

deutsch

AUSBlick

Informationen und Verhaltenstipps
für gewaltbetroffene Frauen



WARUM GERADE ICH? WIE KANN ICH MICH SCHÜTZEN?

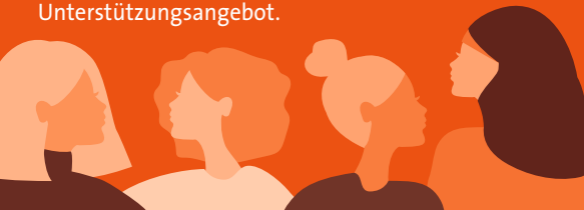
Gewalt gegen Frauen hat viele Formen, ob in der Ehe und Partnerschaft, durch sexuelle Übergriffe und Vergewaltigung sowie Stalking, Menschenhandel und Gewalt im Namen der Ehre.

Sie suchen Antworten oder Hilfe? Sie sind verängstigt, hilflos, traurig oder wütend und voller Zorn? Was auch immer Sie fühlen und welche Fragen Ihnen durch den Kopf gehen: Wir bieten Ihnen Rat und Unterstützung, unabhängig davon, ob die Gewalterfahrung in der Vergangenheit oder Gegenwart liegt. Im Flyer finden Sie Informationen zu den verschiedenen Angeboten im Hilfesystem gegen Gewalt an Frauen in Sachsen-Anhalt sowie weitere Hinweise und Tipps.

Wir wissen, dass es Ihnen unter Umständen nicht leichtfällt, sich uns anzuvertrauen. Sie bestimmen, was Sie uns anvertrauen. Wir nehmen Ihre Situation und Ihre Fragen ernst. Die Beratung für Sie erfolgt kostenfrei, vertraulich und auf Wunsch anonym.

Auch Menschen aus dem sozialen Umfeld der Betroffenen, die helfen wollen und Hinweise zur Unterstützung der Gewaltbetroffenen wünschen, können sich an das Hilfesystem wenden und erhalten kostenfreie Beratung. Das Angebot richtet sich zudem an Fachkräfte, die im Rahmen ihres beruflichen oder ehrenamtlichen Einsatzes mit Gewalt betroffenen Frauen in Kontakt kommen.

Sie sind Transfrau, inter- oder nicht binär? Die Krisenangebote sind für Sie offen. Bei Bedarf suchen die Beraterinnen mit Ihnen nach einem passenden Unterstützungsangebot.



INHALT

Sie finden Informationen zu den folgenden Aspekten:

- Hilfe und Unterstützung vor Ort
- Beratung in akuten Krisensituationen
- Beratung und Schutzeinrichtungen
- Hilfe nach sexuellen Übergriffen
- Hilfe bei Frauenhandel, Zwangsheirat und ehrbezogener Gewalt
- Geschützter Freiraum zur Begegnung und zum Austausch
- Weitere Hilfe und Beratung
- Begleitung in juristischen Prozessen
- Verhaltenstipps und Notfallpläne

HILFE UND UNTERSTÜTZUNG VOR ORT

www.gewaltfreies-sachsen-anhalt.de



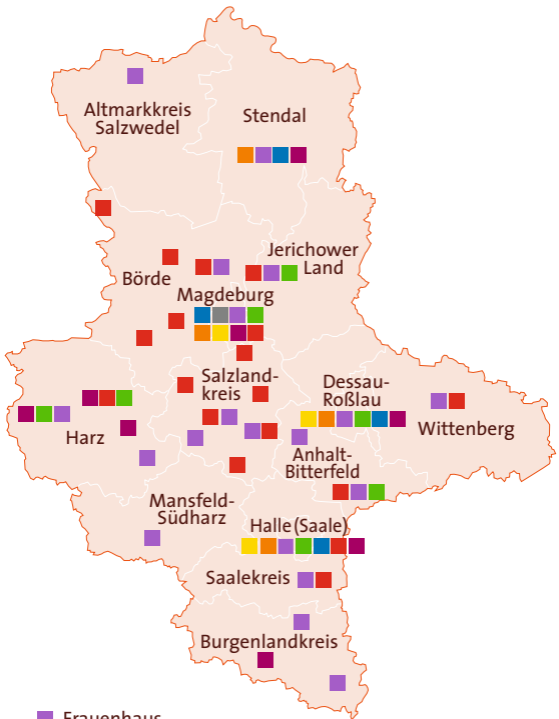
Beratungen in Ihrer Muttersprache erfolgen über das Hilfetelefon Gewalt gegen Frauen unter der kostenfreien Nummer **0800 116 016**

Auch das Hilfetelefon unterstützt Sie mit persönlicher Beratung und vermittelt das passende Angebot vor Ort.

Alle Unterstützungs- und Beratungsleistungen können aufgrund bestehender Dolmetschangebote in Ihrer Muttersprache durchgeführt werden.

Für Frauen mit Beeinträchtigungen werden barrierefreie Zugänge geschaffen, aber auch individuelle Lösungen gefunden. Bei Fragen oder Problemen hilft Ihnen die LIKO als Ansprechpartnerin unter der Rufnummer **0391-629 35 23** weiter.

HILFE UND UNTERSTÜTZUNG VOR ORT



- Frauenhaus
- Interventionsstellen/Fachberatungsstellen bei häuslicher Gewalt und Stalking
- Ambulante Frauenberatungsstellen
- Fachberatungsstellen für Opfer sexualisierter Gewalt
- Hilfe bei Frauenhandel, Zwangsheirat und ehrenbezogener Gewalt
- Geschützter Freiraum zur Begegnung und zum Austausch
- Weitere Hilfe und Beratung
- Begleitung in juristischen Prozessen

BERATUNG UND SCHUTZEINRICHTUNGEN

Frauenhäuser

Sie sind von Gewalt bedroht oder betroffen und suchen Schutz?

Frauenhäuser sind Schutzhäuser, die Frauen und ihren Kindern sichere Unterkunft gewähren. Alle Mitarbeiterinnen sind Fachkräfte, die gut ausgebildet und erfahren sind. Sie richten sich nach Ihren Bedürfnissen und unterstützen Sie bei einem Neustart in ein selbstbestimmtes Leben ohne Gewalt und sind 24 Stunden für Sie erreichbar.

Als besondere Unterstützungsleistung bieten Ihnen und Ihren Kindern die Psychologinnen des Mobilen Teams in den Frauenhäusern Sachsen-Anhalts eine spezifische psychologische Betreuung.



Aschersleben	0152-02 89 35 28
Ballenstedt	0171-853 74 59
Bernburg	0163-178 29 28
Bitterfeld-Wolfen	03494-310 54
Burg	0173-576 38 20
Dessau-Roßlau	0177-433 22 16
Halle (Saale)	0345-444 14 14
Köthen	0162-892 29 65
Magdeburg	0152-23 42 66 34
Merseburg	0172-871 74 70
Salzwedel	03901-42 48 59
Sangerhausen	03464-57 00 72
Staßfurt	0162-159 97 41
Stendal	0170-986 77 25
Weißenfels	0171-540 48 44
Wernigerode	0173-209 97 00
Wittenberg	0177-602 02 80
Wolmirstedt	0175-276 33 13
Zeitz	0160-648 49 13



BERATUNG IN AKUTEN KRISENSITUATIONEN

Interventionsstellen/Fachberatungsstellen bei häuslicher Gewalt und Stalking

HÄUSLICHE GEWALT

Sie werden oder wurden durch Ihren Partner oder Ex-Partner misshandelt oder bedroht? Häusliche Gewalt hat viele Formen: Beleidigungen, Schläge, jähzornige Beschädigung Ihres Eigentums, Drohungen, Nötigung und/oder Erpressung.

STALKING

Sie werden durch eine Person belästigt, verfolgt, belauert und/oder bedroht und wissen nicht, wie Sie diese Situation beenden sollen?

Die Fachberatungsstellen bieten persönliche, telefonische oder aufsuchende Beratung. Bei Bedarf erstellen die Mitarbeiterinnen der Beratungsstellen einen individuellen Sicherheitsplan, begleiten Sie zur Polizei, zur Anwaltschaft und zu Gericht und informieren Sie zu zivil- und strafrechtlichen Möglichkeiten, die Ihnen zur Verfügung stehen.

Interventionsstelle Dessau-Roßlau 0340-66 12 85 39
(Dessau-Roßlau, Anhalt-Bitterfeld, Wittenberg, Salzlandkreis)

Interventionsstelle Halle 0345-686 79 07
(Halle, Saalekreis, Mansfeld-Südharz, Burgenlandkreis)

Interventionsstelle Magdeburg 0391-540 34 26
(Magdeburg, Jerichower Land, Bördekreis, Landkreis Harz)

Interventionsstelle Stendal 03931-70 01 05
(Landkreis Stendal, Altmarkkreis Salzwedel)

AMBULANTE FRAUENBERATUNGSSTELLEN

Sie sind von häuslicher Gewalt bedroht oder betroffen, möchten jedoch keinen Schutz im Frauenhaus suchen? Nutzen Sie die ambulante Frauenberatungsstelle, um sich Beratung, Begleitung und Unterstützung zu holen. Die Mitarbeiterinnen helfen Ihnen bei einem Neustart in ein selbstbestimmtes, gewaltfreies Leben.

Frauen mit körperlichen, seelischen und/oder geistigen Beeinträchtigungen können sich an die ambulante Beratungsstelle des Frauenhauses Magdeburg wenden.

ambulante Beratungsstellen

Alsleben	03925-30 25 95
Bernburg	03925-30 25 95
Bitterfeld-Wolfen	03494-310 54
Burg	03921-21 40 oder 0162-285 47 09
Calbe (Saale)	03925-30 25 95
Egeln	03925-30 25 95
Halberstadt	03941-61 35 55
Haldensleben	039201-28 92 10 60
Halle (Saale)	0345-444 14 14
Magdeburg	0162-530 27 40 oder 0176-62 82 28 80
Merseburg	03461-24 99 84
Oebisfelde	039201-28 92 10 60
Oschersleben (Bode)	039201-28 92 10 60
Schönebeck (Elbe)	03925-30 25 95
Staßfurt	03925-30 25 95
Wanzleben	039201-28 92 10 60
Wittenberg	03491-877 11 69 oder 0173-362 02 91
Wolmirstedt	039201-28 92 10 60

HILFE NACH SEXUELLEN ÜBERGRIFFEN

Fachberatungsstellen für Opfer sexualisierter Gewalt

Sie sind oder waren von sexuellen Übergriffen und/oder Missbrauch betroffen?

Sexualisierte Gewalt ist ein massiver Eingriff in Ihre Intimsphäre gegen Ihren Willen.

Die Mitarbeiterinnen der Fachberatungsstellen beraten und begleiten Sie bei der Bewältigung des Erlebten, bei der Krisenintervention, bei der Stabilisierung und Stressbewältigung, bei der Therapievermittlung und der Suche nach geeigneten Unterstützungsangeboten und begleiten Sie zu Behörden und im Strafverfahren in Form von Prozessbegleitung.

Wildwasser Dessau e.V.

Törtener Straße 44 • 06842 Dessau

Tel. 0340-220 69 24

wildwasser-dessau@t-online.de

www.wildwasser-dessau.de

Wildwasser Halle e.V.

Große Steinstr. 61/62 • 06108 Halle (Saale)

Tel. 0345-523 00 28

wildwasser-halle@t-online.de

www.wildwasser-halle.de

Wildwasser Magdeburg e.V.

Ritterstraße 1 • 39124 Magdeburg

Tel. 0391-251 54 17 oder 0171-295 15 71

info@wildwasser-magdeburg.de

www.wildwasser-magdeburg.de

DRK Beratungsstelle Miß-Mut

Bruchstraße 1 • 39576 Stendal

Tel. 03931-21 02 21

miss-mut@drk-stendal.de

drk-stendal.de/miss-mut

HILFE BEI FRAUENHANDEL, ZWANGSHEIRAT UND EHRBEZOGENER GEWALT

Fachberatungsstelle Vera

FRAUENHANDEL

Sie werden gezwungen, unter ausbeuterischen Bedingungen zu arbeiten und zu leben?

Menschenhandel ist eine schwere Menschenrechtsverletzung!

ZWANGSHEIRAT UND EHRBEZOGENE GEWALT

Sie sind durch ihr familiäres Umfeld starkem psychischem Druck und ständiger Kontrolle ausgesetzt? Vielleicht sollen Sie zu einer Heirat gezwungen werden?

Die Fachberatungsstelle hilft Ihnen, sich aus der Situation zu lösen. Sie unterstützt Sie langfristig und begleitet Sie in rechtlichen Fragen. Mit Ihnen gemeinsam finden die Mitarbeiterinnen der Fachberatungsstelle eine sichere und anonyme Unterkunft.

AWO Landesverband Sachsen-Anhalt e.V.

Vera – Fachstelle gegen Frauenhandel und

Zwangsverheiratung in Sachsen-Anhalt

Seepark 7 • 39116 Magdeburg

Tel: 0391-99 97 78 50

vera@awo-sachsenanhalt.de

www.awo-sachsenanhalt.de

GESCHÜTZTER RAUM ZUR BEGEGNUNG UND ZUM AUSTAUSCH

Frauzentren

Die Frauenzentren bieten Angebote für Frauen und Mädchen, um diese zu stärken, zu unterstützen und zu fördern. Sie finden hier einen geschützten Freiraum der Begegnung und des Austausches. Die Mitarbeiterinnen stehen Ihnen in unterschiedlichen Lebenssituationen mit Rat zur Seite und vermitteln Unterstützung bei Bedarf in Ihrer Nähe.

Tea-TREFF

August-Bebel-Str. 30 • 39288 Burg

Tel. 03921-31 58

fz-teatreff@rolandmuehle-burg.de

www.skz-burg.bplaced.net/maedchen-und-frauzentrum-tea-treff/

Sozial-kulturelles Frauenzentrum Dessau e.V.

Törtener Str. 44 • 06842 Dessau

Tel. 0340-882 60 70

frauzentrum-dessau@gmx.de

www.frauzentrum-dessau.de

Frauzentrum Halberstadt

Juri-Gagarin-Str. 19 • 38820 Halberstadt

Tel. 03941-60 11 92

lilith@ufv-halberstadt.de

www.ufv-halberstadt.de

Frauzentrum Weibewirtschaft Halle

Karl-Liebknecht-Str. 34 • 06114 Halle (Saale)

Tel. 0345-202 43 31

fzweibewirtschaft@web.de

www.dornrosa.de

Volksbad Buckau c/o Frauenzentrum Courage

Karl-Schmidt-Straße 56 • 39104 Magdeburg

Tel. 0391-404 80 89

kontakt@courageimvolksbad.de

www.courageimvolksbad.de

Frauenzentrum Wernigerode

Breite Str. 84 • 38855 Wernigerode

Tel. 03943-62 60 12

frauenzentrumWR@web.de

www.frauenzentrumwr.de

Frauenzentrum Wolfen

Fritz-Weineck-Str. 4 • 06766 Bitterfeld-Wolfen

Tel. 03494-210 05

frauenzentrumwolfen@t-online.de

www.frauenhelfenfrauen-wolfen.de



WEITERE HILFE UND BERATUNG

Beratungsstelle ProMann

PAARBERATUNG

Sie möchten nach erlebter Gewalt wieder in einen offenen und vertrauensvollen Austausch kommen? Die Paarberatung bieten Ihnen Strategien und Hilfen, um bestehende Gewaltmuster zu erkennen und mit den gewalttätigen Partnern ein alternatives Verhalten zu erarbeiten.

BERATUNG UND BEGLEITUNG

GEWALTANWENDENDER MÄNNER

Sie möchten Konflikte ohne Gewalt lösen können? ProMann unterstützt Ihren Veränderungsprozess und zeigen Ihnen alternative Wege im Umgang mit Konflikten.

Deutscher Familienverband Sachsen-Anhalt e.V. ProMann Magdeburg

Johannes-R.-Becher-Str. 49 • 39128 Magdeburg
Tel. 0391-721 74 41 • Fax 0391-721 74 42
promann@dfv-lsa.de
www.dfv-lsa.de

ProMann Halle und Saalekreis

In den Räumen des Familienzentrum des CVJM
Geiststr. 29 • 06108 Halle
Mobil 0151-23 23 30 21
promann.halle@dfv-lsa.de
www.dfv-lsa.de/promann-halle/

ProMann Dessau

Schloßplatz 3 • 06844 Dessau-Roßlau
Mobil 0157-88 11 88 84
promann.dessau@dfv-lsa.de
www.dfv-lsa.de/promann-dessau/

BEGLEITUNG IN JURISTISCHEN PROZESSEN

Opferberatung beim sozialen Dienst der Justiz

Sie sind Opfer einer Straftat? Sie sollen als Zeugin im Rahmen eines Gerichtsverfahrens aussagen?

Die Opferberatung bietet eine respektvolle Unterstützung durch Information und Beratung, in Form von diskreten und einfühlsamen Gesprächen, praktischen Hilfen, Prozessbegleitung und Vermittlung in weiterführende Hilfen.

Psychosoziale Begleitung

Die Psychosoziale Prozessbegleitung bietet Ihnen eine intensive Begleitung vor, während und nach einer Gerichtsverhandlung. Die Mitarbeiterinnen helfen, die individuelle Belastung zu vermindern, um Ihnen Kraft zu geben in der Verhandlung auszusagen, insbesondere wenn Sie von einer Sexualstraftat oder von schweren Tatfolgen betroffen sind.

ADRESSEN DER OPFERBERATUNG:

Sozialer Dienst der Justiz in Halle

Willi-Brundert-Straße 4 • 06132 Halle (Saale)

Tel. 0345-220 18 30

soz-dienst.hal@justiz.sachsen-anhalt.de

Sozialer Dienst der Justiz in Magdeburg

Halberstädter Straße 8 • 39112 Magdeburg

Tel. 0391-567 49 05

soz-dienst.md@justiz.sachsen-anhalt.de

Sozialer Dienst der Justiz in Naumburg

Jahnstraße 3 • 06618 Naumburg (Saale)

Tel. 03445-230 92 11 und 03445-230 92 12 (Sekretariat)

soz-dienst.nmb@justiz.sachsen-anhalt.de

Sozialer Dienst der Justiz in Stendal

Mönchskirchhof 6 • 39576 Hansestadt Stendal

Tel. 03931-649 50

soz-dienst.sdl@justiz.sachsen-anhalt.de

Sozialer Dienst der Justiz in Dessau-Roßlau

Parkstr. 10 • 06846 Dessau-Roßlau

Tel. 0340-21 65 41 12

soz-dienst.de@justiz.sachsen-anhalt.de

Sozialer Dienst der Justiz in Halberstadt

Große Ringstr. 52 • 38820 Halberstadt

Tel. 03941-57 33 60

soz-dienst.hbs@justiz.sachsen-anhalt.de

ADRESSEN DER ZEUGINNENSCHUTZZIMMER:

Amtsgericht Magdeburg

Breiter Weg 203 – 206 • 39104 Magdeburg

Tel. 0391-606 60 39

Landgericht Magdeburg

Halberstädter Straße 8 • 39112 Magdeburg

Tel. 0391-606 21 51

Amtsgericht Halberstadt | Amtsgericht Quedlinburg

Amtsgericht Wernigerode

erreichbar über den Sozialen Dienst der

Justiz Halberstadt (siehe Adressen Opferberatung)

VERHALTENSTIPPS

Persönlicher Sicherheitsplan

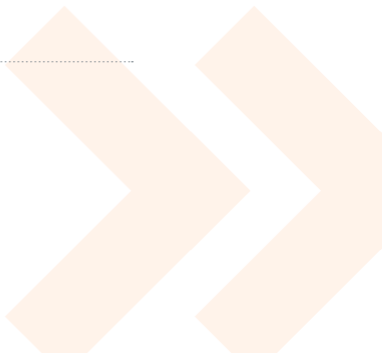
Ich plane meine Flucht

- Die wichtigsten Notfall-Nummern sind:
Polizei 110
Frauenhaus:
- Ich trage immer Geld, Handy und die wichtigsten Nummern bei mir.
- Ich telefoniere nur von sicherer Stelle aus, damit die gewaltausübende Person meine Pläne nicht erfährt.
- Ich kann mit meine Pläne besprechen.
- Ich weihe meine Kinder zum Teil ein.
- Ich eröffne ein eigenes Bankkonto mit einer eigenen Kreditkarte und mache Kopien von allen wichtigen Dokumenten, die ich bei deponiere.



Ich packe eine Notfalltasche und hinterlege sie an einem sicheren Ort.

- Ausweis/Pass und Kinderausweise
- Telefon und Ladekabel
- evtl. Staatsbürgerschaftsnachweis
- Unterlagen über den rechtmäßigen Aufenthalt
- Geburtsurkunden/Heiratsurkunde
- Krankenkassen-Karte (auch der Kinder)
- Mietvertrag, Arbeitsvertrag
- Renten-, Sozialamts- und Jobcenterbescheide
- evtl. Sorgerechtsentscheide
- Bankunterlagen, Sparbücher, Wertpapiere (Kopien)
- das Nötigste für einige Tage: Kleidung, Hygieneartikel, Schulsachen, Lieblingsspielzeug
- Medikamente
- Ersatzschlüssel für Wohnung/Auto
- Adressbuch
- Erinnerungen: Tagebücher, Fotos und geliebte Dinge
-



IM NOTFALL KANN ICH FOLGENDES TUN:

Flüchten

- Wenn ich mich dazu entscheide, kenne ich die Fluchtwege: Ausgänge, Fenster, Aufzüge.
- Ich deponiere Geld und Ersatzschlüssel bei
- Ersatzschlüssel, Kopien der wichtigsten Papiere, Kleidung und Kindersachen gebe ich bei ab, die/der sie aufbewahrt und mir bringt, wenn ich sie brauche.
- Falls ich flüchten muss, gehe ich zu Dies habe ich abgesprochen.
- Falls ich nicht offen sprechen kann, benutze ich als Codewort, damit meine Kinder wissen, dass wir gehen und meine Freundin/mein Freund versteht, dass ich komme und Hilfe benötige.



Hilfe holen

- Ich benutze das Wort:

[REDACTED]

als Codewort, damit meine Vertrauenspersonen wissen, dass sie die Polizei holen sollen.

- Mit meinem Nachbarn/meiner Nachbarin:

[REDACTED]

kann ich über Gewalt sprechen und sie/ihn bitten, die Polizei zu holen, falls sie Verdächtiges wahrnehmen oder meine Klopfsignale an den Heizungsrohren hören.

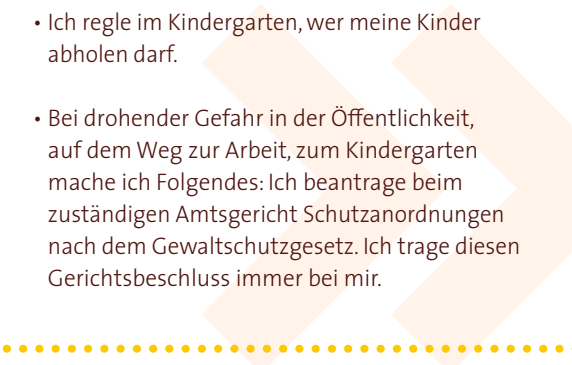
Ich kann Notrufnummern im Telefon speichern und meinen Kindern zeigen, wie sie Polizei oder Feuerwehr rufen. Ich stelle sicher, dass sie dann die Adresse angeben können.

- Ich vertraue meinem Instinkt.

Wenn ich gewalttätige Auseinandersetzungen kommen sehe, versuche ich, mich in der Nähe des Telefons aufzuhalten oder die Wohnung zu verlassen. Ich schaffe mir ein Handy an ohne sein Wissen.



SICHERHEIT ZU HAUSE UND BEI DER ARBEIT NACH DER TRENNUNG

- Ich tausche Türschlösser und installiere Sicherheitsschlösser.
 - Ich vermeide Orte, an denen die gewaltausübende Person mich vermutet oder sucht.
 - Ich regle im Kindergarten, wer meine Kinder abholen darf.
 - Bei drohender Gefahr in der Öffentlichkeit, auf dem Weg zur Arbeit, zum Kindergarten mache ich Folgendes: Ich beantrage beim zuständigen Amtsgericht Schutzanordnungen nach dem Gewaltschutzgesetz. Ich trage diesen Gerichtsbeschluss immer bei mir.
- 

ICH SORGE FÜR MICH

- Ich suche mir juristischen Beistand, der mir helfen kann
- Wenn ich mich schlecht fühle und überlege, ob ich in eine gefährliche Situation zurückgehe, dann kann ich anrufen oder mit sprechen.

**Beratungen in Ihrer Muttersprache
erfolgen über das HILFETELEFON
„Gewalt gegen Frauen“ unter der
kostenlosen Nummer:**

☎ 08000 116 016

Herausgegeben durch:

Ministerium für Arbeit,
Soziales, Gesundheit und
Gleichstellung des
Landes Sachsen-Anhalt



SACHSEN-ANHALT

Ministerium für
Arbeit, Soziales, Gesundheit
und Gleichstellung

#moderndenken

Mitarbeit:

Landesweites Netzwerk für
ein Leben ohne Gewalt

Der PARITÄTISCHE
Sachsen-Anhalt



4. Auflage 2022