.de](http://www.fsh-dresden.de)

**Männerschutzwohnung Dresden**

für Männer und ihre Kinder, die von psychischer, physischer und sexueller Gewalt bedroht oder betroffen sind: Krisenintervention, Beratung, Aufnahme  
 täglich ..... 10 bis 20 Uhr  
**Telefon** .....(03 51) 32 34 54 22  
[www.mnw-dd.de](http://www.mnw-dd.de)

**Opferhilfe Dresden e. V.**

Beratung für Betroffene von Straftaten, Angehörige, Zeuginnen und Zeugen  
 Heinrichstraße 12, 01097 Dresden  
**Telefon** .....(03 51) 8 01 01 39  
[www.opferhilfe-sachsen.de](http://www.opferhilfe-sachsen.de)

**Weisser Ring e. V.**

Unterstützung für Opfer von Straftaten  
**Opfer-Telefon (bundesweit)** 11 60 06  
**Telefon** .....(01 51) 55 16 46 21  
[www.weisser-ring.de](http://www.weisser-ring.de)

**Trauma-Ambulanz des Zentrums für Seelische Gesundheit/ Universitätsklinikum Dresden**

Vertragsambulanz nach Opferentschädigungsgesetz  
 Lukasstraße 3, 01069 Dresden  
**Telefon** .....(03 51) 41 72 67 50  
[www.uniklinikum-dresden.de/psol/traumaambulanz](http://www.uniklinikum-dresden.de/psol/traumaambulanz)

**\*sowieso\***
**KULTUR BERATUNG BILDUNG Frauen für Frauen e. V.**

Psychologische Beratung u. a. aufgrund von Gewalterfahrung, Traumatisierung und Essstörung  
 Angelikastraße 1,  
 01099 Dresden  
**Telefon** .....(03 51) 8 04 14 70  
[www.frauen-ev-sowieso.de](http://www.frauen-ev-sowieso.de)

**SUPPORT der RAA Sachsen e. V.**

Beratungsstelle für Betroffene rechtsmotivierter und rassistischer Gewalt  
 Bautzner Straße 45,  
 01099 Dresden  
**Telefon** .....(03 51) 8 89 41 74  
 .....(01 72) 9 74 12 68  
[www.raa-sachsen.de/support/beratung](http://www.raa-sachsen.de/support/beratung)  
<https://onlineberatung-raa-sachsen.beranet.info>

**ESCAPE – Beratungs- und Trainingsangebot**

für Täter und Täterinnen häuslicher Gewalt  
 Königsbrücker Straße 37,  
 01099 Dresden  
**Telefon** .....(03 51) 8 10 43 43  
[www.escape-dresden.de](http://www.escape-dresden.de)

**Internetportal für Verkehrsunfall-opfer, deren Angehörige, Zeugen oder Helfer**

[www.hilfefinder.de](http://www.hilfefinder.de)

**Hilfe bei Hass/Gewalt im Netz**

[www.hateaid.org](http://www.hateaid.org)

**Übersicht zu Hilfen nach traumatischen Erfahrungen**

[www.traumanetz-sachsen.de](http://www.traumanetz-sachsen.de)  
[www.dresden.de/krisendienst](http://www.dresden.de/krisendienst)

### 4. Psychosoziale Kontakt- und Beratungsstellen für psychisch erkrankte Menschen, Gerontopsychiatrische Beratung

Die psychosozialen Kontakt- und Beratungsstellen (KBS) sind ein Treffpunkt für Menschen mit psychischen Erkrankungen und Problemen. Sie bieten ein niedrigschwelliges Beratungs- und Kommunikationsangebot sowie Tagesstrukturierung. Gerontopsychiatrische Beratung insbesondere zu Demenzerkrankungen ist gesondert aufgeführt.

Diese ist auch in anderen Seniorenberatungsstellen (z. B. in denen des Sozialamtes Dresden) möglich.  
 Übersicht: [www.dresden.de/senioren](http://www.dresden.de/senioren)

**Diakonie Dresden**

[www.diakonie-dresden.de](http://www.diakonie-dresden.de)  
**Kontakt- und Beratungsstelle**  
 Alaunstraße 84/Hinterhaus,  
 01099 Dresden  
**Kontaktstelle** .....(03 51) 8 04 66 06  
 Angehörigenberatung  
**Telefon** .....(03 51) 8 04 66 05  
**Gerontopsychiatrische Beratung**  
**Telefon** .....(03 51) 2 06 32 68

**Psychosozialer Trägerverein Sachsen e. V.**

[www.ptv-sachsen.de](http://www.ptv-sachsen.de)  
**Kontakt- und Beratungsstelle**  
 Naumannstraße 3 a,  
 01309 Dresden  
**Telefon** .....(03 51) 65 69 00 86  
**Gerontopsychiatrisches Angebot**  
**Telefon** .....(0351) 65 69 00 86

**AWO-Sonnenstein**

[www.awo-in-sachsen.de](http://www.awo-in-sachsen.de)  
**Kontakt- und Beratungsstelle**  
 Herzberger Straße 24/26  
 (Zugang von Prohliser Allee),  
 01239 Dresden  
**Telefon** .....(03 51) 2 88 19 82  
**Kontakt- und Beratungsstelle für Gerontopsychiatrie/Demenz/ Alzheimer (GERDA)**  
 Herzberger Straße 2–4, 01239 Dresden  
**Telefon** .....(03 51) 2 89 16 15

**Dresdner Pflege- und Betreuungsverein e. V.**

[www.dpbv-online.de](http://www.dpbv-online.de)  
**Kontakt- und Beratungsstelle**  
 Amalie-Dietrich-Platz 3, 01169 Dresden  
**Telefon** .....(03 51) 4 16 60 40  
**Kontakt- und Beratungsstelle für Gerontopsychiatrie/Demenz/ Alzheimer (GERDA)**  
**Telefon** .....(03 51) 4 16 60 25

**GESOP gGmbH/Kontakt- und Beratungsstelle**

Michelangelostraße 11, 01217 Dresden  
**Telefon** .....(03 51) 4 37 08 22 0  
[www.gesop-dresden.de](http://www.gesop-dresden.de)

**Alzheimer-Telefon**

**Telefon** .....(0 30) 2 59 37 95 14  
 Montag bis Donnerstag.... 9 bis 18 Uhr  
 Freitag ..... 9 bis 15 Uhr  
 Mittwoch in türk. Sprache 10 bis 12 Uhr  
[www.wegweiser-demenz.de](http://www.wegweiser-demenz.de)  
[www.deutsche-alzheimer.de](http://www.deutsche-alzheimer.de)

**Pflegetelefon**

Beratung für Angehörige  
**Telefon** .....(0 30) 20 17 91 31  
 Montag bis Donnerstag.... 9 bis 18 Uhr  
[www.bmfjsf.de](http://www.bmfjsf.de)

### 5. Beratung für Seniorinnen, Senioren und Angehörige

Beratung und Vermittlung von Hilfen in verschiedenen Lebenslagen  
 Die Einrichtungen arbeiten stadtteilbezogen.

**Altstadt**

**Sozialer Dienst für Seniorinnen, Senioren und Angehörige**  
 Landeshauptstadt Dresden  
 Theaterstraße 11, 01067 Dresden  
**Telefon** .....(03 51) 4 88 60 92/95

**Seniorenberatungszentrum Caritasverband für Dresden e. V.**

Am See 11, 01067 Dresden  
**Telefon** .....(03 51) 4 96 21 78  
 .....(03 51) 48 65 98 30

**Seniorenbegegnungs- und -beratungszentrum**

**DRK Kreisverband Dresden e. V.**  
 Striesener Straße 39, 01307 Dresden  
**Telefon** .....(03 51) 4 46 76 23

**Blasewitz**

**Sozialer Dienst für Seniorinnen, Senioren und Angehörige**  
 Landeshauptstadt Dresden  
 Naumannstraße 5, 01309 Dresden  
**Telefon** .....(03 51) 4 88 86 14/-92

**Seniorenbegegnungs- und -beratungszentrum Ökumenische Seniorenhilfe Dresden e. V.**

Wittenberger Straße 83,  
 01277 Dresden  
**Telefon** .....(03 51) 3 40 08 76

**Cotta mit Cossebaude, Oberwartha, Altfranken, Gompitz und Mobschatz**

**Sozialer Dienst für Seniorinnen, Senioren und Angehörige**  
 Landeshauptstadt Dresden  
 Lübecker Straße 121,  
 01157 Dresden  
 zurzeit Meißner Landstraße 6, 01157 Dresden  
**Telefon** .....(03 51) 4 88 57 09

**Seniorenberatungszentrum Dresdner Pflege- und Betreuungsverein e. V.**

Amalie-Dietrich-Platz 3,  
 01169 Dresden  
**Telefon** .....(03 51) 4 10 89 43

**Seniorenbegegnungs- und -beratungszentrum Arbeiter-Samariter-Bund**

Regionalverband Dresden e. V.  
 Dresdner Straße 3, 01156 Dresden  
**Telefon** .....(03 51) 45 40 20 13

**Seniorenbegegnungs- und -beratungszentrum**

**AWO Sachsen Soziale Dienste gGmbH**  
 Hainsberger Straße 2, 01159 Dresden  
**Telefon** .....(03 51) 4 13 54 71

**Außenstelle Gorbitz Sozialer Dienst für Seniorinnen, Senioren und Angehörige**

Landeshauptstadt Dresden  
 Leutewitzer Ring 7, 01169 Dresden  
**Telefon** .....(03 51) 79 66 57 14

**Klotzsche mit Weixdorf, Langebrück, Schönborn und Marsdorf Sozialer Dienst für Seniorinnen, Senioren und Angehörige**

Landeshauptstadt Dresden  
 Kieler Straße 52, 01109 Dresden  
**Telefon** .....(03 51) 4 88 65 53

**Seniorenbegegnungs- und -beratungszentrum**

**Volkssolidarität Dresden e. V.**  
 Putbusser Weg 18,  
 01109 Dresden  
**Telefon** .....(03 51) 8 80 63 45  
 .....(03 51) 4 48 19 76

**Seniorenberatungszentrum Ökumenische Diakonie-Sozialstation**

**Dresden-BÜLOWH gGmbH**  
 Königsbrücker Landstraße 6a  
 01109 Dresden  
**Telefon** .....(03 51) 8 80 42 87

**Leuben**

**Sozialer Dienst für Seniorinnen, Senioren und Angehörige**  
 Landeshauptstadt Dresden  
 Hertzstraße 23,  
 01257 Dresden  
**Telefon** .....(03 51) 4 88 81 44/-45

**Seniorenbegegnungs- und -beratungszentrum Volkssolidarität Dresden e. V.**  
Laubegaster Ufer 22, 01279 Dresden  
Telefon ..... (03 51) 5 01 05 20/25

■ **Loschwitz**  
**Sozialer Dienst für Seniorinnen, Senioren und Angehörige**  
Landeshauptstadt Dresden  
Grundstraße 3,  
01326 Dresden  
Telefon ..... (03 51) 4 88 85 54

**Außenstelle Schönfeld-Weißig**  
Landeshauptstadt Dresden  
Bautzner Landstraße 291,  
01328 Dresden  
Telefon ..... (03 51) 4 88 85 54

**Seniorenbegegnungs- und -beratungszentrum Ökumenische Diakonie-Sozialstation Dresden-BÜLOWH gGmbH**  
Pillnitzer Landstraße 12,  
01326 Dresden  
Telefon ..... (03 51) 2 68 89 88

■ **Neustadt**  
**Sozialer Dienst für Seniorinnen, Senioren und Angehörige**  
Landeshauptstadt Dresden  
Hoyerswerdaer Straße 3,  
01099 Dresden  
Telefon ..... (03 51) 4 88 66 89

**Seniorenberatungszentrum Ökumenische Diakonie-Sozialstation Dresden-BÜLOWH gGmbH**  
Georgenstraße 1–3, 01097 Dresden  
Telefon ..... (03 51) 2 06 60 26

■ **Pieschen**  
**Sozialer Dienst für Seniorinnen, Senioren und Angehörige**  
Landeshauptstadt Dresden  
Bürgerstraße 63, 01127 Dresden  
Telefon ..... (03 51) 4 88 55 19

**für Pieschen tätig**  
**Sozialer Dienst für Seniorinnen, Senioren und Angehörige**  
Landeshauptstadt Dresden  
Hoyerswerdaer Straße 3,  
01099 Dresden  
Telefon ..... (03 51) 4 88 66 26

**Seniorenbegegnungs- und -beratungszentrum Volkssolidarität Dresden e. V.**  
Trachenberger Straße 6,  
01129 Dresden  
Telefon ..... (03 51) 5 01 04 27

**Seniorenbegegnungs- und -beratungszentrum DRK Kreisverband Dresden e. V.**  
Bürgerstraße 6,  
01127 Dresden  
Telefon ..... (03 51) 84 72 26 78

■ **Plauen**  
**Sozialer Dienst für Seniorinnen, Senioren und Angehörige**  
Landeshauptstadt Dresden  
Nöthnitzer Straße 2,  
01187 Dresden  
Telefon ..... (03 51) 4 88 69 06/-09

**Seniorenbegegnungs- und -beratungszentrum Volkssolidarität Dresden e. V.**  
Nürnberger Straße 45,  
01187 Dresden  
Telefon ..... (03 51) 4 71 93 66

■ **Prohlis**  
**Sozialer Dienst für Seniorinnen, Senioren und Angehörige**  
Landeshauptstadt Dresden  
Prohliser Allee 10,  
01239 Dresden  
Telefon ..... (03 51) 4 88 83 68

**Seniorenberatungszentrum AWO Sachsen Soziale Dienste gGmbH**  
Herzberger Straße 2–4,  
01239 Dresden  
Telefon ..... (0351) 2 89 16 13

**Seniorenbegegnungs- und -beratungszentrum AWO Sachsen Soziale Dienste gGmbH**  
Prohliser Allee 31,  
01239 Dresden  
Telefon ..... (03 51) 3 23 05 60

**Seniorenbegegnungs- und -beratungszentrum Volkssolidarität Dresden e. V.**  
Walter-Arnold-Straße 23,  
01219 Dresden  
Telefon ..... (03 51) 2 75 21 10

■ **Gesamtstädtisch**  
**Individuelle Pflege- und Sozialberatung**  
**Cultus gGmbH der Landeshauptstadt Dresden**  
Freiberger Straße 18,  
01067 Dresden  
Telefon ..... (03 51) 3 13 85 55

■ **Seniorentelefon – Sozialamt Dresden**  
Telefon ..... (03 51) 4 88 48 00  
Dienstag... 9 bis 12 und 14 bis 18 Uhr  
Donnerstag 9 bis 12 und 14 bis 16 Uhr

■ **Übersicht zu weiteren Unterstützungsangeboten**  
[www.dresden.de/senioren](http://www.dresden.de/senioren)

## 6. Beratung bei sozialen Notlagen, Wohnungslosigkeit, Schulden

■ **Sozialamt der Landeshauptstadt Dresden**

**Abteilung Wohnungsfürsorge/Integration**  
**Sachgebiet Hilfe zur Überwindung besonderer sozialer Schwierigkeiten**  
Team Prävention bei Mietschulden, Wohnungskündigung, Räumungsklage, Zwangsräumung  
Junghansstraße 2, 1. Etage,  
01277 Dresden  
Telefon ..... (03 51) 4 88 49 81  
Team Wohnungslosenhilfe bei Wohnungsverlust  
Junghansstraße 2, 3. Etage,  
01277 Dresden  
Telefon ..... (03 51) 4 88 49 81

**Sachgebiet Wohnberatung und Vermittlung**  
Antrag auf Wohnberechtigungsschein und Wohnungsvermittlung  
Junghansstraße 2, 3. Etage, 01277 Dresden  
Telefon ..... (03 51) 4 88 12 90

**Abteilung Wohngeld/Bildung und Teilhabe**  
Beratung und Antragstellung auf Wohngeld  
Junghansstraße 2, 3. Etage, 01277 Dresden  
Telefon ..... (03 51) 4 88 13 01  
Beratung und Antragstellung auf Leistungen für Bildung und Teilhabe  
Junghansstraße 2, Erdgeschoss,  
01277 Dresden  
Telefon ..... (03 51) 4 88 13 01  
Antragsausgabe auch in den Bürgerbüros möglich  
[www.dresden.de/wohngeld](http://www.dresden.de/wohngeld)  
[www.dresden.de/bildungspaket](http://www.dresden.de/bildungspaket)

**Abteilung Soziale Leistungen**  
Erstausstattung Wohnung, einschließlich Haushaltsgeräte und Erstausstattung Bekleidung, Schwangerschaft und Geburt, laufende Hilfe zum Lebensunterhalt, Grundsicherung im Alter und bei Erwerbsminderung für nicht erwerbsfähige Personen bzw. Personen, welche die gesetzliche Altersgrenze erreicht haben oder Altersrente beziehen, Hilfe zur Pflege, sonstige soziale Leistungen, insbesondere Hilfe zur Überwindung besonderer Schwierigkeiten, Hilfe zur Weiterführung des Haushalts, Blindenhilfe, Bestattungskosten, Sozialhilfe  
[www.dresden.de/sozialhilfe](http://www.dresden.de/sozialhilfe)  
Achtung: Erwerbsfähige Personen sowie deren Angehörige erhalten Hilfe zum Lebensunterhalt über das zuständige Jobcenter, Budapestter Straße 30, 01069 Dresden.

**Sachgebiet Nord (für Neustadt, Pieschen, Klotzsche und die Ortschaften Weixdorf, Langebrück und Marsdorf) und besondere Personengruppen (Wohnungslose)**  
Bürgerstraße 63, Hinterhaus,  
01127 Dresden  
Telefon ..... (03 51) 4 88 55 21

**Sachgebiet West, Mitte, Süd (für Altstadt, Plauen, Cotta, Cossebaude, Gombitz, Altfranken)**  
Lübecker Straße 121,  
01157 Dresden  
Telefon ..... (03 51) 4 88 57 11  
Achtung: Das Sachgebiet befindet sich aufgrund von Sanierungsarbeiten vorübergehend in der Lingnerallee 3, 5. Etage.

**Sachgebiet Ost (für Blasewitz, Loschwitz, Prohlis, Leuben und die Ortschaften Kauscha und Schönfeld-Weißig)**  
Hertzstraße 23, 01257 Dresden  
Telefon ..... (03 51) 4 88 81 71

**Dresden-Pass**  
Junghansstraße 2,  
01277 Dresden  
Telefon ..... (03 51) 4 88 48 48  
[www.dresden.de/dresden-pass](http://www.dresden.de/dresden-pass)  
[www.dresden.de/mietrechtsberatung](http://www.dresden.de/mietrechtsberatung)

■ **Diakonisches Werk/Stadtmission Dresden**  
**Kontakt- und Beratungsstelle Wohnungsnotfallhilfe**  
Mohnstraße 43, 01097 Dresden  
Telefon ..... (03 51) 8 03 87 28  
**Allgemeine Sozialberatung/Kirchenbezirkssozialarbeit**  
Georgenstraße 1–3, 01097 Dresden  
Telefon ..... (03 51) 2 06 60 13/14-15  
[www.diakonie-dresden.de](http://www.diakonie-dresden.de)

■ **Kontakt- und Beratungsstelle für Wohnungslose und von Wohnungslosigkeit bedrohte Menschen**  
**Gemeinnützige Gesellschaft Striesen Pentacon e. V.**  
Ludwig-Hartmann-Straße 40,  
01277 Dresden  
Telefon ..... (03 51) 3 12 24 23/15  
[www.striesen-pentacon.de](http://www.striesen-pentacon.de)

■ **Kontakt- und Beratungsstelle Wohnungsnotfallhilfe**  
**Radebeuler Sozialprojekte gGmbH**  
Schillingstraße 7,  
01159 Dresden  
Telefon ..... (03 51) 4 20 78 42  
[www.rasop.de](http://www.rasop.de)

**VERLOREN**

**IM PFLEGE-DSCHUNGEL?**

Wir beraten Sie kostenfrei und neutral zu Unterstützungsmöglichkeiten bei Pflegebedürftigkeit.

**Pflege- und Sozialberatung**  
Freiberger Straße 18  
01067 Dresden  
Tel. 0351 3138-555  
Mail: [beratung@cultus-dresden.de](mailto:beratung@cultus-dresden.de)  
[www.cultus-dresden.de](http://www.cultus-dresden.de)



**Cultus**  
gGmbH  
der Landeshauptstadt  
Dresden

gefördert durch  
die Landeshauptstadt  
Dresden



**Dresden.**  
Dresdner

■ **Allgemeine Soziale Beratung Caritasverband für Dresden e. V.**  
Canalettostraße 10,  
01307 Dresden  
Telefon .....(03 51) 4 98 47 15  
www.caritas-dresden.de

■ **P3/sozial**  
Psychosoziale Beratung für erwerbslose Männer  
Schwepnitzer Straße 10,  
01097 Dresden  
Telefon .....(03 51) 65 88 83 25  
www.mnw-dd.de

■ **Das Lindenhaus**  
Tagestreff für bedürftige Menschen  
Mathildenstraße 15,  
01069 Dresden  
Telefon .....(03 51) 45 26 15 99  
www.heilsarmee.de/dresden

■ **Tagestreff/Begegnungscafé Heilsarmee Dresden**  
Reicker Straße 89,  
01237 Dresden  
Telefon .....(03 51) 3 17 92 46  
www.heilsarmee.de/dresden

■ **Ökumenische Bahnhofsmision Diakonisches Werk – Stadtmission Dresden gGmbH**  
Eingang Bayrische Straße/Südseite  
Hauptbahnhof,  
01069 Dresden  
Telefon .....(03 51) 45 19 59 90  
www.diakonie-dresden.de

■ **Schuldnerberatung AWO-Sonnenstein gGmbH**  
Leipziger Straße 97,  
01127 Dresden  
Telefon .....(03 51) 8 58 81 18  
Herzberger Straße 24/26,  
Zugang über Prohliser Allee,  
01239 Dresden  
Telefon (03 51) 2 72 90 84  
Kesselsdorfer Straße 106,  
01159 Dresden  
Telefon .....(03 51) 5 00 83 737  
www.awo-sonnenstein.de

■ **Schuldnerberatung/Gemeinnützige Gesellschaft Striesen Pentacon e. V.**  
Ludwig-Hartmann-Straße 40,  
01277 Dresden  
Telefon .....(03 51) 3 12 24 20  
www.striesen-pentacon.de

■ **Schuldnerberatung/Caritasverband für Dresden e. V.**  
Beratungszentrum  
Canalettostraße 10,  
01307 Dresden  
Telefon .....(03 51) 4 98 47 15  
www.caritas-dresden.de

■ **Anlauf- und Beratungsstelle für straffällige und von Straffälligkeit bedrohte Menschen/Umgang mit Geldstrafen**  
Verein für soziale Rechtspflege  
Dresden e. V.  
Karlsruher Straße 36,  
01189 Dresden  
Telefon .....(03 51) 4 02 08 24/-37  
www.vsr-dresden.de

## 7. Allgemeiner Sozialer Dienst des Jugendamtes

Beratung und Unterstützung bei der Lösung von Familienkonflikten sowie bei Trennungs- und Scheidungsabsichten, Vermittlung von Hilfsangeboten des Jugendamtes in Form der Gewährung von Hilfen zur Erziehung (nach Antragstellung und Bedarfsfeststellung).  
www.dresden.de/jugendamt

■ **Altstadt**  
Nöthnitzer Straße 2,  
01187 Dresden  
Telefon .....(03 51) 4 88 68 29

■ **Blasewitz und Loschwitz (mit Schönfelder Hochland)**  
Grundstraße 3,  
01326 Dresden  
Telefon .....(03 51) 4 88 85 61

■ **Cotta (mit Cossebaude, Oberwartha, Mobschatz, Gompitz und Altfranken)**  
Meißner Landstraße 6,  
01157 Dresden  
Telefon .....(03 51) 4 88 57 42

■ **Gorbitz**  
Kesselsdorfer Straße 2,  
01159 Dresden  
Telefon .....(03 51) 4 88 57 56

■ **Leuben**  
Prohliser Allee 10,  
01239 Dresden  
Telefon .....(03 51) 4 88 83 60

■ **Neustadt und Klotzsche (mit Langebrück, Weixdorf, Marsdorf, Schönborn)**  
Hoyerswerdaer Straße 3,  
01099 Dresden  
Telefon .....(03 51) 4 88 66 41

■ **Pieschen**  
Bürgerstraße 63,  
01127 Dresden  
Telefon .....(03 51) 4 88 55 11

■ **Plauen**  
Nöthnitzer Straße 2,  
01187 Dresden  
Telefon .....(03 51) 4 88 68 61

■ **Prohlis**  
Prohliser Allee 10,  
01239 Dresden  
Telefon .....(03 51) 4 88 83 41

## 8. Erziehungs- und Familienberatung, Ehe- und Lebensberatung, Jugendberatungscenter

■ **Kommunale Beratungsstellen Dresden-Ost**  
Burgenlandstraße 19,  
01279 Dresden  
Telefon .....(03 51) 2 57 10 43

**Dresden-Süd**  
August-Bebel-Straße 29,  
01219 Dresden  
Telefon .....(03 51) 4 77 74 14

**Dresden-Mitte**  
Dürerstraße 88, 01309 Dresden  
Telefon .....(03 51) 4 88 82 61

**Dresden-Nord**  
Bautzner Straße 125,  
01099 Dresden  
Telefon .....(03 51) 4 88 84 51

**Dresden-West**  
Braunsdorfer Straße 13,  
01157 Dresden  
Telefon .....(03 51) 4 88 57 81  
www.dresden.de/familienberatung

■ **Evangelische Beratungsstelle/ Beratung für Kinder, Jugendliche und Familien Ehe- und Lebensberatung**  
Diakonisches Werk/Stadtmission  
Dresden gGmbH  
Schneebergstraße 27, 01277 Dresden  
Telefon .....(03 51) 31 50 20  
www.diakonie-dresden.de

■ **Beratungsstelle für Kinder, Jugendliche und Familien VSP e. V.**  
Jacob-Winter-Platz 2, 01239 Dresden  
Telefon .....(03 51) 79 99 07 00  
www.vsp-dresden.org

■ **BiP – Beratungsstelle für Kinder, Jugendliche und Eltern in Pieschen**  
Deutscher Kinderschutzbund e. V.  
in Kooperation mit Outlaw  
Bürgerstraße 75, 01127 Dresden  
Telefon .....(03 51) 8 58 81 53  
www.kinderschutzbund-dresden.de

■ **Beratungsstelle für Eltern, Kinder, Jugendliche und Familien – Malwina e. V.**  
Königsbrücker Straße 37,  
01099 Dresden  
Telefon .....(03 51) 2 15 21 90  
www.malwina-dresden.de

■ **AWO Beratungsstelle für Kinder, Jugendliche und Familien – AUSWEG**  
Hüblerstraße 3, 01309 Dresden  
Telefon .....(03 51) 3 15 88 40  
www.awo-in-dresden.de/ausweg

■ **Beratungsstelle für Kinder, Jugendliche und Familien – Kindervereinigung Dresden e. V.**  
Harthaer Straße 3, 01169 Dresden  
Telefon .....(03 51) 42 48 40 40  
www.kindervereinigung-dresden.de

■ **Beratungsstelle für Kinder, Jugendliche und Eltern mit psychischen Belastungen und Erkrankungen**  
Naumannstraße 3 a, 01309 Dresden  
Telefon .....(03 51) 44 03 99 67  
www.ptv-sachsen.de

■ **Ehe-, Familien- und Lebensberatung Bistum Dresden-Meißen**  
Dr.-Friedrich-Wolff-Straße 2,  
01097 Dresden  
Telefon .....(03 51) 8 04 44 30  
www.efl-bistum-dresden-meissen.de

■ **Hilfen für Alleinerziehende**  
www.alleinerziehende-dresden.de

■ **JugendBeratungsCenter Dresden**  
Budapester Straße 30, 01069 Dresden  
Telefon .....(03 51) 4 88 56 80/-86  
.....(03 51) 4 88 56 71/-72  
www.dresden.de/  
jugendberatungscenter  
**Onlineberatung**  
für Kinder, Jugendliche, junge Erwachsene, Erziehende  
https://jugendinfoservice.dresden.de

## 9. Schwangerenberatung

■ **Schwangerenberatungsstelle Amt für Gesundheit und Prävention**  
Braunsdorfer Straße 13, 01159 Dresden  
Telefon .....(03 51) 4 88 53 84/-85  
Industriestraße 35, 01129 Dresden  
Telefon .....(03 51) 8 56 17 60  
www.dresden.de/schwangerschaft

**Schwangeren-, Familien- und Beratungszentrum/AWO**  
Schaufußstraße 27, 01277 Dresden  
Telefon .....(03 51) 3 36 11 07  
www.awo-in-sachsen.de

■ **Schwangeren- und Familienberatung des DRK**  
Bremer Straße 10 d, 01067 Dresden  
Telefon .....(03 51) 4 67 81 08  
.....(03 51) 4 67 82 34  
www.drksachsen.de

■ **Evangelische Beratungsstelle/ Schwangerschafts- und Schwangerschaftskonfliktberatung Diakonisches Werk/Stadtmission Dresden gGmbH**  
Schneebergstraße 27, 01277 Dresden  
Telefon .....(03 51) 31 50 20  
www.diakonie-dresden.de

■ **Donum vitae Dresden e. V.**  
Schweriner Straße 26, 01067 Dresden  
Telefon .....(03 51) 4 84 28 65  
www.dresden.donumvitae.org

■ **KALEB-Zentrum e. V.**  
Schwangerschaftsberatung  
(ohne Beratungsschein)  
Bautzner Straße 52, 01099 Dresden  
Telefon .....(03 51) 8 10 74 51  
www.kaleb-dresden.de

■ **Schwangerschaftsberatung Caritasverband für Dresden e. V.**  
(ohne Beratungsschein)  
Canalettostraße 10,  
01307 Dresden  
Telefon .....(03 51) 4 98 47 15  
www.caritas-dresden.de

■ **Familienhebammen/Familienkinderkrankenschwestern Amt für Gesundheit und Prävention**  
Unterstützung bei schwierigen Lebenslagen bei Schwangerschaft/ Geburt/im ersten Lebensjahr  
Dürerstraße 88, Haus 1,  
01307 Dresden  
Telefon .....(03 51) 4 88 82 48  
www.dresden.de/  
fruehegesundheitshilfen

■ Netzwerk zur Behandlung und Begleitung von Schwangeren und Wöchnerinnen mit seelischen Problemen und psychosomatischen Beschwerden  
www.schwangerschaft-wochenbett.de

## 10. Sucht- und Drogenberatung

■ SG Suchtberatung/Suchtbehandlung  
Amt für Gesundheit und Prävention  
Richard-Wagner-Straße 17,  
01219 Dresden  
Telefon .....(03 51) 4 88 53 71  
www.dresden.de/drogenberatung

■ Suchtberatungs- und Behandlungsstelle  
Caritasverband für Dresden e. V.  
Görlitzer Straße 18, 01099 Dresden  
Telefon .....(03 51) 8 04 38 04  
www.caritas-dresden.de

■ Suchtberatungs- und Behandlungsstelle  
Diakonisches Werk  
Stadtmission Dresden gGmbH  
Leipziger Straße 118, 01127 Dresden  
Telefon .....(03 51) 84 73 66 55  
Fetscherstraße 10, 01307 Dresden  
Telefon .....(03 51) 4 46 89 77  
www.diakonie-dresden.de

■ Suchtberatungs- und Behandlungsstelle HORIZONT  
SZL Suchtzentrum gGmbH  
Freiberger Straße 71, 01159 Dresden  
Telefon ..... (03 51) 4 20 77 38  
www.suchtzentrum.de/horizont

■ SafeDD – Straßensozialarbeit für Erwachsene  
SZL Suchtzentrum gGmbH  
St. Petersburger Straße 14,  
01069 Dresden  
Telefon ..... (03 51) 48 43 69 69  
www.suchtzentrum.de/safe-dd

■ Integrative Suchtberatungs- und Behandlungsstelle GESOP gGmbH  
Gasanstaltstraße 10, Eingang E,  
01237 Dresden  
Telefon .....(03 51) 21 53 08 30  
www.gesop-dresden.de

■ Mobiler Suchtdienst im Sozialamt für chronisch mehrfach geschädigte Abhängigkeitserkrankte (Alkohol) mit besonderen sozialen Schwierigkeiten. Dieser Dienst arbeitet auch aufsuchend.  
Junghansstraße 2, 01277 Dresden  
Telefon ..... (03 51) 4 88 49 87/-89/-95  
www.dresden.de/sucht

## 11. Trauerbegleitung und Hospizdienste

■ Christlicher Hospizdienst e. V.  
Ambulanter Hospizdienst, Tageshospiz, Trauerbegleitung für Erwachsene und Kinder  
Canalettostraße 13, 01307 Dresden  
Telefon .....(03 51) 44 40 29 10  
www.hospizdienst-dresden.de

■ Malteser Hilfsdienst e. V.  
Trauerbegleitung für Erwachsene und Kinder  
Ambulanter Hospiz- und Palliativberatungsdienst  
Leipziger Straße 33, 01097 Dresden  
Telefon .....(03 51) 4 35 55 17  
www.malteser-dresden.de

■ Diakonissenanstalt Dresden  
Telefon .....(03 51) 8 10 19 19  
Trauercafé mit Anmeldung  
Else-Freier-Haus, Holzhofgasse 27,  
01099 Dresden  
Ambulanter Hospizdienst  
Holzhofgasse 29, 01099 Dresden  
www.diako-dresden.de

■ Lacrima – Trauerbegleitung für Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene  
Johanniter-Unfall-Hilfe e. V.  
Stephensonstr. 12–14, 01257 Dresden  
Telefon .....(03 51) 2 09 14 33  
www.johanniter.de/dresden

■ AGUS e. V. – Angehörige um Suizid  
Kreuz 40, 95445 Bayreuth  
Telefon .....(09 21) 1 50 03 80  
www.agus-selbsthilfe.de

■ Bundesverband Verwaiste Eltern und trauernde Geschwister in Deutschland e. V.  
Roßplatz 8 a, 04103 Leipzig  
Telefon .....(03 41) 9 46 88 84  
www.veid.de  
www.verwaiste-eltern-dresden.de

■ Trauerbegleitung nach Fehl- und Totgeburten  
Erreichbarkeiten siehe Punkt 9

Schwangeren-, Familien- und Beratungszentrum/AWO  
Donum vitae Dresden e. V.  
Schwangerschaftsberatung  
Caritasverband für Dresden e. V.  
Netzwerk Schwangerschaft und Wochenbett  
Kaleb Dresden e. V.

Sternenkinder-Dresden e. V.  
Universitätsklinikum  
Carl Gustav Carus  
Fetscherstraße 74, 01307 Dresden  
Telefon .....(03 51) 4 58 30 04  
www.sternenkinder-dresden.de

## 12. Migrations- und Asylberatung

■ Psychosoziales Zentrum für Geflüchtete in Sachsen  
Psychosoziale Beratung für seelisch belastete Menschen mit Flucht- und Migrationshintergrund  
Friedrichstraße 24, Haus A,  
01067 Dresden  
Telefon ..... (03 51) 26 44 00 90  
www.psz-sachsen.de

■ AWO Migrationsberatung für erwachsene Zuwanderer  
Pröhliser Allee 10, 01239 Dresden  
Telefon .....(03 51) 2 88 19 99  
www.awo-in-sachsen.de

■ Ökumenisches Informationszentrum e. V. „Cabana“  
Kreuzstraße 7,  
01067 Dresden  
Telefon .....(03 51) 4 38 37 80  
www.infozentrum-dresden.de

■ Caritas-Beratungszentrum  
Canalettostraße 10,  
01307 Dresden  
Migrationsberatung für Erwachsene  
Telefon .....(03 51) 4 98 47 06/-12  
Jugendmigrationsdienst  
Telefon .....(03 51) 4 98 47 42/-45/-72  
www.caritas-dresden.de

■ Dresdner Verein für soziale Integration von Ausländern und Aussiedlern e. V.  
Lingnerallee 3,  
3. Obergeschoss,  
01069 Dresden  
Beratung  
Telefon .....(03 51) 48 45 46 47  
Gemeindedolmetscherdienst  
Telefon .....(03 51) 4 84 38 03  
www.convectus.de

■ Ausländerrat Dresden e. V.  
Internationales Begegnungszentrum  
Heinrich-Zille-Straße 6,  
01219 Dresden  
Telefon ..... (03 51) 43 63 70  
www.auslaenderrat.de

■ Landsmannschaft der Deutschen aus Russland e. V. – Beratungsstelle  
Pfotenhauerstraße 22/0104,  
01307 Dresden  
Telefon ..... (03 51) 3 11 41 27  
www.lmdr.de

■ Übersicht zu Migrationssozialarbeit, Regionalverantwortliche und weitere Informationen zum Thema Asyl  
www.dresden.de/asyl

■ Informationen für Geflüchtete aus der Ukraine  
www.dresden.de/ukraine-hilfe

## 13. Weitere Beratungsangebote, Selbsthilfe

### ■ Krebserkrankung

Beratung für Menschen mit Tumorerkrankung und Angehörige  
Amt für Gesundheit und Prävention  
Dresden  
Ostra-Allee 9, Ebene 10  
01069 Dresden  
Telefon .....(03 51) 4 88 53 81/-82  
www.dresden.de/tumorberatung

Psychosoziale Beratungsstelle am Tumorzentrum Dresden e. V.  
Löschnerstraße 18,  
3. Obergeschoss,  
01309 Dresden  
Telefon .....(03 51) 3 17 73 04  
www.tumorzentrum-dresden.de

Psychosoziale Beratungsstelle – Krebs bei Kindern/Sonnenstrahl e. V.  
Goetheallee 13, 01309 Dresden  
Telefon .....(03 51) 3 1 58 39 00  
www.sonnenstrahl-ev.org

### ■ AIDS und sexuelle Infektionen

Beratungsstelle Aids und sexuell übertragbare Infektionen  
Amt für Gesundheit und Prävention Dresden  
Bautzner Straße 125, 01099 Dresden  
Telefon .....(03 51) 4 88 82 90  
www.dresden.de/aids

Aidshilfe Dresden e. V.  
Bischofsweg 46, 01099 Dresden  
Telefon .....(03 51) 4 41 61 41  
www.dresden.aidshilfe.de

### ■ Beratung für Studierende

Psychosoziale Beratung  
Studentenwerk Dresden  
Schnorrstraße 8, 01069 Dresden  
Telefon ..... (03 51) 4 69 79 20  
www.studentenwerk-dresden.de



Tierbestattung  
Elbflorenz

Doris Kaube

Unsere Leistungen für Sie

- Abholung oder persönliche Annahme Ihres verstorbenen Lieblingen
- Aufbahrung
- persönliche Beratung und Betreuung
- Einzel- & Gemeinschaftskremierungen
- Urnenübergabe
- Andenken & Zubehör

Am Schießhaus 5  
(ehem.) Bremer Str. 35  
01067 Dresden

---

Tel.: 0351 - 484 2564

www.tierbestattung-  
elbflorenz.de



**Nightline Dresden**

Zuhör-Telefon von Studierenden für Studierende in der Vorlesungszeit  
Dienstag, Donnerstag, Sonnabend,  
Sonntag ..... 21 bis 24 Uhr  
Telefon ..... (03 51) 4 27 73 45  
www.nightline-dresden.de

■ **Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfegruppen (KISS)**

Ehrlichstraße 3, Zugang über  
Freiberger Straße 18, 01067 Dresden  
Telefon ..... (03 51) 2 06 19 85  
www.dresden.de/selbsthilfe

■ **Gerede e. V.**

Beratung für Menschen mit vielfältigen Liebes- und Lebensweisen (LSBTI\*) sowie deren Angehörige  
Prießnitzstraße 18, 01099 Dresden  
Telefon ..... (03 51) 8 02 22 51  
www.gerede-dresden.de

■ **KITA-Rat Dresden**

Deutsche Kinder- und Jugendstiftung GmbH  
Beratung bei Konflikten und Problemen zwischen Eltern/Elternbeirat und Kita  
Bautzner Straße 22, Hinterhaus,  
01099 Dresden  
Telefon ..... (03 51) 32 01 56 44  
www.kita-rat-dresden.de

**14. Ärztliche Bereitschaftsdienste, Notfallpraxen, -ambulanzen und Notaufnahmen der Dresdner Krankenhäuser**

■ **Ärztlicher Bereitschaftsdienst und Bereitschaftspraxen**

für die medizinische Versorgung bei nicht lebensbedrohlichen Beschwerden außerhalb der üblichen Sprechzeiten sowie an Wochenenden, Feiertagen und Brückentagen. Konsultationen sind in allen Bereitschaftspraxen ohne vorherige Anmeldung möglich.  
www.116117.de

**Auskunft über Bereitschaftspraxen sowie Vermittlung dringender ärztlicher Hausbesuche im Rahmen des ärztlichen Bereitschaftsdienstes**

Telefon ..... 116 117  
Montag, Dienstag, .....  
Donnerstag ..... 19 bis 7 Uhr  
Mittwoch und Freitag .... 14 bis 7 Uhr  
Sonnabend, Sonntag, Feiertage,  
Brückentage, 24. Dezember,  
31. Dezember ..... 7 bis 7 Uhr

■ **Bereitschaftspraxen am Universitätsklinikum Dresden**

Fiedlerstraße 25, Haus 28,  
01307 Dresden

**Allgemeinmedizinische und Kinderärztlicher Behandlungsbereich**

Montag, Dienstag,  
Donnerstag ..... 19 bis 22 Uhr  
Mittwoch und Freitag .... 15 bis 22 Uhr  
Wochenende, Feiertage,  
Brückentage ..... 8 bis 22 Uhr

**Chirurgische Behandlungsbereich**

Wochenende, Feiertage,  
Brückentage ..... 8 bis 22 Uhr

■ **Bereitschaftspraxis am Städtischen Klinikum Dresden-Friedrichstadt**

Friedrichstraße 41,  
01067 Dresden

**Allgemeinmedizinischer Behandlungsbereich**

Haus C  
Mittwoch und  
Freitag ..... 16 bis 20 Uhr  
Wochenende, Feiertage,  
Brückentage ..... 8 bis 20 Uhr

**HNO- und Augenärztlicher Behandlungsbereich**

Haus K  
01067 Dresden  
Montag, Dienstag,  
Donnerstag ..... 19 bis 22 Uhr  
Mittwoch und  
Freitag ..... 16 bis 22 Uhr  
Wochenende, Feiertage,  
Brückentage ..... 8 bis 22 Uhr

■ **Bereitschaftspraxis am Städtischen Klinikum Dresden-Neustadt**

Kopernikusstraße 39 a,  
01129 Dresden

**Allgemeinmedizinischer Behandlungsbereich**

Wochenende, Feiertage,  
Brückentage ..... 9 bis 13 Uhr

■ **Notfallambulanzen, Notaufnahmen der Dresdner Krankenhäuser**

Die Notaufnahmen sind, wenn nicht anders angegeben, 24 Stunden besetzt.

**Diakonissen-Krankenhaus**

www.diako-dresden.de  
Notaufnahme,  
Eingang Holzhofgasse 29,  
01099 Dresden  
Telefon ..... (03 51) 8 10 17 08

**Städtisches Klinikum Dresden**

www.klinikum-dresden.de

**Standort Friedrichstadt**

**Zentrale Notaufnahme**  
Friedrichstraße 41, Haus C,  
01067 Dresden  
Telefon ..... (03 51) 4 80 15 52

**Standort Neustadt/Trachau**

**Notfallzentrum**  
Kopernikusstraße 39 a,  
01129 Dresden  
Telefon ..... (03 51) 8 56 23 80

**Kinderklinik**

Industriestraße 40, Haus I,  
01129 Dresden  
Telefon ..... (03 51) 8 56 25 80

**Kreißsaal**

Industriestraße 40, Haus F,  
01129 Dresden  
Telefon ..... (03 51) 8 56 24 60

**Krankenhaus St. Josephstift**

www.josephstift-dresden.de  
Notaufnahme:  
Eingang: Georg-Nerlich-Straße 4,  
01307 Dresden  
Telefon ..... (03 51) 44 40 23 29

**Universitätsklinikum Dresden**

www.uniklinikum-dresden.de  
Fetscherstraße 74,  
01307 Dresden

**Internistisch-Infektiologische Notaufnahme**

für alle Patienten mit Symptomen wie Husten, Luftnot, Fieber und/oder Durchfall  
Haus 27, Erdgeschoss  
Telefon ..... (03 51) 4 58 22 21

**Internistische Notaufnahme**

für alle anderen, nichtinfektiösen Patienten,  
Haus 27, Erdgeschoss  
Telefon ..... (03 51) 4 58 22 21

**Chirurgische Notaufnahme**

Haus 32, Erdgeschoss  
Telefon ..... (03 51) 4 58 24 25

**Gynäkologische Ambulanz und Geburtshilfliche Notaufnahme**

Haus 21, Erdgeschoss  
Telefon ..... (03 51) 4 58 21 83

**Kreißsaal**

Haus 21, 1. Obergeschoss  
Telefon ..... (03 51) 4 58 23 65

**Kindernotaufnahme**

Haus 21, Erdgeschoss  
Telefon ..... (03 51) 4 58 22 67

**Urologische Notaufnahme**

Haus 27, Erdgeschoss  
Montag bis Donnerstag ..... 18 bis 7 Uhr  
Freitag 16 Uhr bis Montag 7 Uhr  
Sonnabend, Sonntag,  
Feiertage ..... 24 Stunden  
Telefon ..... (03 51) 4 58 22 27

**Augenärztliche Notaufnahme**

Haus 33, Erdgeschoss  
Montag bis Donnerstag ..... ab 19 Uhr  
Freitag 13.30 Uhr bis Montag 7 Uhr  
Sonnabend, Sonntag,  
Feiertage ..... 24 Stunden  
Telefon ..... (03 51) 4 58 34 51

**Dermatologische Notaufnahme**

Haus 8, 1. Obergeschoss  
Montag, Dienstag,  
Donnerstag ..... 18 bis 7.30 Uhr  
Mittwoch ..... 14 bis 7.30 Uhr  
Freitag 12 Uhr bis Montag 7.30 Uhr  
Sonnabend, Sonntag,  
Feiertage ..... 24 Stunden  
Telefon ..... (03 51) 4 58 24 31

**Hals-Nasen-Ohren-Notfallambulanz**

Haus 32, Erdgeschoss  
Telefon ..... (03 51) 4 58 24 25

**Neurologische Notaufnahme**

Haus 32, Erdgeschoss  
Telefon ..... (03 51) 4 58 24 25

**Psychiatrische Notaufnahme**

Haus 25, 3. Obergeschoss  
Montag bis Freitag ..... 16.30 bis 7 Uhr  
Sonnabend, Sonntag,  
Feiertage ..... 24 Stunden  
Telefon ..... (03 51) 4 58 26 62

**Herzzentrum Dresden**

**Universitätsklinik**  
www.sana.de/herzzentrum-dresden  
Fetscherstraße 76,  
01307 Dresden  
Notfall-Telefon ..... (03 51) 4 50 14 14  
24 Stunden

■ **Zahnärztlicher Notdienst**

**Universitätsklinikum Dresden**  
**Zahnärztlicher Notdienst**  
Haus 28, Erdgeschoss  
Sonnabend, Sonn- und Feiertage  
7 bis 7 Uhr des Folgetages  
Telefon ..... (03 51) 4 58 36 70

**Übersicht zu diensthabenden Praxen**

www.zahnarzte-in-sachsen.de  
Rubrik Patienten-Notdienst

■ **Apotheken-Notbereitschaft**

Telefon .....  
(08 00) 0 02 28 33 (aus dem Festnetz)  
2 28 33 (aus allen Mobilfunknetzen)

■ **Internationale Praxis Dresden**

Fiedlerstraße 25, Haus 28,  
01307 Dresden  
Telefon ..... (03 51) 42 64 32 97  
www.kvs-sachsen.de

**Impressum**

**Dresdner Wegweiser für Krisen- und Notsituationen**  
www.dresden.de/krisenwegweiser

**Herausgeber**

Landeshauptstadt Dresden  
Amt für Presse-, Öffentlichkeitsarbeit und Protokoll  
Dr.-Külz-Ring 19, Postfach 12 00 20  
01001 Dresden  
Telefon (03 51) 4 88 23 90  
Telefax (03 51) 4 88 22 38  
E-Mail presse@dresden.de  
facebook.com/stadt.dresden  
www.dresden.de

**Redaktion**

Amt für Gesundheit und Prävention,  
Psychosozialer Krisendienst

**Verlag, Anzeigen, Satz**

DDV Sachsen GmbH, DDV Media  
Ostra-Allee 20, 01067 Dresden  
Telefon (03 51) 48 64 48 64  
Telefax (03 51) 48 64 29 24  
E-Mail dresdneramtsblatt@  
ddv-mediengruppe.de  
www.ddv-media.de

**Druck**

DDV Druck GmbH, Dresden

**Vertrieb**

Media Logistik GmbH, Dresden

**Redaktionsschluss:** 30. August 2022

# Suizid und Suizidalität – Möglichkeiten der Prävention – Krisenhilfe

## Inhalt

### 1. Suizidalität – wie kann man das verstehen?

- Was ist Suizidalität?
- Was geht in Menschen vor, die über Suizid nachdenken?
- Welche Risikofaktoren gibt es?
- Was sind Zeichen von Suizidgefährdung?

### 2. Suizidalität – was kann man tun?

- Wenn Sie selbst betroffen sind
- Wenn Sie in Sorge um einen Menschen sind
- Wenn Sie einen Angehörigen durch Suizid verloren haben

### 3. Professionelle Hilfsangebote – eine Übersicht

Der psychosoziale Krisendienst des Amtes für Gesundheit und Prävention hat die folgende Materialsammlung erarbeitet. Sie enthält neben allgemeinen Informationen zum Verständnis der suizidalen Problematik konkrete Hinweise für Betroffene, Angehörige und Hinterbliebene.

Suizid und Suizidalität sind schwerwiegende gesellschaftliche und soziale Probleme, von denen viele Menschen direkt oder indirekt betroffen ist.

Im Jahr 2020 nahmen sich in Deutschland 9206 Menschen das Leben. In Sachsen waren es 2020 495 Männer und 140 Frauen. (Quelle Statistisches Bundesamt) Diese Zahlen liegen höher als die Summe der Verkehrs-, Aids- und Drogenopfer. Auch ist von einer hohen Dunkelziffer auszugehen. Die Relationen zwischen Männern und Frauen liegen etwa bei drei zu eins.

Bei Jugendlichen und jungen Erwachsenen sind Suizide nach Unfällen sogar die zweithäufigste Todesursache. Auch ältere Menschen sind sehr stark suizidgefährdet. So ist beispielsweise in Deutschland jeder zweite Suizid einer Frau der einer über 60-Jährigen. Von jedem Suizid oder Suizidversuch sind viele weitere Personen aus dem nächsten Umfeld betroffen: Partnerinnen und Partner, Eltern, Geschwister, Kinder, Freundinnen und Freunde, Kolleginnen und Kollegen.

### 1. Suizidalität – wie kann man das verstehen?

#### ■ Was ist Suizidalität?

Der Begriff Suizidalität bezieht sich sowohl auf Gedanken und Fantasien als auch auf Impulse und Handlungen, die erwägen oder darauf gerichtet sind, den eigenen Tod herbeizuführen.

Suizidalität kann als Ausdruck der Zuspitzung einer seelischen Krise eines Menschen verstanden werden, in der dieser hoffnungslos und verzweifelt ist und seine Situation als ausweglos empfindet. Nicht jeder Mensch wird in solch einer Krise suizidal. In vielen

Fällen spielen dabei lebensgeschichtliche Zusammenhänge eine Rolle.

Suizidalität an sich ist keine Krankheit und auch nicht genetisch verankert. Suizide und Suizidversuche kommen in allen Bevölkerungsschichten vor und sind nicht an einen besonderen sozialen Status gebunden.

#### ■ Was geht in Menschen vor, die über Suizid nachdenken?

Menschen, die über Suizid nachdenken, schwanken zwischen der Hoffnung zu leben und der Fantasie zu sterben. Dahinter steht nicht unbedingt der Wunsch, wirklich tot zu sein, sondern das Gefühl, nicht mehr so weiterleben zu können wie bisher. Änderungen erscheinen aus eigener Kraft nicht möglich. Damit verbindet sich häufig zugleich der Wunsch, der andere möge die Notlage erkennen und helfen. Manchmal möchte ein Mensch ein Zeichen setzen, besonders wenn er sich lange unverstanden oder verletzt fühlt. Oft ist es auch ein Wunsch nach einer Auszeit in einer belastenden Situation oder nach Ruhe vor quälenden Gedanken und Gefühlen. Auslöser für Suizidversuche sind in hohem Ausmaß zwischenmenschliche Konflikte, Trennungen oder der Tod einer nahestehenden Person. Die in solchen Situationen erlebte Verzweiflung, Angst und Enttäuschung scheinen nicht länger erträglich. Bei Verlust eines geliebten Menschen kann das Gefühl entstehen, das eigene Leben ohne ihn oder sie nicht weiterleben zu können. Das Gefühl, eine besondere Schuld auf sich geladen zu haben, sich für etwas in unerträglichem Ausmaß zu schämen, sich oder einen anderen bestrafen zu wollen, kann ebenfalls ein Grund dafür sein, dass ein Mensch nicht weiterleben möchte.

Das Gefühl, für andere Menschen nur noch eine Last, nutzlos und überflüssig zu sein, spielt besonders bei depressiven, alten und kranken Menschen eine Rolle. Damit verbindet sich die Überzeugung, vom Leben nichts mehr erwarten und keine Freude empfinden zu können. Manchmal ist es auch der Wunsch nach Unabhängigkeit und selbstbestimmtem Handeln – wenigstens bei dieser einen Entscheidung.

#### ■ Welche Risikofaktoren gibt es?

Das Vorliegen einer seelischen Erkrankung kann das Suizidrisiko deutlich erhöhen. 70 Prozent der Menschen, die sich das Leben nahmen, litten unter einer depressiven Erkrankung. Auch Angsterkrankungen, Suchterkrankungen oder Psychosen erhöhen das Suizidrisiko. Beim Vorliegen einer seelischen Erkrankung sollte diese von Fachleuten diagnostiziert und dann ärztlich und/oder psychotherapeutisch behandelt werden.

Kritische Lebensereignisse können Auslöser für suizidale Krisen sein. Einsamkeit, Isolation, Verlust wichtiger Lebensbezüge und existenzielle Nöte

können ebenfalls einen steigenden Einfluss auf das Suizidrisiko haben. Schwere körperliche Erkrankungen mit geringer Aussicht auf Heilung sind, besonders im fortgeschrittenen Lebensalter, ein weiterer Risikofaktor. Auch gesellschaftliche Faktoren, Zugehörigkeit zu speziellen Gruppen, entsprechende Vorbilder oder Ideale können die Suizidbereitschaft erhöhen. Nach einem Suizidversuch besteht in vielen Fällen über einen längeren Zeitraum ein erhöhtes Risiko für einen weiteren Versuch. Besserung des Befindens heißt nicht automatisch Ende der Gefährdung.

#### ■ Was sind Zeichen von Suizidgefährdung?

Ein Großteil der Suizide wird angekündigt (ca. 80 Prozent). Dies geschieht gegenüber Angehörigen, aber auch bei Arztbesuchen, besonders beim jeweiligen Hausarzt. Ankündigungen sollten immer ernst genommen und im Gespräch aufgegriffen werden.

Es ist ein verbreiteter Irrtum, dass Menschen, die von Suizid sprechen, diesen Schritt nicht tun. Immer zeigt sich darin eine besondere seelische Notlage.

Ankündigungen können direkt oder indirekt erfolgen. Häufig werden Umschreibungen gewählt, wie: „Ich weiß nicht mehr weiter. Alles ist sinnlos. Ich falle anderen nur noch zur Last.“ Je konkreter die Vorstellung oder der Plan bezüglich des Suizides ist, umso größer ist die Gefährdung.

Zeichen können sein:

- direkte Vorbereitungen durch Anschaffung entsprechender Hilfsmittel, zum Beispiel Sammeln von Tabletten
- Abschiednahme, zum Beispiel durch Briefe, Telefonate, Verschenken von geliebten Gegenständen, abschließende Regelung von Erbschaft und Vermögen
- Rückzug aus gewohnten Lebenszusammenhängen, von vertrauten Bezugspersonen
- Veränderung der Persönlichkeit, Vernachlässigung des Äußeren, Leistungsabfall, veränderter Schlaf- und Wachrhythmus, veränderte Essgewohnheiten, riskantes Verhalten, zum Beispiel im Straßenverkehr, exzessiver Alkohol- und Drogenkonsum
- Depressionen, Stimmungsschwankungen
- plötzliche Ruhe und Gelassenheit nach schwerer Verzweiflung, hinter der sich der Entschluss zum Suizid verbirgt
- Beschäftigung mit dem Thema Suizid, Lesen entsprechender Literatur oder Internetseiten, Identifikation mit oder Verklärung von Menschen, die sich das Leben genommen haben

### 2. Suizidalität – was kann man tun?

#### ■ Wenn Sie selbst betroffen sind

Viele Menschen, die eine schwere Krise in ihrem Leben durchlaufen haben, beschreiben das Gefühl, in eine Sack-

gasse geraten zu sein. Die Situation, in der sie sich befanden, blieb zuerst unannehmbar. Der Blick auf Auswege und Veränderung schien wie verstellt zu sein.

Sie zögerten, sich jemanden anzuvertrauen aus Angst, ihn zu belasten oder sich nicht genug verstanden zu fühlen. Vielleicht denken auch Sie schon seit einiger Zeit darüber nach, wie es wäre, sich das Leben zu nehmen. Sie fragen sich, wie es für Sie weitergehen könnte. Ihre Gefühle und Gedanken schwanken zwischen der Hoffnung auf Veränderung und der Angst, der jetzige Zustand könnte sich fortsetzen. Eines wissen Sie genau: So möchten Sie nicht weiterleben.

Das Gespräch mit einem Menschen, dem Sie vertrauen, ist oft der erste Schritt in Richtung Lösung der festgefahrenden Gedanken und Gefühle. Manchmal sind es Menschen aus dem Verwandten- oder Freundeskreis. Manchmal sind es Personen aus der weiteren sozialen Umgebung, dem Ausbildungs- oder Arbeitsfeld, der hausärztlichen Praxis, zu denen man ein besonderes Vertrauensverhältnis hat. Vielleicht scheut man sich aber gerade davor, sich an Menschen zu wenden, die man aus anderen Zusammenhängen kennt. Dann ist es sinnvoll, sich an das Netz der professionellen Krisenhelferinnen und Krisenhelfer zu wenden. Telefonische Krisendienste sind besonders einfach zu erreichen und sichern Schutz und Anonymität. Oder man vereinbart einen Termin in einer Beratungsstelle, die Krisenhilfe anbietet, wodurch Erstgespräche schnell verfügbar sind. Vielleicht entschließt man sich aber auch direkt zu ärztlicher Hilfe.

Beratung kann Ihnen helfen, die Situation zu entschärfen und zu ordnen, Perspektiven zu entwickeln und geeignete Wege aus der Krise zu finden.

#### ■ Wenn Sie in Sorge um einen Menschen sind

Die Wahrnehmung, dass ein Mensch Ihrer Umgebung suizidgefährdet ist, löst bei Ihnen vielleicht Unsicherheit und Ängste aus. Sie wissen nicht, was Sie tun sollen, obwohl Sie helfen möchten. Das Gespräch mit einer vertrauten Person ist oft ein erster wichtiger Schritt vor der Suche nach weiteren Hilfen und nach Veränderungsmöglichkeiten. Folgende Hinweise sollten Sie dabei beachten:

- Suizidankündigungen direkter und indirekter Art immer ernst nehmen
- ein Gespräch anbieten, aufmerksam zuhören, offen sein auch für Ungewohntes, nachfragen
- sich Zeit nehmen, Zuwendung und Anteilnahme vermitteln
- ehrlich sein, keine falschen Versprechungen machen, sich nicht selbst überfordern
- ruhig bleiben, keine übereilten Aktionen, Struktur schaffen
- nicht bagatellisieren, nicht abwerten, nicht moralisieren

■ Wünsche und Hoffnungen, eventuell erste Lösungsschritte erfragen. Sie sind als HelferIn oder Helfer nicht allein. Es gibt ein Netz weiterer Hilfsangebote. Dabei können Sie:

■ auf die Möglichkeit professioneller Hilfe zurückgreifen; dies gilt umso mehr, wenn Suizidandrohungen Appellcharakter haben und die Angehörigen sich überfordert oder erpresst fühlen

■ Begleitung beim Aufsuchen professioneller Hilfen anbieten.

Wenn die Suizidgefährdung so hoch erscheint, dass ein Schutz im alltäglichen Leben nicht mehr gewährleistet werden kann, findet man Hilfe auf der Kriseninterventionsstation einer Klinik. Die Einweisung ist auch über den Hausarzt möglich. Art und Umfang der Hilfe werden in Absprache mit den Fachleuten vor Ort entschieden.

Bei akuter Gefährdung muss ein Notarzt über den Rettungsdienst hinzugezogen oder die Polizei verständigt werden. Das gilt auch für das Auffinden einer Person nach einem Suizidversuch; die betroffene Person in diesen Fällen nicht allein lassen. Angehörige von Menschen in suizidaler Krise brauchen selbst oft Rat und Unterstützung. Auch sie können sich um Hilfe an entsprechenden Einrichtungen wenden.

### ■ Wenn Sie einen Angehörigen durch Suizid verloren haben

Wenn Sie sich in dieser Situation befinden, fühlen Sie sich vielleicht sehr allein gelassen. Sie beschäftigen Fragen nach dem Warum, nach Dingen, die Sie hätten tun oder lieber nicht tun sollen. Schuld- oder Schamgefühle aber auch Angst vor der Reaktion der Umgebung können quälen und nicht zur Ruhe kommen lassen. Fehlendes oder nachlassendes Verständnis bis hin zu Schuldzuweisungen durch andere treiben manchmal in Isolation und Einsamkeit. Nicht selten wird die Todesursache Suizid aus diesen Gründen verschwiegen, nicht nur nach außen, sondern auch innerhalb der Familie. Es kann sein, dass man auch selbst in eine schwere Krise gerät.

Wichtig ist es für Hinterbliebene, über ihre Empfindungen zu sprechen und sich anderen Menschen mitzuteilen. Manchmal brauchen sie auch Unterstützung, um Trauer zuzulassen und das Gedenken an den verstorbenen Menschen zu bewahren.

Die Entscheidung, sich das Leben zu nehmen, liegt letztendlich in der Verantwortung des Menschen, der diesen Schritt geht. Dies zu akzeptieren, ist ein wichtiger Schritt bei der Bewältigung des Geschehenen. Das ist oft ein langer Prozess. Es kann auch sein, dass Erinnerungen, durch ein anderes Ereignis ausgelöst, zu einem späteren Zeitpunkt wieder aufbrechen.

Die Angebote von Einrichtungen der Krisenhilfe richten sich auch an Hinterbliebene.

Trauerbegleitung oder Selbsthilfe-Initiativen können ebenfalls sehr hilfreich sein. Der Austausch mit Menschen, die ähnliches erfahren haben, kann stärken und den Blick für neue Perspektiven öffnen.

### 3. Professionelle Hilfsangebote – eine Übersicht

Jeder Mensch kennt Krisen in seinem Leben. Gespräche mit Freunden oder Angehörigen können helfen und sind häufig der erste Schritt zu Entlastung und Veränderung, genügen aber nicht immer. Diese Personen können sich überfordert oder befangen fühlen oder benötigen selbst Hilfe.

Manchmal gibt es niemanden im unmittelbaren Umkreis, den man ansprechen könnte. Dann sollte der Kontakt zu professionellen Helferinnen und Helfern in Beratungsstellen oder Kriseninterventionseinrichtungen, zu niedergelassenen Ärztinnen und Ärzten oder Psychotherapeutinnen und Psychotherapeuten gesucht werden.

Dies gilt ganz besonders bei akuter Selbstgefährdung, bei der auch der vorübergehende Aufenthalt in einer Klinik zu erwägen ist. Bezugspersonen, die von suizidgefährdeten Menschen ins Vertrauen gezogen werden, können sich auch selbst an die genannten Stellen wenden.

#### Telefonische Angebote

■ Erste Entlastung kann ein Anruf bei der Telefonseelsorge bieten. Anonymität, Kostenfreiheit und Erreichbarkeit rund um die Uhr an allen Tagen des Jahres erleichtern diesen Kontakt und das vertrauensvolle Gespräch.

■ Das Telefon des Vertrauens ist ein telefonischer Krisendienst durch ausgebildete Fachkräfte. Es ergänzt das Angebot des Psychosozialen Krisendienstes zu bestimmten Zeiten in den Abendstunden und am Wochenende. Anonymität ist gewährleistet. Bei Wunsch kann ein persönliches Gespräch im Krisendienst vermittelt werden.

■ Das Kinder- und Jugendtelefon ist ebenfalls zu bestimmten Zeiten geschaltet und richtet sich speziell an diese Personen- bzw. Altersgruppe.

#### Ambulante Hilfe

■ Häufig werden zuerst bei Hausärztinnen und Hausärzten seelische Probleme angesprochen und Hilfe gesucht. Diese können in der Regel neben Diagnostik zum Beispiel einer depressiven Erkrankung erste Behandlungsschritte leisten und gegebenenfalls zur fachärztlichen und/oder psychotherapeutischen Praxis überweisen, eine entsprechende Beratungsstelle empfehlen oder, wenn nötig, eine Einweisung in die Klinik vornehmen.

■ Fachärztinnen und Fachärzte für Psychiatrie in der Niederlassung oder in Klinikambulanzen sind Spezialistinnen und Spezialisten auf dem Gebiet der seelischen Erkrankung. Bei akuter Suizidgefährdung sind sie zur Abklärung des Risikos und notwendiger ärztlicher Behandlungsschritte besonders qualifiziert.

■ Ärztliche und Psychologische Psychotherapeutinnen und -therapeuten in eigener Praxis können oft nicht sofort Gesprächstermine anbieten. Bis zum Beginn einer Therapie bestehen

unterschiedlich lange Wartezeiten. Eine Psychotherapie dient der Behandlung einer seelischen Erkrankung. Dabei können auch Hintergründe suizidaler Entwicklung aufgearbeitet werden. Die Verarbeitung des Suizids einer nahestehenden Person kann ebenfalls ein Behandlungsschwerpunkt sein.

■ Lebensberatungsstellen bieten ebenfalls Hilfe in Lebenskrisen, aber häufig keine kurzfristigen Beratungstermine für Krisenintervention. Innerhalb einer laufenden Beratung können und sollten vorhandene suizidale Gedanken und Absichten immer thematisiert werden.

■ Pfarrerinnen und Pfarrer, Priester oder Seelsorgerinnen und Seelsorger sind ebenfalls Personen, bei denen man Beistand in seelischen Krisensituationen finden kann.

■ Der Sozialpsychiatrische Dienst im Amt für Gesundheit und Prävention ist ein Angebot für chronisch psychisch kranke Menschen und bietet neben deren Begleitung auch Krisenhilfe bei akuter Selbstgefährdung in Form von aufsuchender Sozialarbeit und ärztlicher und psychologischer Intervention an.

■ Eine spezielle Einrichtung der Krisenintervention ist der Psychosoziale Krisendienst im Amt für Gesundheit und Prävention. Hier bietet ein Team aus Diplom-Psychologinnen und -Psychologen kurzfristig und kostenfrei Beratungstermine ohne Überweisung und Chipkarte. Die Beratungsreihen dienen der Krisenintervention und der Bewältigung der aktuellen Problematik. Unterstützung bei der Suche nach weiterführenden Hilfsmöglichkeiten wird ebenfalls angeboten. Hierher können sich sowohl Menschen in suizidaler Krise, deren Angehörige und Menschen, die eine nahestehende Person durch Suizid verloren haben, wenden.

#### Stationäre Einrichtungen

Die Kliniken für Psychiatrie und Psychotherapie des Universitätsklinikums der Technischen Universität Dresden, des St.-Marien-Krankenhauses, des Städtischen Klinikums Dresden, Standorte Friedrichstadt und Neustadt/Trachau, bieten die Möglichkeit stationärer Krisenintervention bei akuter Selbstgefährdung.

Die Einweisung in das je nach Einzugsgebiet zuständige Krankenhaus sollte über den zu alarmierenden Rettungsdienst, hausärztliche oder psychiatrische Praxen erfolgen. Eine Aufnahme ist auch über die Notfallambulanzen der Krankenhäuser möglich.

#### Rettungsdienst und Polizei

Bei akuter Gefährdung durch eine suizidale Handlung müssen Rettungsdienst oder Polizei alarmiert werden. Dies gilt auch beim Auffinden eines Menschen nach einem Suizidversuch. Die Polizei kann in Zusammenarbeit mit dem Rettungsdienst die Einweisung in eine Klinik veranlassen. Eine einvernehmliche Einweisung mit dem oder der Betroffenen ist dabei immer anzustreben. Die Einweisung gegen den Willen ist ausschließlich bei akuter

Selbst- und/oder Fremdgefährdung und bei fehlender Einsichts- und Einwilligungsfähigkeit möglich.

#### Team Krisenintervention und Notfallseelsorge (KIT)

Die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter dieser Teams leisten Akutversorgung nach traumatischen Ereignissen und werden bei Bedarf von den Einsatzkräften vor Ort über die Rettungsleitstelle hinzugezogen. Ihre Arbeit kann auch die Überbringung einer Todesnachricht nach Suizid gemeinsam mit der Polizei und den Beistand für Hinterbliebene beinhalten.

#### Einrichtungen der Selbsthilfe

Selbsthilfeprojekte bieten durch Austausch mit anderen Betroffenen Unterstützung bei der Suche nach neuen Wegen und Perspektiven. Sie dienen der Bewältigung kritischer und belastender Lebensereignisse und ergänzen ärztliche Behandlung und/oder Therapie. Auskünfte zu bestehenden Selbsthilfegruppen sowie Unterstützung bei Neugründung erhält man bei der Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfegruppen Dresden (KISS, [www.dresden.de/selbsthilfe](http://www.dresden.de/selbsthilfe)).

Hier finden Sie weitere Informationen:

■ [www.dresden.de/suizidpraevention](http://www.dresden.de/suizidpraevention)  
Übersicht des Psychosozialen Krisendienstes zu Hilfen in Dresden für Suizidgefährdete, Angehörige und Hinterbliebene

■ [www.suizidpraevention-dresden.de](http://www.suizidpraevention-dresden.de)  
Interaktive Übersicht des Dresdner Netzwerkes Suizidprävention zu Hilfsmöglichkeiten für Suizidgefährdete, Angehörige und Hinterbliebene, Informationen zu Suizidalität

■ [www.suizidprophylaxe.de](http://www.suizidprophylaxe.de)  
Internetseite der Deutschen Gesellschaft für Suizidprävention: Informationen zu Suizidalität, bundesweite Übersicht zu Hilfsangeboten, Literaturübersicht

■ [www.agus-selbsthilfe.de](http://www.agus-selbsthilfe.de)  
Selbsthilfe für Hinterbliebene nach Suizid

■ [www.veid.de](http://www.veid.de)  
Bundesverband Verwaiste Eltern

■ [www.u25-dresden.de](http://www.u25-dresden.de)  
Projekt mit E-Mail-Beratung speziell für junge Menschen

