



Landeshauptstadt
Mainz

Erste Hilfen bei (sexualisierter) Gewalt gegen Frauen und Mädchen

Unterstützung und Beratung in Mainz

Erste Hilfen bei Gewalt an Frauen und Mädchen

Belästigung, Beleidigung, Mobbing, Stalking, Schläge, sexueller Missbrauch, Vergewaltigung: vielleicht haben auch Sie schon Formen von Gewalt erlebt oder erleben sie immer noch – begangen von Ihrem eigenen Mann, Ihrem Partner, einem Familienangehörigen, einem Bekanntem oder Arbeitskollegen. Also von einem Menschen in Ihrer unmittelbaren Umgebung.

Das macht es oft noch schwerer, sich zu wehren und einen Weg aus der Gewalt zu finden.

Doch diesen Weg müssen Sie nicht allein gehen. In Mainz hilft eine Reihe von Frauenberatungsstellen und Opferschutzstellen dabei, diesen Weg zu finden. Die meisten dieser Organisationen haben jahrzehntelange Erfahrung darin, betroffene Frauen zu informieren und zu unterstützen.

Sie bieten:

- Information, Beratung, Begleitung oder Therapie
- Schutz vor (weiterer) Gewalt
- medizinische Hilfe nach Gewalt oder einer Vergewaltigung
- Unterstützung, wenn Sie Anzeige erstatten möchten

In diesem Faltblatt finden Sie die Adressen der Mainzer Anlaufstellen, die speziell Frauen »erste Hilfe« für Frauen und Mädchen leisten.

Information, Beratung, Begleitung, therapeutische Beratung

Armut und Gesundheit in Deutschland e.V.

Unter anderem geschlechtsspezifische Beratung für Frauen und weiblich gelesene Personen in prekären Lebenssituationen

Zitadelle | Gebäude F

Am 87er Denkmal | 55131 Mainz

Telefon 0 61 31 - 627 86 11

info@armut-gesundheit.de

www.armut-gesundheit.de

Beratung von:

- Adressat:innen mit gesundheitlichem Risiko
- Betroffenen von physischer wie emotionaler Gewalt
- Personen in finanziellen Notlagen
- Angehörigen der LGBTQIA+ Community, die sich als weiblich identifizieren
- alleinerziehenden Müttern und ihren Kindern
- Betroffenen von (drohender) Wohnungslosigkeit und anderen Formen existenzieller Sorge (z. B. aufenthaltsrechtliche Belange)
- allgemein Frauen und weiblich gelesene Personen mit sozialrechtlichen Fragen und Anliegen

Fachberatungsstelle bei Gewalt in engen sozialen Beziehungen (SKF)

Intervention und Beratung bei Gewalt in engen sozialen Beziehungen und Stalking
Römerwall 67

55131 Mainz

Telefon: 0 61 31 - 27 92 92

Telefax: 0 61 31 - 27 95 05

kontakt@frauenhaus-mainz.de

www.mainzer-frauenhaus.de

- Beratungsstelle für gewaltbetroffene Frauen
- telefonische und persönliche Beratung zur Klärung der Gewaltsituation (auf Wunsch anonym)
- Information über Schutzmaßnahmen
- Hilfen beim Umgang mit Behörden oder anderen Einrichtungen
- Unterstützung bei Entscheidungsprozessen und bei der Entwicklung von Zukunftsperspektiven

Frauennotruf Mainz e.V.

Fachstelle zum Thema sexualisierte Gewalt

Kaiserstraße 59 – 61

55116 Mainz

Telefon: 0 61 31 - 22 12 13

Signal: 0177 3237382

info@frauennotruf-mainz.de

www.frauennotruf-mainz.de

www.onlineberatung-frauennotruf-mainz.de/

- Unterstützung von Frauen und Mädchen ab 12 Jahren, die sexualisierte Grenzverletzungen, Übergriffe und Gewalt erlebt haben; dazu gehören sexuelle Belästigung am Arbeitsplatz, Vergewaltigung, sexueller Missbrauch in der Kindheit, Übergriffe in Schulen, Digitale Gewalt
- Begleitung und Weitervermittlung von Betroffenen und Angehörigen zu Gericht etc.
- Unterstützung für Bezugspersonen und Fachkräfte
- Selbsthilfe-Gruppen
- Team- und Einrichtungsberatung

Interventionsstelle Mainz (SkF)

Intervention und Beratung bei Gewalt in engen sozialen Beziehungen und Stalking
Römerwall 67

55131 Mainz

Telefon: 0 61 31 - 617 65 70

Telefax: 0 61 31 - 617 65 71

info@ist-mainz.de

- telefonische und persönliche Beratung zur Klärung der Gewaltsituation nach den ersten Schutzmaßnahmen der Polizei und bei Stalking
- Information für Betroffene zum Eigenschutz und zu den rechtlichen Möglichkeiten nach dem Gewaltschutzgesetz
- Unterstützung bei der Antragstellung vor Gericht und im Umgang mit Behörden
- Weitervermittlung an spezifische Hilfen (auf Wunsch)

Kinder-Interventionsstelle Mainz (Skf)

Beratung für Kinder, Jugendliche und Mütter bei Gewalt in engen sozialen Beziehungen
Römerwall 67
55131 Mainz
Telefon: 0 61 31 - 276 57 57
kinder-ist@skf-mainz.de

- Informationen, Beratung und Unterstützung für Kinder, Jugendliche und Mütter nach einer polizeilichen Befassung oder einem Polizeieinsatz, welcher aufgrund von Gewalt in engen sozialen Beziehungen stattgefunden hat
- Erarbeitung individueller Schutzmaßnahmen mit Fokus auf das Kindeswohl
- Enttabuisierung des Themas Gewalt im Kontext Familie und Partnerschaft
- Sensibilisierung für die Bedürfnisse und Bedarfe der betroffenen Kinder und Jugendlichen
- Erschließen von Netzwerken im Sinne der Ressourcen- und Selbstwertstärkung

Die pro-aktive Beratung durch die Kinder-Interventionsstelle handelt und erfolgt vertraulich, kostenfrei und zu Gunsten des Schutzes von Kindern und Jugendlichen.

Das MädchenHaus Mainz gGmbH MädchenBeratung/OnlineBeratung

Raimundstraße 2
55118 Mainz
Telefon: 0 61 31 - 61 30 68
maedchenberatung@maedchenhaus-mainz.de
www.onlineberatung-maedchenhaus-mainz.de
www.maedchenhaus-mainz.de

Für Mädchen und junge Frauen im Alter von zwölf bis 27 Jahren sowie deren Angehörige und Bezugspersonen

- Beratungsangebot vor Ort, telefonisch und online (auch anonym möglich)
- Unterstützung und Beratung bei körperlicher, sexualisierter und psychischer Gewalt
- Erarbeitung einer Zukunftsperspektive
- Reaktivierung der Selbstwirksamkeit

Es besteht die Möglichkeit zum Ersttermin eine Begleitung mitzunehmen.

Das MädchenHaus Mainz gGmbH PsychotherapiePraxis

Heidelbergerfaßgasse 14
55116 Mainz
Telefon: 0 61 31 - 487 - 50 07 oder 487 - 50 67
www.maedchenhaus-mainz.de

- Psychotherapeutische Behandlung für Mädchen bis zum 21. Lebensjahr im Kosten-erstattungsverfahren

Polizeiliche Opferberatung

Polizeipräsidium Mainz
Valenciaplatz 2
55118 Mainz
Telefon: 0 61 31 - 65 33 88
opferschutz.ppmainz@polizei.rlp.de

- Beratung und Hilfe für Geschädigte, Zeug:innen und deren Angehörige nach Straftaten
- Information über polizeiliche Maßnahmen, Opferrechte, finanzielle Hilfen etc.
- Vermittlung an Fachstellen

pro familia Zentrum Mainz e.V.

Deutsche Gesellschaft für Familienplanung, Sexualpädagogik und Sexualberatung
Quintinsstraße 6
55116 Mainz
Telefon: 0 61 31 287 66 10
mainz@profamilia.de
www.profamilia-mainz.de

- Clearingstelle (auch für Bezugspersonen) bei aktuell erlebter körperlicher und/oder sexualisierter Gewalt zur Weiterverweisung
- Beratung zu Gewalterfahrungen (sexuell, körperlich) in der Kindheit im Rahmen der Paar- und Sexualberatung

Psychosoziales Zentrum für Flucht und Trauma Caritasverband Mainz e.V.

Rheinallee 3A
55116 Mainz
Telefon: 0 61 31- 907 46-0
psz@caritas-mz.de
www.caritas-mainz.de
Adressat:innen

- Menschen, die durch Gewalterlebnisse im Heimatland und auf der Flucht traumatisiert sind
- Menschen, die aufgrund von fluchtbedingten Problemen (Sorge um Angehörige, Ängste, Depressionen, Konflikte) psychisch leiden

Durch geschulte Sprachmittler:innen werden Sprachbarrieren abgebaut.

Einzugsbereich: Mainz, Worms, Landkreise Mainz-Bingen, Alzey-Worms, Bad Kreuznach und Teile des Rhein-Hunsrück-Kreises (Rheinschiene)

Angebote:

- Psychosoziale Beratung
- Therapie (einschließlich Traumatherapie)

Selma

FOR WOMEN IN PROSTITUTION

FÜR FRAUEN IN PROSTITUTION

Heringsbrunnengasse 6, Ecke Rochusstraße

55116 Mainz

Telefon: 01514 2094477, auch WhatsApp

selma@solwodi.de

selma steht für »Selbstermächtigt Leben in Mainz« und stellt ein Unterstützungs- und Beratungsangebot für Frauen in der Prostitution dar. Auf Wunsch ist eine anonyme Beratung möglich.

Beratung in allen Lebensfragen

- Vermittlung und Begleitung zu Ämtern und Behörden (z.B. Jobcenter, Ausländerbehörde, Finanzamt)
- Vermittlung und Begleitung zu medizinischer, therapeutischer und juristischer Hilfe
- Vermittlung und Begleitung zu weiteren Hilfs- und Beratungsangeboten
- offener Kleiderschrank

SOLWODI e.V.

Solidarity with Women in Distress

(Solidarität mit Frauen in Not)

Postfach 37 41

55027 Mainz

Telefon: 0 61 31 - 67 80 69

Telefax: 0 61 31 - 61 34 70

mainz@solwodi.de

www.solwodi.de

Beratungsstelle für Frauen mit Migrationshintergrund in Notsituationen

kostenlose und auf den Einzelfall bezogene Beratung

- bei Gewalt in der Partnerschaft oder Ehe
- bei drohender Zwangsverheiratung
- bei Opfern von Menschenhandel
- bei ausländer- und familienrechtlichen Problemen

WEISSER RING e.V.

Bundesweites Opfertelefon 116 006

Außenstelle Mainz Stadt

Telefon: 0 61 31 - 971 63 05 oder Landesbüro Rheinland-Pfalz: 0 61 31 - 600 73 11

weisser-ring-mainz@email.de

- Opferhilfe
- Beistand und persönliche Betreuung nach der Straftat
- Hilfestellung im Umgang mit Behörden und Gericht;
- Begleitung zu Gerichtsterminen
- materielle Hilfen
- Unterstützung zur Wahrung der Opferschutzrechte

Medizinische Versorgung

Klinik für Geburtshilfe und Frauengesundheit der Johannes Gutenberg

Universitätsmedizin

Langenbeckstraße 1

55131 Mainz

Telefon: 0 61 31 - 17 27 64

außerhalb der Dienstzeiten: 17-0

www.unimedizin-mainz.de

- Gynäkologische Untersuchung bei Verdacht auf sexuellen Missbrauch
- Gynäkologische Untersuchung bei Vergewaltigung
- Kinder- und Jugendgynäkologische Sprechstunde
- Sprechstunde und Hilfen für genitalverstümmelte Frauen

Institut für Rechtsmedizin der Johannes Gutenberg-Universitätsmedizin

Am Pulverturm 3

55131 Mainz

Telefon: 0 61 31 - 17 95 50

Telefax: 0 61 31 - 17 95 20

www.rechtsmedizin.uni-mainz.de

- Gerichtsverwertbare Verletzungsdokumentation und Spurensicherung für Gewaltbetroffene ohne/vor Strafanzeige
- Rechtsmedizinische Untersuchungen nach körperlicher und/oder sexualisierter Gewalt
- Untersuchungen bei Verdacht auf Kindesmisshandlung und-missbrauch (nach vorheriger Absprache)
- Gesicherte Lagerung der Befunde für 5 Jahre
- Gewährleistung der ärztlichen Schweigepflicht

Medinetz Mainz e.V.

im Caritas-Zentrum Delbrêl/Mainz-Neustadt

Aspeltstraße 10

55118 Mainz

Telefon: 0176 - 620 333 02 (Anrufbeantworter außerhalb der Sprechzeiten)

info@medinetzmainz.de

www.medinetzmainz.de

- Sprechstunden für Geflüchtete und Migrant:innen ohne Aufenthaltsstatus
- Rechtsmedizinische Untersuchungen nach körperlicher und/oder sexualisierter Gewalt
- Vermittlung an Ärztinnen und Ärzte zur anonymen und kostenlosen bzw. kostengünstigen Behandlung von Flüchtlingen und Migrant:innen. Bei Bedarf Vermittlung von ÜbersetzerInnen
- Der Anrufbeantworter wird regelmäßig abgehört. Die Anonymität der Beratung ist in jedem Fall gewährleistet.
- Sprechstunde: Jeden ersten Montag im Monat, 18h-19.45h

Verein Armut und Gesundheit e.V.

Zitadelle 1, Bau F

55131 Mainz

E-Mail: info@armut-gesundheit.de

www.armut-gesundheit.de

- Medizinische Ambulanz ohne Grenzen: Telefon: 0 61 31 - 627 92 98

Medizinische Soforthilfe nach Vergewaltigung

Klinik für Geburtshilfe und Frauengesundheit der Unimedizin Mainz

Langenbeckstraße 1

Gebäude 102

Langenbeckstraße 1

55131 Mainz

Bitte telefonische Kontaktaufnahme um Wartezeiten zu begrenzen.

Anmeldung Poliklinik:

Montag bis Freitag, 8.00 –16.00 Uhr

Telefon +49 61 31 - 17 - 27 64

Ab 16.00 Uhr bis 8.00 Uhr morgens:

Telefon +49 61 31 - 17 - 26 15

Täglich und rund um die Uhr

- vertrauliche medizinische Untersuchung und Versorgung ohne vorherige Anzeigerstattung bei der Polizei
- auf Wunsch Erweiterung der Untersuchung um die vertrauliche Spurensicherung mit Einlagerung der Befunde

Alle wichtigen Informationen zu diesem

Angebot unter:

<https://www.soforthilfe-nach-vergewaltigung.de>



Schutz vor (akuter) Gewalt

Frauenhaus Mainz

Postfach 39 08

55029 Mainz

Telefon: 0 61 31 - 27 92 92

kontakt@frauenhaus-mainz.de

www.frauenhaus-mainz.de

- Zuflucht und Schutz für gewaltbedrohte Frauen und ihre Kinder im Frauenhaus
- Unterstützung und Begleitung durch fachliche Beratung und praktische Hilfe
- Nachgehende Beratung auf Wunsch

Das MädchenHaus Mainz gGmbH

MädchenZuflucht

Telefon: 0 61 31 - 23 01 81 (auch Notruf)

maedchenzuflucht@maedchenhaus-mainz.de

www.maedchenhaus-mainz.de

Die Zuflucht ist eine vorübergehende Wohnmöglichkeit für Mädchen und junge Frauen zwischen 13 und 21 Jahren, die Gewalt erlebt haben, sich bedroht fühlen und/oder weglaufen, weil die Zustände in ihrer Herkunftsfamilie unerträglich sind.

Die Adresse ist anonym und der Aufenthalt ist freiwillig.

Die Zuflucht bietet:

- Schutz, Ruhe und eine 24-Stunden Betreuung durch pädagogische Fachkräfte
- Unterstützung des Mädchens/der jungen Frau bei der Klärung ihrer Situation mit den Eltern, dem Umfeld und dem Jugendamt.
- Notausstattung mit Kleidung etc.
- Erarbeiten von Zukunftsperspektiven



Ihr Recht auf Schutz vor Gewalt

Das Gewaltschutzgesetz und das Polizei- und Ordnungsbehördengesetz Rheinland-Pfalz sind für Sie ganz wichtige Gesetze, wenn es um Gewalt in engen sozialen Beziehungen geht. Sie haben damit verschiedene Möglichkeiten:

Kontakt- und Näherungsverbot

Sie können beim Gericht beantragen, dass Ihr Mann, Partner oder Bekannter keinen Kontakt zu Ihnen aufnehmen darf. Sich Ihnen also nicht nähern, sich nicht dort aufhalten darf, wo Sie sind. Das betrifft dann alle Orte, die zu Ihrem Lebensumfeld gehören. Verstöße gegen das Kontakt- und Näherungsverbot sollten Sie umgehend der Polizei und bei Vorliegen eines entsprechenden Beschlusses vom Amtsgericht auch dem Gericht melden.

Wohnungsüberlassung

Sie können bei Gericht beantragen, dass Ihnen die gemeinsam genutzte Wohnung allein zugesprochen wird. Das kann aber ein Problem werden, wenn der Mietvertrag beispielsweise auf Ihren Mann oder Partner läuft, oder Sie sich die Miete allein nicht leisten können. Bei Problemen mit der Antragstellung können Sie sich anwaltlich vertreten lassen und hierzu gegebenenfalls Verfahrenskostenhilfe erhalten.

Wohnungsverweisung/ Platzverweis

Wenn die Polizei von Ihnen oder zu Ihnen in die Wohnung gerufen wird, weil Sie akut Gewalt erleben, kann Ihr Mann oder Partner bis zu zehn Tagen der gemeinsamen Wohnung verwiesen werden. Mit einem Gerichtsbeschluss geht das auch für längere Zeit. Wenn Sie zustimmen, meldet die Polizei Ihren Fall der Interventionsstelle. Die Interventionsstelle nimmt dann Kontakt zu Ihnen auf und berät Sie bei den weiteren Schritten.

Regelung des Sorgerechts

Wenn Sie Kinder haben, für die Sie und Ihr Mann das gemeinsame Sorgerecht haben, können Sie beim Familiengericht die Aussetzung oder eine Beschränkung des Umgangsrechts beantragen.

Weitere Optionen

Hochrisikofälle bei Gewalt in engen sozialen Beziehungen (HighRisk)

Seit 2018 gibt es auch in Mainz sogenannte Fallkonferenzen, wenn Ihr Leben bedroht ist oder es ein hohes Risiko gibt, dass Sie erneut Opfer von Gewalt werden. Die Polizei und Fachstellen aus der Frauenberatung erarbeiten in diesen Fallkonferenzen gemeinsam, was zu Ihrem Schutz und gegen den Täter unternommen werden muss. Notwendig dazu ist aber Ihre Zustimmung.

Sicherheits- oder Schutzplan

Einige Frauenberatungsstellen bieten auch die Möglichkeit, gemeinsam mit Ihnen einen Sicherheits- oder Schutzplan aufzustellen. Dabei wird geklärt, wie Sie sich in einer akuten Situation - zumindest kurzfristig- schnell in Sicherheit bringen und Hilfe holen können. Möglich ist auch, schon Vorbereitungen für eine Flucht zu treffen.

Anzeige bei der Polizei

Jederzeit:

Kriminaldauerdienst Mainz

Valenciaplatz 2
55118 Mainz
Telefon: 0 61 31 - 65 36 30
sowie grundsätzlich jede Polizeidienststelle

Die weiteren Ermittlungs- und Fahndungsmaßnahmen nach Anzeigenaufnahme, sowie die Einbeziehung bzw. Vermittlung von Opferhilfe-Initiativen erfolgen durch das Fachkommissariat.

Kriminalkommissariat 2 / Gewalt gegen Frauen und Kinder

Valenciaplatz 2
55118 Mainz
Telefon: 0 61 31 - 65 36 40
Telefax: 0 61 31 - 65 36 59
Erreichbar ist das K2 montags bis donnerstags 7.00 bis 16.00 Uhr,
freitags 7.00 bis 13.00 Uhr.



Landeshauptstadt
Mainz

 **HILFE TELEFON**
GEWALT GEGEN FRAUEN

08000 116 016

www.hilfetelefon.de

Impressum

Arbeitskreis Gewalt an Frauen und Kindern/ Regionaler Runder Tisch Mainz und Mainz-Bingen

Frauenbüro | Landeshauptstadt Mainz

Große Bleiche 46/ Löwenhofstr.1 | 55116 Mainz

Tel. o 61 31 - 12 21 75

Fax o 61 31 - 12 27 07

E-Mail: frauenbuero@stadt.mainz.de

www.mainz.de/frauenbuero

Bildnachweis: Frauenbüro Mainz

4., überarbeitete Auflage

Stand: Mai 2023 | Auflage: 600

Gestaltung und Druck: Hausdruckerei der Landeshauptstadt Mainz