Neue Online-Beratung:

Die Beratung am Computer heißt: **Online-Beratung.**

Wir haben ein Online-Angebot. Das Online-Angebot heißt:

Das Online-Angebot hei text us

Das ist Englisch und bedeutet: **Schreib uns.**

Die Beratung geht so: Sie schreiben uns über Ihr Handy, Ihren Computer oder Laptop. Und wir schreiben Ihnen zurück.



text us≡

Die Beratung ist sehr sicher. **Keine** dritte Person kann mitlesen. Sie müssen **nicht** Ihren Namen schreiben.

Auf dieser Internet-Seite ist erklärt: So funktioniert die Online-Beratung: www.lfsh.de/online-beratung

Achtung:

Die Internet-Seite ist nicht in Leichter Sprache.

Das ist uns wichtig:

Unsere Beratung ist ein Angebot.

Sie entscheiden, was in der Beratung passiert.
Sie entscheiden, was Sie erzählen wollen.
Und wie viel.

Wir glauben Ihnen. Wir nehmen Ihre Entscheidungen ernst. Und unternehmen **nichts** gegen Ihren Willen.

Wir bestimmen **nicht**.

Wir unterstützen Sie nur. Wir geben Tipps und Infos.

- Was können Sie in Ihrer Situation machen?
- Wie können Sie sich vor Gewalt schützen?
- Wie können Sie sich verhalten?

Wir können Sie auch zur Polizei begleiten. Oder zu Gerichts-Terminen.

Sie können auch eine weitere Person mitbringen. Eine Person, der Sie vertrauen.

Sie entscheiden, was Sie möchten.



Frauenberatung & Notruf Nordfriesland

Frauen-Beratung und Notruf Nordfriesland in Leichter Sprache



© Europäisches Logo für einfaches Lesen: Inclusion Europe

Text-Übertragung in Leichte Sprache:

Büro für Leichte Sprache Kiel www.leichtesprache-kiel.de

Leichte Sprache Kiel •••

Text-Prüfung auf Leichte Sprache:Prüflese-Gruppe der Stiftung Drachensee

Stiftung Drachensee ()

© Bilder:

Lebenshilfe für Menschen mit geistiger Behinderung Bremen e.V., Illustrator Stefan Albers, Atelier Fleetinsel, 2013



Herzlich willkommen bei der Frauen-Beratung und Notruf Nordfriesland

Was macht die Frauen-Beratungs-Stelle?

Die Frauen-Beratungs-Stelle hilft Frauen und Mädchen bei Gewalt. Vielleicht haben Sie schon Gewalt erlebt? Oder Sie fühlen sich von Gewalt bedroht?



Dann unterstützen wir Sie. Wir hören Ihnen zu und beraten Sie. Unsere Beratung ist kostenlos und vertraulich. Vertraulich heißt:



Sie können uns anrufen: Telefon: 04841 62234

Wir erzählen nichts weiter.

Sie können uns alles erzählen.



Sie können auch vorbeikommen. Weiter rechts steht: So können Sie uns erreichen.

Oder uns im Internet schreiben.



Wir beraten auch Fach-Kräfte zum Thema Gewalt. Und Bezugs-Personen: Wenn sie anderen helfen wollen, die Gewalt erleben.

Was ist Gewalt?

Meistens erleben Mädchen und Frauen Gewalt. Aber auch Jungen oder Männer können Gewalt erleben. Gewalt kann ganz verschieden sein.

Das ist sexuelle Gewalt:

- Jemand fasst Sie an. Obwohl Sie das nicht wollen.
- Oder jemand starrt Sie an. Oder jemand macht Sie an.
- Obwohl Sie das nicht wollen.
- Oder jemand zwingt Sie zum Sex.
- Oder sie müssen anderen beim Sex zuschauen.

Das ist körperliche Gewalt:

- Jemand tut Ihnen weh.
- Oder jemand verletzt Sie.

Das ist seelische Gewalt:

Diese Gewalt passiert oft mit Worten.

- Jemand beschimpft oder beleidigt Sie.
- Oder jemand bedroht Sie.
- Oder macht Ihnen Angst.
- Oder jemand bestimmt über Ihr Leben. Zum Beispiel:
- Sie dürfen sich nicht mit anderen Menschen treffen.







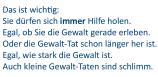




Gewalt ist verboten

Niemand darf Ihnen weh tun. Niemand darf Sie zu etwas zwingen, was Sie nicht wollen. Das ist verboten. Es gibt Gesetze gegen Gewalt.

Sie dürfen sich wehren. Sie dürfen darüber reden. Auch wenn es jemand verboten hat. Sie dürfen sich Hilfe holen. Zum Beispiel bei einer Beratungs-Stelle.



Egal, ob Sie die Gewalt-Tat anzeigen wollen oder nicht. Anzeigen bedeutet: Sie melden die Gewalt-Tat bei der Polizei.



Frauen-Beratung und Notruf **Nordfriesland**

So können Sie uns erreichen

Sie können uns anrufen. Telefon: **04841 62234**

Mehr Infos stehen auch auf unserer Internet-Seite: www.frauennotruf-nf.de



Oder Sie können heim Hilfe-Telefon Gewalt gegen Frauen anrufen. Telefon: 08000 116 016



Die Mitarbeiterinnen vom Hilfe-Telefon sind immer für Sie da: Bei Tag und Nacht und am Wochen-Ende. Sie beraten auch in Leichter Sprache.

