

Sich Hilfe zu holen, ist ein  
Zeichen von Stärke und Mut!

## Beratung

### Persönliche Beratung

Mo. bis Fr. (nach Vereinbarung)

### Offene Sprechstunde

Di.: 13.00 bis 15.00 Uhr

### Telefonberatung: 0521.17 30 16

Mo., Mi., Fr.: 10.00 bis 12.00 Uhr

Mo., Do.: 16.00 bis 18.00 Uhr

## Online-Beratung

[www.maedchenhaus-bielefeld.de](http://www.maedchenhaus-bielefeld.de)

*Du benötigst nur einen Nicknamen und  
ein Passwort und kannst sofort loslegen.*

Unsere  
Online  
Beratungen

# MÄDCHENHAUS

Bielefeld e.V.

So kannst du uns erreichen:

## Beratungsstelle für Mädchen und junge Frauen

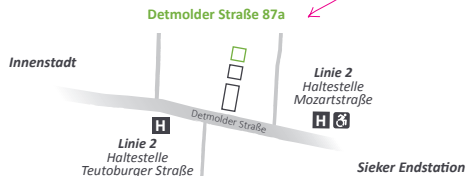


Detmolder Straße 87a | 33604 Bielefeld

0521.17 30 16

0176 29834287

@maedchenhaus.bielefeld



## Beratung für Mädchen und junge Frauen



0521.17 30 16

[www.maedchenhaus-bielefeld.de](http://www.maedchenhaus-bielefeld.de)

[www.maedchenhaus-bielefeld.de](http://www.maedchenhaus-bielefeld.de)

## Wir sind für dich da!

- Bist du verzweifelt und weißt nicht mehr weiter?
- Gibt es bei dir zuhause ständig Stress?
- Wirst du geschlagen, bedroht, sexuell bedrängt oder missbraucht?
- Fühlst du dich in der Schule oder im Job gemobbt?
- Ist dir etwas Unangenehmes im Netz passiert, was dich beunruhigt?
- Überlegst du Anzeige zu erstatten, weil du sexualisierte Gewalt erlebt hast?
- Schreiben dir deine Eltern vor, mit wem du zusammen sein darfst?
- Machst du dir Sorgen um deine Freundin, Schwester ... ?

### Wir nehmen dich und deine Probleme ernst.

**Egal, wie schwierig dir die Situation auch vorkommen mag:  
Es gibt immer Auswege und Lösungen!**

## Wir unterstützen dich!

### Was du über die Beratungsstelle wissen solltest

- Wir sind für alle Mädchen und jungen Frauen mit oder ohne Behinderung ab 12 Jahren da.
- Du bekommst bei uns Beratung und/oder therapeutische Unterstützung.
- Wir stehen auf deiner Seite und vertreten deine Interessen.
- Bei Bedarf begleiten wir dich auch zu Ämtern, zur Polizei, zum Gericht, zu Ärztinnen ...
- Niemand erfährt, dass du bei uns warst. Du musst uns deinen Namen nicht nennen.
- Du bist auch willkommen, wenn du trans\*, divers, agender, inter oder genderfluid bist.
- Die Beratung ist in Deutsch, Englisch, Spanisch sowie mit Dolmetscher\*innen (auch DGS) möglich.

## Wir helfen dir!

### Du kannst bei unserer Beratungsstelle

- anrufen und von einer Mitarbeiterin telefonisch beraten werden
- zeitnah einen Termin für ein persönliches Gespräch vereinbaren
- ohne Termin direkt in die offene Sprechstunde kommen
- über die Online-Beratung deine Sorgen und Fragen schreiben

**Wenn du willst, kannst du zu einem ersten Gespräch auch eine Freundin oder eine andere Person mitbringen.**

**Unser Angebot ist kostenfrei.**