

Übersicht der Hilfeanlaufstellen bei Übergriffen sexualisierter Gewalt

NRW/Bundesweit

Anlaufstelle/Organisation	Adresse und Kontakt	Aufgabenbeschreibung	Website	Wer bekommt die Hilfe
Frauenhäuser in NRW		Information über freie Plätze in Frauenhäuser NRW	https://www.frauen-info-netz.de/	Frauen und ihre Kinder
Hilfeportal Sexueller Missbrauch	Hilfetelefon Sexueller Missbrauch, kostenfrei und anonym: 0800-22 55 530 Bundesweit	Das Hilfeportal informiert Betroffene, ihre Angehörigen und andere Menschen, die sie unterstützen wollen. Die bundesweite Datenbank zeigt, wo es in Ihrer Region Hilfeangebote gibt.	https://www.hilfeportal-missbrauch.de/startseite.html	Alle Betroffenen und Angehörigen
Hilfetelefon Gewalt gegen Frauen	Notruf: 08000 116016	Beratung per Telefon rund um die Uhr, Chat auf der Website, Beratung per E-Mail, Beratung in 17 Sprachen, Beratung in Gebärdensprachen, Leichte Sprache	https://www.hilfetelefon.de/	Frauen
Hilfetelefon Gewalt an Männern	Notruf: 08001239900 (Sprechzeiten: Mo – Do: 8 – 13, 15 – 20, Fr: 8 – 15)	Beratung und Hilfe für Männer	https://www.maennerhilfetelefon.de/	Männer
Telefonseelsorge	0800 1110111 0800 1110222 116123		https://www.telefonseelsorge.de/	Alle
Man-o-mann	Man-o-mann Männerberatung im VSGB e.V.	Beratung und Hilfe für Männer in verschiedenen (Krisen-)Situationen	https://man-o-mann.de/	Männer

	Teutoburger Str. 106 33607 Bielefeld Kontakt: Tel.: 0521 68676 E-Mail: maennerberatung@web.de			
--	---	--	--	--

Dortmund

Telefonseelsorge Dortmund	0800-1110 111 0800-1110 222		https://www.telefonseelsorge-dortmund.de/	Alle
Frauenhaus Dortmund	Frauen helfen Frauen e.V. Frauenhaus Dortmund Postfach 500 234 44202 Dortmund Notruf: 0231 80 00 81 Kontakt: Tel.: 0231 7250570 Fax.: 0231 7250571 E-Mail: frauen@frauenhaus-dortmund.de	Geschützte, anonyme Wohnmöglichkeit, Beratung und Begleitung während des Trennungsprozesses	https://frauenhaus-dortmund.de/	Frauen und ihre Kinder
Frauenberatungsstelle Dortmund	Frauenberatungsstelle Dortmund Märkische Straße 212-118 44141 Dortmund Kontakt: Tel.: 0231 521008 E-Mail:	Kostenlose und auf Wunsch anonyme Beratung in einem geschütztem Rahmen bei: <ul style="list-style-type: none"> • einer Vergewaltigung / sexuellen Nötigung oder einem versuchten Übergriff 	https://frauenhaus-dortmund.de/frauenberatungsstelle-dortmund/sexualisierte-gewalt/	Frauen

	frauen@frauenberatungsstelle-dortmund.de	<ul style="list-style-type: none"> • der Vermutung, dass Sie sexualisierte Gewalt erfahren haben • zurückliegenden Gewalterfahrungen • sexueller Belästigung im Alltag oder am Arbeits- oder Ausbildungsplatz • der Überlegung, eine Strafanzeige zu stellen • der Suche nach Möglichkeiten, sich selbst zu schützen • der Unterstützung der weiblichen Angehörigen von Betroffenen • der Suche nach Unterstützung und Rat für bevorstehende Gerichtsverhandlungen • der Suche nach therapeutischen Angeboten 		
Dortmund sagt Nein	Frauenberatungsstelle Dortmund Märkische Str. 212 - 218 44141 Dortmund Kontakt: Tel.: 0231 / 521008	Einzelberatung, Informationen über das Anzeigeverfahren, über den Gerichtsprozess und Möglichkeit der Opferentschädigung, Beratung nach traumatherapeutischen Konzepten. Kostenlos und	https://www.dortmund-sagt-nein.de/ https://www.dortmund-sagt-nein.de/frauenberatungsstelle/	Frauen

	E-Mail: frauen@frauenberatungsstelle-dortmund.de	unterliegt der Schweigepflicht und auf Wunsch anonym.		
Lebedo Psychosoziale Beratungstelle für LSTIQ* Vielfalt Leben in Dortmund	LEBEDO Dortmund Beratungsstelle für lesbische, bisexuelle und transidente Frauen und deren Angehörige Wißstraße 18a 44137 Dortmund Kontakt: Tel.: 0231 9822144-0	Beratung in verschiedenen Anliegen, Unterstützung bei akuter Krisenbewältigung aufgrund erfahrener Gewalt und Diskriminierung	https://www.lebedo.de/ https://onlineberatung-lebedo.beranet.info/	lesbische, bisexuelle und transidente Frauen und deren Angehörige

Witten

Pro familia Horizonte	Pro familia Horizonte Annenstr. 120 58453 Witten Kontakt: Tel.: 02302 698935 E-Mail: witten-horizonte@profamilia.de	Beratung, therapeutische Begleitung und Clearing. Beratung von Eltern und Bezugspersonen. Information über Strafverfahren. Information, Fachberatung, Fortbildung für pädagogische Fachkräfte und Multiplikatoren. Regionale Zuständigkeit für Witten, Wetter und Herdecke.	https://www.profamilia.de/ https://www.profamilia.de/angebote-vor-ort/nordrhein-westfalen/witten-horizonte	Frauen und Männer, Mädchen und Jungen, Jugendliche, Angehörige
Frauenberatung.EN Witten	Frauenberatung.EN Augustastr. 47 58451 Witten (Zentrum) Kontakt:	Beratung bei häuslicher Gewalt, Stalking, Mobbing, Zwangsverheiratung, Gewalt im Rahmen von	https://www.gesine-intervention.de/	Frauen

	Tel.: 02302 52596 E-Mail: info@frauenberatung-en.de	Prostitution, Menschenhandel, im Namen der „Ehre“ und weitere Angebote Beratung in Deutsch und Türkisch		
--	--	--	--	--

Bochum

Diakonie Ruhr häusliche Gewalt	Evangelisches Beratungszentrum für Ehe-, Erziehungs- und Lebensfragen Westring 26 44787 Bochum Kontakt: Telefon 0234 9133391	Das Ev. Beratungszentrum unterstützt in solchen Fällen Frauen, aber auch Männer, die Opfer häuslicher Gewalt geworden sind.	https://www.diakonie-ruhr.de/rat_und_hilfe/ratsuchende/haeusliche_gewalt	Alle
Wildwasser Bochum e.V.	Wildwasser Bochum e.V. Oberstraße 2 44892 Bochum Kontakt: Tel.: 0234 79 45 652	<ul style="list-style-type: none"> • Beratungsstelle für Opfer sexueller Gewalt und für Prävention. Niederschwellig, anonym & vertraulich. • persönliche Beratung und Beratungsreihen • Prävention und Sekundärprävention 	https://www.wildwasserbochum.de/	Mädchen und Frauen ab 16 Jahre, Mädchen und Frauen mit geistigem und/oder körperlichem Handicap

		<ul style="list-style-type: none"> • Anregung zur und Begleitung in die Selbsthilfe • Begleitung bei Anzeigenerstattung, bei Gerichtsverfahren und auch danach <p>Anwesenheit einer Gebärdendolmetscherin bei Bedarf möglich.</p>		
Tamar e.V. Ruhrgebiet – Kontaktstelle gegen sexuelle Gewalt	<p>Tamar e.V. Ruhrgebiet Zechenstraße 10 44791 Bochum</p> <p>Kontakt: Tel.: +49 (172) 2782367 E-Mail: tamar-ruhrgebiet@web.de</p>		<p>www.tamar-ruhrgebiet.de ***</p>	Frauen und Männer
Rosa Strippe Bochum	<p>Rosa Strippe Kortumstraße 143 44787 Bochum</p> <p>Kontakt: Tel.: 02 34 194 46 E-Mail: info@rosastrippe.de</p>	<p>Beratungszentrum für LSBT;</p> <p>vertrauliche Gespräche, telefonische Beratung, persönliche Einzel-, Paar- und Familienberatung, sowie Beratung in Gruppen</p>	<p>https://rosastrippe.net/</p>	Für Lesben, Schwulen, Bisexuellen, Trans*Personen und ihren Familien jeden Alters

Frauenberatungsstelle NORA E.V. in Bochum	<p>Nora E.V. Beratung für Frauen und Mädchen Kortumstraße 45 44787 Bochum</p> <p>Kontakt: Tel.: 0234 962999-5/-6 E-Mail: nora-beratung@freenet.de</p>	Beratung von allen Frauen und Mädchen ab 16 Jahren in verschiedenen Themen; auch bei Gewaltbetroffenheit	https://nora-ev.de/	Frauen
Frauenhaus Bochum	<p>Frauenhaus Bochum</p> <p>Postfach 10 07 55 44707 Bochum</p> <p>Kontakt: Telefon: +49 234 501034 frauenhaus@caritas-bochum.de</p>	<p>Das Frauenhaus Bochum bietet bedrohten und körperlich / seelisch misshandelten Frauen und ihren Kindern Schutz vor Gewalt. Religionszugehörigkeit, Nationalität oder regionale Herkunft spielen keine Rolle. Im geschützten Rahmen des Frauenhauses können die Bewohnerinnen in Ruhe für sich klären, wie sie ihr Leben zukünftig gestalten wollen.</p>	https://www.caritas-bochum.de/hilfe-und-beratung/frauen-und-familie/frauenhaus/frauenhaus	Frauen und ihre Kinder

Herne

Schattenlicht Herne	Schattenlicht. Für Frauen und Mädchen e.V.	Ansprechpartnerinnen in Konflikt- und Krisensituationen, bei	https://beratungsstelle-schattenlicht.de/	Für Frauen und Mädchen
---------------------	--	--	---	------------------------

	<p>Straßburger Straße 39 44623 Herne</p> <p>Kontakt: Tel.: 02323 981198 info@beratungsstelle-schattenlicht.de</p>	<p>körperlicher und/oder seelischer Gewalt, Beratung nach dem Gewaltschutzgesetz, bei sexualisierter Gewalt, in Trennungssituationen und weiteres. Kostenlos, freiwillig und vertraulich</p>		
Frauenhaus Herne	<p>Kontakt: täglich von 9 - 16 Uhr unter der Telefonnummer 02325 49875 zu erreichen.</p> <p>Abends und an den Wochenenden unter der Notruf-Handynummer 0171 3300167</p> <p>info@frauenhaus-herne.de</p>	<p>Unterkunft, Schutz und Beratung vor häuslicher Gewalt</p>	https://www.frauenhaus-herne.de/	Frauen und ihre Kinder

Gelsenkirchen

<p>Frauenberatungsstelle- und Kontaktstelle e.V. Gelsenkirchen</p>	<p>Notruf für vergewaltigte und sexuell missbrauchte Frauen und Mädchen Robert-Koch-Straße 18 45879 Gelsenkirchen (Neustadt)</p> <p>Kontakt:</p>	<p>Die Frauenberatungs- und Kontaktstelle bietet:</p> <ul style="list-style-type: none"> • nötige Informationen zur besseren Bewältigung des Alltags • einen internationalen Treffpunkt 	<p>http://www.frauenberatung-ge.de/main.html und Anonyme Spurensicherung (ASS) http://www.frauenberatung-ge.de/ASS/ass.html</p>	Frauen
--	---	---	--	--------

	Tel.: 0209 207713 E-Mail: frauenberatung-ge@gmx.de	<ul style="list-style-type: none"> offene Gruppenarbeit und Bildungsangebote psychosoziale Einzelhilfe + therapeutische Gruppenarbeit		
Caritasverband für die Stadt Gelsenkirchen e.V. Fachstelle für Opfer von Sexueller Gewalt	Kontakt: Sekretariat +49 209 15806-10 +49 209 15806-45 Kirchstraße 51 45879 Gelsenkirchen	Unterstützung und Beratung von Mädchen, Jungen, Frauen und Männer, die direkt oder indirekt von sexualisierter Gewalt betroffen sind; Menschen, die von sexuellen Übergriffen wissen oder diese vermuten; und Weiteres Vertraulich, kostenlos und für alle offen	https://www.caritas-gelsenkirchen.de	
Frauenhaus Gelsenkirchen/Bottrop AWO	Kontakt: 02041 40 92 03 frauenhaus.bottrop@awo-gelsenkirchen.de	Unterkunft, Hilfe und Schutz vor häuslicher Gewalt	https://www.awo-gelsenkirchen.de/bildnen-arbeiten/frauenhaus	Frauen und ihre Kinder

Essen

Frauenhaus Essen	Kontakt: Tel.: 0201 668686 E-Mail: frauenhaus-essen@t-online.de	Unterkunft, Hilfe und Schutz vor häuslicher Gewalt	https://www.frauenhaus-essen.de/	Frauen und ihre Kinder
Frauenberatungsstelle Essen und Notruf und Beratung für Frauen nach sexualisierter Gewalt	Frauenberatung Essen Zweigertstraße 29 45130 Essen Kontakt:	Beratung von Frauen in verschiedenen Krisensituationen. Das Angebot Frauennotruf wendet sich an vergewaltigte Frauen und an Frauen, die auf andere Weise	https://www.frauenberatung-essen.de/cms/front_content.php?idart=13 Notruf:	Für Frauen

	<p>Tel: 0201 78 65 68 E-Mail: info@frauenberatung-essen.de</p>	<p>Opfer sexualisierter Gewalt geworden sind</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kostenlose, kurzfristige, auf Wunsch anonyme telefonische und persönliche Beratung für Frauen, deren Angehörige und Kontaktpersonen, sowohl bei akuten Gewalterfahrungen als auch, wenn die Gewalterlebnisse schon länger zurückliegen • Vermittlung hilfreicher Anlaufstellen, Adressen • Unterstützung bei Gängen zu Ärztinnen, Ärzten, Anwältinnen, Anwälten, Polizei, Gericht, u.s.w. • Entscheidungshilfen, ob eine Anzeige erstattet werden soll oder nicht • Gruppenangebote, z. B. Wen Do, Selbstbehauptungstraining, traumatherapeutischen Stabilisierungsgruppe <p>Zusammenarbeit und Vernetzung mit anderen Institutionen, Beratungsstellen und Fachkräften</p>	<p>https://www.frauenberatung-essen.de/cms/front_content.php?idart=19</p>	
Distel e.V. Essen	<p>Frauenberatung und Psychotherapie DISTEL e. V. Julienstraße 26 45130 Essen</p>	<p>Telefonische und persönliche Beratung bei Sexualisierter Gewalterfahrung, Beratung von wichtigen Bezugspersonen</p>	<p>https://www.distel-ev.de/sexualisierte-gewalt.html</p>	Frauen

	Kontakt: Tel.: 0201 776777 E-Mail: info@distel-ev.de			
Kontaktperson Bistümer in NRW für Fälle sexuellen Missbrauchs - Bistum Essen	Zwölfling 16 45127 Essen Deutschland Kontakt: Angelika von Schenk- Wilms: 0151/57150084, Karl Sarholz: 0171/3165928	Hilfe nach sexuellem Missbrauch (in der Katholischen Kirche) Verbindung zu den Ansprechpartnern der Kirchen für Betroffene und Opfer sexuellen Missbrauchs. Jede und jeder, der von sexualisierter Gewalt in einer katholischen Einrichtung oder durch Mitarbeitende der Kirche betroffen ist, kann sich direkt an die Missbrauchsbeauftragte oder den Missbrauchsbeauftragten wenden.	https://www.bistum-essen.de/info/soziales-hilfe/hilfe-nach-sexuellem-missbrauch/	Für alle

Anonyme Spurensicherung:

Die "Anonyme" bzw. die anzeigenunabhängige Spurensicherung ermöglicht Betroffenen eine rechtssichere ärztliche Dokumentation ihrer Verletzungen, ohne die Notwendigkeit einer sofortigen Anzeigenerstattung. Die Betroffenen haben so die Möglichkeit, sich in Ruhe zu überlegen, ob sie Anzeige erstatten möchten oder nicht. Die Spuren werden je nach Klinik bis zu 20 Jahre für einen möglichen Gerichtsprozess aufbewahrt.

Kontakte in der Region:

Bochum: <https://www.bochum.de/Referat-fuer-Gleichstellung-Familie-und-Inklusion/Gegen-Gewalt-gegen-Frauen-und-Maedchen/Anonyme-Spurensicherung>

Gelsenkirchen: <http://www.frauenberatung-ge.de/ASS/ass.html>

Dortmund: <https://frauenhaus-dortmund.de/anonymisierte-spurensicherung/>

Übersicht von ASS deutschlandweit <https://www.frauenrechte.de/unsere-arbeit/themen/haeusliche-und-sexualisierte-gewalt/unterstuetzung-fuer-betroffene/anonyme-spurensicherung>

Weiteres:

1) <https://luisa-ist-hier.de/#hieristluisa> Luisa ist ein Hilfsangebot für Frauen in der Partyszene, die aus einer unangenehmen Situation heraus möchten. Mit der Frage „Ist Luisa hier?“ können sich Frauen ans Personal wenden und bekommen unmittelbar und diskret Hilfe. Die Frau entscheidet selbst, welche Hilfemöglichkeit sie in Anspruch nehmen will, z.B. ein Taxi oder Freunde/Freundinnen rufen.

2) <https://www.frauen-gegen-gewalt.de/de/hilfe-vor-ort.html>

3) <https://www.suse-hilft.de/de/hilfe-in-der-naehe/beratung-schutz-hilfe-bei-gewalt.html> Hier können Sie Hilfe bekommen Sie können nach einer Beratungs-Stelle in Ihrer Nähe suchen. Rund um die Uhr: Bundesweites Hilfetelefon "Gewalt gegen Frauen". Die Nummer ist: **08000 116 016** Der Anruf kostet nichts. Das Hilfetelefon ist über die Internetseite auch mit Gebärdendolmetschung erreichbar.

Weitere Informationen: www.hilfetelefon.de

4) <https://www.frauen-gegen-gewalt.de/de/hilfe-vor-ort.html> Bundesverband Frauenberatungsstellen und Frauennotrufe bff: Hilfsangebote vor Ort: Hier können Sie aus der Vielfalt von Beratungseinrichtungen nach Hilfsangeboten, auch anhand von verschiedenen Eingabe-Funktionen wie Beratungsschwerpunkte, Sprache und (unterschiedliche Arten von) Barrierefreiheit in Ihrer Umgebung suchen.

5) <https://weisser-ring.de/> Unabhängig von Geschlecht, Alter, Religion, Staatsangehörigkeit und politischer Überzeugung erhalten Opfer von Kriminalität bei uns schnelle und direkte Hilfe. Zu diesem Zweck haben wir ein deutschlandweites Netz von rund 2.900 ehrenamtlichen Opferhelferinnen und Opferhelfern in mehr als 400 Außenstellen aufgebaut. Außerdem sind wir für Politik, Justiz, Verwaltung, Wissenschaft und Medien in allen Fragen der Opferhilfe und des Opferschutzes sachkundiger und anerkannter Ansprechpartner.

6) **Traumaambulanz** Gewaltopfer, Angehörige und Hinterbliebene können in Traumaambulanzen schnelle psychotherapeutische Unterstützung erhalten. Traumaambulanzen sind Kliniken, die im Umgang mit seelischen Verletzungen besonders kompetent sind. Dort können Betroffene psychotherapeutische Beratung erhalten. Wenn ein weiterer Bedarf besteht, kann die Traumaambulanz eine Akuttherapie anbieten.

Dortmund: Telefon: 0231/4503; E-Mail: andrea.rawert@lwl.org

Essen: 0201/7227521

Bochum: Telefon: 0234/5077-872862 (5077-TRAUMA), E-Mail: henrik.kessler@ruhr-uni-bochum.de

Gelsenkirchen (Herten): Telefon: 02366/8020, E-Mail: andreas.wolff@wkp.lwl.org

7) <https://www.opferschutzportal.nrw>

8) **i.bera** – Interkulturelle Beratungsstelle für Opfer von häuslicher Gewalt und Zwangsheirat. Sie richtet sich an Menschen mit Migrationshintergrund, die Rat suchen, um sich oder andere vor häuslicher Gewalt zu schützen. **Tel 040 350 17 72 26**

9) <https://heimwegtelefon.net/> Das Heimwegtelefon ist ein Service, bei dem Du nachts anrufen kannst, wenn Du Dich auf dem Heimweg unwohl fühlst. Du wirst dann von einem*einer Ehrenamtlichen am Telefon bis nach Hause begleitet (Sonntag – Donnerstag: 20-00 Uhr, Freitag & Samstag 20-03 Uhr)