

Beratung, Informationen und Hilfe



deutsch

Suchen Sie frühzeitig kostenlose Hilfe und Unterstützung bei: – der Polizei über die Telefonnummer **110** – den Frauenhäusern, Beratungsstellen und Notrufen über die **Frauen-Helpline 0700 / 999 11 444***

spanisch

Busque a tiempo ayuda y apoyo gratuitos: de la policía, llamando al **110** de los refugios para mujeres, centros de consulta y ayuda para emergencias llamando a la línea para mujeres **0700 / 999 11 444***
El asesoramiento se presta en alemán solamente.

russisch

Не медлите и обращайтесь за бесплатной помощью и поддержкой в: полицию по номеру телефона **110** женские дома, консультационные пункты или звоните по телефону доверия для женщин **0700 / 999 11 444***
Консультации ведутся на немецком языке.

französisch

Recherchez de l'aide – le plus vite possible et gratuitement: en appelant la police au **110** auprès des maisons d'accueil pour les femmes, des centres de consultation et via la hotline des femmes : **0700 / 999 11 444c**
Les entretiens s'effectuent en langue allemande.

englisch

Get free-of-charge help and support before it's too late by contacting: the police; simply phone **110** the women's refuges, information centres and emergency numbers; just call the Women's Helpline **0700 / 999 11 444***
Counselling will be in German.

türkisch

Geç olmadan ücretsiz yardım olanağından faydalanın. Polis imdat: şehir kodu olmaksızın **110** numaralı telefondan Kadın sığınma evleri, kadınlar için danışma ve acil yardım hattı **0700 / 999 11 444*** **Danışma dili Almanca'dır.**

serbisch

Na vreme zatražite besplatnu pomoć i podršku kod: policije putem broja **110** sigurnih ženskih kuća, savetovaništva i usluga hitnih poziva za pomoć ženama **0700 / 999 11 444***
Savetovanje se odvija na nemačkom jeziku.

polnisch

Bezpłatną pomoc i wsparcie otrzymasz pod numerem telefonu policji **110** w domach opieki dla kobiet, poradniach oraz pod numerem Telefonu Zaufania Dla Kobiet **0700 / 999 11 444***
Konsultacji udzielamy w języku niemieckim.

arabisch

ابحثي مبكراً عن المساعدة والدعم مجانياً لدى:
• البوليس تحت رقم الهاتف 110
• بيوت النساء، جهات الاستشارة أو نداء النجدة عن طريق
خط الإغاثة للنساء 0700 999 11 444
تم الاستشارة باللغة الألمانية.

KIK
netzwerk
bei häuslicher gewalt

*Ein Anruf kostet 6,2 Cent pro Minute aus dem Festnetz

KIK
netzwerk
bei häuslicher gewalt



Gewalt in meinem Umfeld – was kann ich tun?

¿Hay violencia a mi alrededor? ¿Qué puedo hacer?

Насилие в моем окружении – что я могу сделать?

Que faire en cas de violence dans mon entourage ?

Violence around me – what can I do?

Kako se mogu suprotstaviti nasilju u svom okruženju?

Çevremde şiddete tanık olduğumda ne yapabilirim?

Przemoc wokół mnie. Co mogę zrobić?

العُنْفُ في البيئتي من حولي – ماذا يمكنني أن أفعل ؟

Hinsehen

Niemand hat das Recht, einen anderen Menschen zu demütigen, zu schlagen oder zu vergewaltigen – egal, ob unter Fremden oder Zuhause in der Familie.

Frauen sind besonders häufig von Gewalt im häuslichen Bereich betroffen.

Dadurch fühlen sie sich oft wert- und hilflos. Begegnen Sie ihnen deshalb freundlich und respektvoll.

Wenn Sie Gewalt in anderen Familien beobachten, beraten Sie gemeinsam mit anderen Menschen, denen Sie vertrauen, was sie tun können.

Seien Sie aufmerksam!

Handeln

Bieten Sie der Frau Ihre Hilfe an!

Informieren Sie sich über Beratungsangebote (siehe Rückseite). Sie können sich dort selbst beraten lassen oder einfach die Adresse weitergeben.

Ermutigen Sie die Frau, sich beraten zu lassen und Hilfe in Anspruch zu nehmen.

Wenn die Betroffene Ihre Unterstützung ablehnt, begegnen Sie ihr weiter offen und freundlich.

**Miteinander
statt Nebeneinander!**

Hilfe holen

Wenn Sie hören oder sehen, dass jemand gewalttätig ist, rufen Sie sofort die Polizei (Telefon 110).

Achten Sie auf Ihre eigene Sicherheit. Machen Sie andere Menschen auf die Situation aufmerksam.

Hilfreich ist es, wenn Sie gegenüber der Polizei als Zeuge oder Zeugin aussagen.

Für eine gute Nachbarschaft!

