# Beratungslandkarte der TU Hamburg bei Vorfällen von Diskriminierung und sexualisierter Diskriminierung und Gewalt

---

## Notfallnummern

Bei unmittelbarer Gefahr für dich oder andere:

**Polizei: 110**

**Rettungsdienst / Feuerwehr / medizinischer Notfall: 112**

## 24/7 erreichbar – extern

**Hilfetelefon „Gewalt gegen Frauen“: 116 016**
Rund um die Uhr, kostenlos und anonym, in 18 Sprachen, Deutscher Gebärdensprache und Leichter Sprache; auch Chat: www.hilfetelefon.de

**Hilfetelefon „Gewalt an Männern“: 0800 123 99 00**
Kostenlos; auch per Chat und Mail: www.maennerhilfetelefon.de

**Frauenhäuser Hamburg – 24/7-Notaufnahme: 040 8000 4 1000**
Schutz bei häuslicher Gewalt: www.hamburgerfrauenhaeuser.de

**Polizei Hamburg – LKA 42: 040 428 67 4200**
Zuständig für Sexualstraftaten.

**Krisentelefon der Stadt Hamburg: 040 428 11 3000**
Bei psychischen Krisen außerhalb der ärztlichen Sprechzeiten bis spät abends sowie an Wochenenden und Feiertagen.

**TelefonSeelsorge: 0800 111 0 111 | 0800 111 0 222 | 116 123**
Rund um die Uhr, anonym und kostenlos; auch per Chat und Mail: online.telefonseelsorge.de

**Studentische Telefonseelsorge Hamburg (ESG): 040 411 70 411**
Von Studierenden für Studierende, täglich 20–24 Uhr.

# TUHH-interne Beratungs- und Anlaufstellen

## 1. Antidiskriminierungsstelle

Anlaufstelle für Beschäftigte und Studierende der TUHH.

- Erstanlaufstelle im Diskriminierungsfall
- Informationen zu Beschwerdeverfahren
- Unterstützung, um Prozesse und Zuständigkeiten zu erläutern

diversitaet@tuhh.de
📞 +49 40 30601 3892

## 2. Gleichstellungsbeauftragte

Erstberatung und vertrauliche Beratung bei sexualisierter Diskriminierung, Belästigung und Gewalt.

- Vertrauliche Erstberatung
- Beratung zu Gleichstellungsfragen
- Informationen zu Beschwerdeverfahren

Wissenschaftliches Personal und Studierende: wp-gleichstellung@tuhh.de
📞 +49 40 30601 4214
Technisches und Verwaltungspersonal: tvp-gleichstellung@tuhh.de
Website Gleichstellungsreferat

## 3. Zentrale Studienberatung (ZSB)

Zentrale Anlaufstelle für studienbezogene und persönliche Anliegen; allgemeine Studienberatung und psychologische Beratung.

- Orientierung im Studienverlauf
- Studienzweifel
- Lerncoaching
- Persönliche Belastungen

studienberatung@tuhh.de | tuhh.de/zsb
📞 +49 40 30601 2232 | +49 40 30601 4272

## 4. Weitere interne Ansprechpersonen

z. B. Personalrat, Schwerbehindertenvertretung und weitere Interessensvertretungen – Informationen auf den Seiten der TUHH:

Personalrat und Interessensvertretungen

# Externe Beratungs- und Anlaufstellen nach Diversitätsdimension

---

## Betriebliche Sozial- und Gesundheitsberatung (Kooperationsvertrag)

hamburger arbeit GmbH
Sie erreichen hamburger arbeit GmbH Montag bis Freitag telefonisch oder per E-Mail. Rufnummer (040) 428 68 4488 per E-Mail unter betrieblichesozialberatung[at]hamburger-arbeit.de

## Antidiskriminierungsberatung – merkmalsübergreifend

Diese Stellen beraten unabhängig vom Diskriminierungsmerkmal und auch bei Mehrfachdiskriminierung.

### Antidiskriminierungsbüro Hamburg (ADB) – basis & woge e. V.

Unabhängige, kostenfreie und vertrauliche Beratung bei Diskriminierung, u. a. wegen Geschlecht und geschlechtlicher Identität, rassistischer Zuschreibung, Herkunft, sexueller Orientierung, Religion und Alter; arbeitet intersektional. Unterstützung bei Beschwerden, Vermittlungsgesprächen und AGG-Ansprüchen.
📞 040 39 84 26 47 | 040 39 84 26 57
adb@basisundwoge.de | www.adb-hamburg.de

### Antidiskriminierungsstelle des Bundes (ADS)

Rechtliche Ersteinschätzung nach dem Allgemeinen Gleichbehandlungsgesetz (AGG) und Aufzeigen von Handlungswegen; bundesweit.
📞 0800 546 546 5 (kostenfrei, Mo–Do 9–15 Uhr)
beratung@ads.bund.de | www.antidiskriminierungsstelle.de

### HateAid – Beratung bei digitaler Gewalt

Beratung und Unterstützung für Betroffene von Hass, Hetze und Bedrohung im Internet, unabhängig vom Merkmal; bundesweit.
📞 030 252 088 38
beratung@hateaid.org | hateaid.org

# Rassismus, (zugeschriebene) Herkunft, Religion und Weltanschauung

## amira – Beratung bei Diskriminierung wegen (zugeschriebener) Herkunft und Religion

Projekt des Antidiskriminierungsbüros Hamburg. Berät u. a. bei Rassismus, antimuslimischem Rassismus, Antisemitismus und Rassismus gegen Rom*nja und Sinti*zze – im Betrieb, an der Hochschule, bei Behörden oder im Alltag. Begleitet Vermittlungsgespräche und Beschwerden; Beratung mehrsprachig.
Steindamm 11, 5. Stock, 20099 Hamburg
📞 040 39 84 26 47 | 040 39 84 26 71
amira@basisundwoge.de

## empower – Beratung für Betroffene rechter, rassistischer und antisemitischer Gewalt

Arbeit und Leben Hamburg e. V. Unterstützt Betroffene, Angehörige und Zeug*innen nach Angriffen, Bedrohungen oder Beleidigungen – vertraulich, kostenlos und mehrsprachig, auch ohne Strafanzeige.
Besenbinderhof 60, 20097 Hamburg
📞 040 284016-67
empower@hamburg.arbeitundleben.de | hamburg.arbeitundleben.de/empower

## HiNT Hamburg – Hinweisstelle für rassistische, antisemitische und rechte Vorfälle

Meldestelle (keine Beratung): Betroffene und Beobachtende können Vorfälle anonym melden, auch unterhalb der Strafbarkeitsgrenze.
hint.hamburg/vorfall-melden | info@hinweisstelle-hamburg.de

## MIA – Melde- und Informationsstelle Antiziganismus

Bundesweite Meldestelle für antiziganistische Vorfälle gegen Sinti*zze und Rom*nja; vermittelt an Beratungsstellen.
www.antiziganismus-melden.de

## Antisemitismus

Neben OFEK beraten in Hamburg auch amira und empower; Vorfälle können bei HiNT gemeldet werden (siehe oben).

### OFEK e. V. – Beratungsstelle bei antisemitischer Gewalt und Diskriminierung

Community-basierte psychosoziale und rechtliche Beratung für Betroffene, Angehörige und Zeug*innen, mit eigenem Angebot zu Antisemitismus an Hochschulen; bundesweit, auf Wunsch auf Deutsch, Englisch, Hebräisch oder Russisch.
📞 0800 664 52 68 | 0176 458 755 32 (Mo, Di, Mi, Fr 12–14 Uhr, Do 16–18 Uhr)
kontakt@ofek-beratung.de | www.ofek-beratung.de

## Geschlecht, sexuelle Orientierung und geschlechtliche Identität

### read – Beratung für das Recht auf Diskriminierungsfreiheit für alle Geschlechter und sexuellen Orientierungen

Projekt des Antidiskriminierungsbüros Hamburg (basis & woge e. V.), u. a. bei Sexismus, sexueller Belästigung, Queer- und Trans*feindlichkeit.
Lübecker Straße 128, 22087 Hamburg
📞 040 398 426 57
read@basisundwoge.de | www.adb-hamburg.de

### Magnus-Hirschfeld-Centrum (mhc)

Hamburger Beratungs- und Kulturzentrum für die queere Community: Beratung für LSBTIQ*-Personen, Trans*-Peer-Beratung („selbstbewusst trans*“) für trans* und nicht-binäre Personen, Jugendzentrum und Selbsthilfegruppen.
Borgweg 8, 22303 Hamburg
📞 040 278 778 00
www.mhc-hh.de

### TransInterQueer e. V. (TrIQ), Berlin

Beratung zu Trans*, Inter* und Nicht-Binarität, ortsunabhängig per Telefon und Mail (bundesweit).
📞 030 76 95 25 15
beratung@transinterqueer.org | www.transinterqueer.org

### Nexus – Netzwerk Hamburger Beratungsstellen gegen sexualisierte Gewalt

Überblick über spezialisierte Hamburger Fachberatungsstellen nach Alter und Geschlecht.
nexus-hamburg.de

### basis-praevent – Beratung für Jungen* und Männer* bei sexualisierter Gewalt

basis & woge e. V., Steindamm 11, 20099 Hamburg
📞 040 3984 2662
basis-praevent@basisundwoge.de

## Lebensalter

In Hamburg gibt es keine eigene Fachberatungsstelle für Altersdiskriminierung. Seit 2025 berät das Antidiskriminierungsbüro Hamburg ausdrücklich auch zum Merkmal Alter; rechtliche Fragen nach dem AGG klärt die Antidiskriminierungsstelle des Bundes (beide siehe oben).

## Soziale Herkunft

### ArbeiterKind.de – Gruppe Hamburg

Ehrenamtliche Mentor*innen unterstützen Studierende, die als Erste in ihrer Familie studieren, z. B. bei Studienfinanzierung, Studieneinstieg und Promotion; Regionalbüro an der HAW Hamburg.
www.arbeiterkind.de