

# FrauenNotruf

Saarland Beratung & Unterstützung



Beratung für Frauen  
und Mädchen.

Die Gewalt erleben.

In leichter Sprache.



## Was ist der Frauen-Not-Ruf?

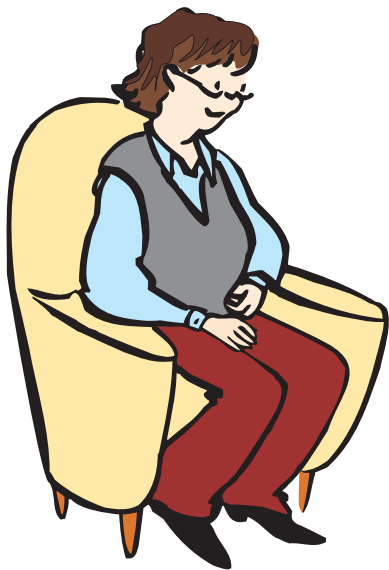
Wir unterstützen Sie!

Wir beraten Frauen und Mädchen.

Die Gewalt erleben.

Oder früher schon mal erlebt haben.

Wir haben viel Erfahrung mit dem Thema.



## Was machen wir?

Wir hören zu.

Wir erzählen nichts weiter.

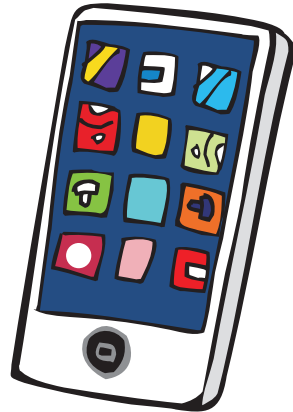
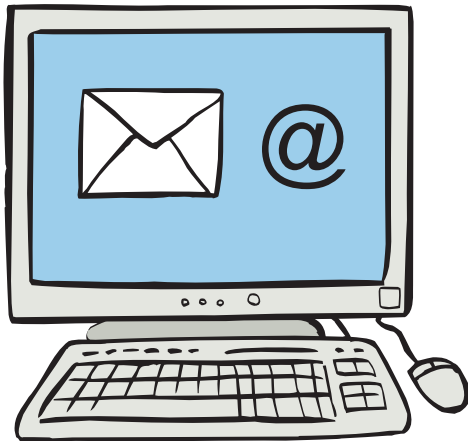
Unsere Beratung kostet nichts.

Wir helfen Ihnen.

Damit es Ihnen wieder besser geht.

Wir können mit zur Polizei gehen.

Und zum Gericht.



## Wie können Sie uns erreichen?

Sie können uns anrufen.

Wir sind 4mal in der Woche direkt am Telefon.

Am Montag und am Donnerstag am Nachmittag.

Am Dienstag und am Freitag am Vormittag.

Dann sprechen wir am Telefon.

Oder wir machen ein Treffen aus.

Sie können uns auch eine E-Mail schreiben.





## Viele Frauen und Mädchen erleben Gewalt

Gewalt kann ganz verschieden sein.

Sie werden angefasst.

Aber Sie wollen das nicht.

Jemand zwingt Sie zum Sex.

Jemand tut Ihnen weh.

Jemand sagt gemeine Sachen zu Ihnen.



Das alles sind Beispiele.

Wir sagen dazu Gewalt.

Das kann auch jemand machen, den Sie kennen.

Oder jemand, den Sie gerne mögen.

Oder ein Mitarbeiter.

Oder jemand, den Sie nicht kennen.



Viele Frauen fühlen sich dann schlecht.  
Und haben Angst.  
Sie trauen sich nicht, sich zu wehren.

Aber:

Sie dürfen sich Hilfe holen!

Sie dürfen darüber sprechen!

Sie müssen sich nicht schämen!



Rufen Sie uns an!

Wir helfen Ihnen!

FrauenNotruf Saarland

Telefon 06 81 - 3 67 67

E-Mail [notrufgruppe-sb@t-online.de](mailto:notrufgruppe-sb@t-online.de)

Internetseite [www.frauennotruf-saarland.de](http://www.frauennotruf-saarland.de)

Der FrauenNotruf Saarland und die Lebenshilfe St. Wendel gGmbH haben dieses Heft gemacht. Wir danken Elenore, Martina, Corinna, Michaela und Meike für ihre Hilfe und Mitarbeit als Übersetzerinnen.

Bilder: © Reinhild Kassing



Wenn Sie Gewalt erleben:

Rufen Sie uns an!

Wir helfen Ihnen!

**FrauenNotruf**



**Saarland**

Beratung &  
Unterstützung

Nauwieserstraße 19

66111 Saarbrücken

Telefon 06 81 – 3 67 67

E-Mail [notrufgruppe-sb@t-online.de](mailto:notrufgruppe-sb@t-online.de)

Internetseite [www.frauennotruf-saarland.de](http://www.frauennotruf-saarland.de)