

Hilfe für Frauen und Mädchen bei sexueller Gewalt

Infos in Leichter Sprache

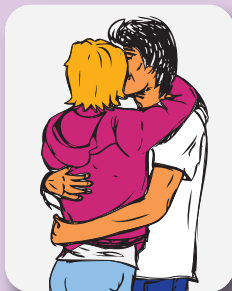


FRAUEN-NOTRUF
0251 **34443**

Beratungs-Stelle bei sexueller Gewalt
für Frauen und Mädchen

Zuneigung und Sex sind schön.

Anfassen ist schön, wenn Sie das wollen.
Streicheln ist schön, wenn Sie das wollen.
Küssen ist schön, wenn Sie das wollen.
Miteinander schlafen ist schön,
wenn Sie das wollen.



Ihr Körper gehört Ihnen.

Sie bestimmen, wer Ihren Körper berührt.

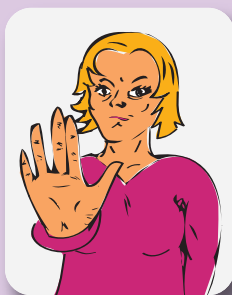
Niemand darf Sie anfassen,
wenn Sie das nicht wollen.
Niemand darf Sie zu Sex überreden.
Niemand darf Ihnen wehtun.



Auch wenn Sie die Person mögen,
darf sie das nicht.

Auch wenn es Ihr Freund ist.
Auch wenn es Ihr Verwandter ist.
Auch wenn es Ihr Betreuer ist.

Egal wer es ist.
Ob Mann oder Frau.
Das ist sexuelle Gewalt.
Sexuelle Gewalt ist verboten.



Viele Frauen und Mädchen haben schon mal sexuelle Gewalt erlebt.

Viele Frauen und Mädchen schämen sich deshalb.
Viele Frauen glauben, sie sind selber schuld.
Viele Frauen können nicht mehr gut schlafen.
Viele Frauen sind sehr traurig.
Viele Frauen haben Angst.
Viele Frauen und Mädchen wissen nicht,
was Sie tun sollen.



Glauben Sie Ihrem Bauch-Gefühl!

Machen Sie nur,
was Sie selber möchten!

Wenn Sie sich schlecht fühlen, sagen Sie es weiter!

Sprechen Sie mit anderen
über Ihr schlechtes Gefühl.



Wenn jemand Sie belästigt, sagen Sie es weiter!

Sagen Sie es jemandem,
dem sie vertrauen.

Sagen Sie es einer Freundin.

Oder Ihrer Betreuerin.



Wenn Sie jemand zu Sex zwingt, sagen Sie es weiter!

Sie dürfen darüber sprechen.

Auch wenn die Person es Ihnen verboten hat.

Holen Sie sich Hilfe!

Niemand darf Sie belästigen und beleidigen.

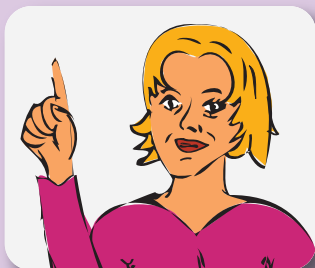
Niemand darf Sie zu Sex zwingen.

Oder zu Sachen, die Sie nicht wollen.

Holen Sie sich immer sofort Hilfe!

Holen Sie Hilfe,

wenn jemand Sie anfasst,
und Sie es nicht wollen.



Holen Sie Hilfe,

wenn jemand Sie beleidigt.

Oder jemand Sie beschimpft.



Holen Sie Hilfe,

wenn Sie jemand zu etwas gezwungen hat.

Holen Sie Hilfe,

wenn Sie jemand Fremdes belästigt hat.

Oder jemand aus Ihrer Familie,

oder ein Freund

oder ein Betreuer.

Rufen Sie uns an!

Wir reden gerne mit Ihnen.



Unser Angebot für Sie:

Wir hören Ihnen zu.

Wir glauben Ihnen.

Wir beraten Sie.

Wir informieren Sie über Ihre Rechte.

Wir begleiten Sie zur Polizei.

Wir begleiten Sie zum Gericht.

Wir helfen Ihnen,

dass Sie noch mehr Hilfe bekommen.

Wir machen nichts, was Sie nicht möchten.

Wir sagen nichts weiter.

Bei uns sprechen Sie immer mit einer Frau.

Die Beratung kostet nichts.

Sie müssen uns Ihren Namen nicht sagen.

Wir haben eine Internet-Seite in Leichter Sprache.

Da finden Sie noch mehr Infos.

www.frauennotruf-muenster.de



Wir beraten Sie am Telefon:

0251-3 44 43

Montag bis Freitag von 10 bis 12 Uhr

Außerdem am Montag von 18 bis 20 Uhr

Und am Donnerstag von 16 bis 18 Uhr

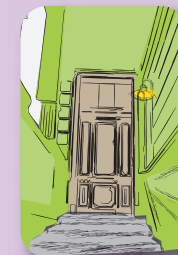


Am Dienstag können Sie von 14–16 Uhr in unsere Beratungs-Stelle kommen:

**Die Beratungs-Stelle ist in der
Heisstraße 9**

48145 Münster

Oder wir machen einen Termin,
wann es Ihnen am besten passt.



Wenn Sie gehör-los sind

oder schlecht hören,

dann schicken Sie eine E-Mail

an **info@frauennotruf-muenster.de**

Oder Sie bitten eine andere Person das zu tun.



Unser Haus hat Stufen.

Wenn Sie im Rollstuhl sitzen,

dann beraten wir Sie in anderen Räumen.

Bitte sagen Sie uns das vor dem Termin.

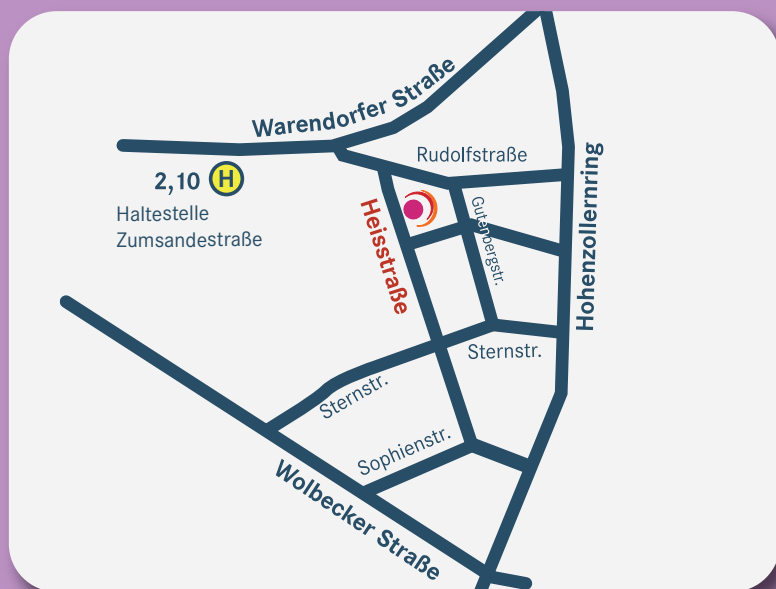



FRAUEN-NOTRUF
0251 34443




Beratungs-Stelle bei sexueller Gewalt
für Frauen und Mädchen

Rufen Sie uns an!
Wir reden gerne mit Ihnen.
Telefon 0251 3 44 43



 Unsere Beratungs-Stelle ist in der **Heisstraße 9**,
48145 Münster.

 Die nächste Bus-Haltestelle ist **Zumsandestraße**.
Dort halten die Linien 2 und 10.

Idee/Konzept und Originaltext: Frauen-Notruf Münster
In Leichte Sprache übertragen: Holtz & Faust GbR · Internet: www.holtz-und-faust.de
Auf Lesbarkeit geprüft von Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern von Westfalenfleiß gGmbH, Münster
Gestaltung: www.styleabyte.de - tina dähn · Illustration/Konzept: Susanne Keller/Tina Dähn

Mit freundlicher Unterstützung von: 