

# Aktuelle Hilfsangebote in Mülheim an der Ruhr (Stand März 2022)

| Initiative                                              | Angebot                                | Internet                                      | Telefon                         | Mail                                         |
|---------------------------------------------------------|----------------------------------------|-----------------------------------------------|---------------------------------|----------------------------------------------|
| <b>Hilfe in akuten Notfallsituationen</b>               |                                        |                                               |                                 |                                              |
| <b>Notruf Polizei</b>                                   |                                        |                                               | <b>110</b>                      |                                              |
| <b>Notruf Feuerwehr, Rettungsdienst</b>                 |                                        |                                               | <b>112</b>                      |                                              |
| <b>Überregionale telefonische Angebote</b>              |                                        |                                               |                                 |                                              |
| <b>Telefonseelsorge</b>                                 |                                        |                                               | 0800-1110111                    |                                              |
| <b>Hilfetelefon „Gewalt gegen Frauen“</b>               |                                        |                                               | 0800-0116016                    |                                              |
| <b>Nummer gegen Kummer für Kinder und Jugendliche</b>   |                                        |                                               | 116111                          |                                              |
| <b>Hilfetelefon bei sexueller Gewalt gegen Kinder</b>   |                                        |                                               | 0800-6667776                    |                                              |
| <b>Elterntelefon</b>                                    |                                        |                                               | 0800-1110550                    |                                              |
| <b>Hotline für Alleinerziehende</b>                     |                                        |                                               | 0201-82774799                   |                                              |
| <b>Beratung für Gehörlose und Hörgeschädigte</b>        |                                        |                                               | 030-340606607                   | info.deaf@bmg.bund.de                        |
| <b>Nachbarschaftshilfen und Unterstützung im Alltag</b> |                                        |                                               |                                 |                                              |
| <b>4330hilft e.V.</b>                                   | Einkaufshilfen, Gassigänge, Botengänge | www.4330hilft.de                              | 30995454                        | info@4330hilft.de                            |
| <b>CBE Begegnungs- und Beratungszentrum Speldorf</b>    | Nachbarschaftshilfen                   | www.cbe-mh.de                                 | 0157-881172 90                  | Anna.maria.allegrezza@cbe-mh.de              |
| <b>Hilfenetzwerk VEK</b>                                | Nachbarschaftshilfen                   | www.vek-muelheim.de                           | 0157-86403672                   | iris.schmitt@kirche-muelheim.de              |
| <b>Nachbarschaftsverein Augusta-/Gustavstraße</b>       | Nachbarschaftshilfen                   | www.nbvstyum.de                               | 0208-37749861                   | info@nbvstyum.de                             |
| <b>Verein Mülheimer Nachbarschaft e.V.</b>              | Nachbarschaftshilfen                   | www.nachbarschaftsverein.info<br>www.mwb.info | 696 12 261 oder<br>0173-1834770 | alexandra.teinovic@nachbarschaftsverein.info |

| Psychosoziale Unterstützungsangebote                    |                                                                                        |                                                                                                    |             |                                                                                                            |
|---------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>AWO</b>                                              | Beratung, unterschiedliche Hilfsangebote                                               | <a href="http://www.awo-muelheim.de">www.awo-muelheim.de</a>                                       | 450030      |                                                                                                            |
| <b>Beratungsstelle für Frauen</b>                       | Beratung für Frauen                                                                    | <a href="http://www.hilfe-fuer-frauen-ev.de">www.hilfe-fuer-frauen-ev.de</a>                       | 3056823     | <a href="mailto:beratungsstelle@hilfe-fuer-frauen-ev.de">beratungsstelle@hilfe-fuer-frauen-ev.de</a>       |
| <b>Caritas</b>                                          | Beratung, unterschiedliche Hilfsangebote                                               | <a href="http://www.caritas-muelheim.de">www.caritas-muelheim.de</a>                               | 3000820     | <a href="mailto:info@caritas-muelheim.de">info@caritas-muelheim.de</a>                                     |
| <b>Paritätischer Wohlfahrtsverband</b>                  | Unterschiedliche Hilfsangebote, Vermittlung in Selbsthilfegruppen                      | <a href="https://muelheim.paritaet-nrw.org/start/">https://muelheim.paritaet-nrw.org/start/</a>    | 300480      | <a href="mailto:muelheim@paritaet-nrw.org">muelheim@paritaet-nrw.org</a>                                   |
| <b>Deutsches Rotes Kreuz</b>                            | Kleiderkammer, Essen auf Rädern                                                        | <a href="http://www.drk-muelheim.de">www.drk-muelheim.de</a>                                       | 450060      | <a href="mailto:kv@drk-muelheim.de">kv@drk-muelheim.de</a>                                                 |
| <b>Diakoniewerk Arbeit &amp; Kultur gGmbH</b>           | Essensausgabe (Georgstraße 28)                                                         | <a href="http://www.diakoniewerk-muelheim.de">www.diakoniewerk-muelheim.de</a>                     | 4595313     | <a href="mailto:info@diakoniewerk-muelheim.de">info@diakoniewerk-muelheim.de</a>                           |
| <b>Diakonisches Werk</b>                                | Beratung, unterschiedliche Hilfsangebote                                               | <a href="http://www.diakonie-muelheim.de">www.diakonie-muelheim.de</a>                             | 3003277     | <a href="mailto:diakonie@diakonie-muelheim.de">diakonie@diakonie-muelheim.de</a>                           |
| <b>Evangelische Beratungsstelle</b>                     | Beratung                                                                               | <a href="http://www.kirche-muelheim.de/beratungsstelle">www.kirche-muelheim.de/beratungsstelle</a> | 32014       | <a href="mailto:beratungsstelle@kirche-muelheim.de">beratungsstelle@kirche-muelheim.de</a>                 |
| <b>Frauenhaus</b>                                       | Schutz und Hilfe in akuten Notsituationen                                              |                                                                                                    | 997086      |                                                                                                            |
| <b>Jugendberatung der GINKO-Stiftung für Prävention</b> | Beratung für Jugendliche                                                               | <a href="http://www.ginko-stiftung.de">www.ginko-stiftung.de</a>                                   | 3006931     | <a href="mailto:info@ginko-stiftung.de">info@ginko-stiftung.de</a>                                         |
| <b>Malteser Hilfsdienst</b>                             | Telefonischer Besuchsdienst                                                            | <a href="http://www.malteser-muelheim.de">www.malteser-muelheim.de</a>                             | 0208-592224 | <a href="mailto:info@malteser-muelheim.de">info@malteser-muelheim.de</a>                                   |
| <b>Regionale Schulpsychologische Beratungsstelle</b>    | Beratung für Eltern, Schülerinnen und Schüler sowie Schulleitungen und Lehrkräfte      | <a href="http://www.muelheim-ruhr.de">www.muelheim-ruhr.de</a>                                     | 455-4560    | <a href="mailto:info.rsb@muelheim-ruhr.de">info.rsb@muelheim-ruhr.de</a>                                   |
| <b>Städtische Erziehungsberatungsstelle</b>             | Beratung für Eltern, Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene (bis zum 27. Lebensjahr) | <a href="http://www.muelheim-ruhr.de">www.muelheim-ruhr.de</a>                                     | 455-4550    | <a href="mailto:erziehungsberatungsstelle@muelheim-ruhr.de">erziehungsberatungsstelle@muelheim-ruhr.de</a> |
| <b>Seniorenberatung der Stadt Mülheim an der Ruhr</b>   | Beratung für ältere Menschen                                                           | <a href="http://www.muelheim-ruhr.de">www.muelheim-ruhr.de</a>                                     | 455-5902    |                                                                                                            |
| <b>Unterstützungstelefon für pflegende Angehörige</b>   | Beratung für pflegende Angehörige                                                      | <a href="http://www.uta-mh.de">www.uta-mh.de</a>                                                   | 3425641     | <a href="mailto:info@dialogoffensive-pflege.de">info@dialogoffensive-pflege.de</a>                         |

|                                                            |                                |                                                                        |                                 |                                                                        |
|------------------------------------------------------------|--------------------------------|------------------------------------------------------------------------|---------------------------------|------------------------------------------------------------------------|
| <b>Wohnungslosenhilfe /<br/>Ambulante Gefährdetenhilfe</b> | Unterschiedliche Hilfsangebote | <a href="http://www.diakonie-muelheim.de">www.diakonie-muelheim.de</a> | 3024511<br>oder<br>0170-2214887 | <a href="mailto:agh@diakonie-muelheim.de">agh@diakonie-muelheim.de</a> |
|------------------------------------------------------------|--------------------------------|------------------------------------------------------------------------|---------------------------------|------------------------------------------------------------------------|