

# Pour l'autodétermination et l'égalité des droits

Dans de nombreuses situations du quotidien, les femmes sont exposées aux inégalités.

L'absence de parité peut mettre les femmes à rude épreuve à plusieurs égards et engendrer des problèmes psychiques et de santé.

Grâce à notre **activité de conseil**, nous aidons les femmes du district de Mettmann à faire valoir leurs droits.

Notre **travail de sensibilisation** contribue à lutter contre toutes les formes d'injustice et de violence.

## Nous vous apportons un soutien personnel !

Nous vous proposons des conseils, un soutien et une aide professionnelle sur toutes les questions et les préoccupations propres aux femmes.



### Contact :

**SKFM Mettmann e.V.**

**Centre de conseil pour les femmes  
du district de Mettmann**

Tél. 0 21 04. 14 19 - 232

[frauenberatung@skfm-mettmann.de](mailto:frauenberatung@skfm-mettmann.de)

## Angebote des SKFM

### Sozialpsychiatrisches Zentrum

Beratung und Hilfe für Betroffene und Angehörige

#### Kontakt- und Beratungsstelle

Tel. 0 21 04. 14 19-125 | [spz@skfm-mettmann.de](mailto:spz@skfm-mettmann.de)

#### Ambulant Betreutes Wohnen

Tel. 0 21 04. 14 19-125 | [wohnen@skfm-mettmann.de](mailto:wohnen@skfm-mettmann.de)

#### Tagesstätte / Tagesstruktur

Tel. 0 21 04. 14 19-130 | [tagesstaette@skfm-mettmann.de](mailto:tagesstaette@skfm-mettmann.de)

**Beschäftigungsförderung** – Qualifizierung | Zuverdienst  
Tel. 0 21 04. 14 19-160 | [beschaeftigung@skfm-mettmann.de](mailto:beschaeftigung@skfm-mettmann.de)

### Anerkannter Betreuungsverein Mettmann-Wülfrath

Gesetzliche Betreuungen | Begleitung Ehrenamtlicher |  
Vormundschaften und Pflegschaften für Minderjährige  
Tel. 0 21 04. 14 19-0 | [btg@skfm-mettmann.de](mailto:btg@skfm-mettmann.de)

**esperanza** – Schwangerschaftsberatung | Väterberatung  
Tel. 0 21 04. 14 19-245 | [esperanza@skfm-mettmann.de](mailto:esperanza@skfm-mettmann.de)

**Frühe Hilfen** – Eltern-Café MeKi | Familienhebamme  
Tel. 0 21 04. 14 19-0 | [info@skfm-mettmann.de](mailto:info@skfm-mettmann.de)



**Frauenberatung** – Allgemeine Frauenberatungsstelle  
Telefon 02104.1419-232 | [frauenberatung@skfm-mettmann.de](mailto:frauenberatung@skfm-mettmann.de)

### Gewaltschutz

**Fachberatungsstelle gegen sexualisierte Gewalt**  
Tel. 0 21 04. 14 19-226 | [sexualisiertegewalt@skfm-mettmann.de](mailto:sexualisiertegewalt@skfm-mettmann.de)

**Interventionsstelle gegen häusliche Gewalt**  
Tel. 0 21 04. 14 19-221 | [interventionsstelle@skfm-mettmann.de](mailto:interventionsstelle@skfm-mettmann.de)

**Frauen- und Kinderschutzhaus**  
Tel. 0 21 04. 92 22 20 (Tag+Nacht) | [frauenhaus@skfm-mettmann.de](mailto:frauenhaus@skfm-mettmann.de)

**Wohnprojekt nach häuslicher Gewalt**  
Tel. 0 21 04. 14 19-224 | [wohnprojekt@skfm-mettmann.de](mailto:wohnprojekt@skfm-mettmann.de)

**Hilfen für geflüchtete Frauen**  
Tel. 0 21 04. 14 19-0 | [info@skfm-mettmann.de](mailto:info@skfm-mettmann.de)

**„Der Laden“** – Second Hand für die ganze Familie  
Mettmann Tel. 0 21 04. 14 19-150 | Wülfrath Tel. 0 20 58. 8 93 61 80

### Ihre Spende hilft!

Kreissparkasse Düsseldorf . BIC: WELADED1KSD  
IBAN: DE65 3015 0200 0001 7322 47

### SKFM Mettmann e.V.

Neanderstraße 68 – 72 . 40822 Mettmann  
Tel. 0 21 04. 14 19-0 | [info@skfm-mettmann.de](mailto:info@skfm-mettmann.de)

[www.skfm-mettmann.de](http://www.skfm-mettmann.de)

SKFM  
Mettmann e.V.



## Conseil pour les femmes

Centre de conseil pour les femmes  
du district de Mettmann



SKFM

## Qui peut s'adresser à nous ?

### Conseil, accompagnement et soutien pour les femmes

- dans tout un tas de situations du quotidien
- sur des questions individuelles
- dans toutes les communes du district

L'activité de conseil et les offres sont proposées à **Mettmann, Erkrath, Haan, Heiligenhaus, Hilden, Langenfeld, Monheim, Ratingen, Velbert et Wülfrath.**

Numéro central pour les RDV :

**Tél. 0 21 04 . 14 19-232 ou**  
**frauenberatung@skfm-mettmann.de**

### Notre activité de conseil est

engagée  
confidentielle  
anonyme sur demande  
indépendante de la nationalité/religion  
axée sur les solutions et les ressources  
gratuite

## Ensemble aux côtés des femmes !

Une coopération qui réunit l'**ensemble des associations SkF/SKFM du district de Mettmann** et le **responsable de la parité du district de Mettmann** sous l'égide de **SKFM Mettmann e. V.**

## Notre activité de conseil

- Nous vous conseillons sur toutes les questions et les préoccupations propres aux femmes.
- Nous vous soutenons dans les situations de rupture et de crise.
- Nous vous accompagnons lorsque vous êtes menacée de violence.
- Nous vous aidons dans le développement de votre prise en charge et de votre estime de soi.
- Nous renforçons votre aptitude à nouer des contacts sociaux et des relations.
- Nous vous informons sur les questions juridiques et financières.
- Nous proposons des conseils individuels ainsi qu'un accueil au sein de groupes d'échange.
- Nous vous aidons dans vos démarches avec les autorités et d'autres institutions.
- Nous vous orientons vers d'autres offres de soutien locales.

## Plus d'offres

- **Espace d'accueil et de rencontre pour les femmes**
- **Groupes et cours spéciaux**
- **Exposés thématiques**
- **Formations et projets**

Pour plus d'informations et pour les dates à retenir, veuillez consulter le calendrier des actions : [www.skfm-mettmann.de](http://www.skfm-mettmann.de).

### Ensemble pour les femmes


Nous organisons avec vous des actions et des animations sur place. N'hésitez pas à prendre contact avec nous !

Ce dépliant est disponible en plusieurs langues.

Avec le soutien de :

Ministerium für Heimat, Kommunales,  
Bau und Gleichstellung  
des Landes Nordrhein-Westfalen



 Kreis Mettmann