

Inhaltsverzeichnis

| | |
|------------------------------------------------------|----------|
| Beratungsstellen und Hilfsangebote | 2 |
| Fragen zu Schwangerschaft und Geburt | 2 |
| Hilfetelefon Gewalt gegen Frauen | 3 |
| breastcare App | 3 |
| Hilfe bei Psychischen Erkrankungen und Trauma | 4 |

Beratungsstellen und Hilfsangebote

Fragen zu Schwangerschaft und Geburt

pro familia Beratungsstelle Hanau

Die pro familia Beratungsstelle in Hanau bietet Beratung und Information rund um die Themen

- Schwangerschaft,
- Sexualität
- Familienplanung

Die Angebote sind offen für alle Menschen. Die Beratung ist vertraulich und auf Wunsch anonym.

Konfliktberatung:

Wir beraten Sie, wenn Sie eine Schwangerschaft nicht fortsetzen möchten. Wir beraten Sie einfühlsam und ergebnisoffen. Sie erhalten immer die Bescheinigung für die Beratung nach § 7 SchKG und § 219 StGB.

Vertrauliche Geburt:

Wir beraten Sie, wenn Sie schwanger sind und Ihre Schwangerschaft geheim halten wollen.

Familienplanung & Verhütung:

Wir beraten Sie zu hormoneller und hormonfreier Verhütung. Wir helfen Ihnen bei einem Antrag, damit Sie einen Zuschuss zu den Kosten der Verhütungsmittel bekommen.

Sozialberatung bei Schwangerschaft:

- Mutterschutz und Mutterschafts-Geld
- Elternzeit, Elterngeld, Kindergeld (für die Hilfe mit den Formularen müssen Sie etwas bezahlen)
- Kinderzuschlag und Wohngeld
- Bürgergeld und Ausstattung für das Baby
- Vaterschaft, Sorgerecht, Umgangsrecht, Unterhalt

Psychosoziale Beratung:

- vor, während und nach einer Untersuchung vor der Geburt (Prä-Natal-Diagnostik)
- bei belastenden Erfahrungen in der Schwangerschaft und unter der Geburt
- in Krisenzeiten nach der Geburt
- bei Verlust der Schwangerschaft durch eine kleine Geburt (sog. Fehl-Geburt), Tot-Geburt oder Stille Geburt
- zu Sexualität und Beziehung in der Schwangerschaft und nach der Geburt
- bei unerfülltem Kinderwunsch

pro familia Hanau

 Vor dem Kanaltor 3, 63450 Hanau

 [+49 \(0\) 618121854](tel:+49(0)618121854)

 hanau@profamilia.de

 www.profamilia.de/hanau

Beratungstermine können Sie telefonisch oder persönlich vereinbaren.

 Sprechzeiten:

Montag und Dienstag: 15 - 18 Uhr

Mittwoch und Freitag: 9 - 12 Uhr

Hilfetelefon Gewalt gegen Frauen

Hilfetelefon Gewalt gegen Frauen

 [08000 116 016](tel:08000116016)

 www.hilfetelefon.de

Das Hilfetelefon Gewalt gegen Frauen berät deutschlandweit betroffene Frauen. Es informiert und vermittelt bei Bedarf an geeignete Unterstützungseinrichtungen vor Ort. Die Beraterinnen des Hilfetelefons beraten zu allen Formen von Gewalt gegen Frauen. Auch eine Onlineberatung ist über die Website möglich. Die Gespräche sind vertraulich und können anonym geführt werden. Weder am Telefon noch auf der Website werden persönliche Daten abgefragt oder gespeichert. Mit Hilfe von Dolmetscherinnen ist eine Beratung in vielen Sprachen möglich. Hörgeschädigte oder Schwerhörige können über die Website kostenfrei einen Dolmetschdienst in Anspruch nehmen. Das Gespräch mit den Mitarbeiterinnen des Hilfetelefons wird in deutsche Gebärden- oder Schriftsprache übersetzt.

breastcare App

Brustkrebs ist auf der ganzen Welt die häufigste Krebsart. In Europa erkrankt jede achte Frau an Brustkrebs. Allein in Deutschland bekommen jedes Jahr etwa 70.000 Frauen Brustkrebs. Je früher die Ärzte die Krankheit erkennen, desto höher ist meist die Chance auf Heilung. Zudem könnten sich 25% der Erkrankungen durch einen gesunden Lebensstil vermeiden lassen. Die breastcare App erklärt auf der Basis von wissenschaftlichen Untersuchungen und leicht verständlich alles Wichtige. Themen sind Brustkrebs, Früherkennung und gesunder Lebensstil. Derzeit ist die App in sieben Sprachen erhältlich: [Arabisch](#), [Deutsch](#), [Englisch](#), [Farsi](#), [Französisch](#), [Spanisch](#) und [Türkisch](#).

Die breastcare App

- erinnert mit einem Zykluskalender an das Abtasten der eigenen Brust
- erklärt mit einer Anleitung mit Bildern die Abtastung Schritt für Schritt

- klärt über Risikofaktoren und Symptome auf
- gibt konkrete Tipps für einen gesunden Lebensstil
- beantwortet Fragen zu ärztlichen Früherkennungs-Untersuchungen in Deutschland
- verlinkt auf zahlreiche Kontaktstellen an die sich Frauen bei Fragen wenden können
- erzählt Geschichten von betroffenen Frauen die Mut machen

Die App kann kostenlos in den App Stores von Apple und Google heruntergeladen werden. Persönlicher Daten werden nicht erfasst. Sie ist frei von Werbung und langfristig angelegt. Weitere Informationen in sieben Sprachen unter: www.breastcare.app

Hilfe bei Psychischen Erkrankungen und Trauma

Psychosoziale Beratungsstellen unterstützen Menschen bei seelischen Belastungen und psychischen Krisensituationen. Sowohl Betroffene als auch ihre Angehörigen können sich an die Beratungsstellen wenden.

Bei diesen Beratungsstellen können Menschen sich kostenfrei im Umgang mit psychischen Problemen beraten lassen:

Gesundheitsamt des Main-Kinzig-Kreises Sozialpsychiatrischer Dienst (SpDi)

 [Barbarossastraße 24, 63571 Gelnhausen](#)

 [060518511620](tel:060518511620)  [060518511623](tel:060518511623)

 spdi@mkk.de

 www.mkk.de  Sprechzeiten: Montag bis Freitag 8.00 - 12.00 Uhr Montag bis Mittwoch 13.00 - 15.00 Uhr Donnerstag 13.00 bis 17.30 Uhr

Eine Liste mit psychosozialen Beratungsstellen für traumatisierte Geflüchtete in Frankfurt finden Sie unter [Psychosoziale Beratungsstellen bei Trauma](#).