



Gewalt hat viele Facetten
– und Ressourcen auch



BEGEGNUNGS- UND
BILDUNGSZENTRUM
FÜR FRAUEN &
FAMILIEN

Ihre Notfallkarte bei häuslicher Gewalt



1. Sofortige Sicherheit

- Verlassen Sie den Gefahrenbereich
- Rufen Sie die Polizei

2. Notfallnummern

- Polizei: **110**
- Rettungsdienst: **112**
- Hilfetelefon Gewalt gegen Frauen: **08000 116 016**
(24/7 erreichbar, anonym und kostenlos)

3. Wichtige Webseiten

- Hilfetelefon Gewalt gegen Frauen:
www.hilfetelefon.de
- Bundesverband Frauenberatungsstellen und
Frauennotrufe: **www.frauen-gegen-gewalt.de**
- BBF - Begegnungs- und Bildungszentrum für
Frauen* und Familien e.V.: **www.bbf-ev.de**
- Frauenhaussuche: **www.frauenhaus-suche.de**

4. Persönliche Sicherheitsplanung

- Vertraute Personen informieren und um **Unterstützung** bitten
- **Fluchtroute** planen
- **Notfalltasche** packen: z.B. Ausweispapiere, Bargeld und Bankkarten, wichtige Telefonnummern und Adressen

5. Beweise sammeln

- Machen Sie **Fotos** von Verletzungen und Schäden
- Lassen Sie Verletzungen von einem/er **Arzt/Ärztin dokumentieren**

6. Rechtliche Schritte

- Schutzanordnungen
- Rechtsberatung

6. Unterstützung und Beratung

- Beratungsstellen
- Therapie

Ein Projekt von:



Gefördert durch:

Die Beauftragte des Senats für Partizipation, Integration und Migration	Senatsverwaltung für Arbeit, Soziales, Gleichstellung, Integration, Vielfalt und Antidiskriminierung	BERLIN	
---	--	---------------	--

Das Projekt wird gefördert von der Beauftragten des Senats für Partizipation, Integration und Migration aus Mitteln der Senatsverwaltung für Arbeit, Soziales, Gleichstellung, Integration, Vielfalt und Antidiskriminierung.