

## Hilfe bei sexueller Gewalt

### ■ Information für Frauen in Leichter Sprache





## ■ Was ist sexuelle Gewalt?

### Zuneigung und Sex sind schön.

Anfassen ist schön,  
wenn Sie das wollen.  
Streicheln ist schön,  
wenn Sie das wollen.



Küssen ist schön,  
wenn Sie das wollen.  
Miteinander schlafen ist schön,  
wenn Sie das wollen.

**Ihr Körper gehört Ihnen.  
Sie bestimmen,  
wer Ihren Körper berührt.**



## Sexuelle Gewalt ist verboten.

Niemand darf Sie anfassen,  
wenn Sie das **nicht** wollen.

Niemand darf Sie zum Sex überreden.

Niemand darf Ihnen wehtun.

Das ist sexuelle Gewalt.

## Sexuelle Gewalt ist verboten.



Auch wenn Sie die Person gut kennen  
und mögen. Zum Beispiel:

- Ein Freund, ein Verwandter  
oder ein Betreuer.
- Oder eine Freundin, eine Verwandte  
oder eine Betreuerin.

Egal wer es ist.

Niemand darf Sie anfassen,  
wenn Sie das **nicht** wollen.

Niemand darf Ihnen wehtun.





## Viele Frauen und Mädchen haben schon mal sexuelle Gewalt erlebt.

Viele Frauen und Mädchen schämen sich deshalb.

Viele Frauen glauben, sie sind selber schuld.

**Aber das stimmt nicht!**

Viele Frauen können **nicht** mehr gut schlafen.

Viele Frauen sind sehr traurig.

Viele Frauen haben Angst.

Viele Frauen und Mädchen wissen **nicht**, was Sie tun sollen.



**Deshalb haben wir dieses Heft gemacht.**

**In diesem Heft stehen viele Tipps.**



## ■ Sprechen Sie darüber

Sprechen Sie mit einer Person,  
der Sie vertrauen.

Zum Beispiel mit einer Freundin  
oder mit einer Person aus Ihrer Familie  
oder mit einer Betreuerin.



### **Glauben Sie Ihrem Bauch-Gefühl.**

Machen Sie nur,  
was Sie selber möchten!

### **Wenn Sie sich schlecht fühlen, sagen Sie es weiter!**

Sprechen Sie über Ihr schlechtes Gefühl.

### **Wenn jemand Sie belästigt, sagen Sie es weiter!**

Sagen Sie es einer Person,  
der Sie vertrauen.



### **Wenn Sie jemand zu Sex zwingt, sagen Sie es weiter!**

Sie dürfen darüber sprechen.  
Auch wenn jemand es Ihnen verboten hat.



## ■ Holen Sie sich Hilfe!

Niemand darf Sie belästigen und beleidigen.

Niemand darf Sie zum Sex zwingen.

Oder zu Sachen, die Sie **nicht** wollen.

### Holen Sie Hilfe,

wenn jemand Sie anfasst,

und Sie es nicht wollen.



### Holen Sie Hilfe,

wenn jemand Sie beleidigt.

Oder jemand Sie beschimpft.

### Holen Sie Hilfe,

wenn Sie jemand zu etwas gezwungen hat.



## **Holen Sie Hilfe,**

wenn Sie jemand Fremdes belästigt hat.

Oder jemand aus Ihrer Familie,

oder ein Freund

oder ein Betreuer.



## **Die Frauen-Beratungs-Stelle hilft.**

**Rufen Sie uns an!**

**Wir helfen mit Ihnen.**

**Wir suchen gemeinsam eine Lösung.**



## ■ Zur Polizei gehen

**Sexuelle Gewalt ist verboten.**

**Sie können den Täter anzeigen.**

**Sie können zur Polizei gehen.**

**Sie entscheiden selbst,**

**ob Sie das wollen.**



## Eine Anzeige machen

Überlegen Sie in Ruhe,

ob Sie eine Anzeige machen.

Lassen Sie sich Zeit zum Überlegen.



Sie können auch jemanden um Rat fragen.

Zum Beispiel:

- einen Rechts-Anwalt  
oder eine Rechts-Anwältin
- eine Mitarbeiterin  
von der Frauen-Beratungs-Stelle

Nach der Anzeige fangen Polizei  
und Gericht an zu arbeiten.

Sie können die Anzeige danach  
**nicht** wieder zurück-ziehen.



## Unterstützung bei der Polizei

Eine Aussage bei der Polizei  
ist für viele Frauen schwer.

Die Frauen sollen alles erzählen  
über die sexuelle Gewalt.

Aber viele Frauen schämen sich.  
Sie haben Angst vor dem Täter.

Das sind Ihre Rechte:



**Sie dürfen zur Polizei gehen.**

Sie haben das Recht dazu.

Vielleicht möchten Sie nicht  
mit einem Mann sprechen.

**Sie dürfen bei der Polizei  
mit einer Frau sprechen.**

Mit einer Polizistin.



Vielleicht möchten Sie **nicht**  
alleine zur Polizei gehen.

**Sie dürfen eine andere Person mitnehmen.**

Zum Beispiel eine Freundin.

Oder eine Frau, der Sie vertrauen.

Oder Ihre gesetzliche Betreuerin.



## ■ Die Frauen-Beratungs-Stelle hilft

Wir hören Ihnen zu.

Wir glauben Ihnen.

Wir beraten Sie.

Wir informieren Sie über Ihre Rechte.



Wir machen **nichts**,  
was Sie nicht möchten.

Wir sagen **nichts** weiter.



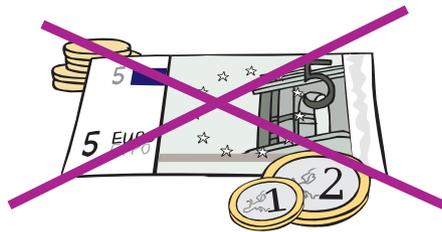
In der Frauen-Beratungs-Stelle  
arbeiten nur Frauen.

Bei uns sprechen Sie immer  
mit einer Frau.



Sie müssen uns Ihren Namen **nicht** sagen.

Die Hilfe von der Frauen-Beratungs-Stelle  
kostet **kein** Geld.



**Die Kontakt-Infos**

**von der Frauen-Beratungs-Stelle Dortmund  
stehen auf der letzten Seite von diesem Heft.**



## ■ Wer hat dieses Heft gemacht?

Der Runde Tisch gegen Häusliche Gewalt

in Dortmund hat dieses Heft gemacht.

Die Texte in diesem Heft sind aus dem Heft

„Hilfe für Mädchen und Frauen bei sexueller Gewalt“

und dem Heft „Rechtliche Infos für Frauen und

Mädchen bei sexueller Gewalt“

vom Frauen-Notruf Münster.

Das Büro für Leichte Sprache Volmarstein

hat bei dem Heft mitgearbeitet.

Beschäftigte aus der Werkstatt für behinderte Menschen

in der Evangelischen Stiftung Volmarstein

haben den Text in Leichter Sprache geprüft.



Die Bilder sind von Reinhild Kassing, Kassel.

Das Europäische Logo für einfaches Lesen

ist von © Inclusion Europe.



Das Gesundheits-Ministerium von Nordrhein-Westfalen  
hat Geld für dieses Heft gegeben.



## **Dortmunder „Runder Tisch gegen häusliche Gewalt“**

**gefördert vom:**

Ministerium für Heimat, Kommunales,  
Bau und Gleichstellung  
des Landes Nordrhein-Westfalen



## ■ Kontakt-Infos

**Hier bekommen Sie Hilfe  
und Unterstützung:**

### **Frauen-Beratungs-Stelle**

Märkische Straße 212-218

44141 Dortmund

Sie können uns anrufen:

**Telefon: 02 31 – 52 10 08**



Sie können uns eine E-Mail schicken.

Die Adresse ist:

**[frauen@frauenberatungsstelle-dortmund.de](mailto:frauen@frauenberatungsstelle-dortmund.de)**

Wir haben auch eine Internet-Seite:

**[www.frauenberatungsstelle-dortmund.de](http://www.frauenberatungsstelle-dortmund.de)**

