



Gewalt gegen Frauen



Verhaltenstipps

Für den privaten Bereich



- Nach einer Trennung: den Täter nicht in die Wohnung lassen.
- Eine „letzte Aussprache“ nur in Begleitung Dritter und an öffentlichen Orten (z.B. Cafe) führen.
- Absprachen mit Nachbarn treffen, damit der Täter nicht ins Haus gelassen wird (ggf. Hausverbot über Hausverwaltung oder Eigentümer erwirken).
- An **Schlosswechsel** denken, insbesondere Haustüre, Wohnungstüre, Garage, Auto.
- Türen und Fenster durch zusätzliche **Sicherungseinrichtungen** wie Sperrkette sichern (technische Beratung durch den kriminalpolizeilichen Fachberater).
- Telefonnummer ändern, **Geheimnummer** beantragen, **Anrufbeantworter** zwi-schenschalten usw.
- **Sperrvermerke** bei Einwohnermeldeamt, Zulassungsstelle, Krankenkasse, Versi-cherungen, Arbeitsamt, beantragen.
- Verbindungsaufnahme mit dem zuständigen Sachbearbeiter Häusliche Gewalt/ Kontaktbereichsbeamten der Wohnortdienststelle
- Im Notfall die Polizei über **Notruf 110** verständigen.



Für den öffentlichen Bereich



- Selbstsicheres Auftreten durch aufrechte Haltung und Blickkontakt.
- Den Täter **siezen**, um Außenstehenden Distanz zu demonstrieren.
- Laut und deutlich sprechen.
- Übergriffe laut und deutlich benennen, z.B. „Fassen Sie mich nicht an“.
- Hilfspersonen direkt ansprechen und benennen, welche Hilfe man erwartet z.B. „Sie mit dem roten Mantel, rufen Sie die Polizei!“.
- Den Täter aus dem Konzept bringen, beispielsweise durch Schrei oder Schriillalarm und Fluchtmöglichkeit nutzen.
- Fluchtregel der 3 L (**L**icht - **L**ärm - **L**eute) beachten, da dort am ehesten Hilfe zu erwarten ist (z.B. Geschäft, Tankstelle).
- Körperliche **Gegenwehr** immer **konsequent** und mit ganzer Kraft ausüben, ggf. unter Zuhilfenahme von Gegenständen wie Schlüssel, Schirm, Tasche.
- Gewohnheiten wie Zeit und Weg ändern, um Berechenbarkeit zu minimieren.
- Handy-Telefonat im Gehen simulieren oder tatsächlich führen.
- Nothilfeeinrichtungen wie z.B. **Notruf 110**, Taximelder, Telefonzelle, Notrufsäule, Handy nutzen.
- „Feuer“- statt „Hilfe“-Ruf