

## Hilfetelefon „Gewalt gegen Frauen“

Das Hilfetelefon „Gewalt gegen Frauen“ ist ein bundesweites Beratungsangebot für Frauen, die Gewalt erlebt haben oder noch erleben.

Unter der Nummer 116 016 und via Online-Beratung unterstützen wir Betroffene aller Nationalitäten, mit und ohne Behinderung – **365 Tage im Jahr, rund um die Uhr**. Auch Angehörige, Freundinnen und Freunde sowie Fachkräfte beraten wir **anonym und kostenfrei**.

### **Unterstützung für Frauen in Not**

365 Tage im Jahr, rund um die Uhr kostenfrei erreichbar: Das Hilfetelefon „Gewalt gegen Frauen“ bietet Betroffenen erstmals die Möglichkeit, sich zu jeder Zeit anonym, kompetent, sicher und barrierefrei beraten zu lassen.

Qualifizierte Beraterinnen stehen den Hilfesuchenden vertraulich zur Seite und vermitteln sie bei Bedarf an Unterstützungsangebote vor Ort, etwa an eine Frauenberatungsstelle oder ein Frauenhaus in der Nähe.

Barrierefreiheit und Mehrsprachigkeit sichern den Zugang für Frauen mit Behinderung und geringen Deutschkenntnissen. Auch Angehörigen, Freundinnen und Freunden sowie Fachkräften steht das Hilfetelefon für Fragen und Informationen zur Verfügung.

Das Hilfetelefon „Gewalt gegen Frauen“ richtet sich an alle Frauen, die von Gewalt betroffenen oder bedroht sind – ganz gleich, ob die Gewalterfahrung in der Vergangenheit oder Gegenwart liegt.

Darüber hinaus können sich auch Menschen aus dem sozialen Umfeld der Frauen jederzeit an das Hilfetelefon wenden, zum Beispiel Freunde und Verwandte, die Gewaltbetroffene unterstützen wollen. Außerdem richtet sich das Angebot an Fachkräfte, die in ihrem Berufsalltag mit dem Thema Gewalt gegen Frauen in Kontakt kommen.

Das Beratungsangebot gilt unabhängig von sozialer und ethnischer Herkunft, Religion sowie sexueller Orientierung und Identität der hilfesuchenden Personen.

---

### **Telefon-Beratung**

Unter der **116 016** erreichen Sie uns rund um die Uhr, auch an Wochenenden und Feiertagen – an 365 Tagen im Jahr. Ihr Anruf beim Hilfetelefon ist kostenlos. Selbst ohne Guthaben auf dem Mobiltelefon kann die Beratung genutzt werden.

Sie müssen uns Ihren Namen nicht nennen. Selbstverständlich behandeln wir Ihren Anruf und den Inhalt des Gesprächs streng vertraulich.

*Hinweis: Anrufende aus dem deutschen Telefon- und Mobilnetz erreichen das Hilfetelefon „Gewalt gegen Frauen“ ab sofort unter der neuen kürzeren Nummer 116 016. Das Beratungsangebot ist weiterhin anonym, kostenfrei, barrierefrei und in 18 Fremdsprachen verfügbar. Die bisherige Rufnummer 08000 116 016 bleibt bis auf weiteres parallel bestehen.*

---

### **E-Mail-Beratung**

Manchmal ist es leichter, Erlebnisse, Gefühle oder Gedanken schriftlich mitzuteilen. Es hilft, sich zu sammeln und Struktur in das Gefühlschaos zu bringen. Sie haben daher die Möglichkeit, sich über einen geschützten E-Mail-Bereich an uns zu wenden.

Unsere Beraterinnen beantworten Ihre Fragen schriftlich innerhalb von 24 Stunden.

Bitte beachten Sie, dass unsere Online-Beratung ausschließlich in deutscher Sprache möglich ist.

---

## Sofort-Chat-Beratung

Der Sofort-Chat ist täglich zwischen 12 und 20 Uhr erreichbar. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich. Sobald Sie den Sofort-Chat betreten, nimmt eine Beraterin Kontakt zu Ihnen auf.

Sollten Sie eine ausführliche Beratung per Chat wünschen, können Sie auch einen Chat-Termin buchen.

Bitte beachten Sie, dass unsere Online-Beratung ausschließlich in deutscher Sprache möglich ist.

Für die Chat-Beratung des Hilfetelefon gelten die gleichen Grundsätze wie für das Telefon.

---

## Beratung in 18 Fremdsprachen

Auch wenn Sie kein Deutsch sprechen oder sich nicht ausreichend verständigen können, erhalten Sie beim Hilfetelefon „Gewalt gegen Frauen“ Unterstützung. Mit Hilfe von Dolmetscherinnen kann die Telefon-Beratung beim Hilfetelefon rund-um-die-Uhr in 18 Fremdsprachen stattfinden. Im interkulturellen Beraterinnen-Team arbeiten viele mehrsprachige Fachkräfte, die auch direkt in einer Fremdsprache beraten können.

Unsere telefonische Beratung ist in folgenden Sprachen möglich: Albanisch, Arabisch, Bulgarisch, Chinesisch, Englisch, Französisch, Italienisch, Farsi/Dari, Kurdisch (Kurmandschi), Polnisch, Portugiesisch, Rumänisch, Russisch, Spanisch, Türkisch, Ukrainisch und Vietnamesisch.

[Assistance in the event of women being abused](#)

[Aide en cas de violence dirigée contre les femmes](#)

[Ayuda en caso de violencia de género](#)

[Aiuto in caso di violenza sulle donne](#)

[Apoio para mulheres vítimas de violência](#)

[Kadina yönelik iddette yardım](#)

[Di rew a ideta li dijî jinan de alîkarî](#)

[Asisten pentru cazurile de violen împotriva femeilor](#)

[Pomoc w sytuacji przemocy wobec kobiet](#)

[Ndihmë në rast dhune ndaj gruas](#)

[Pomo enama rtvama nasilja](#)

[Tr giu p chô ng ba o ha nh phu n](#)

—

-

---

---

## Beratung in Gebärdensprache

Wir möchten mit dem Hilfetelefon möglichst viele Frauen erreichen, die Gewalt erleben oder erlebt haben. Dies gilt ausdrücklich auch für Betroffene mit einer Beeinträchtigung oder Behinderung. Unser Angebot ist daher barrierefrei gestaltet und ermöglicht auch die Beratung in Deutscher Gebärdensprache. Über unseren Relay-Dienst können Sie täglich rund um die Uhr mit Hilfe von Gebärden- oder Schriftsprachdolmetscherinnen mit uns sprechen.

---

## Beratung in Leichter Sprache

Die Beratungsgespräche werden auch in „Leichter Sprache“ geführt. Das heißt, die Beraterinnen sind darin geübt, Menschen mit Lernschwierigkeiten zu helfen. In solchen Telefonaten achten die Beraterinnen darauf, dass sie einfache Sätze formulieren, keine Fremdwörter benutzen, das Gesagte auch mehrfach wiederholen. So unterstützen sie die betroffenen Frauen darin, ihr Anliegen zu äußern.

### ? auf die Merkliste

**Telefon:**

116 016

**Internetadresse:**

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