

Rufnummern für den Notfall

Wenn Sie akut von häuslicher Gewalt bedroht oder betroffen sind, rufen Sie bitte **zu jeder Zeit** diese Nummern an:

Polizei

 110

Frauenhaus Meiningen

 0151 / 287 398 88

 03693 / 502 026

Bei Bedarf an Beratung

Notruf für Frauen

 0151 / 287 398 88

 03693 / 502 026

Interventionsstelle Gegen häusliche Gewalt (alle Geschlechter)

 03693 505 211

Projekt A4 – Männerberatung

 0151 /288 156 18

Bundesweite Hilfetelefon Gewalt gegen Frauen

 116 016

Übersicht weiterer
Hilfsangebote des
Landkreises
Schmalkalden-Meiningen
bei häuslicher Gewalt:



www.lra-sm.de/häusliche-gewalt

So können Sie Betroffene unterstützen:

- zuhören & trösten
- Glauben schenken:
nicht bezweifeln & bewerten
- Bedürfnisse & Wünsche der
Betroffenen respektieren
- nicht eigenmächtig & unabge-
sprochen handeln
- ggf. zu Beratungsstellen,
Polizei, Anwaltskanzlei u. a.
begleiten
- geduldig sein, im Kontakt
bleiben & weiterhin
Unterstützung anbieten



Impressum

Landkreis
Schmalkalden-Meiningen
Gleichstellungsbeauftragte

Netzwerk zur Umsetzung der
Istanbul Konvention

 03693 /485 8290

 gleichstellung@lra-sm.de

© Gestaltung & Inhalte mit freundlicher
Genehmigung d. Stadtverwaltung Weimar



Hilfe bei Häuslicher Gewalt

Zuhause nicht sicher?
Hier finden Sie Hilfe!

- Notfallkontakte
- Informationen
- Tipps und Beratung

Was ist häusliche Gewalt?

Häusliche Gewalt ist **körperlich, seelische, wirtschaftliche und/oder sexuelle Gewalt** durch aktuelle oder frühere Partnerinnen und Partner.

Dabei spielt die Höhe des Einkommens oder der Bildungsstand keine Rolle.

Gewalt in Partnerschaften oder in der Familie kann jeden Menschen treffen und ist **keine Privatsache**. Leben Kinder in der Familie, sind diese immer mitbetroffen. In den meisten Fällen sind die Frauen Betroffene und die Männer Täter. Männer können aber auch Opfer häuslicher Gewalt werden.

Beispiele von häuslicher Gewalt:

- ✗ Schlagen, Treten, Würgen
- ✗ Belästigen, Nötigung, Vergewaltigung
- ✗ Eifersucht, Kontrolle, Isolation (auch über digitale Medien)
- ✗ Verleumdung, Bevormundung
- ✗ Überwachung des Handys und der Wohnräume
- ✗ Geld zuteilen, Arbeit verbieten

Beispiele von Stalking: (unerwünschte, wiederholte Handlungen)

- ✗ Auflauern
- ✗ Nachstellen & Verfolgen (auch über Handy, Computer, Tracking)
- ✗ Ungewollte Geschenke und Liebeserklärungen
- ✗ Bestellungen auf den Namen der betroffenen Person
- ✗ Beschädigen von Dingen (Reifen zerstechen, Briefkästen beschmieren, Auto zerkratzen etc.)
- ✗ Kontaktaufnahme über Dritte (z.B. Kinder, Nachbarn)

Was kann ich selbst tun?

- in Notsituationen **immer** die Polizei (110) rufen
- Zeigen Sie die Straftat an
- Gerichtliche Schutzanordnung beantragen
- Wählen Sie einen sicheren Aufenthaltsort
- Beweise sammeln (Aufschreiben, Fotos, Screenshots)

Sie dürfen sich wehren!

Häusliche Gewalt wird strafrechtlich verfolgt.

Was kann oder wer kann mir helfen?

- Handy aufladen & immer dabei haben
- Notrufe speichern
- Schlüssel immer eingesteckt haben
- Tasche mit Kleidung & wichtigen Papieren zu einer vertrauten Person bringen
- Fluchtwege überlegen & offenhalten
- Routinen ändern: andere Wege zu anderen Zeiten gehen, einkaufen, etc
- eine Arztpraxis aufsuchen, Verletzungen dokumentieren lassen

Wir sind für Sie da!

Wie auch immer Sie sich fühlen und welche Fragen Sie haben, nehmen Sie die vertraulichen und kostenfreien Beratungsangebote im Landkreis wahr:

Wir informieren Sie über **rechtliche Möglichkeiten zu Ihrem Schutz** und begleiten Sie bei der Umsetzung.

Wir überlegen gemeinsam, was Sie für **Ihre Sicherheit und die Ihrer Kinder** unternehmen können.

Wir vermitteln Sie bei Bedarf an andere Beratungseinrichtungen und **weiterführende Unterstützungsangebote** in den Bereichen Gesundheit, Strafverfolgung und Existenzsicherung.