



Beratungs-Stelle

Frauen-Notruf Heidelberg

Wir helfen bei sexueller Gewalt.

Telefon-Nummer: 06221 - 18 36 43



Was sind wir?

Wir sind eine Beratungs-Stelle in Heidelberg.

Die Beratungs-Stelle heißt **Frauennotruf gegen sexuelle Gewalt an Frauen und Mädchen e.V.**

Das ist unser Logo:



Was machen wir?

Sexuelle Gewalt ist immer **verboten**.

Trotzdem gibt es sexuelle Gewalt.

Vielleicht haben Sie sexuelle Gewalt erlebt.

Wir **helfen** Ihnen.

Wir beraten Sie.

Wir sind für Sie da.

Die Beratung ist **kostenlos**.



Wir möchten, dass es Ihnen besser geht.

Wen beraten wir?

Wir beraten **Frauen, Mädchen** und **LINTA*- Personen**.

Wenn sie sexuelle Gewalt erfahren haben.

Was sind LINTA*- Personen?

LINTA* ist eine Abkürzung:

L steht für Lesben.

I steht für inter Personen.

N steht für nicht-binäre Personen.

T steht für trans Personen.

A steht für agender Personen.

Das Sternchen * bedeutet:

Jede Person darf für sich selbst entscheiden:

Bin ich LINTA* oder nicht?

Es hat nichts damit zu tun, welche Körper-Merkmale eine Person hat.

Wir beraten auch **Bezugs-Personen**.

Bezugs-Personen sind Vertrauens-Personen.

Zum Beispiel:

- Eltern
- Freunde oder Freundinnen
- Partner oder Partnerinnen
- Fachpersonen

Was ist sexuelle Gewalt?

Eine Person fasst Sie an.

Und Sie möchten das **nicht**.

Zum Beispiel am Busen oder am Po.

Eine Person macht Sie an.

Und es geht Ihnen dann schlecht.

Eine Person zwingt Sie zum Sex.

Wenn Sie anderen Menschen beim Sex zuschauen müssen.

Eine Person lässt Sie **nicht** in Ruhe oder verfolgt Sie.



Sie haben sexuelle Gewalt erlebt?

Dann können Sie zu uns kommen.

Das ist wichtig:

Sie haben **keine** Schuld.

Der Täter hat Schuld.

Sie dürfen erzählen, was passiert ist.

Auch wenn es jemand verboten hat.



Wir können Ihnen helfen

Sie können mit uns sprechen.

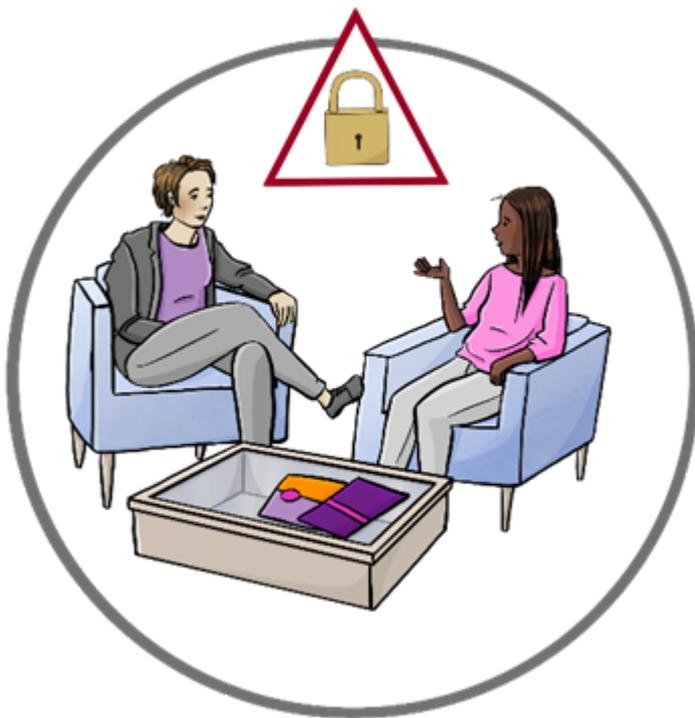
Wir hören Ihnen zu.

Wir glauben Ihnen.

Wir erzählen nichts weiter.

Wir machen **nichts**, was Sie **nicht** wollen.

Sie müssen Ihren Namen nicht sagen.



So beraten wir

Wir überlegen gemeinsam mit Ihnen:
Wie kann es Ihnen besser gehen?

Wir können Ihnen sagen:
Das sind Ihre Rechte.

Wir beraten in **leichter Sprache**.
Wir beraten auch mit Gebärden-Übersetzerinnen.

Sie können eine Assistenz-Person mitbringen.
Oder eine Vertrauens-Person.



Termin ausmachen

Möchten Sie einen Termin haben?

Dann können Sie uns anrufen.
Oder eine E-Mail schreiben.



Das ist unsere E-Mail-Adresse:
info@frauennotruf-heidelberg.de



Das ist unsere Telefon-Nummer:
06221 - 18 36 43

Zu diesen Zeiten können Sie uns anrufen:

Montag: 10 bis 12 Uhr
Dienstag: 14 bis 16 Uhr
Mittwoch: 10 bis 12 Uhr
Donnerstag: 14 bis 16 Uhr
Freitag: 10 bis 12 Uhr

So kommen Sie zu uns

Das ist unsere Adresse:

**Frauennotruf gegen sexuelle Gewalt an Frauen
und Mädchen e.V.**

Bergheimer Straße 135

69 115 Heidelberg

Können Sie nicht zu uns kommen?

Dann melden Sie sich bei uns.

Wir finden gemeinsam eine Lösung.

Weitere Infos



Weitere Infos über uns finden Sie im Internet:
www.frauennotruf-heidelberg.de



Sie finden uns auf **Instagram**.

Und auf **Facebook**.



Sie können den **QR-Code** scannen.
Das geht mit Ihrer Handy-Kamera.
Dort finden Sie alle Internet-Links.



Bilder: © Inga Kramer, www.ingakramer.de

Gefördert durch die Stadt

 **Heidelberg**