

Nützliche **Adressen**

Beratungsstellen:		Öffnungszeiten:
- Arbeitnehmerkammer Bremen	Bürgerstraße 1/Ecke Violenstr. 28195 Bremen Tel: 0421-363010	Allgemeine Öffnungszeiten Mo. - Do. 8.00 - 18.30 Uhr Fr. 8.00 - 13.00 Uhr
Bremen-Nord	Lindenstraße 8 28755 Bremen Tel: 0421-669500	Mo. und Do. 8.00 - 18.30 Uhr Di. und Mi. 8.00 – 16.30 Uhr Fr. 8.00 – 13.00 Uhr
- AGAB Aktionsgemeinschaft Arbeitsloser Bürger und Bürgerinnen e. V. Beratung für Arbeitslose & Sozialhilfeberechtigte	Grenzstr. 122 28217 Bremen Tel.: 0421/395250 und 395297 Fax: 0421/384239	Mo. und Do. 9.00 - 12.30 Uhr Mi. 9.00 - 13.00 Uhr (nur Frauen und mit Termin) Di. 14.00 - 17.30 Uhr Telefonische Beratung: Mi. 10.00-12.00 Uhr
Außenstelle im Bürger- und Sozial- Zentrum Huchting	Amersfoorter Str.8 28259 Bremen Tel.: 571982 St.- Gotthard -Str. 33, 28325 Bremen Telefon: 0421/ 6201 2409	Di. und Do. 8.00-12.00 Uhr
Außenstelle Ost		Mo. und Do. 9.00 – 13.00 Uhr
- BIN (berufliche Integration für Flüchtlinge) Beratung zu Aufenthaltsrechtlichen Fragen und zur beruflichen Eingliederung	Paritätisches Bildungswerk Faulenstr. 31 28195 Bremen Tel. 0421- 17472/0; 1747232	Allgemeine Öffnungszeiten Mo., Di, Do. und Fr. 8.00 – 15.00 Uhr Mi. 8.00 – 16.30 Uhr
- BAföG- und Sozialberatung Studentenwerk Universität Bremen	Bibliothekstr.3 28359 Bremen Tel.: 21869727	Mo. – Mi. 8.30 – 17.00 Uhr Di. 8.30 – 18.00 Uhr Mi. 9.00 – 17.00 Uhr Do. 9.00 – 16.00 Uhr
Hochschule Bremen	Neustadtswall, Raum M06a Tel.: 5905 3640	Mo. 9.00 - 17.00 Uhr Di. 9.00 – 11.20 Uhr Do. 8.30 – 14.30 Uhr 11:00 – 16:00
- Starthaus Beratung zur Existenzgründung	Wachtstr. 27 28195 Bremen Infohotline und Terminvereinbarung: 9600372	Mo. – Do. 8.30- 17.00 Uhr Fr. 8.30 –14.30 Uhr
- Energieberatung: Verbraucherzentrale des Landes Bremen e.V.	Altenweg 4 28195 Bremen Tel.: 160 777	Mo. – Do. 10.00 -18.00 Uhr Fr. 10.00 – 13.00 Uhr
Bremen Nord	Aumunder Heerweg 87 28757 Bremen	08:30 – 13:00 Terminvergabe unter Tel.: 160777
- WaBeQ GmbH Stromspar-Check	Schiffbauerweg 2 28237 Bremen Tel.: 69497310	Thomas Gnutzmann Telefonische Terminabsprache oder per Mail: stromspar- check@wabeq.de
- Rentenberatung	Schwachhauser Heerstr. 32 -34 28209 Bremen Tel. 3407-0	Mo. bis Do. 7.30 - 19.00 Uhr Fr. 7.30 – 15.30 Uhr
- Pflegestützpunkt (zu allen Fragen die Pflege betreffend) Bremen Nord	Berliner Freiheit 3 28327 Bremen Breite Str. 12d, 28757 Bremen	Tel. 69 62 42 0 Tel. 69 62 41 0
- SelbstBestimmt Leben	Ostertorsteinweg 98 28203 Bremen	Mo und Di. 11.00 – 13.00 Uhr

<p><u>Gerichte:</u></p> <p>Sozialgericht Bremen</p> <p>Arbeitsgericht</p>	<p>Am Wall 198 28195 Bremen Tel, 361 - 4685 Tel. 361 - 5341</p>	<p>Rechtsantragstelle: Mo. - Fr. 9.00 – 12.00 Uhr</p>
<p><u>Für AsylbewerberInnen u. Geflüchtete:</u></p> <p>- Flüchtlingsinitiative Aufenthalts- und asylrechtliche Beratung für Flüchtlinge (verschiedene Sprachen)</p> <ul style="list-style-type: none"> • MediNetz: medizinische Vermittlung (an Ärzte, Hebammen) und Beratung <p>- Humanitäre Sprechstunde Für papierlose MigrantInnen ohne Krankenversicherung</p> <p>- AWO Hilfe bei Wohnungssuche, Vermittlung von Deutschkursen, Beratung zum: Aufenthaltsrecht u. Asyl, Schul- und Berufsausbildung, bei Familienkonflikten</p> <p>- AWO Bremen Nord</p> <p>- Flüchtlingsrat Bremen Telefonische Beratung oder Terminvereinbarung</p> <p>- Acompa Begleitgruppe für Flüchtlinge und Migranten (Behörden, Ämtern)</p>	<p>Bernhardstr. 12 (Paradox) 28203 Bremen Tel. 70 57 75 Tel.: 7901959</p> <p>Gesundheitsamt Bremen Hornerstr. 60 – 70 28203 Bremen Tel. 361-15928</p> <p>Knochenhauerstr. 18/19 28195 Bremen Tel. 96038172</p> <p>Landrat-Christians- Str. 99 b 28779 Bremen Tel.: 98882416</p> <p>St. Jürgenstr. 102 28203 Bremen Tel.: 0421 4166 1218</p> <p>St. Paulistr. 10 -12 28203 Bremen Tel.: 017699929206</p>	<p>Mo. 16.00- 18.00 Uhr Di. 15.00- 17.00 Uhr</p> <p>Di. 10.30 – 12.30 Uhr Do. 9.00 – 11.00 Uhr</p> <p>Di. 14.00 – 17.00 Uhr</p> <p>Mo. 10.00 – 12.00 Uhr Do. 9.00 – 12.00 Uhr</p> <p>Di. u. Do. 11.00-13.00 Uhr</p> <p>Mo. 10.00 – 20.00 Uhr Do. 10.00 – 13.00 Uhr</p>

<p><u>Für Schwangere:</u></p> <p>- Familien- und Lebensberatung der Bremischen Ev. Kirche</p> <p>Schwangerenberatung: Leistungen aus der Stiftung für Mutter und Kind</p> <p>- Sozialdienst katholischer Frauen e.V. Schwangerschaftsberatungsstelle für Frauen, Paare und Familien</p> <p>- Pro Familia Beratung u.a. zu Schwangerschaftskonflikten und zu Fragen von Sexualität, Partnerschaft, Empfängnisverhütung, Kostenübernahme für Verhütungsmittel</p> <p>Bremen-Nord</p>	<p>Domsheide 2 28195 Bremen</p> <p>Tel.: 3335650 Tel.: 333563</p> <p>Kolpingstr. 7 28195 Bremen Tel.: 200743-0</p> <p>Hollerallee 24 28 209 Bremen Tel. 340 60 30</p> <p>Weserstr. 35 28757 Bremen Tel.: 654333</p>	<p>Mo. – Fr. 11.00 Uhr – 12.30 Uhr</p> <p>Mo. – Fr. 11.00 Uhr - 12.00 Uhr</p> <p>Mo. – Fr. 9.00 Uhr – 12.00 Uhr</p> <p>Terminberatung</p> <p>Terminberatung</p>
<p><u>Für Kinder:</u></p> <p>- Bremer Daniel-Schnakenberg- Stiftung Zuschüsse für Familienerholung f. kinderreiche, einkommensschwache Familien und Alleinerziehende</p> <p>- SOS Kinderdorf „Klamöttchen“ Gebrauchte Kinderbekleidung</p> <p>- „Kleiderei“ Sozialdienst katholischer Frauen (Erstausstattung, gebrauchte Kinderbekleidung, Bücher, Spielzeug)</p> <p>- VAMV -Verband alleinerziehender Mütter und Väter Landesverband Bremen e.V.</p> <p>- Aktion MahlZeit Bremen kostenlose Kinderbekleidung, Spielzeug kostenloses Mittagessen, Ausflüge</p> <p>- Innere Mission: mission menschlich Starterpaket für die Einschulung</p>	<p>Am Deich 62 28199 Bremen Tel. 33 00 89-11</p> <p>Friedrich-Ebert-Straße 101 / Ecke Neustadtscontrescarpe 28199 Bremen Telefon: 0421 59712-0</p> <p>Klosterkirchenstr. 5 28195 Bremen Tel.: 200 74 3- 0</p> <p>Bürgermeister-Deichmann-Str. 28 28217 Bremen Tel.: 383834</p> <p>Gemeindezentrum Heilig- Geist-Kirche, Neue Vahr August-Bebel-Allee 274 28239 Bremen</p> <p>Blumenthalstraße 10/11 28209 Bremen Tel. 3 49 6732</p>	<p>Nur telefonisch, vormittags bis 12.00</p> <p>Mo. – Fr. 9.30 - 12.30 Uhr 13.00 - 15.30 Uhr</p> <p>Mi. und Do. 10.00 – 16.00 Uhr</p> <p>Terminberatung</p> <p>Jeden Sonntag, ab 12.30 Uhr</p>

<p><u>Wohnen und Umzüge:</u></p> <p>- Wohngeld Die Senatorin für Klimaschutz, Umwelt, Mobilität, Stadtentwicklung und Wohnungsbau, <u>Wohngeldstelle</u></p> <p>- Sprungbrett, Soziale Umzüge f.10,- € Umzüge, Entrümpelung oder Transport</p>	<p>Contrescarpe 73 28195 Bremen Tel.; 0421-361-2497</p> <p>Holsteinerstr. 91-99 28195 Bremen Tel.: 42756220</p>	<p>Mo., Di., Do., Fr. 9.00 - 12.00 Uhr Mo. und Di. 13.00 – 15.00 Uhr Do. 13.00 – 18.00 Uhr</p>
<p><u>Für Wohnungslose und von Wohnungslosigkeit bedrohte:</u></p> <p>- Fachstelle Wohnen Unterstützung bei Wohnungssuche, Vermittlung von Notunterkünften, Darlehen von Mietrückständen</p> <p>- Innere Mission: - Café Papagei Tagestreff für Männer und Frauen, günstig Essen, Duschen, Waschen, Kleiderkammer</p> <p>- Medizinische Versorgung - Einrichten und verwalten einer Postadresse</p> <p>- Wohnungslosenhilfe</p> <p>- Die Tasse Tagesstätte für Menschen ohne Wohnung eine Einrichtung des Vereines Allwo – Hilfe für alleinstehende Wohnungslose e.V.</p>	<p>Bahnhofplatz 29 28195 Bremen Tel.: Service: 361-2620</p> <p>Auf der Brake 2 28195 Bremen Tel. 17504692</p> <p>Tel.: 67353746</p> <p>Bornstr. 19-20 28195 Bremen Tel. 322993-0</p> <p>Fleetstrasse 67 a 28219 Bremen Tel.: 2235882</p>	<p>Telefonische Auskünfte Mo. –Do. 8.00 Uhr – 15.00 Uhr Fr. 8.00 Uhr – 14.00 Uhr Sprechzeiten: Mo und Do. 9.00 – 12.00 Uhr</p> <p>Mo. - Fr. 9.00 Uhr - 16.00 Uhr So. und Feiertage: 10.30 Uhr – 13.30 Uhr</p> <p>Mo., Mi., Fr. 13.00 – 16.00 Uhr Mo. - Fr. 12.30 – 15.30 Uhr</p> <p>Di. und Do. 14.00 – 18.00 Uhr Sa. 14.00 – 17.00 Uhr Sonntagsfrühstück: 9.00 – 11.00 Uhr</p>

<p><u>Günstig essen:</u> Bremer Suppenengel Initiative für Obdachlose und Bedürftige e.V.</p> <p>- Bremer Tafel e.V. Zentrale Hemelingen</p> <p>Huchting</p> <p>Bremen-Burg</p> <p>- Teestube der Hoppenbank Günstiges Essen für Haftentlassene, ihren Angehörigen, von Haft Bedrohten u. anderen sozial Benachteiligten</p>	<p>Kirchweg 55 28201 Bremen Tel.: 14 91 88 75</p> <p>Brauerstr. 13 28309 Bremen Tel. 43 41 95 9</p> <p>Luxemburger Str.50</p> <p>Bremer Heerstr. 8 e 28719 Bremen Tel.: 69675886</p> <p>Fedelhören 33/34 28203 Bremen Tel. 3394340</p>	<p>Essenausgabe: im Lloydhof, in der alten Senatskantine: 13.00 Uhr – 15.00 Uhr (im Winter); Am Wall/ Herdentorsteinweg: 13.35 Uhr; Bahnhofsvorplatz: Di. bis Fr. 13.00 Uhr</p> <p>Neuaufnahme: Mo. 9.00 – 11.00 Uhr Ausgabezeiten: Mo. –Fr. 13.00 -15.30 Uhr</p> <p>Neuaufnahme/ Ausgabe: Di. 13.30 – 16.00 Uhr</p> <p>Neuaufnahme: Mo. – Fr. um 16.30 Uhr Ausgabe: Mo. – Fr. 15.00 – 17.00 Uhr</p> <p>Mo. – Do. 9.30 – 10.00 Uhr und 12.15 – 19.00 Uhr Fr. 9.00 – 10.30 Uhr und 12.15 – 14.15 Uhr Sa., So, Feiertag 10.00 - 14.15 Uhr</p>
<p><u>Sonstiges:</u> - Berufsinformationszentrum- BIZ Bremen Bewerbungen selber schreiben und drucken</p> <p>- Bremer Tiertafel Futter, Zubehör, Rat & Hilfe für bedürftige TierbesitzerInnen</p> <p>- Brücke Bremen, Fachstelle gemeinnützige Arbeit/ Geldstrafentilgung und Arbeitsauflagen</p>	<p>Doventorsteinweg 44 28195 Bremen Tel.: 178-2601 –oder 2629</p> <p>Faulenstraße 75 28195 Bremen Tel.: 0177 3335568</p> <p>Mitte: Ostertorswallstr. 31 Tel.: 3331376</p> <p>Neustadt: Kornstr. 112 Tel.: 5578640</p>	<p>Mo. – Di. 8.00 – 16.00 Uhr Mi./ Fr. 8.00 – 12.30 Uhr Do. 8.00 – 12.30 u. 15.00 – 18.00 Fr. 8.00 – 12.30 Uhr</p> <p>Fr. 14.30 – 18.00 Uhr Ausgabe alle 2 Wochen Termine unter: www.bremertiertafel.de</p> <p>Mo. 14.00 – 17.00 Uhr Di. /Do. 9.30 – 11.30 Uhr Mi./Fr. 9.30 -11.30 Uhr Mo./Di./Do. 10.00 – 12.30 Uhr Do 14.00 – 16.00 Uhr Mi./Fr. 10.00 – 11.30 Uhr</p>
<p><u>Günstige Bekleidung und Möbel:</u></p> <p>- Anziehungspunkt „Kleiderkammer“ des Vereins für Innere Mission, günstige, gebrauchte Bekleidung (1,- Euro pro Stück)</p>	<p>Bornstr. 65 28195 Bremen Tel.: 989662-22</p>	<p>Mo. - Do. 10.00 – 12.00 Uhr 14.00 - 16.00 Uhr</p>
<p>- Oxfam Shop Bremen Gebrauchte Kleidung, Haushaltswaren, Spiele, Bücher, Medien</p>	<p>Knochenhauerstraße 18/19 28195 Bremen Te.l: 160 4614</p>	<p>Mo. - Fr.: 10.00 - 19.00 Uhr Sa. 11.00 - 16.00 Uhr</p>
<p>- Kleiderkammer (für Erwachsene) der evangelischen Kirchengemeinde Neue Vahr</p>	<p>August-Bebel-Allee 274 28239 Bremen Tel.: 46021717</p>	<p>Di. und Do. 9.00 – 11.00 Uhr</p>

<p>- Almende Kostenlose Möbel und Haushaltswaren</p>	<p>Richard Dunkelstr. 120 28199 Bremen Tel.: 52079101</p>	<p>Mo. – Fr. 9.00 – 11.00 Uhr</p>
<p>- Recyclingbörsen Preiswerte Möbel, Hausrat, Elektrogeräte, Fahrräder</p>	<p>Neustadt, Lahnstr. 106 Tel.:4606590 Gröpelingen, Lindenhofstr.36 Tel.: 6167230 Hastedt, Neidenburgerstr. 22 Tel.: 445150 Tenever, Otto-Brenner-Allee 44-46 Tel.: 9605376</p>	<p>Mo - Fr. 9.30 – 18.00 Uhr Mo. – Fr. 9.00 – 18.00 Uhr Sa. 10.00 – 16.00 Uhr Mo. – Fr. 9.00 – 18.00 Uhr Mo. – Fr. 9.00 – 18.00 Uhr</p>
<p>- ALZ e.V. Möbellager Nord Preiswerte Möbel, Transport und Montage</p>	<p>Hermann-Fortmann- Str. 18 28759 Bremen Tel.: 6090559 Tel.: 605038</p>	<p>Mo. – Fr. 9.00 – 18.00 Uhr Sa. 9.00 – 15.00 Uhr</p>
<p>- Möbelhalle Oslebshausen Gröpelinger Recycling-Initiative e.V. Gebrauchtmöbel, Haushaltswaren, Bücher und mehr</p>	<p>Oslebshausen Heerstraße 125 28239 Bremen Tel.: 45 81 928</p>	<p>Mo. – Fr. 08.00 – 18.00 Uhr Sa. 09.00 – 18.00 Uhr.</p>
<p>- Elektro- Markt (Mitte) Günstige Markengeräte neu und gebraucht mit Garantie, Reparatur</p>	<p>Faulenstr. 79 28195 Bremen, Tel.: 302434</p>	<p>Mo. - Fr. 10.00- 18.00 Uhr Sa. 10.00- 13.00 Uhr</p>
<p>TauschWatt e.V. Tauschring Zionsgemeinde, Tausch von Dienstleistungen, Gegenständen etc.</p>	<p>Kornstraße 31 28201 Bremen Tel.70 65 78</p>	<p>Bürozeiten: Di. 18.00 - 20.00 Uhr Sa. 13.00 - 15.00 Uhr</p>

Stand: Januar 2020

– alle Angaben ohne Gewähr-