



Beratungsfinder für Hamburg und Umland

Stand 22.04.2023

Der Beratungsfinder ist eine Initiative von Mitarbeitern des »MännerPerspektiven Hamburg e.V.«, die Übersicht wird in Abständen aktualisiert und um Themenfelder und Adressen ergänzt und erweitert. Bei Interesse um Aufnahme, Nachfragen und Anregungen bitten wir um Kontakt unter rat@mp-hh.de. Konditionen (Kosten, Anfahrten, Terminabsprachen usw.) bitte direkt mit den Anbietern absprechen.

Ausbildung & Lehre

:: Stiftung Auszubildendenwerk

Hammer Str. 8, 22041 Hamburg, Tel. (040) 6077144-70

Mail: [info\[at\]azubiwerk.de](mailto:info[at]azubiwerk.de)

Web: <https://azubiwerk.de>

Beruf, Job, Arbeit

:: Beratung Coaching Mentoring Alexander Bentheim

Lagerstraße 11, 20357 Hamburg, Tel. 0151 28 88 96 32

Mail: [moin\[at\]bentheim-coaching.de](mailto:moin[at]bentheim-coaching.de)

Web: <https://www.bentheim-coaching.de>

:: Väter e.V.

Erzbergerstr. 8a, 22765 Hamburg, Tel. (040) 39 90 85 39

Mail: [info\[at\]vaeter.de](mailto:info[at]vaeter.de)

Web: <https://www.vaeter.de>

Flucht & Migration

:: Segemi – Seelische Gesundheit Migration & Flucht e.V.

Ferdinandstraße 36, 5. Obergeschoss, 20095 Hamburg, Tel. (040) 300 90 101

Mail: [info\[at\]segemi.org](mailto:info[at]segemi.org)

Web: <https://www.segemi.org>

Gesundheit

:: AIDS-Seelsorge

Rostocker Str. 7, 20099 Hamburg, Tel. (040) 280 44 62

Mail: [info\[at\]aidsseelsorge.de](mailto:info[at]aidsseelsorge.de)

Web: <https://aidsseelsorge.de>

:: Hein & Fiete – Der schwule Checkpoint

Pulverteich 21, 20099 Hamburg, Tel. (040) 240 333

Mail: [info\[at\]heinfiete.de](mailto:info[at]heinfiete.de)

Web: <https://www.heinfiete.de/de>

Gewaltbetroffene (sexualisierte Gewalt, Häusliche Gewalt)

:: Opferhilfe Hamburg e.V.

Paul-Neermann-Platz 2-4, 22765 Hamburg, Tel. (040) 38 19 93

Mail: [mail\[at\]opferhilfe-hamburg.de](mailto:mail[at]opferhilfe-hamburg.de)

Web: <https://opferhilfe-hamburg.de>

:: basis-praevent

Beratung für Jungen* und Männer*, die in Kindheit oder Jugend sexuelle Gewalt erlebt haben, sowie für deren Angehörige

Steindamm 11, 20099 Hamburg, Tel. (040) 39 84 26 62

Mail: [basis-praevent\[at\]basisundwoege.de](mailto:basis-praevent[at]basisundwoege.de)

Web: <https://basis-praevent.de>

:: Beratung Coaching Mentoring Alexander Bentheim

Lagerstraße 11, 20357 Hamburg, Tel. 0151 28 88 96 32

Mail: [moin\[at\]bentheim-coaching.de](mailto:moin[at]bentheim-coaching.de)

Web: <https://www.bentheim-coaching.de>

:: Hein & Fiete – Der schwule Checkpoint

Pulverteich 21, 20099 Hamburg, Tel. (040) 240 333

Mail: [info\[at\]heinfiete.de](mailto:info[at]heinfiete.de)

Web: <https://www.heinfiete.de/de>

:: LÂLE in der IKB e.V.

Interkulturelle Beratungsstelle für Betroffene von häuslicher Gewalt und Zwangsheirat

Brahmsallee 35, 20144 Hamburg, Tel. (040) 57 30 93 0-25 (Zentrale -20)

Mail: [lale\[at\]ikb-integrationszentrum.de](mailto:lale[at]ikb-integrationszentrum.de)

Web: www.ikb-lale.de

:: Männerberatung beim Wendepunkt Elmshorn

Gärtnerstraße 10-14, 25335 Elmshorn, Tel. (04121) 47573-0

Mail: [maennerberatung\[at\]wendepunkt-ev.de](mailto:maennerberatung[at]wendepunkt-ev.de)

Web: <https://www.wendepunkt-ev.de/maennerberatung/>

:: savia – steps against violence

Beratung bei Gewalt gegen Geflüchtete in Hamburger Erst- und Folgeeinrichtungen

Tel. (040) 350 177 253

Mail: [savia\[at\]verikom.de](mailto:savia[at]verikom.de)

Web: <https://www.verikom.de/gewaltschutz/savia/>

Gewaltausübende (sexualisierte Gewalt, Häusliche Gewalt)

:: Beratungsstelle »Männersache«

Ochsenzoller Str. 85, 22844 Norderstedt, Tel. (040) 35 77 78 11

Mail: maennersache[at]diakonie-hhsh.de

Web: <https://diakonie-hhsh.de/angebote/familie-beziehung-beratung/maennersache/> oder <https://www.diakonie-hamburg.de/de/adressen/Beratungsstelle-Maennersache/>

:: Hamburger Gewaltschutzzentrum (HGZ)

Altonaer Straße 65, 20357 Hamburg, Tel. (040) 280 03 95-0

Mail: info[at]hamburgergewaltschutzzentrum.de

Web: <https://www.hamburgergewaltschutzzentrum.de/>

:: Präventionsambulanz des Universitätsklinikum Hamburg-Eppendorf (UKE)

Prävention sexuellen Kindesmissbrauchs in Hamburg für Personen, die ein sexuelles Interesse an Kindern haben bzw. befürchten, einen sexuellen Übergriff auf Kinder zu begehen

Martinistraße 52, 20246 Hamburg, Tel. (040) 407410-0

Mail: info[at]uke.de

Web: <https://www.uke.de/kliniken-institute/institute/institut-fuer-sexualforschung-sexualmedizin-und-forensische-psychiatrie/behandlungsangebot/praeventionsambulanz/index.html> (aufgrund der Länge der URL kann es zu Problemen beim Direktlink kommen, dann bitte die URL kopieren und manuell im Browser einsetzen)

:: Wendepunkt e.V. – Hamburger Beratungsstelle für sexuell auffällige Minderjährige und junge Erwachsene

Schillerstr. 43, 22767 Hamburg, Tel. (040) 702987-61

Mail: hamburg[at]wendepunkt-ev.de

Jungen & junge Männer

:: Beratung Coaching Mentoring Alexander Bentheim

Lagerstraße 11, 20357 Hamburg, Tel. 0151 28 88 96 32

Mail: moin[at]bentheim-coaching.de

Web: <https://www.bentheim-coaching.de>

:: Magnus-Hirschfeld-Centrum (MHC)

Beratungs-, Kommunikations-, Kultur- und Jugendzentrum

Borgweg 8, 22303 Hamburg, Tel. 040. 278 778 00

Mail: info[at]mhc-hamburg.de

Web: <https://www.mhc-hh.de>

:: Wendepunkt e.V. - Hamburger Beratungsstelle für sexuell auffällige Minderjährige und junge Erwachsene

Schillerstr. 43, 22767 Hamburg, Tel. (040) 702987-61

Mail: hamburg[at]wendepunkt-ev.de

Krisen

:: Beratung Coaching Mentoring Alexander Bentheim

Lagerstraße 11, 20357 Hamburg, Tel. 0151 28 88 96 32

Mail: moin[at]bentheim-coaching.de

Web: <https://www.bentheim-coaching.de>

:: Beratungspraxis DER NEUE MANN Dr. Wolfgang John

Bürgerweide 62b, 20535 Hamburg, Tel. (040) 258820

Mail: dr.wolfgangjohn[at]web.de

Männergruppen

:: Männergruppen-Netzwerk e.V.

Aktuelle Übersicht zu Männergruppen

Web: <https://maennergruppen.org>

:: MännerWege

Aktuelle Übersicht zu Männergruppen, auch als Download

Web: <https://www.maennerwege.de/maennergruppen-suchen-finden>

:: MännerRadikaleTherapie (MRT)

»MRT ist eine Form für Selbsterfahrungs- und Selbsthilfegruppen für Männer* mit therapeutischem Charakter«

Web: <http://www.mrt-maennergruppen.de> und <http://www.mrt-maennergruppen.de/kontakt.htm>

:: Praxis Dr. med. Matthias Lange

Bahrenfelder Str. 169 (5. Stock), 22765 Hamburg, Tel. 0152 22 33 00 30 (Mo+Mi 12-12.50h)

Mail: [mail\[at\]praxis-matthias-lange.de](mailto:mail[at]praxis-matthias-lange.de)

Web: <https://www.praxis-matthias-lange.de> und <https://www.praxis-matthias-lange.de/männerwerkstatt/>

Partnerschaft / Paarberatung

:: Beratung Coaching Mentoring Alexander Bentheim

Lagerstraße 11, 20357 Hamburg, Tel. 0151 28 88 96 32

Mail: [moin\[at\]bentheim-coaching.de](mailto:moin[at]bentheim-coaching.de)

Web: <https://www.bentheim-coaching.de>

:: Beratungspraxis DER NEUE MANN Dr. Wolfgang John

Bürgerweide 62b, 20535 Hamburg, Tel. (040) 258820

Mail: [dr.wolfgangjohn\[at\]web.de](mailto:dr.wolfgangjohn[at]web.de)

:: Beratungsstelle »Männersache«

Ochsenzoller Str. 85, 22844 Norderstedt, Tel. (040) 35 77 78 11

Mail: [maennersache\[at\]diakonie-hhsh.de](mailto:maennersache[at]diakonie-hhsh.de)

Web: <https://diakonie-hhsh.de/angebote/familie-beziehung-beratung/maennersache/> oder <https://www.diakonie-hamburg.de/de/adressen/Beratungsstelle-Maennersache/>

:: Berater Johann-Christoph Quantz

Doverkamp 16, 22335 Hamburg, Tel. 0176 322 75 666

Mail: [JCQuantz\[at\]web.de](mailto:JCQuantz[at]web.de)

Web: <https://www.integralis-akademie.de>

:: Praxis Dr. med. Matthias Lange

Bahrenfelder Str. 169 (5. Stock), 22765 Hamburg, Tel. 0152 22 33 00 30 (Mo+Mi 12-12.50h)

Mail: [mail\[at\]praxis-matthias-lange.de](mailto:mail[at]praxis-matthias-lange.de)

Web: <https://www.praxis-matthias-lange.de>

Psychotherapie / therapeutische Unterstützung

:: Dipl.-Psychologe Roger Le Béhérec

Schröderstiftstraße 29, 20146 Hamburg, Tel. (040) 4106884

Mail: [lebehérec\[at\]ciphamburg.de](mailto:lebehérec[at]ciphamburg.de)

Web: <http://ciphamburg.de>

:: Dipl.-Psychologe Sebastian Jung

Leitung des Männerprojekts »pumah« (»persönlichkeitsentwicklung und männerarbeit hamburg«)

Dillstr. 16, 20146 Hamburg, Tel. (040) 45 54 21

Mail: pumah[at]pumah.de

Web: <https://www.pumah.de>

:: Dr. phil. Dipl.-Psych. Thomas Bonnekamp

Faberstraße 28, 20257 Hamburg-Eimsbüttel, Tel. (040) 430 30 40

Mail: tbone[at]t-online.de

:: Praxis an der Elbe Klaus Peters

Friedensallee 62a, Hinterhaus, 3. Etage, 22765 Hamburg, Tel. (040) 81956997

Mail: praxisanderelbe[at]posteo.de

Web: <https://praxis-an-der-elbe.de> und <https://praxis-an-der-elbe.de/maenner/>

:: Praxis Dr. med. Matthias Lange

Bahrenfelder Str. 169 (5. Stock), 22765 Hamburg, Tel. 0152 22 33 00 30 (Mo+Mi 12-12.50h)

Mail: mail[at]praxis-matthias-lange.de

Web: <https://www.praxis-matthias-lange.de>

:: Psych-Info

Psychotherapeut*innen-Suchseite; nach Aufruf der Seite bitte die Ortsangabe »Hamburg« eingeben und hinter der »Filter«-Funktion ggf. weitere Eingrenzungen für die Suche vornehmen

Web: <https://psych-info.de>

Schwangerschaft & Geburt

:: Väter e.V.

Erzbergerstr. 8a, 22765 Hamburg, Tel. (040) 39 90 85 39

Mail: info[at]vaeter.de

Web: <https://www.vaeter.de>

Selbsthilfe

:: Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfegruppen (KISS)

Übersicht bestehender Gruppen mit Neuaufnahme, Unterstützung bei eigener Gruppengründung

Tel. (040) 39 57 67

online-Beratung: <https://kiss-hh.onlineberatung.net>

Web: <https://www.kiss-hh.de>

:: REDEZEIT FÜR DICH

Web: <https://www.virtualsupporttalks.de/de>

Sexualität*en

:: Beratungspraxis DER NEUE MANN Dr. Wolfgang John

Bürgerweide 62b, 20535 Hamburg, Tel. (040) 258820

Mail: dr.wolfgangjohn[at]web.de

:: Hein & Fiete – Der schwule Checkpoint

Pulverteich 21, 20099 Hamburg, Tel. (040) 240 333

Mail: info[at]heinfiete.de

Web: <https://www.heinfiete.de/de>

:: Berater Johann-Christoph Quantz

Doverkamp 16, 22335 Hamburg, Tel. 0176 322 75 666

Mail: JCQuantz[at]web.de

Web: <https://www.integralis-akademie.de>

:: Magnus-Hirschfeld-Centrum (MHC)

Beratungs-, Kommunikations-, Kultur- und Jugendzentrum

Borgweg 8, 22303 Hamburg, Tel. 040. 278 778 00

Mail: info[at]mhc-hamburg.de

Web: <https://www.mhc-hh.de>

Sucht, Alkohol- und Drogenberatung

:: KODROBS Bergedorf

Suchtberatung (Alkohol, Medikamente, illegale Substanzen, Spielsucht) für Betroffene und Angehörige, Spritzentausch, ambulante Nachsorge (Alkohol), Vermittlung Selbsthilfegruppen

Lohbrügger Landstraße 6, 21031 Hamburg, Tel. (040) 724 08 33

Mail: bergedorf[at]kodrobs.de

Web: <https://ihj-hamburg.de/angebote/beratungsstellen/kodrobs-bergedorf/>

weitere KODROBS-Anlaufstellen in den Stadtteilen Altona, Eimsbüttel, Wilhelmsburg

Traumata

:: basis-praevent

Beratung für Jungen* und Männer*, die in Kindheit oder Jugend sexuelle Gewalt erlebt haben, sowie für deren Angehörige

Steindamm 11, 20099 Hamburg, Tel. (040) 39 84 26 62

Mail: basis-praevent[at]basisundwoege.de

Web: www.basis-praevent.de

:: Beratungspraxis DER NEUE MANN Dr. Wolfgang John

Bürgerweide 62b, 20535 Hamburg, Tel. (040) 258820

Mail: dr.wolfgangjohn[at]web.de

:: Opferhilfe Hamburg e.V.

Paul-Neermann-Platz 2-4, 22765 Hamburg, Tel. (040) 38 19 93

Mail: mail[at]opferhilfe-hamburg.de

Web: <https://opferhilfe-hamburg.de>

:: Segemi – Seelische Gesundheit Migration & Flucht e.V.

Ferdinandstraße 36, 5. OG, 20095 Hamburg, Tel. (040) 300 90 101

Mail: info[at]segemi.org

Web: <http://www.segemi.org>

Trennung

:: Beratung Coaching Mentoring Alexander Bentheim

Lagerstraße 11, 20357 Hamburg, Tel. 0151 28 88 96 32

Mail: moin[at]bentheim-coaching.de

Web: <https://www.bentheim-coaching.de>

:: Väter e.V.

Erzbergerstr. 8a, 22765 Hamburg, Tel. (040) 39 90 85 39

Mail: info[at]vaeter.de

Web: <https://www.vaeter.de>

:: Väter- und Familiencoach Oliver Panzau

Wurth 3a, 22941 Bargteheide, Tel. (0152) 24 51 12 76

Mail: [post\[at\]oliver-panzau.com](mailto:post[at]oliver-panzau.com)

Web: <https://www.oliver-panzau.com>

Väter & Vaterschaft / Patchwork-Familien

:: Väter e.V.

Erzbergerstr. 8a, 22765 Hamburg, Tel. (040) 39 90 85 39

Mail: [info\[at\]vaeter.de](mailto:info[at]vaeter.de)

Web: <https://www.vaeter.de>

:: Väter- und Familiencoach Oliver Panzau

Wurth 3a, 22941 Bargteheide, Tel. (0152) 24 51 12 76

Mail: [post\[at\]oliver-panzau.com](mailto:post[at]oliver-panzau.com)

Web: <https://www.oliver-panzau.com>