

**Allgemeine Frauenberatungsstelle für den RBK**  
**Interventionsstelle bei häuslicher Gewalt**

Hauptstr. 155  
51465 Bergisch Gladbach

Fon: 02202 45 112  
Mail: frauenberatungsstelle-bgl@t-online.de  
Web: www.frauen-staerken-frauen-bgl.de  
Online-Beratung: www.maedchen-frauenberatung-rbk.assisto.online

## Mein Handy gehört mir!

### Wie schütze ich mich vor digitalem Stalking und Kontrolle in einer Beziehung oder nach einer Trennung?

Die Allg. Frauenberatungsstelle für den Rheinisch-Bergischen Kreis bietet zusammen mit den Haecksen (<https://www.haecksen.org>) einen Workshop zum Thema „Digitale Gewalt und Kontrolle“ an und zeigt die wichtigsten Einstellungen, wie Frauen sich schützen können.

Der Workshop richtet sich an alle interessierten Frauen, wie Betroffene, Mütter, Fachkräfte, Lehrerinnen und andere Multiplikatorinnen.

Montag, 22.09.25, 16:00 – 17:30

Ort: Allg. Frauenberatungsstelle für den RBK, Hauptstr. 155, 51465 Bergisch Gladbach

Anmeldung unter: frauenberatungsstelle-bgl@t-online.de, 02202-45122

Der Workshop ist kostenfrei.



Bankverbindung: VR Bank Bergisch Gladbach, IBAN DE82 3706 2600 3634 4860 29

Gemeinnütziger Trägerverein: Frauen stärken Frauen e. V.  
Mitglied im Paritätischen Wohlfahrtsverband, der LAG „Mädchenarbeit in NRW“ e. V.  
und dem DV autonomer Frauenberatungsstellen NRW e. V.