



Frauen\*beratung  
Elmshorn

# FRAUJEN\* BERATUNG ELMSHORN

Beziehungsprobleme,  
Trennung  
und Scheidung

Gewalt  
in allen  
Ausprägungen

Schwangeren- und  
Schwangerschafts-  
konfliktberatung

Psychosoziale  
Fragen und  
Traumatisierung

Fachberatung

Elterngeld,  
Elternzeit,  
Bundesstiftung  
Mutter und Kind

Gruppenangebote,  
Prävention,  
Veranstaltungen

DEUTSCH LEICHTE SPRACHE ENGLISH UKRAЇНСЬКИЙ РУССКИЙ عربي فارسي



## Inhalt

4/5 Deutsch

6/7 Leichte Sprache

8/9 English

10/11 Український

12/13 Русский

14/15 عربي

16/17 فارسی

20/19 فارسى دری

**Die Frauen\*beratung Elmshorn ist eine spezialisierte Facheinrichtung für Frauen\* in Elmshorn und Umgebung. Hier sind zahlreiche Beratungs- und Unterstützungsangebote unter einem Dach vereint.**

### Beratung und Unterstützung von Schwangeren und Frauen\* vor und nach der Geburt sowie Kinderwunsch

- bei allen Fragen und Problemen rund um die Schwangerschaft und Geburt
- Begleitung bei Fehlgeburt, stiller Geburt oder ungewollter Kinderlosigkeit
- Beratung und Unterstützung von Alleinerziehenden
- Antragsstellung für die finanzielle Hilfe durch die Bundesstiftung Mutter und Kind
- Information und Beratung zu Elterngeld und Elternzeit

### Wir sind eine anerkannte Schwangerschaftskonfliktberatungsstelle und bieten Beratung für Frauen und Paare, die...

- unsicher sind hinsichtlich der Entscheidung für oder gegen die Fortsetzung der Schwangerschaft
- ungewollt schwanger sind und die Beratungsbescheinigung für einen Schwangerschaftsabbruch benötigen
- nach einem Schwangerschaftsabbruch Fragen oder Probleme haben
- andere Fragen zur Familienplanung haben
- Anträge auf Elterngeld, Elternzeit oder Mittel der Bundesstiftung Mutter und Kind stellen wollen
- Kostenlose Verhütungsmittel beantragen wollen

### Beratung und Unterstützung bei Gewalt in allen Facetten

- Gewalt in und außerhalb der Partnerschaft, sexualisierte, körperliche und psychische Gewalt
- Stalking und digitale Gewalt
- Antragsstellung für den Fonds sexueller Missbrauch

### Beratung bei Beziehungsproblemen, Trennung und Scheidung

### Psychosoziale Einzelberatung und Information

- Unterstützung und Stabilisierung in schwierigen Lebenssituationen/Krisen
- Therapieüberbrückung
- Notfalltherapie
- Frauen\* mit Essstörungen
- Beratung für Angehörige und das soziale Umfeld
- Frauen\* mit Stress- und Traumafolgen

### Angeleitete Gruppen und Selbsthilfegruppen

### Prävention und Öffentlichkeitsarbeit

- Veranstaltungen, Vorträge, Fortbildungen und Fachtage
- Präventionsangebote an Schulen und in Einrichtungen

### Fachberatung

- für professionelle Fachkräfte und Ehrenamtliche in allen Themen unserer Arbeitsbereiche

Unsere Beratung ist kostenlos und auf Wunsch anonym. Wir sind an die Schweigepflicht gebunden. Um Wartezeiten zu vermeiden, ist eine telefonische Terminabsprache sinnvoll. Beratungsgespräche mit einer Dolmetscherin sind möglich.

Ausführliche Informationen zu unserem Angebot, den Gruppen und Veranstaltungen erhalten Sie in unserem aktuellen Programm und auf unserer Webseite: [www.frauenberatung-elmshorn.de](http://www.frauenberatung-elmshorn.de). Wir sind auch auf Instagram (@frauenberatung\_elmshorn) und Facebook zu finden.

## Beratung für Schwangere und Frauen vor und nach der Geburt

Wir beraten Sie bei allen Fragen und Problemen rund um die Schwangerschaft und Geburt. Wir begleiten Sie bei einer Fehl-Geburt oder Tot-Geburt. Wir bieten Beratung und Unterstützung für Alleinerziehende.



Wir helfen beim Antrag stellen bei der Stiftung Mutter und Kind. Dort können Sie Geld bekommen für Kleidung und Möbel.

## Beratung zum Schwangerschafts-Abbruch

Sie sind schwanger? Und Sie sind unsicher: Will ich das Baby bekommen oder nicht? Sie sind ungewollt schwanger? Und Sie brauchen eine Beratungs-Bescheinigung für einen Schwangerschafts-Abbruch? Sie haben Fragen nach einem Schwangerschafts-Abbruch? Dann kommen Sie zu uns. Wir sind eine Beratungs-Stelle für Schwangerschafts-Konflikte.



## Beratung und Unterstützung bei allen Formen von Gewalt

Sie erleben Gewalt in der Partnerschaft? Ihr Partner macht Ihnen Angst oder tut Ihnen weh? Sie werden angefasst, geküsst oder zum Sex gezwungen, obwohl Sie das nicht wollen? Sie werden verfolgt oder bedroht? Sie bekommen unerwünschte Nachrichten auf ihr Handy oder Smartphone?



## Beratung bei Problemen in der Beziehung, bei Trennung und Scheidung

### Kommen Sie zu uns!

Wir sind eine Beratungs-Stelle für alle Frauen in Elmshorn und Umgebung. Sie können alleine oder als Paar zu uns kommen. Sie können auch eine Vertrauens-Person mitbringen. Wir beraten auch Angehörige. Wir bieten Einzel-Beratung, Gruppen-Beratung und Selbsthilfe-Gruppen.



Unsere Beratung ist kostenlos und auf Wunsch anonym. Das heißt: Sie brauchen ihren Namen nicht sagen. Wir erzählen nichts weiter. Das nennt sich Schweige-Pflicht. Auf Wunsch ist die Beratung mit einer Dolmetscherin möglich.



**The Women's Counseling Center of Elmshorn is a specialized counseling practice for women in and around Elmshorn. We strive to be a one stop center for counseling, assistance, and support.**

**We provide advice and support during pregnancy and for those desiring to have a baby, as well as prenatal and perinatal counseling and support**

- questions and issues relating to pregnancy and giving birth
- guidance in case of a miscarriage, stillbirth, or involuntary childlessness
- counseling and support for single parents
- assistance in filing applications for financial assistance by the Federal Foundation for Mother and Child
- information and advice regarding federal parental allowance and parental leave

**We are an officially recognized center for unplanned pregnancy counselling and provide counseling for women and/or couples who ...**

- are unsure if they want to continue a pregnancy
- have become pregnant involuntarily and require a counseling certificate to seek an abortion
- have questions or complications following an abortion
- have general questions about family planning
- wish to file an application for parental allowance, parental leave or funds from the Federal Foundation from Mother and Child
- wish to apply for free contraceptives

**Advice and support in case of violence of any type**

- inside and outside of a partnership, including sexualized, physical, or psychological violence
- stalking and digital violence
- assistance in applying to the Sexual Abuse Fund

**Counseling on relationship problems, separation, and divorce**

**Psychosocial counseling and information for individuals**

- support and continued assistance in difficult life situations / crises
- interim support between therapies
- emergency therapy
- women with eating disorders
- counseling for relatives, partners, and loved ones
- women suffering from stress and trauma

**Guided group therapy and support groups**

**Prevention and Public Relations**

- awareness events, lectures, trainings, and conferences
- preventative workshops at schools and institutions

**Expert training**

- for professionals and volunteers working in all fields related to our work

Our counseling services are free and anonymous, if desired. We are bound by professional discretion. We recommend calling for an appointment to avoid long waiting times. Counseling sessions assisted by an interpreter can also be arranged.

For detailed information about our services, groups, and upcoming events, please check our up to date program and visit our website at [www.frauenberatungelmshorn.de](http://www.frauenberatungelmshorn.de). You can also find us on Instagram (@frauenberatung\_elmshorn) and Facebook.

**Die Frauen\*beratung Elmshorn (Жіноча\* консультативна підтримка в Ельмсхорні) – спеціалізована установа для жінок\* в Ельмсхорні та його околицях. Тут під одним дахом об'єднані численні можливості щодо консультацій та підтримки.**

### Консультація та підтримка вагітних жінок\* до і після пологів

- З усіх питань і проблем, пов'язаних із вагітністю та пологами
- Підтримка в разі викидня чи мертвородження
- Консультація та підтримка самотніх батьків
- Подання заяви на фінансову допомогу через Федеральний фонд «Мати й дитя»
- Консультації та інформування про допомогу по догляду за дитиною та відпустку по догляду за дитиною

### Ми є визнаним консультативним центром з питань конфліктних ситуацій під час вагітності та пропонуємо поради жінкам і парам, які ...

- Сумніваються в продовженні вагітності чи її перериванні
- Незаплановано вагітні та потребують консультативного висновку для абортів
- Мають питання щодо абортів або проблеми, пов'язані з ним
- Є інші питання щодо планування сім'ї
- Подання заяви на фінансову допомогу через Федеральний фонд «Мати й дитя» та фінансову допомогу по догляду за дитиною та відпустку по догляду за дитиною
- хочуть подати заяву на отримання безоплатних засобів контрацепції

### Консультації та підтримка з усіх питань насильства

- Насильство у взаєминах, сексуальне, фізичне та психологічне насильство
- Переслідування та кібербулінг
- Подання заяви до Фонду боротьби з сексуальним насильством

### Консультації з проблем взаємин, розставань і розлучень

### Індивідуальні психосоціальні консультації та інформування

- Підтримка у важких життєвих ситуаціях/ кризах
- Альтернативна терапія
- Екстрена терапія
- Жінки\* з розладами харчової поведінки
- Консультація близьких
- Жінки зі стресом- травманаслідками

### Групи з керівником і групи самопомоги

### Профілактика та просвітницька робота

- Заходи, лекції та симпозиуми
- Профілактична робота

### Експертні поради

- для професіоналів і волонтерів у всіх сферах нашої діяльності

Наші консультації безплатні та за бажанням анонімні. Ми дотримуємося конфіденційності. Для скорочення часу очікування рекомендуємо записатися на зустріч за телефоном. Також можлива участь перекладача під час проведення консультації.

Ви можете знайти детальну інформацію про наші послуги, сформовані групи та заходи в нашій поточній програмі та на нашому вебсайті: [www.frauenberatung-elmshorn.de](http://www.frauenberatung-elmshorn.de) Нас також можна знайти в Instagram (@frauenberatung\_elmshorn) і у Facebook.

**Консультационный центр помощи женщинам\* в Эльмсхорне – это специализированное учреждение, объединяющее под одной крышей множество консультационных предложений и служб поддержки женщин в Эльмсхорне и его округе.**

### Консультирование и поддержка беременных женщин, сопровождение во время и после беременности, а также помощь желающим иметь детей.

- по всем вопросам и проблемам, связанным с беременностью и родами
- поддержка в случае выкидыша, мертворождения или невольной бездетности
- консультирование и поддержка для родителей-одиночек
- подача заявления на получение финансовой помощи от Федерального фонда «Мать и ребенок»
- информация и консультирование по вопросам родительского пособия и отпуска по уходу за ребенком

### Мы являемся признанным консультационным центром по вопросам конфликтов, связанных с беременностью, и предлагаем консультирование женщин и пар, которые ...

- не уверены в принятии решения о сохранении беременности или ее прерывании
- невольно забеременели и нуждаются в свидетельстве о консультации для проведения аборта
- имеют вопросы или проблемы после аборта
- имеют другие вопросы по планированию семьи и беременности
- хотят оформить родительское пособие, отпуск по уходу за ребенком или получить финансирование из Федерального фонда «Мать и ребенок»
- хотят подать заявление на получение бесплатных средств контрацепции

### Консультирование и поддержка по всем аспектам насилия

- насилие в партнерстве и вне его, сексуальное, физическое и психологическое насилие
- стáлкинг (преследование) и цифровое насилие (онлайн-преследование)
- подача заявления в Фонд помощи жертвам сексуального насилия

### Консультации по проблемам взаимоотношений, раздельного проживания и развода

### Индивидуальное психосоциальное консультирование и информация

- поддержка и стабилизация в трудных жизненных ситуациях/кризисах
- переходная терапия
- экстренная терапия
- женщины\* с расстройствами пищевого поведения
- консультирование родственников и социального окружения
- женщины\*с последствиями от воздействия стресса и травматизации

### Группы сопровождения и группы самопомощи

### Профилактика и работа с общественностью

- информационные мероприятия, лекции, учебные курсы и дни специалистов
- профилактические программы в школах и учреждениях

### Консультации специалистов

- для профессионалов и волонтеров во всех сферах нашей работы

Наши консультации проводятся бесплатно и при желании анонимно. Мы соблюдаем конфиденциальность. Чтобы избежать ожидания, рекомендуется записываться на прием по телефону. Возможны консультации с переводчиком. Подробную информацию о наших услугах, группах и мероприятиях Вы можете получить в нашей актуальной программе и на нашем сайте: [www.frauenberatung-elmshorn.de](http://www.frauenberatung-elmshorn.de). Вы можете найти нас также на сайтах Instagram (@frauenberatung-elmshorn) и Facebook.

الخدمة الاستشارية للنساء في إلمشورن Elmshorn هي مؤسسة اختصاصية بشؤون المرأة في إلمشورن ومحيطها. حيث يجري هنا تقديم عروض كثيرة لخدمات الرعاية والدعم تحت سقف واحد.

- تقديم الاستشارات بشأن العنف بكلّ وجوهه والحماية منه:
- العنف ضمن الحياة المشتركة للأزواج وخارجها، بما في ذلك العنف الجنسيّ الجسدي والنفسي،
- العنف بالملاحقة والعنف عبر الوسائل الإلكترونية الرقمية،
- تقديم الطلبات لصندوق الاستغلال الجنسيّ.

## الاستشارات بشأن مشاكل العلاقات والانفصال والطلاق.

### استشارات نفسية اجتماعية أفرادية وتقديم معلومات حولها:

- تقديم الرعاية والمساعدة من أجل خلق توازن أثناء المرور بحالات حياتية صعبة/أزمات.
- تجاوز مراحل العلاج،
- العلاجات الإسعافية،
- النساء في حالات اضطراب الأكل والتغذية،
- استشارات خاصة بأهل المريض/المريضة ومحيطهما الاجتماعيّ،
- النساء في ظروف الإرهاق وعلاج نتائج الصدمات.

### المجموعات الخاضعة للإرشاد الموجّه ومجموعات المساعدة الذاتية.

#### الوقاية والعلاقات العامة

- الفعاليّات الاحتفالية، المحاضرات والتدريب المستمرّ والندوات الاختصاصية،
- عروض من أجل الوقاية في المدارس والمنشآت الرسمية.

#### الاستشارات الاختصاصية

- من أجل قوى العمل الاختصاصية المحترفة وكذلك فرق المتطوعين، بما يشمل كافة مجالات عملنا ومواضيعها.

استشارتنا مجانية وتقدم من دون الكشف عن هوية صاحبة إذا رغبت في ذلك. نحن ملتزمون بواجب الكتمان. لكي نتجنب أوقات الانتظار، لذلك فإنّ الحلّ الناجع لذلك هو أخذ موعد بمكالمة تليفونية. كما أنّ تقديم الاستشارات بوجود مترجمة أمر ممكن.

تستطيعون الحصول على معلومات مسبقة حول عروضنا، وحول المجموعات والفعاليّات الاحتفالية في برنامجنا الجديد وعلى صفحتنا في الانترنت [www.frauenberatung-elmshorn.de](http://www.frauenberatung-elmshorn.de): Webseite كما أنّكم تجدوننا على الإنستغرام (@frauenberatung\_elmshorn) وعلى الفيس بوك Facebook أيضاً.

### استشارة ورعاية للمرأة الحامل ولغيرها قبل الولادة وبعدها ولأولئك الرّاعيات بالإيجاب أيضاً :

- في كلّ المسائل والمشاكل المتعلقة بالحمل والولادة،
- مرافقة الحامل في حالات الإجهاض ومواكبتها أثناء ذلك، حالات الولادة الصامتة أو عدم الإنجاب غير المتعمّد،
- تقديم المشورة والرعاية للأمّهات المعيلات.
- تقديم طلبات المساعدات المالية من المؤسسة الاتحادية "أمّ وطفل"،
- تقديم الاستشارات والمعلومات الخاصة بالإعانات المالية ورواتب الأطفال وإجازات الأمومة والأبوة.

### نحن نركز معترف به لتقديم الاستشارات في حالات الحمل المصحوب بالمشاكل. كما تقدّم استشارتنا أيضاً للنساء والأزواج (الزوج والزوجة):

- الفلّقين بشأن قرارهما في متابعة الحمل واستمراره، سواءً كان ذلك مع استمراره أم ضدّه،
- في حالات الحمل غير المرغوبة ويحتاج فيها الزوجان إلى بيان من مركز الاستشارات من أجل إجهاض ذلك الحمل.
- الذين لديهم أسئلة ومشاكل بعد الإجهاض،
- الذين لديهم أسئلة أخرى لها علاقة بتنظيم الأسرة،
- الذين يريدون تقديم طلبات للحصول على مساعدات مالية ورواتب للأطفال أو للحصول على إجازة الأمومة/الأبوة أو للحصول على مساعدات من المؤسسة الاتحادية "أمّ وطفل"،
- الذين يريدون تقديم طلبات للحصول على موانع الحمل والوقاية منه.

**(Frauen\*beratung Elmshorn)**

نهاد راهنمایی بانوان ایلمسهورن نهادی تخصصی ویژه ی خانمها در شهر ایلمسهورن و دور و بر آن است. در اینجا پیشنهادهای مشورت و مساعدت بیشماری برای بانوان در زیر یک سقف جا داده شده اند.

**راهنمایی و حمایت در برابر خشونت در هر زمینه ای**

- خشونت در داخل و خارج از همسری, خشونت جنسیتی, جسمی و روانی
- استاکنگ یعنی تعقیب و آزار و خشونت دیجیتال
- ترتیب تقاضانامه به صندوق مالی سوء استفاده ی جنسی

**راهنمایی در صورت بروز مشکلات در مناسبات****همسری, جدایی و طلاق****مشورت تک تک روانی اجتماعی و اطلاعات**

- یاری و استوارسازی در حالات دشوار زندگی/ بحرانها
- پل درمانی یا چاره ی درمانی
- درمان اضطرابی
- خانمهای\* مبتلا به اختلالات در میل به صرف غذا
- راهنمایی بستگان و حلقه های اجتماعی
- بانوان\* تحت فشار روحی (استرس) و بانوانی که از پیامدهای ضربات روحی رنج می برند.

**گروههای آموزش دیده و گروه های خودیاری****پیشگیری و روابط همگانی**

- برنامه ها, ایراد سخنرانی ها, دوره های تکمیلی و روزهای کاری تخصصی
- پیشنهاد های پیشگیرانه برای مدارس و دیگر نهاد ها

**مشاوره ی تخصصی**

- برای همکاران تخصصی حرفه ای و همکاران افتخاری در تمام موضوعات بخشهای کاری

مشاوره ی ما مجانی است و در صورت لزوم بی تنکر نام. ما متعهد به وظیفه ی سکوت هستیم. برای جلوگیری از طولانی شدن وقت انتظار قرار تلفنی قبلی سودمند است صحبتهای مشورتی بکمک یک مترجم زن هم ممکن است.  
اطلاعات مفصلی در مورد عرضه ها, گروه ها و مراسم ما در در برنامه ی روز منتشره در صفحه ی اینترنتی ما قابل دریافت است:

www.frauenberatung-elmshorn.de  
همچنین می توانید ما را در انستاگرام  
(@frauenberatung\_elmshorn)  
و فیسبوک پیدا نمایید.

**اعطای مشوروت و کمک به زنان باردار و زنان قبل از وضع حمل و بعد از آن و همچنین به زنانیکه می خواهند بچه دار شوند.**

- در تمام پرسشها و مسایل پیرامون حاملگی و زایمان
- همراهی و یاری در صورت سقط جنین, زایمان خاموش و بی فرزندی ناخواسته
- راهنمایی و حمایت از زنان تک سرپرست
- ترتیب درخواست جهت مساعدت مالی از طرف نهاد حمایت مادر و کودک فدرال
- اطلاعات و مشورت درمورد کمک هزینه ی والدین و مرخصی والدین در پی زایمان

**ما یک نهاد شناخته شده ی مشاوره در رابطه با****مشکلات بارداری استیم و به خانمها و زن و****شوهرانیکه .....**

- در اتخاذ تصمیم بسود بارداری یا علیه دوام حاملگی مطمئن نیستند
- ناخواسته باردار شده اند و به گواهی نهاد مشورتی برای کورتاژ احتیاج دارند
- بعد از کورتاژ سوالاتی یا مشکلاتی دارند
- یا سوالاتی دیگر در مورد برنامه ریزی خانواده دارند
- یا می خواهند تقاضانامه هایی جهت کمک هزینه ی پدر و مادر, مرخصی والدین بعد از وضع حمل و مساعدت مالی از طرف نهاد حمایت مادر و کودک فدرال ارائه نمایند.
- می خواهند تقاضای وسایل جلوگیری از آبستنی مجانی بشوند.

**نهاد مشاورتی (Frauen\*beratung Elmshorn)**  
 خانمهای ایلمسهورن مؤسسه ی تخصصی مخصوص  
 خانمها در شهر ایلمسهورن و اطراف آن است. در  
 اینجا پیشنهادهای مشورت و مساعدت بیشماری برای  
 خانمها در زیر یک سقف جا داده شده اند.

**دادن مشورته و کمک به زنان حامله دار و زنان، قبل از  
 ولادت و بعد از آن و همچنین به زنانیکه می خواهند  
 صاحب اولاد شوند.**

- در تمام پرسشها و مسایل در اطراف شکم داری و ولادت  
 طفل
- همراهی و کمک در صورت نقصان طفل، زایمان بی سر  
 و صدا و بی اولادی ناخواسته
- مشورت دهی و حمایت از زنانی که به تنهایی اولاد خود را  
 پرورش می نمایند
- دادن درخواست برای کمک مالی از طرف نهاد حمایت  
 مادر و طفل فدرالی آلمان
- معلومات و مشورت درمورد کمک پولی برای والدین و  
 رخصتی والدین پس از ولادت

**ما یک نهاد شناخته شده ی مشاوره در رابطه با مشکلات  
 حامله داری استیم و به خانمها و زن و شوهرانیکه .....**

- درگرفتن تصمیم برای ولادت یا علیه دوام حاملگی مطمئن  
 نیستند
- ناخواسته حامله شده اند و به تصدیق نهاد مشورتی برای  
 اسقاط جنین نیاز دارند
- بعد از سقط جنین سوالاتی با مشکلاتی دارند
- یا سوالاتی دیگر در مورپلان گذاری فامیل دارند
- یا می خواهند درخواست هایی برای کمک پولی پدر و  
 مادر، مرخصی والدین بعد از وضع حمل و امداد مالی از  
 طرف نهاد حمایت مادر و طفل فدرالی بدهند.
- می خواهند درخواست برای اخذ رایگان وسایل وقایوی  
 از حاملگی بدهند.

**مشورته دهی و حمایت در برابر خشونت در  
 هر زمینه ای**

- خشونت در داخل و خارج از همسری، خشونت جنسیتی،  
 جسمی و روحی
- استاکنگ یعنی تعقیب و آزار و خشونت دیجیتالی
- دادن درخواست به کسه ی سوء استفاده ی جنسی

**مشاوره در صورت بروز مشکلات در مناسبات همسری،  
 جدایی و طلاق**

**مشورت تنهایی روانی اجتماعی و دادن معلومات**

- مدد گاری و تقویه ی روحی در حالات دشوار زندگی/  
 بحرانات
- پل ارتباطی معالجوی یا چاره ی درمانی
- علاج اضطرابی
- خانمهای\* مبتلا به اختلالات در خوردن نان
- مشورت دهی به خویش و قوم نزدیک و حلقه های  
 اجتماعی
- زنان\* تحت فشار روحی (استرس) و زنانی که ازعواقب  
 ضربات روانی رنج می برند.

**گروپهای هدایت شده و گروپ های کمک بخود**

**پیشگیری و روابط عمومی**

- کنفرانس ها، ایراد سخنرانی ها، کورسهای توسعه ی  
 معلومات و روزهای کاری تخصصی
- پیشنهاد های پیشگیری از ناملايمات برای مکاتب و  
 مؤسسات

**مشاوره ی تخصصی**

- برای همکاران تخصصی مسلکی و همکاران افتخاری  
 در تمام شئون بخشهای کاری

مشاوره ی ما رایگان است و در صورت لزوم بدون تذکر نام صورت  
 میگیرد. ما متعهد به مکلفیت سکوت استیم. برای جلوگیری از طولانی شدن  
 وقت انتظار وعده ی تلففونی قبلی سوئمند است صحبتهای مشورتی بکمک  
 یک ترجمان زن هم ممکن است.

معلومات مفصلی در مورد عرضه ها، گروپ ها و مراسم ما در برنامه ی  
 روز منتشره در صفحه ی انترنتی ما قابل دریافت است:

[www.frauenberatung-elmshorn.de](http://www.frauenberatung-elmshorn.de)

همچنین می توانید ما را درانستاگرام العنوان التالي

[@Instagram \(frauenberatung\\_elmshorn\)](https://www.instagram.com/frauenberatung_elmshorn)

و فیسبوک پیدا نمایید.



Frauen\*beratung  
Elmshorn

Unsere Beratungsstelle  
ist barrierefrei.

## FRAUEN\*BERATUNG ELMSHORN

An der Bahn 1, 25336 Elmshorn  
04121 6628

[info@frauenberatung-elmshorn.de](mailto:info@frauenberatung-elmshorn.de)

[www.frauenberatung-elmshorn.de](http://www.frauenberatung-elmshorn.de)

[www.instagram.com/frauenberatung\\_elmshorn](https://www.instagram.com/frauenberatung_elmshorn)

Kostenlose Sonderrufnummer

im Ortsnetz Elmshorn: 0800 1110444

Wir sind dankbar für jede Unterstützung  
unserer Arbeit. Ihre Spende an unseren Träger  
Frauen helfen Frauen in Not e.V. hilft.

**Empfänger** Frauen helfen Frauen in Not e.V.

**Bank** Sparkasse Elmshorn

**IBAN** DE37 2215 0000 0000 1121 86

**BIC** NOLADE21ELH

Gestaltung: Studio Ajot



In Kooperation mit dem Pinneberger  
Frauennetzwerk e.V.



Schleswig-Holstein  
Ministerium für Soziales, Jugend,  
Familie, Senioren, Integration  
und Gleichstellung