



Bundesministerium  
für Familie, Senioren, Frauen  
und Jugend

Bundesamt  
für Familie und  
zivilgesellschaftliche Aufgaben



**HILFE TELEFON**  
GEWALT GEGEN FRAUEN

**08000 116 016**

# Das Hilfe-Telefon Gewalt gegen Frauen

Informationen in leichter Sprache

[www.hilfetelefon.de](http://www.hilfetelefon.de)



## **Bei uns müssen Sie keine Angst haben: Wir erzählen nichts weiter.**

Wir sagen niemandem, dass Sie angerufen haben.  
Und wir hören Ihnen gerne zu.

Sie können uns alles erzählen.  
Sie müssen aber nicht über alles reden.  
Nur über das, worüber Sie reden möchten.  
Wir erzählen auch nichts weiter.  
Und wir machen nichts, was Sie nicht wollen.

Anrufen beim Hilfe-Telefon kostet nichts.

**08000 116 016**



## **Sie können uns auch schreiben.**

Vielleicht können Sie nicht darüber reden,  
was passiert ist.

Dann schreiben Sie uns.

Zum Beispiel eine E-Mail.

Wir antworten spätestens am nächsten Tag.

Oder Sie reden mit uns im Chat.

Das spricht man so aus: Tschätt.

Chat ist englisch und bedeutet:  
sich unterhalten.

Sie schreiben uns, was passiert ist,  
und wir schreiben sofort zurück.

Zum Chat oder zur E-Mail kommen Sie,  
wenn Sie auf die Webseite  
[www.hilfetelefon.de](http://www.hilfetelefon.de) gehen.

Auf der rechten Seite steht das Wort  
„Online-Beratung“.

Da klicken Sie einfach drauf.

**08000 116 016**



## Wer sind wir?

Beim Hilfe-Telefon arbeiten viele Frauen.  
Alle Beraterinnen haben viel Erfahrung.  
Und können Ihnen gut helfen.  
Oder sie sagen Ihnen, wer Ihnen helfen kann.  
Zusammen finden wir eine Lösung!

## So können wir Ihnen helfen:

08000 116 016 ist die Telefon-Nummer  
vom Hilfe-Telefon.  
Hier können Sie anrufen, wenn Sie  
vor jemandem Angst haben.  
Zum Beispiel wenn Ihnen jemand weh tut.  
Oder wenn Ihnen jemand weh tun möchte.  
Aber auch wenn Sie sehen, wie jemand  
Ihrer Freundin weh tut.

Der Text in leichter Sprache wurde  
von Menschen mit Lernschwierigkeiten  
geprüft und freigegeben.

**08000 116 016**



## Wir sind immer für Sie da.

Sollen Sie etwas machen, was Sie nicht wollen?

Tut Ihnen jemand weh?

Macht Ihnen jemand Angst?

Man sagt auch: Will jemand Sie zu etwas zwingen?

Wissen Sie nicht genau, ob wir Ihnen helfen können?

Schämen Sie sich für das, was passiert ist?

Oder denken Sie, dass Sie selber schuld sind?

Rufen Sie trotzdem an!

Wir sind Tag und Nacht für Sie da.

Jeden Tag.

**08000 116 016**

## Impressum

Diese Broschüre ist Teil der Öffentlichkeitsarbeit der Bundesregierung; sie wird kostenlos abgegeben und ist nicht zum Verkauf bestimmt.

### Herausgeber:

Bundesamt für Familie und  
zivilgesellschaftliche Aufgaben  
Sibille-Hartmann-Straße 2-8  
50969 Köln  
08000 116 016

[info@hilfetelefon.de](mailto:info@hilfetelefon.de)

[www.hilfetelefon.de](http://www.hilfetelefon.de)

[www.bafza.de](http://www.bafza.de)

### Bezugsstelle:

Publikationsversand  
der Bundesregierung  
Postfach 48 10 09  
18132 Rostock  
Tel.: 0180 5 778090\*  
Fax: 0180 5 778094\*

### Gebärdentelefon:

[gebaerdentelefon@sip.bundesregierung.de](mailto:gebaerdentelefon@sip.bundesregierung.de)

E-Mail: [publikationen@bundesregierung.de](mailto:publikationen@bundesregierung.de)

[www.bmfsfj.de](http://www.bmfsfj.de)

**Artikelnummer:** 4FL102

**Stand:** November 2013, 2. Auflage

**Gestaltung:** Scholz & Friends Berlin GmbH

**Bildnachweis Titel/Zeichnungen:**

BAFzA/F. Padel/Reinhild Kassing

**Druck:** Ruksaldruck GmbH & Co. KG, Berlin

\* Jeder Anruf kostet 14 Cent/Min. aus dem deutschen Festnetz,  
max. 42 Cent/Min. aus den Mobilfunknetzen.

Überreicht durch: