

**FRAUEN-NOTRUF** (Fonoemergencia de la mujer)  
Centro de Consejería y apoyo en violencia sexual y doméstica

**Orientación y consejería**

Le parece conocido lo sgte.?:

- Mujer B (26) fue golpeada por su marido esta noche. No es la primera vez. Una vecina llamó a la policía, que en consecuencia dio la orden al marido de retirarse de la casa. Mujer B no sabe que hacer o que va a pasar ahora. Ella es de origen ruso, lleva recién un año en Alemania y tiene miedo de perder la visa si deja a su marido.
- Hace semanas que Frau A (36) recibe insistentemente llamadas y SMS de parte de un colega de trabajo, eso a pesar de que ella claramente le hizo ver que no tenía interés en un contacto privado con él.
- Frau C. (44) fue abusada sexualmente en su infancia por su entrenador. Una profunda sensación de miedo, pesadillas repetitivas y problemas en las relaciones con los hombres, la obligan a hablar por primera vez de lo ocurrido hace años.
- Frau D. (62) sospecha que su nieto de 8 años está siendo abusado sexualmente por su padrastro. Ella quisiera saber cómo ayudar a su nieto o si debería demandar legalmente al marido de su hija.
- D. (16) fue violada por un muchacho de su misma edad, después que salieron juntos de una fiesta. Ella se siente culpable. Una sensación de hasco y vergüenza la llevan a pensar en el suicidio.

Son muchas las mujeres, jóvenes, niñas y niños que experimentan descalificaciones, golpes, abusos sexuales y violaciones de parte de los hombres.

Algunas veces son también mujeres, jóvenes y niñ@s de la misma edad quienes actúan así.

**Quizas también Ud. ha vivido algo parecido? O conoce alguna mujer, joven o niñ@ con experiencias de ese tipo y no sabe bien, como les puede ayudar?**

**En este y otros casos consúltenos!**

Si vive en la región Göttingen puede acceder a una entrevista personalizada. Si vive en otro lugar, puede encontrar profesionales en su cercanía al consultar la página web de la red nacional de las “Frauenberatunstellen” (*Oficinas de orientación y apoyo a la Mujer*) y “Frauennotrufe” (*Fonoemergencia de la mujer*): [www.frauen-gegen-Gewalt.de](http://www.frauen-gegen-Gewalt.de)

## **Orientación y apoyo para mujeres**

Para muchas mujeres y jóvenes es un acto de valentía recurrir a una oficina de apoyo y orientación. Sienten vergüenza por lo ocurrido y tienen sentimientos de culpa.

Pero no están solas!

Tú no estás sola!

### **Tienes derecho a recibir ayuda y apoyo especializado!**

Independientemente de:

- si la violencia existió en el pasado o aún persiste
- si quieres demandar legalmente o no
- si tienes la impresión de saber defenderte o no
- que nacionalidad tengas
- tu orientación sexual

En nuestras oficinas encontrarás mujeres que te escuchan y saben de lo que estás hablando. En conjunto intentaremos sondear el camino que tú quieras seguir. Para ello te ofrecemos las informaciones necesarias y el apoyo en los pasos consiguientes. **La consulta es gratuita** y si lo deseas también anónima.

## **Ofrecemos orientación y apoyo**

a mujeres y jóvenes víctimas de violencia desde aprox. 13 años de edad.

Ofrecemos:

- consulta telefónica y personal
- Terapia de corto plazo (con la técnica terapéutica EMDR)
- Ayuda en la búsqueda de terapeutas
- Informaciones sobre clínicas especializadas en el Trauma
- Informaciones jurídicas
- Acompañar a la policía, médicos, abogad@s
- Apoyo en la preparación y compañía en procesos judiciales
- Ayuda en los recursos jurídicos de protección y los formularios de ayuda económica

Nosotras no ejercemos ningún tipo de presión para llevar a cabo alguno de los pasos mencionados, como en el caso de demandas judiciales o abandono de la situación de violencia.

**La decisión es tuya!**

*Estamos sujetas al secreto profesional.*

*No llevamos a cabo ninguna acción que la persona no quiera.*

*Si lo deseas, la consulta puede hacerse con una traductora.*