

- [Zum Inhalt springen](#)
- [Zum Hauptmenü springen](#)
- [Zum Servicemenü springen](#)

 Anrufen



Bundesamt
für Familie und
zivilgesellschaftliche Aufgaben

 **HILFE TELEFON**
GEWALT GEGEN FRAUEN

08000 116 016

[Startseite](#) > / [Das Hilfefontel](#) > / [Beratung](#)



Beratung

Ob telefonisch, per E-Mail oder im Chat – die Beratung beim Hilfefontel erfolgt auf vielen Wegen. Sie ist zudem mehrsprachig und barrierefrei.

Telefon-Beratung

Unter der **08000 116 016** erreichen Sie uns rund um die Uhr, auch an Wochenenden und Feiertagen – an 365 Tagen im Jahr. Ihr Anruf beim Hilfefontel ist kostenlos. Sie müssen uns Ihren Namen nicht nennen. Selbstverständlich behandeln wir Ihren Anruf und den Inhalt des Gesprächs streng vertraulich.

[Weitere Informationen zur Telefon-Beratung](#)

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.

Zur E-Mail-Beratung

Chat-Beratung

Egal ob von Zuhause oder von unterwegs: In der Chat-Beratung des Hilfetelefons "Gewalt gegen Frauen" können Sie schnell und unkompliziert Hilfe erhalten. Unsere Beraterinnen stehen Ihnen auch hier anonym und kompetent zur Seite. Buchen Sie einen Chat-Termin zu einer der angebotenen Zeiten. Oder kontaktieren Sie täglich von 12 bis 20 Uhr im Sofort-Chat eine Beraterin – ganz ohne Anmeldung und Termin. Unsere Online-Beratung ist ausschließlich in deutscher Sprache möglich.

Zur Chat-Beratung

Beratung in 17 Fremdsprachen

Auch wenn Sie kein Deutsch sprechen oder sich nicht ausreichend verständigen können, erhalten Sie beim Hilfetelefon "Gewalt gegen Frauen" Unterstützung. In diesem Fall rufen unsere Beraterinnen eine Dolmetscherin an, die es Ihnen ermöglicht, Ihre Fragen in der Ihnen vertrauten Sprache zu stellen. 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 und Vietnamesisch.

Weitere Informationen zur Beratung in anderen Sprachen

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 Gebärdens- oder Schriftsprachdolmetscherinnen mit uns sprechen.

Anleitung zur Nutzung der Internetseite in Gebärdensprache

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.

Hier erhalten Sie Informationen zum Hilfetelefon in Leichter Sprache

Angebot im Überblick

Beratung

Telefon-Beratung

Sofort-Chat

Online-Beratung

Beratung in 17
Sprachen

Beratung in
Gebärdensprache

Leichte Sprache

Grundsätze

Zahlen und Fakten

Organisation

Kooperationen

Stellenangebote

Beratung für Frauen

Informationen für unterstützende Personen

Informationen für Fachkräfte



Beratung
per Telefon



Sofort-Chat
Der Chat ist jetzt verfügbar.



Online-Beratung
E-Mail-Beratung
Chat-Beratung



Beratung in
17 Sprachen



Beratung in
Gebärdensprache



Leichte Sprache

^