Beratung, Informationen und Hilfe erhalten Sie bei

Autonomes Frauenhaus Rendsburg

Telefon **04331 / 22726**

erreichbar rund um die Uhr!

Autonomes Frauenhaus Rendsburg e.V.

BellaDonna

Beratungsstelle und Treffpunkt für Frauen
Tulipanstraße 1
24768 Rendsburg

Telefon **04331 / 6965744**
oder **04331 / 22726**

Öffnungszeiten

Dienstag 10.00 – 11.00 Uhr
oder nach telefonischer Vereinbarung!

BellaDonna

Frauenhelpline

Telefon **0700 / 99911444**

Montag – Freitag 15.00 – 01.00 Uhr
Samstag – Sonntag 10.00 – 01.00 Uhr

Frauenhelpline
0700 | 999 11 444

!Via Beratung und Treff für Mädchen und Frauen

Rathausmarkt 2
24340 Eckernförde

Telefon **04351 / 3570**
Fax **04351 / 2508**

www.viaeckernfoerde.de
via.eckernfoerde@gmx.de

Bürozeiten

Mo, Mi, Fr 10.00 – 12.00 Uhr
Di, Do 14.00 – 16.00 Uhr

Termine

Montag bis Freitag nach Vereinbarung

!Via
Frauen helfen Frauen e.V.

Herausgegeben vom Kooperations- und Interventionsprojekt gegen häusliche Gewalt im Kreis Rendsburg-Eckernförde, der Gleichstellungsbeauftragten des Kreises Rendsburg-Eckernförde und der Gleichstellungsbeauftragten der Stadt Rendsburg.

KIK netzwerk bei häuslicher gewalt

KIK netzwerk bei häuslicher gewalt

Gewalt in meinem Umfeld – was kann ich tun?

Hinsehen

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

In den meisten Fällen sind Frauen Opfer von Gewalt im häuslichen Bereich.

Frauen, die Opfer von Gewalttaten werden, fühlen sich oft wertlos und hilflos. Begegnen Sie Ihnen deshalb freundlich und respektvoll.

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

Seien Sie aufmerksam!

Handeln

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

Bieten Sie der Frau Ihre Hilfe an.

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

Wenn die Betroffene Ihre Hilfe nicht annehmen möchte oder kann, begegnen Sie ihr weiter offen und freundlich.

Miteinander statt Nebeneinander!

Hilfe holen

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

Bringen Sie sich niemals selbst in Gefahr.

Sprechen Sie andere Leute an.

Machen Sie dem Gewalttäter gemeinsam durch lautes Rufen klar, dass die Polizei kommen wird. Das geht auch durch die geschlossene Tür.

Bieten Sie sich als Zeuge oder Zeugin an.

Für eine gute Nachbarschaft!