

Frauen-Beratung und Notruf Nordfriesland in Leichter Sprache



Frauenberatung
+ Notruf
Nordfriesland

Herzlich willkommen bei der Frauen-Beratung
und Notruf Nordfriesland

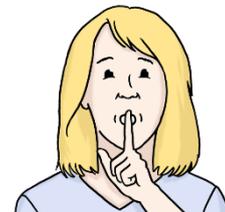


Was macht die Frauen-Beratungs-Stelle?

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 alles erzählen.
Wir erzählen **nichts** weiter.



Sie können uns anrufen:
Telefon: **04841 62234**
Oder uns im Internet schreiben.
Sie können auch vorbeikommen.
Weiter unten steht:
So können Sie uns erreichen.



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:

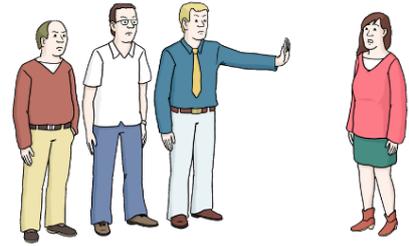
- Jemand tut Ihnen weh.
- Oder jemand verletzt Sie.



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.



Das ist wichtig:

Sie dürfen sich **immer** Hilfe holen.

Egal, ob Sie die Gewalt gerade erleben.

Oder die Gewalt-Tat schon länger her ist.

Egal, wie stark die Gewalt ist.

Auch kleine Gewalt-Taten sind schlimm.

Egal, ob Sie die Gewalt-Tat anzeigen wollen oder nicht.

Anzeigen bedeutet:

Sie melden die Gewalt-Tat bei der Polizei.

Mehr Infos in Leichter Sprache stehen auf der Internet-Seite vom:

[Bundes-Verband Frauen gegen Gewalt](#)



So können Sie uns erreichen

Sie können uns **anrufen**.

Telefon: **04841 62234**

Oder Sie können beim **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.



Neue Online-Beratung

Die Beratung am Computer heißt:

Online-Beratung.

Wir haben

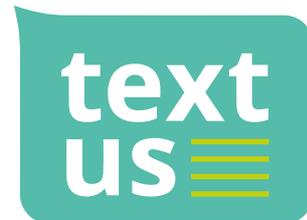
ein Online-Angebot.

Das Online-Angebot heißt:

text us

Das ist Englisch und bedeutet:

Schreib uns.

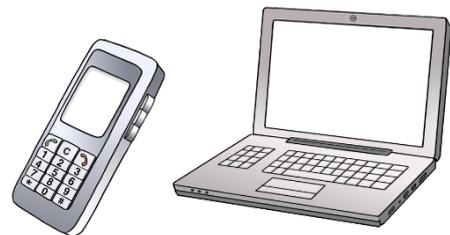


Die Beratung geht so:

Sie schreiben uns über Ihr Handy,

Ihren Computer oder Laptop.

Und wir schreiben Ihnen zurück.



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:

[Online-Beratung text us](#)

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.



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

© Europäisches Logo für einfaches Lesen: Inclusion Europe

