

Unsere Angebote

Der Frauennotruf Mainz ist eine Beratungsstelle für Frauen und Mädchen.

Wir helfen Frauen und Mädchen, die Gewalt erleben. Oder erlebt haben.

Wir beraten und helfen auch Frauen und Mädchen mit Behinderung.

Auch sie erleben Gewalt.

Gewalt tut weh.

Gewalt ist verboten.

Es gibt viele Arten von Gewalt.

Hier finden Sie mehr Infos.

Was Gewalt ist. Was man tun kann.

[Infos über Gewalt gegen Frauen in leichter Sprache](#)

Sie dürfen sich Hilfe holen!

Sie können uns anrufen.

Unsere Telefonnummer ist:

06131 – 221213

Sie können persönlich kommen.

In diesem Link finden Sie die Wegbeschreibung.

[Wegbeschreibung in einfacher Sprache \(Pdf\)](#)

Oder Sie schreiben uns im Internet.

Hier ist unsere Online-Beratung.

[Onlineberatung Frauennotruf Mainz](#)



Wenn Sie möchten,
können Sie eine Freundin mitbringen.
Oder eine Betreuerin.
Oder eine vertraute Person.



Wir hören zu.
Wir erzählen nichts weiter.
Wir suchen gemeinsam nach Lösungen.
Die Beratung kostet nichts.
Sie müssen Ihren Namen nicht sagen.
Er kann geheim bleiben.

