



frauen
beratung.**EN**



- information
- beratung
- vernetzung

Stopp!!

Hilfe bei sexueller Gewalt



Information für
Frauen und Mädchen
in Leichter Sprache

Was ist sexuelle Gewalt?

Das passiert vielen Frauen:
Männer machen oft blöde Sprüche.
Zum Beispiel über Sex.
Oder darüber wie eine Frau aussieht.
Das ist **sexuelle Belästigung**.
Das ist verboten.



Dagegen können Frauen sich wehren.
Sie können sagen:
„Lass das! Ich will das nicht hören!“
Und Sie können sich beschweren.
Wenn Sie in einer Werkstatt arbeiten:
Beim Werkstatt-Rat.
Wenn Sie in einem Heim wohnen:
Beim Heim-Beirat oder bei der Leitung.
**Sie müssen sich blöde Sprüche
nicht gefallen lassen.**



Auch das erleben viele Frauen:

Jemand fasst Sie an,
obwohl Sie es nicht wollen.
Jemand fasst Sie an einer Stelle an,
wo Sie es nicht wollen.
Jemand küsst sie,
obwohl Sie das nicht wollen.
Jemand will mit Ihnen Sex haben,
obwohl Sie das nicht wollen.



Niemand darf Sie dazu zwingen.
Das alles ist **sexuelle Gewalt**.



Sexuelle Gewalt ist nie OK!
Sexuelle Gewalt ist verboten!



Sexuelle Gewalt kann überall passieren:

- in der eigenen Wohnung
- im Wohnheim
- auf der Arbeit
- auf der Straße



Meist machen Männer solche Dinge mit Frauen.

Manchmal aber auch Frauen.

Sagen Sie Nein!

Frauen dürfen immer **Nein** sagen, wenn sie etwas nicht mögen.

Sie dürfen **Nein** sagen zu

- Ihrem Kollegen,
- einem Freund
- ihrem Chef
- Ihrem Betreuer
- jemanden aus Ihrer Familie
- jemanden, den sie gut kennen
- jemanden, den Sie gar nicht kennen



Manchmal ist es schwer, **Nein** zu sagen.

Oder es nützt nichts, wenn Sie **Nein** sagen.

Oft wehren die Frauen sich nicht.

Vielleicht weil Sie sich nicht trauen.

Wehren Sie sich!

Frauen dürfen sich wehren!

Sie dürfen laut schreien.

Sie dürfen darüber reden.

Sie dürfen Hilfe holen.



Frauen dürfen über alles reden!

Reden Sie mit einem Menschen, dem Sie vertrauen.

Keiner darf Ihnen das verbieten.



Sie sind nicht schuld

Frauen, die Gewalt erlebt haben,
werden oft traurig.
Sie können nicht mehr gut schlafen.
Sie haben Angst.
Sie schämen sich.
Sie haben oft Bauchschmerzen.



Viele Frauen denken:
Ich bin schuld.
Das stimmt nicht!
**Keine Frau ist schuld,
wenn sie Gewalt erlebt hat.**
Sie hat das Recht auf Hilfe und Unterstützung.
Das ist wichtig:
Die Frau hat keine Schuld.
Auch wenn sie sich nicht gewehrt hat!



Mit wem können Sie reden?

Reden sie mit einer Person, der Sie vertrauen.
Zum Beispiel:

- mit Ihrer Mutter oder Ihrer Schwester
- mit der Gruppenleiterin
- mit einer Freundin oder einem Freund
- mit einer Betreuerin oder einem Betreuer

Wenn Sie in einer Werkstatt arbeiten

Reden Sie mit dem Werkstatt-Rat.
Der Werkstatt-Rat ist für
alle Beschäftigten da.
Auch für die Frauen.



Wenn Sie in einem Heim wohnen:

Reden Sie mit dem Heim-Beirat.
oder mit der Bewohner-Vertretung
Der Heim-Beirat ist für alle da.
Auch für die Frauen.



Wenn Sie nicht in einer Werkstatt arbeiten
und auch nicht in einem Heim wohnen:

Holen Sie sich Hilfe.

Das ist wichtig.

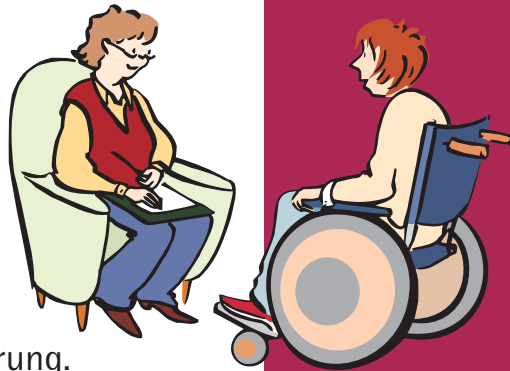
Und oft ist es für Frauen gut,
sich Hilfe von außen zu holen.



Dann können andere Stellen helfen.

Zum Beispiel: **Frauen-Beratungs-Stellen.**

Die Beratung **kostet kein Geld.**



Die Beraterinnen haben viel Erfahrung.
und können bei vielen Problemen weiterhelfen.
Sie dürfen eine Frau zur Beratung mitnehmen,
der sie vertrauen.

Die Frauen-Beratung

So können wir Ihnen helfen:

Sie können bei uns anrufen.

Sie können am **Telefon**
mit einer Beraterin reden.

Wenn sie nicht wollen,
müssen Sie Ihren Namen nicht nennen.

Sie können einen Termin vereinbaren
und in der Beratungs-Stelle
mit einer Beraterin reden.

Sie können auch ein Fax oder
eine E-Mail schicken.

Sie können alles erzählen.

Sie müssen aber nicht alles erzählen.

Die Beraterin erzählt nichts weiter.

Die Beraterin berät Sie.

Damit es Ihnen wieder besser geht.

Sie sucht mit Ihnen nach einer Lösung.



Die Frauenberatung.EN

Hier bekommen Sie Hilfe und Unterstützung:

Frauen-Beratung in Witten

AugustastraÙe 47

58452 Witten

Telefon 02302 – 5 25 96

Zur Frauen-Beratung in Witten

können auch Frauen mit Rollstuhl kommen.

Frauen-Beratung in Schwelm

MarkgrafenstraÙe 6

58332 Schwelm

Telefon 02336 – 4 75 90 91

Fax 02336 – 4 75 91 55

Frauen-Beratung in Hattingen

Telefon 02324 – 59 40 05

Im Internet:

www.frauenberatung-en.de

Sie können uns auch eine E-Mail schicken.

Die Adresse ist: info@frauenberatung-en.de

Sie können uns auch anrufen oder schreiben,
wenn Sie in einer anderen Stadt wohnen.

Wenn Sie nicht

in die Beratungs-Stelle kommen können,

dann können wir uns auch

an einem anderen Ort treffen.



Infos über dieses Heft:

Die Frauen-Beratung.EN hat dieses Heft gemacht.

Wir arbeiten im **Ennepe-Ruhr-Kreis**.

Deshalb steht das **EN** in unserem Namen.

So wie auf den Auto-Kennzeichen.

Der Text ist in Leichter Sprache.

Die Bilder sind von © Reinhild Kassing, Kassel
und Picto Selector

Das Easy-to-read Logo ist von © Inclusion Europe.

Einige Texte in diesem Heft sind aus dem Heft
Mitmachen. Mut machen!

Frauen in Werkstätten und Wohn-Heimen stark
machen von Weibernetz e.V. und Mensch zuerst.

Einige Texte in diesem Heft sind aus dem Heft
Nein, das will ich nicht!

vom Landes-Verband Rheinland
und der Frauen-Beratung Zürich.

Wir bedanken uns dafür,
dass wir die Texte benutzen dürfen.



Beim Text in Leichter Sprache haben Annika Nietzio und Anke Osterhoff vom Büro für Leichte Sprache Volmarstein geholfen. Miriam Bartel, Ulla Hakenberg, Saskia Singh, Astrid Tremblau und Bettina von Wartenberg vom Frauenheim Wengern haben den Text geprüft. ERA Design aus Essen hat das Heft gestaltet.



Das Gesundheits-Ministerium und der Runde Tisch gegen Häusliche Gewalt EN haben Geld für dieses Heft gegeben.

gefördert vom: **Ministerium für Gesundheit, Emanzipation, Pflege und Alter des Landes Nordrhein-Westfalen**

