

Wo bekomme ich in der Stadt Bremen Informationen und Hilfe?

1. Medizinisch – Psychotherapeutische Versorgung

(ohne Kindergesundheit)

Im Notfall:

- Die **Notruf-Telefonnummer 112** gilt in ganz Deutschland. Unter dieser Nummer kann im Notfall jederzeit ein **Krankenwagen** (Rettungsdienst), Notarzt und/ oder die Feuerwehr gerufen werden (am Tag und auch in der Nacht!).
- Unter **110** erreichen Sie in ganz Deutschland die **Polizei** (Tag und Nacht).
- **Ärztlicher Notdienst**
 - o in Bremen (0421) 1 92 92
 - o in Bremen-Nord (0421) 6 09 80 63
- **GIFTNOTRUF**: Notruf-Telefonnummer bei Vergiftungen (z.B. wenn ein Kind Geschirrspülmittel getrunken hat). Telefon: (05 51) 1 92 40

Ärzte in Bremen

- Im Telefonbuch und in den Gelben Seiten stehen (unter den Buchstaben Ae/ Ärzte) Telefonnummern und Adressen aller Ärzte und Ärztinnen in Bremen und Umgebung. Sie sind nach Fachrichtung sortiert, z.B. Allgemeinmedizin, Frauenheilkunde, Kinderheilkunde und Jugendmedizin, Zahnmedizin.
- Arztsuche im Internet unter:
http://www.bremen.de/sixcms/detail.php?template=01_aerztenavigator&_hauptid=551444&id=1487851

Gesundheitsamt:

- **Gesundheitsamt Bremen**: Horner Straße 60-70, 28203 Bremen
Im Internet unter: <http://www.gesundheitsamt.bremen.de>

Apotheken:

- Im Telefonbuch und in den Gelben Seiten stehen Apotheken (unter „Apotheken“.
- In der Tageszeitung steht, welche Apotheke abends/nachts/ an Wochenenden **Apotheken-Notdienst** hat.
- **Informationsheft** mit Angaben von **Notapotheken** in Apotheken erhältlich.
- Apotheken-Notdienst im Internet
http://www.bremen.de/sixcms/detail.php?template=01_apotheken_bereitschaft_d&_hauptid=551444&_subid=1487854

Krankenhäuser in Bremen:

- **Klinikum Bremen-Mitte:** St.-Jürgen-Straße 1, Telefon (0421) 497-0, im Internet unter <http://www.klinikum-bremen-mitte.de>
- **Klinikum Bremen-Ost:** Züricher Straße 40, Telefon (0421) 408-0 im Internet unter <http://www.klinikum-bremen-ost.de>
- **Klinikum Bremen-Nord:** Hammersbecker Str. 228, Telefon (0421) 66 06-0 im Internet unter <http://www.klinikum-bremen-nord.de>
- **Klinikum Links der Weser:** Senator-Weßling-Str. 1, Telefon (0421) 879-0 im Internet unter <http://www.klinikum-bremen-ldw.de>
- **DIAKO Ev. Diakonie-Krankenhaus:** Gröpelinger Heerstr. 406-408, Telefon (0421) 61 02-0, im Internet unter <http://www.diako-bremen.de>
- **St. Joseph-Stift:** Schwachhauser Heerstr. 54, Telefon (0421) 3 47-0, im Internet unter <http://www.sjs-bremen.de>
- **Rotes-Kreuz-Krankenhaus:** St.-Pauli-Deich 24, Telefon (0421) 55 99-0, im Internet unter <http://www.rotekreuzkrankenhaus.de>
- **Roland-Klinik:** Niedersachsendamm 72-74 Telefon (0421) 87 78-0, im Internet unter <http://www.roland-klinik.de>
- **Paracelsus-Kurfürsten-Klinik:** In der Vahr 65, Telefon (0421) 46 83-0 im Internet unter <http://www.paracelsus-kliniken.de/bremen>

Zahngesundheit:

- Zahnärzte sehen im Telefonbuch unter „Ärzte – Zahnmedizin“.
- Zahnarztsuche im Internet: <https://www.kzv-bremen.de/patienteninfo/zaverz.php>
- **Unabhängigen Patientenberatung Deutschland, Kompetenzzentrum Zahngesundheit.** Im Internet unter: <http://www.zahnaerztliche-patientenberatung.de/>
- **Unabhängige Patientenberatung Deutschland, Regionale Beratungsstelle Bremen Nord-Niedersachsen**
Braunschweiger Str. 53 b, 28205 Bremen
Telefon: (0421) 6 99 18 61 E-mail: bremen@upd-online.de
Im Internet unter: <https://www.unabhaengige-patientenberatung.de>

Krebs:

- **Allgemeine Informationen** erhält man bei seinem Hausarzt/ seiner Hausärztin. Man bekommt hier auch die Adresse eines Facharztes/ einer Fachärztin für Krebserkrankungen.
- Patientenberatungsstellen (siehe Beratungsstellen)
- **Bremer Krebsgesellschaft e.V.** (Selbsthilfeorganisation):
Telefon (0421) 491 92 22, Am Schwarzen Meer 101-105, 28205 Bremen
- **Krebs bei Frauen:**
 - o Frauenarzt/ Frauenärztin = Gynäkologe/ Gynäkologin (siehe unter Ärzte in Bremen)
 - o Krebsfrüherkennungs-Richtlinien des Gemeinsamen Bundesausschusses (G-BA): http://www.g-ba.de/downloads/62-492-141/RL_KFU_2007-06-21.pdf
- **Krebs bei Männern:**
 - o Urologin/ Urologe (Ärztin oder Arzt, Fachgebiet Harnwegserkrankungen, Männerkrankheiten), (Siehe unter Ärzte in Bremen)

Psychiatrisch-Psychotherapeutische Versorgung:

- **Psychiatrien:**
 - o **Zentrum für Psychiatrie und Psychotherapie am Klinikum Bremen-Ost:** (siehe Klinikum Bremen-Ost unter „Krankenhäuser“)
 - o **Psychiatrisches Behandlungszentrum Bremen-Nord:** Telefon (0421) 6606 -1220 oder -1221, (siehe Klinikum Bremen-Nord unter „Krankenhäuser“)
 - o **Behandlungszentrum Mitte:** Sozialpsychiatrische Beratungsstelle und Ambulanz, Horner Str. 60-70, Telefon (0421) 361-15565, (siehe Klinikum Bremen-Mitte unter „Krankenhäuser“)
 - o **Behandlungszentrum West:** Sozialpsychiatrische Beratungsstelle und Ambulanz, Gröpelinger Heerstraße 104/106, Telefon (0421) 361-15565, (siehe Klinikum Bremen-West unter „Krankenhäuser“)
 - o **AMEOS Klinikum Dr. Heines:** Rockwinkeler Landstr. 110, Telefon (0421) 4289-0 im Internet unter <http://www.ameos.eu>

- **Psychotherapeutinnen und Psychotherapeuten/ Psychiatrinnen und Psychiater:**
 - o Im Telefonbuch unter „Psychotherapeutentafel“ und in den Gelben Seiten unter „Psychologie/ Psychologische Beratung, Psychotherapeuten, Psychotherapie“.
 - o **Psychotherapeutenkammer:**
Hollerallee 22, 28209 Bremen, Telefon (0421) 27 72 000
Im Internet unter: <http://www.psych-info.de/>

- **Bremer Bündnis gegen Depression e.V.**
Hollerallee 22, 28209 Bremen, Telefon (0421) 27 72 001
Im Internet unter: <http://www.buendnis-depression.de/depression/bremen.php>

- **REFUGIO Bremen e.V.** psychosoziales und therapeutisches Behandlungszentrum für **Flüchtlinge und Folterüberlebende**, Parkstraße 2-4, 28209 Bremen, Telefon (0421) 3760749, Im Internet unter: <http://www.refugio-bremen.de>

- **Pflege bei psychischen Erkrankungen**
Pflegedienste für ambulante Pflege bei psychischen Erkrankungen finden Sie im Telefonbuch und in den „Gelben Seiten“ unter „Pflegedienste“.

Ambulante Pflege:

- Die **Krankenkassen** sind auch für die Pflegeversicherung zuständig. Sie informieren deshalb bei Fragen zur Pflegeversicherung und zur ambulanten Pflege.
- Im **Internet** bei Wikipedia: <http://de.wikipedia.org/wiki/Pflegeversicherung>

- **Pflegedienste** in Bremen
 - o Im Telefonbuch und in den „Gelben Seiten“ finden Sie Pflegedienste unter „Pflegedienste“
 - o Informationen und Hinweise bekommen Sie bei den Krankenkassen und Wohlfahrtsverbänden

2. Kinder, Jugendliche und Familie

Kindergesundheit:

- **Kinderärzte** in Bremen
 - im Telefonbuch unter „Ae/ Ärzte – Kinderheilkunde und Jugendmedizin“.
 - **Kinderarztsuche** im Internet unter:
http://www.bremen.de/sixcms/detail.php?template=01_aerztenavigator&_hautid=551444&id=1487851

- **Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeutinnen/ -therapeuten**
 - Im Telefonbuch unter „Psychotherapeutentafel“ und in den Gelben Seiten unter „Psychologie/ Psychologische Beratung, Psychotherapeuten, Psychotherapie“.
 - **Psychotherapeutenkammer:**
Hollerallee 22, 28209 Bremen, Telefon (0421) 27 72 000
Im Internet unter: <http://www.psych-info.de/>

- **Kinderkliniken**
 - **Prof.-Hess-Kinderklinik am Klinikum Bremen-Mitte,**
Friedrich-Karl-Straße 68, Tel. (0421) 497-5474
im Internet unter <http://www.kinderklinik-bremen.de>
 - **Klinik für Kinder- und Jugendmedizin am Klinikum Bremen-Nord,**
Hammersbecker Straße 228, Tel. (0421) 6606-1370
 - **Klinik für Kinder- und Jugendmedizin am Klinikum Links der Weser,**
Senator-Wessling-Straße 1, Tel. (0421) 879-1443
im Internet unter <http://www.klinikum-bremen-ldw.de/kinder>

- **Kinderärztlicher Notdienst**
 - **Bremen-Stadt:** Prof.-Hess-Kinderklinik, Friedrich-Karl-Straße 68
Rufnummer: (0421) 3 40 44 44
Notdienstzeiten: Montag, Dienstag, Donnerstag, Freitag: 19:00 bis 23:00
Mittwoch: 15:00 bis 23:00
Samstag, Sonntag und an Feiertagen: 8:00 bis 23:00
 - **Bremen-Nord:** Klinikum Bremen-Nord, Hammersbecker Straße 228
Rufnummer: (0421) 66 06 – 800
Notdienstzeiten: Samstag, Sonntag und an Feiertagen:
10:00 bis 12:00 und 17:00 bis 19:00

- **Gesundheitsamt Bremen:**
Horner Straße 60-70, 28203 Bremen
Im Internet unter: <http://www.gesundheitsamt.bremen.de>
 - Kinder- und Jugendgesundheitsdienst
 - Schulärztlicher Dienst
 - Familienhebammen

- Informationen über **Kinderkrankheiten:**
 - Der Kinderarzt/ die Kinderärztin und auch der Hausarzt/ die Hausärztin informieren Eltern über Kinderkrankheiten.
 - Im **Internet:** <http://www.kinderaerzte-im-netz.de/>

- Informationen über **Früherkennungs-Untersuchungen bei Kindern**, im **Internet**: <http://www.ich-geh-zur-u.de/>
- Informationen über **Verhütung von Kinderunfällen**, im **Internet**: BZGA "Kinder schützen – Unfälle verhüten": <http://www.bzga.de/>
- **Impfungen:**
 - o Der Kinderarzt/ die Kinderärztin und auch der Hausarzt/ die Hausärztin informieren Eltern über Schutzimpfungen bei ihren Kindern.
 - o Im **Internet**: Impfeempfehlungen des Robert-Koch-Instituts http://www.rki.de/cln_091/nn_205772/DE/Content/Infekt/Impfen/impfen__node.html?__nnn=true
 - o Im **Internet**: **Impfeempfehlungen** der Ständigen Impfkommission (STIKO): http://www.rki.de/DE/Content/Infekt/Impfen/impfen__node.html

Erziehung und Familie

- **Erziehungsberatungsstellen des Jugendamtes**
 - o **Bremen-Mitte** (Östliche Vorstadt, Altstadt, Findorff (teilweise))
Doventorscontrescarpe 172, Block D , 28195 Bremen
Telefon: (04 21) 361-1 69 40
Sprech-/Bürozeiten Mo, Mi, Do, Fr 10-11:30 u. 16-17:30 h, Di 16-17:30 h
<http://www.bdp-bremen.org/aktuell/wegweiser/beratungsstellen/erziehungsberatungmitte.html>
 - o **Bremen-Ost** (Hemelingen, Osterholz)
Wilhelm Leuschner Str. 27a, 28329 Bremen
Telefon (04 21) 361-34 05 / 361-31 76
Sprech-/Bürozeiten nach tel. Vereinbarung / Mo-Do 9-15 h, Fr 9-14 h
<http://www.bdp-bremen.org/aktuell/wegweiser/beratungsstellen/erziehungsberatungost.html>
 - o **Bremen Mitte-Ost** (Borgfeld, Horn-Lehe, Oberneuland, Schwachhausen, Vahr), Wilhelm Leuschner Str. 27 a, 28329 Bremen
Telefon: (04 21) 361-27 96
Sprech-/Bürozeiten nach tel. Vereinbarung / Mo-Fr 9-13:00
<http://www.bdp-bremen.org/aktuell/wegweiser/beratungsstellen/erziehungsberatungmo.html>
 - o **Bremen-Süd** (Huchting, Neustadt, Obervieland, Woltmershausen, Seehausen, Strom), Große Sortillenstraße 2 – 18, 28199 Bremen
Telefon (04 21) 361-799 40
Sprech-/Bürozeiten tel. Anmeldung Mo-Do 8-15:00 h u. Fr 8-14:00 h
<http://www.bdp-bremen.org/aktuell/wegweiser/beratungsstellen/erziehungsberatungsued.html>
 - o **Bremen-West** (Gröpelingen, Walle, Oslebshausen, Findorff (teilweise))
Doventorscontrescarpe 172, Block D, 28195 Bremen
Telefon (04 21) 361-83 65
Sprech-/Bürozeiten Mo, Mi, Do, Fr 10-11:30 u. 16-17:30 h
Di 16:00 - 17:30 h
 - o **Bremen-Nord**
Am Sedanplatz 7 (4-Etage), 28757 Bremen
Telefon (0421) 361-78 00
Srech-/Bürozeiten nach tel. Vereinbarung

- <http://www.bdp-bremen.org/aktuell/wegweiser/beratungsstellen/erziehungsberatungnord.html>
- **Bremen-Burglesum** (Burglesum, Schönebeck, Grohn)
Aumunder Heerweg 85, 28757 Bremen
Telefon (04 21) 361-73 81 + 7 94 11
Sprech-/Bürozeiten nach tel. Vereinbarung Mo + Do 10:30-12:00 h
<http://www.bdp-bremen.org/aktuell/wegweiser/beratungsstellen/erziehungsberatungsum.html>

 - **Bremer JungenBüro**
Schüsselkorb 17/18, 28195 Bremen, Telefon (0421) 59 86 51 60
Im Internet unter: <http://www.bremer-jungenbuero.de>

 - **Kinderschutzbund:**
 - Kinderschutz-Zentrum in Bremen: Humboldtstr. 179, 28203 Bremen, Telefon (0421) 70 00 37
Im Internet unter: <http://www.dksb-bremen.de>

 - **Mütterzentren**
Mütterzentren in verschiedenen Stadtteilen finden Sie im Telefonbuch unter „Mütterzentrum“.

 - **Mädchenhaus Bremen e.V.**
Rembertistraße 32, 28203 Bremen, Telefon (0421) 33 65 444
Im Internet unter: <http://www.maedchenhaus-bremen.de>

 - **pro familia Beratungsstelle Bremen:**
Hollerallee 24, 28209 Bremen, Telefon (0421) 340 60 30
Im Internet unter: <http://www.profamiliabremen.de>

3. Beratungsstellen

Beratungsstellen:

- Übersicht über **Beratungsstellen im Internet**
<http://www.gesundheit-in-bremen.de/register.html>

- **AIDS / STD Beratung**
Gesundheitsamt Bremen, Horner Straße 60-70, 28203 Bremen
Telefon (0421) 361 15 121, Fax (0421) 496 15 121
E-Mail: Aids.Std@gesundheitsamt.bremen.de

- **Frauengesundheit in Tenever e.V.**
Koblenzer Straße 3a, 28325 Bremen, Telefon (0421) 40 17 28
Im Internet unter: <http://www.bremen.de/sixcms/detail.php?id=339517>

- **Gesundheitstreffpunkt West e.V.**
Lindenhofstraße 53, 28237 Bremen, Telefon (0421) 61 70 79
Im Internet unter: <http://www.gtp-west.de>

- **Patientenrechte:**
 - o Im Internet **Bundesarbeitsgemeinschaft der PatientInnenstellen:**
<http://www.patientenstellen.de>
 - o **Unabhängige Patientenberatung Bremen e.V.**
Richard-Wagner-Straße 1 a, Telefon (0421) 3477374
Im Internet unter: <http://www.patientenberatung-bremen.de>
 - o **Unabhängige Patientenberatung Deutschland, Regionale Beratungsstelle Bremen Nord-Niedersachsen**
Braunschweiger Str. 53 b, 28205 Bremen
Telefon: (0421) 6 99 18 61 E-mail: bremen@upd-online.de
Im Internet unter: <https://www.unabhaengige-patientenberatung.de>

- **Selbsthilfe:**
 - o **Gesundheitsamt Bremen:** Referat Selbsthilfe- und Gesundheitsförderung
Horner Straße 60-70, 28203 Bremen, Telefon (0421) 361 15 141

 - o **Netzwerk Selbsthilfe Bremen-Nordniedersachsen e.V.**
Faulenstraße 31, 28195 Bremen, Telefon (0421) 70 45 81
Im Internet unter: <http://www.selbsthilfe-wegweiser.de/>

- **Verbraucherschutz:** Verbraucherzentrale Bremen e.V.
Altenweg 4, 28195 Bremen, Telefon: (0421) 160 777
Im Internet unter: <http://www.verbraucherzentrale-bremen.de>

4. Bewegung und Sport

Sport und Bewegung:

- **Bremer Bäder GmbH** (Schwimmbäder in Bremen)
Zentrale: Beim Ohlenhof 14, 28239 Bremen, Telefon (0421) 69 15 10
Im Internet unter: <http://www.bremer-baeder.com>

- **Bremer Volkshochschule** (Kurse im Bereich Gesundheit)
Faulenstraße 69, 28195 Bremen, Telefon (0421) 361 595 25
Im Internet unter <http://www.vhs-bremen.de>

- **Bremer Turnverband e.V.**
Violenstraße 27, 28195 Bremen, Telefon (0421) 32 65 92
Im Internet unter: <http://www.bremer-turnverband.de>

- **Fitnessstudios**
In den „Gelben Seiten“ stehen Telefonnummern und Adressen von Fitnessstudios in Bremen (unter Fitnesscenter und Sportanlagen).

- **Landessportbund Bremen e.V.**
 - o Informationen für MigrantInnen: Haus des Sports,
Eduard – Grunow - Str. 30, 28203 Bremen, Telefon: (0421) 7928727
 - o Fachabteilung Gesundheitssport: Telefon (0421) 7928715
 - o Der Landessportbund gibt **Auskunft über Sportarten und Sportvereine.**
Auch im Internet unter http://www.lsb-bremen.de/links_sportverbaende.asp

- **Sportgarten Bremen e.V.**
Sommerdeich, 28205 Bremen, Telefon (0421) 75 808
Im Internet unter <http://www.sportgarten.de>

- **Sportverbände**
 - o In den „Gelben Seiten“ stehen unter Sport verschiedene Bremer Sportverbände, sortiert nach den angebotenen Sportarten.

5. Ernährung

- **Auswertungs- und Informations-Dienst** (aid infodienst für Verbraucherschutz, Ernährung, Landwirtschaft e.V.) Im Internet unter: <http://www.aid.de/>
Heilsbachstraße 16, 53123 Bonn, Telefon (0228) 8499-0
- **Bildungswerk des Deutschen Hausfrauen-Bundes, Landesverband Bremen e.V.**
Am Neuen Markt 14, 28199 Bremen, Telefon (0421) 50 65 64,
Im Internet unter <http://www.hausfrauenbund-bremen.de>
- **Bremer Volkshochschule** (Koch-Kurse und Kurse zu gesunder Ernährung)
Faulenstraße 69, 28195 Bremen, Telefon (0421) 361 5 95 25
Im Internet unter: <http://www.vhs-bremen.de>
- **Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung:** (kostenlose Broschüren z.B. zu Kinderernährung, auch in Russisch und Türkisch).
Telefon 0221 8992-0, Im Internet unter: <http://www.bzga.de>
- **DGE (Deutsche Gesellschaft für Ernährung e.V.)**
Godesberger Allee 18, 53175 Bonn Telefon: (0228) 3776 600
Im Internet unter <http://www.dge.de>
- **DEBInet (Deutsches Ernährungsberatungs- und Informationsnetz)**
Institut für Ernährungsinformation, Klinik Hohenfreudenstadt, Tripsenweg 17, 72250
Freudenstadt, Im Internet unter <http://www.ernaehrung.de>
- **Ernährungsberater/innen** finden Sie in den „Gelben Seiten“ unter Ernährungsberatung. Ernährungsberater/in ist keine geschützte Berufsbezeichnung, wenden Sie sich mit Fragen zur Kostenübernahme an Ihre Krankenkasse.
- **Krankenkassen**
Wenn Sie eine Ernährungsberatung brauchen, können Sie sich auch an Ihre Krankenkasse wenden. Auch auf den Internetseiten der Krankenkassen bekommen Sie Tipps.
- **Landfrauenverein Bremen e.V.**
Falkenstraße 13, 27721 Ritterhude
Im Internet unter <http://www.landfrauen-bremen.de>
- **Verbraucherzentrale Bremen e.V., Ernährungsabteilung.**
Altenweg 4, 28195 Bremen, Telefon: (0421) 1607754

Bücher und Broschüren

- **Internationales Frauenkochbuch Tenever**
Erhältlich beim Mütterzentrum Osterholz-Tenever e.V., (kostenpflichtig)
Neuwieder Straße 13, Telefon (0421) 409 88 95
- **Kochbuch „Gesund essen mit Freude“ (türkisch-deutsch)**
1 Kochbuch kostenlos bestellen bei: Gesundheit Berlin e.V.
Friedrichstraße 231, 10969 Berlin, Telefon (030) 443 190 60
Download im Internet unter: <http://www.saglik-berlin.de>
- **Einkaufsführer für Muslime** und weitere Informationen erhalten Sie bei der
Verbraucherzentrale Bremen e.V., Altenweg 4, 28195 Bremen Im Internet unter:
<http://www.verbraucherzentrale-bremen.de>