

Frauenbüro Bergisch Gladbach
Michaela Fahner
Telefon: 02202 – 142647

Beratungsangebote und mehr für Flüchtlingsfrauen und MultiplikatorInnen, Stand September 2018

1. Überregionale Angebote

Hilfetelefon Gewalt gegen Frauen - ein bundesweites Angebot

365 Tage im Jahr, rund um die Uhr erreichbar: Das Hilfetelefon „Gewalt gegen Frauen“ ist das erste bundesweite Beratungsangebot für Frauen, die von Gewalt betroffen sind. Unter der **Nummer 08000 116 016** und via Online-Beratung **www.hilfetelefon.de** können sich Betroffene, aber auch Angehörige, Freunde sowie Fachkräfte **anonym und kostenfrei** beraten lassen. Qualifizierte Beraterinnen stehen den Anrufenden vertraulich zur Seite und vermitteln sie auf Wunsch an Unterstützungsangebote vor Ort.

Beratung in verschiedenen Sprachen

Auch wer kein Deutsch spricht oder sich nicht ausreichend verständigen kann, erhält beim Hilfetelefon Gewalt gegen Frauen Unterstützung. Die Beraterinnen rufen eine Dolmetscherin hinzu, die es ermöglicht, alle Fragen in Ruhe und in der vertrauten Sprache zu stellen. Auf diese Weise ist die telefonische Beratung auch auf Türkisch, Russisch, Französisch, Englisch, Spanisch, Portugiesisch, Italienisch, Polnisch, Serbokroatisch, Chinesisch, Bulgarisch, Rumänisch, Arabisch, Persisch und Vietnamesisch möglich.

Hilfe bei Gewalt in Flüchtlingsunterkünften

Informationsmaterialien, auch in verschiedenen Sprachen, die benötigt werden, um geflüchtete Frauen auf das Beratungsangebot des Hilfetelefons aufmerksam zu machen, erhalten Sie im Frauenbüro Bergisch Gladbach, Telefon: 02202 – 142647.

HennaMond e.V.

Der Verein HennaMond E.V. ist ein eingetragener mildtätiger Verein. Ziel ist es, Mädchen, jungen Frauen und jungen Männern zu helfen, die von häuslicher Gewalt, psychischer Gewalt, Zwangsverheiratung oder „Ehrenmord“ betroffen sind. Der Verein steht Ratsuchenden zur Seite und unterstützt sie auf dem Weg in ein selbst bestimmtes und freies Leben.

Adresse: Wilhelm-Sollmann-Str. 103, 50737 Köln
(Haltestelle Herforder Straße, Linie 12, 13 und 15)
Telefon: 0221 - 1699 3101
Mobiltelefon: 0172 - 2639 593 (**auch Notruf**)
Fax: 0221 - 1699 - 3103
E-Mail: info@hennamond-verein.de
www.hennamond.de

Informationen rund um das Thema Gesundheit

Zanzu.de – ist das neue Webportal der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung und bietet einen diskreten Informationszugang zu Themen rund um die sexuelle Gesundheit.

Das Webportal gibt in 13 Sprachen einfache Erklärungen zu den Themenfeldern Körperwissen, Schwangerschaft und Geburt, Verhütung, HIV und andere sexuell übertragbare Infektionen. Zudem erklärt es die Rechte und Gesetze in Deutschland.

Menschen, die aus verschiedenen Gründen erst vor kurzer Zeit in Deutschland eingetroffen sind, beispielsweise Heiratsmigrantinnen aus der Türkei, EU-Binnenmigrantinnen und -migranten aus Bulgarien und Rumänien, Flüchtlinge aus der arabischen Region und aus Afrika, verfügen häufig noch nicht über die in Deutschland notwendigen Sprach- und Landeskennntnisse. Zudem ist in vielen Herkunftsländern der Zugang zu Wissen über die verschiedenen Aspekte der sexuellen Gesundheit eingeschränkt und meist nicht Gegenstand der Schulbildung.

Aus diesem Grund wurden wichtige Informationen zusammengefasst, um Migrantinnen und Migranten dabei zu unterstützen, Ängste und Unsicherheiten abzubauen und Wissen im Bereich sexueller Gesundheit zu erwerben.

Infos unter: www.zanzu.de

Agisra - Köln

Der Name der Beratungsstelle agisra ist das Kürzel für „Arbeitsgemeinschaft gegen internationale sexuelle und rassistische Ausbeutung“.

Agisra ist eine autonome, feministische Informations- und Beratungsstelle in Köln. Sie ist von und für Migrantinnen, Flüchtlingsfrauen, Schwarze Frauen und all diejenigen, die von Rassismus betroffen sind. Agisra setzt sich gegen jede Form von Diskriminierung ein.

Schwerpunktthemen sind: Gewalt an Frauen im Migrationsprozess, häusliche Gewalt, Frauenhandel, Zwangsverheiratung, weibliche Genitalbeschneidung.

Ein transkulturelles Team berät in den Sprachen deutsch, englisch, polnisch, spanisch, koreanisch, persisch, tigrigna, amharisch und bulgarisch. Beratung in weiteren Sprachen können mit einer Dolmetscherin durchgeführt werden.

Adresse: Martin Str. 20 a, 50667 Köln (Heumarkt)

Telefon: 0221 – 124019 / 1390392

Telefonische Sprechzeiten sind Montag, Dienstag und Donnerstag von 10.00 bis 15.00 Uhr.

Per Mail können Sie unter [info\(at\)agisra.org](mailto:info(at)agisra.org) Kontakt aufnehmen.

Therapiezentrum für Folteropfer / Flüchtlingsberatung - Köln

Das Therapiezentrum für Folteropfer und Flüchtlingsberatung des Caritasverbandes für die Stadt Köln e. V. bietet Flüchtlingen aus Kriegs- und Krisengebieten, die in Deutschland Schutz suchen, psychotherapeutische und soziale Unterstützung.

Der Schwerpunkt der Arbeit liegt in der sozialen und psychologischen Beratung sowie Behandlung von Flüchtlingen. Psychologische Begutachtung von Flüchtlingen, die seelischer und/oder körperlicher Folter sowie anderen kriegsbedingten Traumatisierungen und Menschenrechtsverletzungen ausgesetzt waren, wird ebenfalls veranlasst.

Sowohl Flüchtlinge, die schon lange ohne sicheren Aufenthalt in Deutschland leben, als auch neu eingereiste Flüchtlinge finden im Therapiezentrum für Folteropfer eine Anlaufstelle. Hier werden erste Schritte der Integration in Deutschland vorbereitet und begleitet.

Die MitarbeiterInnen sind in verschiedenen psychotherapeutischen Verfahren ausgebildet: Psychoanalyse, Verhaltenstherapie, Tiefenpsychologisch fundierte Psychotherapie, Systemische Therapie, Gesprächspsychotherapie. Die MitarbeiterInnen verfügen über eine Spezialausbildung in Psychotraumatologie. Es gibt einzeltherapeutische sowie gruppentherapeutische Maßnahmen. Die Zuweisung zu den Maßnahmen erfolgt nach sorgfältiger Analyse des jeweiligen Einzelfalles. Die Behandlungen und Beratungen sind kostenlos.

Telefonische Anmeldung und Beratung:

Für Kinder, Jugendliche und Familien: Dienstag 9:00 – 10:00 Uhr

Für Erwachsene: Freitag 10:00 – 12:00 Uhr

Caritasverband Köln, Therapiezentrum für Folteropfer/Flüchtlingsberatung, Spiesergasse 12, 50670 Köln,

Tel.: 0221 - 160740

Fax: 0221 - 1390272 therapiefolteropfer@caritas-koeln.de

E-Mail: fluechtlingsberatung@caritas-koeln.de

Seelefon - kostenloses, anonymes Beratungsangebot für Flüchtlinge mit seelischen Problemen

Für Flüchtlinge mit psychischen Problemen und ihre Familien und Freunde gibt es die Möglichkeit das "Seelefon für Flüchtlinge" anzurufen. Am Telefon sitzt ein Berater, der Arabisch, Französisch, Englisch und Deutsch spricht. Mit ihm kann man ganz unverbindlich sprechen. Er hört zu, vermittelt bundesweit Ärzte und Selbsthilfegruppen, berät über das deutsche Gesundheitssystem und informiert über rechtliche Zusammenhänge. Das Angebot ist anonym, vertraulich und - bis auf die Telefonkosten - kostenlos. Träger des Projektes ist der "Bundesverband der Angehörigen psychisch erkrankter Menschen" (BApK) e.V. in Bonn.

Telefon: 0228-71002425

E-Mail: help@seelefon.org

medica mondiale - Köln

medica mondiale ist eine in Deutschland ansässige internationale Nicht-Regierungsorganisation, die sich weltweit für Frauen und Mädchen in Kriegs- und Krisengebieten einsetzt. medica mondiale unterstützt Frauen und Mädchen, die sexualisierte Gewalt erlebt haben, ungeachtet ihrer politischen, ethnischen oder religiösen Zugehörigkeit. Gemeinsam mit Frauen aus der ganzen Welt setzt sich medica mondiale dafür ein, dass Frauen in Würde und selbst bestimmt leben können.

Sexualisierter Kriegsgewalt auf allen Ebenen zu begegnen, dieser Aufgabe stellt sich medica mondiale seit der Gründung in 1993. Nach wie vor werden Frauen und Mädchen in kriegerischen Auseinandersetzungen vergewaltigt und als „natürliche“ Kriegsbeute von Männern be-

trachtet – täglich und an vielen Orten auf dieser Welt. medica mondiale hilft dort, wo den Verbrechen tatenlos zugesehen wird, wo Frauen und Mädchen keine Unterstützung erfahren und auf sich selbst gestellt sind.

medica mondiale bietet Frauen und Mädchen, die Vergewaltigung und Folter erlebt haben, lebensnotwendige medizinische, psychologische und rechtliche Unterstützung und Programme zur Einkommensförderung – sowohl mit eigenen Projekten als auch in Zusammenarbeit mit kompetenten Frauenorganisationen vor Ort. Gleichzeitig setzt sich medica mondiale politisch für die Rechte von Frauen ein und macht öffentlich auf die Verbrechen und die zerstörerischen Folgen für Frauen und Gesellschaften aufmerksam. Mit dem Einsatz von medica mondiale sollen Frauen die Chance erhalten, trotz ihrer Erfahrung entwürdigender und zerstörerischer Gewalt eigenständig und selbst bestimmt leben zu können

medica mondiale e.V.
Hülchrather Straße 4
50670 Köln/Deutschland
Fon: +49(0) 221-93 18 98 0
Fax: +49(0) 221-93 18 98 1
E-Mail: info@medicamondiale.org
Bürozeiten: Mo - Do: 9.00-13:00 und 14:00-17:00 Uhr Fr: 9:00-14:00 Uhr

Flüchtlings-APP NRW

Die Flüchtlings-App „Welcome to North Rhine-Westphalia“ enthält unter anderem

- Informationen für Flüchtlingsfrauen, die z.B. in Flüchtlingsunterkünften von Gewalt betroffen sind
- Informationen zu Frauenrechten/Gleichberechtigung von Frau und Mann
- Informationen für Schwangere
- Informationen zu LSBTI*

Flüchtlinge können sich in vier Sprachen (Arabisch, Deutsch, Englisch und Französisch) über das Leben in NRW informieren. Zum Start umfasst die App 18 verschiedene FAQ-Kategorien mit insgesamt 250 Fragen und Antworten. Diese beziehen sich primär auf das Ankommen in NRW, das Asylverfahren und das Leben in NRW.

Die App ist nicht statisch. Es ist geplant, im weiteren Prozess zusätzliche Themen und FAQ zu integrieren.

Sie kann über den Google-Store bzw. über die dazugehörige Webseite kostenlos heruntergeladen werden: <https://www.land.nrw/de/fluechtlings-app-welcome-to-nrw>

Mehrsprachige Informationen für Flüchtlinge Arbeit und Bildung

Viele Unternehmen engagieren sich bei der Integration von Geflüchteten in den Arbeitsmarkt, aber manche Unternehmen nutzen die schwierige Lebenssituation von Geflüchteten auch aus und unterlaufen ihre Arbeitnehmerrechte, indem sie etwa nicht den gesetzlich vorgeschriebenen Mindestlohn zahlen oder die Geflüchteten nicht wie vereinbart entlohnen. Die Gewerkschaften haben daher mehrsprachige Informationen für Geflüchtete veröffentlicht, die sie über ihre Rechte als Arbeitnehmer informieren.

Die Flyer sind in fünf Sprachen – Deutsch, Arabisch, Farsi, Englisch und Französisch – verfügbar. Sie richten sich vor allem an Geflüchtete, die über eine Arbeitserlaubnis verfügen und

können als PDF heruntergeladen werden oder kostenlos als Papierversion beim DGB bestellt werden.

Die 60-seitige zweisprachige Broschüre (Englisch-Deutsch, Französisch-Deutsch, Arabisch-Deutsch) des Deutschen Gewerkschaftsbundes gibt wichtige Hinweise über grundlegende Rechte auf dem Arbeitsmarkt mit dem Ziel, vor ausbeuterischen Verhältnissen zu schützen.

Die Broschüre steht als PDF bereit oder kann kostenlos als Papierversion in Französisch oder Englisch und Arabisch bestellt werden.

Weitere Infos unter:

<http://fluechtlingshelfer.info/start/detail-start/news/schutz-vor-ausbeutung-und-abzocke-arbeitsrecht-fuer-gefluechtete/>

Telefonberatung zum Thema Mindestlohn in Farsi und Arabisch

Der DGB bietet eine Hotline an, die Geflüchtete auf Farsi berät - etwa zu folgenden Fragen: Was ist ein gesetzlicher Mindestlohn? Was ist ein Branchenmindestlohn? Welche Ausnahmen gibt es - und worauf habe ich Anspruch?

Dienstags zwischen 18 und 20 Uhr unter der Nummer 0160 / 95 81 86 50. erreichbar.

Mehrsprachige Infos für Flüchtlinge der Verbraucherzentrale

Zu zehn Lebensbereichen gibt es Checklisten, die dabei helfen sollen, sich im Verbraucheralltag zurecht zu finden. Die Checklisten zu dem Themen:

1. Vor der Kontoeröffnung
2. Nach der Kontoeröffnung
3. Versicherung
4. Mobilfunk
5. Wohnung
6. Shopping im Internet
7. Urheberrecht
8. Energiesparen
9. Lebensmittelverpackung
10. Inkassoforderungen

Checklisten auf Deutsch, Englisch und Arabisch downloaden:

<https://www.verbraucherzentrale.de/fluechtlingshilfe/mehrsprachige-infos-fuer-fluechtlinge>

Online Deutschkurs für Arabischsprechende

Ab dem 13.12.2017 ist der neue Deutschkurs der Lernplattform Jicki online. Der durch Crowdfunding finanzierte Kurs kann von allen arabischsprachigen Geflüchteten kostenlos genutzt werden. Der 1200 Vokabeln umfassende auditive Sprachkurs ist so konzipiert, dass er für Menschen unabhängig von Alter und Bildungsstand nutzbar ist. Die Geflüchteten können sich schon von Beginn an mit der Deutschen Sprache beschäftigen und so positive Erfahrungen damit sammeln. Für Jicki steht die Praxisorientierung im Mittelpunkt, sodass die Geflüchteten sofort lebensnahe Vokabeln lernen, die sie wirklich brauchen - eine Grundlage, auf der aufgebaut werden kann.

Die Vorteile:

- die Sprachkurse sind per App oder Website immer und überall verfügbar
- für jedes Alter und jeden Bildungsstand nutzbar
- Praxisorientiert: nur Vokabeln, die wirklich benötigt werden
- insgesamt 1200 Vokabeln in 12 Lektionen
- auditive Kurse, setzen keine Schriftsprache voraus
- keine Bürokratie, keine Wartezeiten

Der Deutschkurs ist erhältlich in den App Stores für Android und Apple und auf der Lernplattform Jicki.

Deutschsprachige können sich mit der Arabisch-Probelektion auch gerne selbst von den Kursen überzeugen.

Jicki GmbH
endlich lernen
Belfortstr. 52, 79098 Freiburg
T +49 1578 6247473
Mail: hallo@jicki.de
Internet: www.jicki.de

Broschüre: „Alleinerziehend, Tipps und Informationen“ auf Arabisch

Welche Rechte hat mein Kind? Was regelt das Sorgerecht, was bedeutet das Umgangsrecht? ist bei einer Scheidung zu wissen, wenn die Ehe in einem anderen Land geschlossen wurde? Welche Voraussetzungen beim Aufenthaltsstatus gibt es für den Bezug von Familien- oder Sozialleistungen? Antworten auf diese und viele weitere Fragen bietet die arabischsprachige Sonderausgabe „Alleinerziehend Tipps und Informationen“, die auf Initiative des VAMV NRW erstellt wurde. Der VAMV stellt arabischsprachigen Alleinerziehenden mit der Broschüre nützliches Wissen rund ums Alleinerziehen in deren Muttersprache zur Verfügung.

http://www.vamv-nrw.de/ueber-uns/aktuelles/aktuelles-detail/?tx_ttnews%5Btt_news%5D=470&cHash=935246fcdd89bbaddea915e8217f7ea7

DRK - Gesundheitsfilme für zugewanderte Menschen

Im Rahmen eines vom Ministerium für Gesundheit, Emanzipation, Pflege und Alter des Landes Nordrhein-Westfalen geförderten Projekts wurden sieben leicht verständliche Filme zu verschiedenen Gesundheitsthemen für zugewanderte Menschen erstellt.

Die Filme sollen zugewanderten Menschen ermöglichen, sich besser über das Gesundheitswesen, medizinische Versorgung und Prävention zu informieren. Sie können außerdem die Arbeit von haupt- und ehrenamtlich Tätigen in der Flüchtlingshilfe, im Gesundheitswesen sowie von Sprach- und Integrationskursen unterstützen.

Die Informationsfilme können auf der mehrsprachigen Internetseite <https://www.drk-gesundheitsfilme.de/> sowohl angesehen als auch kostenfrei heruntergeladen werden. Sie sind in den Sprachen Deutsch, Englisch, Arabisch und Sorani (Kurdisch) verfügbar und informieren zu den Themen "Gesundheitssystem", "Schwangerschaft und Geburt", "Schutz vor Infektionen", "Psychische Gesundheit", "Kindergesundheit", "Gesunde Zähne" und "Krebsvorsorge".

Broschüre „Demokratie für mich“

Die Broschüre „Demokratie leben“ der Landeszentrale für politische Bildung und des Ministeriums für Arbeit, Integration und Soziales des Landes NRW (MAIS) ist ein Leitfaden für geflüchtete und einheimische Menschen und enthält u.a. Ausführungen zu den Grundlagen der De-

mokratie, Gleichberechtigung von Frau und Mann und das Recht auf gewaltfreies Leben. Die Broschüre ist in Englisch Französisch, Arabisch, Dari und Farsi über folgenden Link zu sehen:

<https://www.mkffi.nrw/broschuerenservice> (unter Stichwortsuche „Demokratie“ eingeben).

Broschüre „Schutz vor Gewalt“ für geflüchtete Frauen und Mädchen

Die Broschüre erklärt die wichtigsten Begriffe rund um das Thema Asyl in leichter Sprache. Auf knapp 60 Seiten werden viele Fragen aufgelistet – vor allem bezogen auf geschlechtsspezifische Inhalte wie die Ehe oder Familie im Asylrecht, Auswirkungen von Gewalterlebnissen auf das Asylverfahren, der Schutz vor Gewalt oder auch zur Finanzierung eines Aufenthalts im Frauenhaus. Diese Fragen werden nacheinander ausführlich erklärt.

Weitere Infos unter: www.frauenhauskoordinierung.de/gewalt-an-frauen/gewaltschutz-und-flucht/faq-einfache-sprache.html

2. Angebote in Bergisch Gladbach

Fachdienst Integration und Migration - Bergisch Gladbach

Der Fachdienst für Integration und Migration (FIM) im Rheinisch-Bergischen Kreis hat folgende Angebote:

- Migrationsberatung für Neuzuwanderer ab 27 J. mit auf Dauer angelegtem Aufenthaltsstatus in allen ihren Fragen zur Integration in Deutschland
- Temporäre Integration von Flüchtlingen
Beratung von Asylsuchenden und Menschen ohne gesicherten Aufenthaltsstatus unabhängig von Alterseinschränkung

Das Beratungsangebot ist vertraulich und unabhängig von der Nationalitäts- und Religionszugehörigkeit.

- Weitere Angebote:

Unterstützung und Förderung von unterschiedlichen Migranten-Organisationen (MO)

Sprachcafé

Sprachkurse für Flüchtlinge

Frühstückstreffen für Frauen

Telefon: 02202 - 1008 602, Fax: 02202 - 1008688

Die offene Sprechstunde findet statt am Lerbacher Weg 4, 51465 Bergisch Gladbach, an jedem Donnerstag von 9:00 bis 12:00 Uhr. Weitere Termine sind nach Vereinbarung möglich.

fim@caritas-rheinberg.de

http://caritas.erzbistum-koeln.de/rheinberg_cv2/hilfen/integration/

Katholische Familienbildungsstätte – Bergisch Gladbach

Kostenfreie Deutschkurse für Flüchtlingsfrauen mit kleinen Kindern, incl. Kinderbetreuung.

Die Teilnehmerinnen werden, je nach Vorkenntnissen, in verschiedenen Kursen zusammengefasst.

Kursleiterin: Darya Kalugina, Lehrerin und MA Psychologie

Kinderbetreuerinnen: Monika Wiechers-Kohlenbach, Heilpädagogin,

Serpil Sabine, Kindheitspädagogin,

Julia Lux, Krankenschwester

Die Kurse finden statt: Katholische Familienbildungsstätte, Laurentiusstr. 4-12

51465 Bergisch Gladbach, angeboten

Tel. 02202/93639-64 (-0 Zentrale)

bgoebel@fbs-gladbach.de

Pro familia – Burscheid und Bergisch Gladbach

pro familia Burscheid bietet in der Außenstelle in Bergisch Gladbach **montags** Beratungen nach Terminabsprache an.

Frauen, Männer und Paare werden beraten:

- im Schwangerschaftskonflikt (rechtlich vorgeschriebene Beratung nach §§ 218/219)
- bei finanziellen und rechtlichen Fragen im Zusammenhang mit Schwangerschaft, Geburt und Elternzeit
- wenn die Schwangerschaft neben Freude auch Ängste auslöst
- bei medizinischen Fragestellungen in der Schwangerschaft und im sexuellen Bereich
- wenn es ihnen nach der Geburt seelisch schlecht geht
- bei Fragen zur Verhütung und ungewollter Kinderlosigkeit
- vor, während und nach PID (Präimplantationsdiagnostik)
- bei Schwierigkeiten in der Beziehung und der Sexualität
- bei Fragen zur Sexualaufklärung

Das interdisziplinäre Team besteht aus Sozialarbeiterin, Psychologin, Ärztin und einem Sexualpädagogen.

Kontakt:

Hauptstr. 310, 51465 Bergisch Gladbach

Telefon: 02202/108613 oder 02174/768315

Mail: burscheid@profamilia.de

www.profamilia.de

Frauenhaus - Bergisch Gladbach

Frauen, die körperlich und/oder seelisch misshandelt werden, finden im Frauenhaus eine geschützte Unterkunft und Hilfe. Kinder können grundsätzlich mitgebracht werden.

Zu ihrer Sicherheit werden die Frauen in der Regel nicht in der Stadt, in der sie vorher lebten, untergebracht, sondern in eine andere Stadt vermittelt. Die Adresse des Frauenhauses wird aus Schutzgründen nicht bekannt gemacht.

Wenn Sie einen Platz im Frauenhaus benötigen, wenden Sie sich telefonisch an
- das Frauenhaus unter der Telefonnummer: 02202-42682
oder an
- die Polizei unter der Telefonnummer: 110.

Frauenberatungsstelle - Bergisch Gladbach

Beratung und Information erhält jede Frau ab 18 Jahren, persönlich, telefonisch oder online.

Schwerpunktmäßig werden Frauen beraten, denen häusliche Gewalt widerfährt oder die davon bedroht sind, Frauen mit Essstörungen sowie Frauen, denen sexualisierte Gewalt widerfahren ist.

Beraten wird aber auch zu jeder anderen Frage, jedem anderen Thema. Alle Frauen sind herzlich willkommen!

Die Online-Beratung bietet allen Frauen einen geschützten und barrierefreien Zugang. Fragen können unabhängig von Öffnungszeiten jederzeit gestellt werden. Anfragen werden innerhalb von zwei Werktagen beantwortet.

Unter www.frauenberatungsstelle-online.de können Sie sich einloggen.

Wenn Sie die Beratungsstelle persönlich aufsuchen möchten, finden Sie diese im Zentrum von Bergisch Gladbach, in der Hauptstraße 155, direkt neben dem Löwen-Center.

Telefonisch erreichbar sind die Mitarbeiterinnen unter: 02202 - / 4 51 12.

Mädchenberatungsstelle - Bergisch Gladbach

Die Mädchenberatungsstelle steht Mädchen ab 12 bis 27 Jahren zur Verfügung. Beratung können auch die Vertrauenspersonen der Mädchen in Anspruch nehmen.

Es werden Mädchen und junge Frauen bei allen Fragen und Problemen beraten. Einen besonderen Schwerpunkt legt die Beratungsstelle auf Gewaltthemen, z.B. auch sexualisierte Gewalt. Auch beim Thema Essstörungen kann die Beratungsstelle mit qualifiziertem Fachpersonal beratend zur Seite stehen.

Alle Mädchen, die sich nicht persönlich an die Mädchenberatung wenden wollen, können die online Beratung nutzen: www.maedchenberatung-online.de .

Die Mädchenberatung finden Sie ebenfalls im Zentrum von Bergisch Gladbach, Hauptstraße 155, direkt neben dem Löwen-Center.

Telefonisch erreichen sie die Mitarbeiterinnen unter: 02202 – 9891155.

Esperanza – Bergisch Gladbach

esperanza berät und unterstützt:

- in Fragen rund um Schwangerschaft und Geburt
- bei den ersten Schritten als junge Eltern und Familie
- bei partnerschaftlichen Fragen
- wenn Sie alleinerziehend sind oder sein werden
- als werdender oder junger Vater
- bei Fragen zu vorgeburtlichen Untersuchungen und bei zu erwartender Behinderung Ihres Kindes
- nach Verlust Ihres Kindes durch Fehl- oder Totgeburt
- bei finanziellen Sorgen
- bei rechtlichen Angelegenheiten
- im Schwangerschaftskonflikt
- nach einem Schwangerschaftsabbruch

Termine können Sie unter der Telefonnummer **02202 1008 – 701** vereinbaren.

Mailadresse: familie-frauen@caritas-rheinberg.de

Im Internet finden Sie esperanza unter: www.esperanza-online.de

Psychologische Beratung für Flüchtlinge und Migranten in BGL

Das Angebot richtet sich an Menschen in unterschiedlichsten psychischen Notlagen: Es kann beispielsweise Hilfestellung leisten bei der Stabilisierung traumatisierter Flüchtlinge. Es bietet Beratung für Menschen mit Ehe- und Paarkonflikten, die durch Flucht- oder Migrationshintergründe besonders belastet sind, und bei der Orientierung auf der Suche nach Identität in dem Dilemma zwischen kultureller und religiöser Heimat und Integration.

Kontakt für Beratungstermine:

Telefon: 02202 34918

Mailadresse: info@efl-bergisch-gladbach.de

oder über das Online-Formular unter: www.efl-bergisch-gladbach.de

Interkulturelles Frauencafé – Bergisch Gladbach

Ab März 2016 gibt es monatlich das Interkulturelle Frauencafé. Alle Flüchtlingsfrauen sind herzlich eingeladen, sich einmal pro Monat an einem Samstag, von 15.00 – 18.00 Uhr, mit anderen Frauen zu treffen.

Das Angebot ist kostenfrei und wird gemeinsam vom Café Leichtsinn und Finte – Bündnis für Fraueninteressen organisiert.

Die aktuellen Termine können Sie im Frauenbüro Bergisch Gladbach erfahren.

Telefon: 02202 – 142647

Für`n Appel und `n Ei

Einfach mal raus, mal etwas anderes sehen, hören, erleben! Dieses Bedürfnis kennen wir alle, doch oft muss man für Freizeitaktivitäten teuer bezahlen. Diese Broschüre soll die Möglichkeiten kostenloser bzw. kostengünstiger Freizeitangebote aufzeigen und allen, die sich keine allzu kostenintensiven Freizeitangebote leisten können oder wollen, bei ihrer Freizeitgestaltung unterstützen.

Die Broschüre steht in den Sprachen deutsch, englisch und französisch zur Verfügung. Beziehbare über das Frauenbüro, Telefon: 02202 – 142647. Online auf der Homepage der Stadt Bergisch Gladbach:

<https://www.bergischgladbach.de/broschueren-des-frauenbueros.aspx>