

# Nein!

zu Gewalt gegen Frauen  
und Mädchen mit  
Behinderung!

Was ist Gewalt?

Wo finden Sie Hilfe?



**bff:**

FRAUEN-GEGEN-GEWALT E.V.

FÜR FRAUEN – GEGEN GEWALT

\*

# Nein!

zu Gewalt gegen Frauen und Mädchen mit Behinderung!

Frauen und Mädchen erleben oft Gewalt.

Auch Frauen und Mädchen mit Behinderung erleben oft Gewalt.

## Das alles ist Gewalt:

Das ist **sexuelle** Gewalt:

- Angefasst werden, obwohl Sie das nicht wollen.  
Zum Beispiel am Po oder am Busen.
- Angestarrt werden oder blöd angemacht werden.  
Obwohl Sie das nicht wollen.
- Belästigt werden.
- Zum Sex gezwungen werden.
- Anderen beim Sex zuschauen müssen.



## Das ist **körperliche** Gewalt:

- Geschlagen werden.  
Oder getreten werden.
- An den Haaren gezogen werden.
- Geschubst oder geboxt werden.
- Mit einem Messer verletzt werden.  
Oder mit anderen Dingen verletzt werden.



## Das ist **seelische** Gewalt:

- Beschimpft werden oder beleidigt werden.
- Bedroht werden.  
Zum Beispiel:  
Jemand sagt, dass er Sie verletzt.  
Jemand sagt, dass er Sie umbringt.
- Von Anderen ausgelacht werden.  
Oder vor Anderen lächerlich gemacht werden.
- Ständig beobachtet werden.  
Oder von Anderen kontrolliert werden.



**Das darf niemand tun!**

**Gewalt tut weh!**

**Niemand darf Ihnen weh tun!**

**Niemand darf Sie zu etwas zwingen,  
das Sie nicht wollen.**

**Das ist verboten!**



## **Wer tut so was?**

Es sind sehr oft Männer, die so etwas tun.

Diese Männer nennt man Täter.

Aber auch Frauen können Täterinnen sein.

Oft ist es jemand, den Sie gut kennen.

Zum Beispiel jemand aus der Familie.

Oder ein Freund.

Oder ein Kollege von der Arbeit.

Ein Mitbewohner.

Oder ein Betreuer.

Es kann jemand sein, den Sie sehr mögen.

Es kann aber auch jemand sein,

den Sie nicht kennen.

**ABER: Niemand darf Ihnen weh tun!**

# Sie dürfen sich wehren!

Sagen Sie laut „**NEIN!**“

Sie dürfen schreien.

Sie dürfen nach Hilfe rufen.

Sie dürfen treten.

Oder weglaufen.

**Sie dürfen darüber reden.**

Sie dürfen alles erzählen.

Auch wenn es Ihnen verboten wurde!

Reden Sie mit einem Menschen, dem Sie vertrauen.

**Sie dürfen sich Hilfe holen.**

**Aber: Sich wehren ist oft sehr schwer.**

**Weil man sehr große Angst hat.**

**Weil man sich nicht traut.**



## Das ist wichtig:

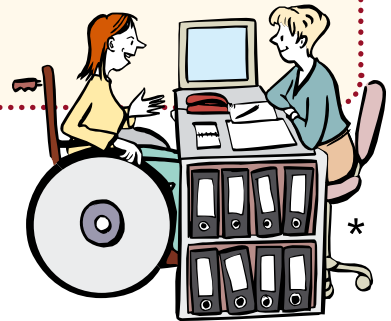
- Sie haben keine Schuld.
- Auch wenn Sie sich nicht gewehrt haben!
- Es ist auch nicht leicht darüber zu reden, was passiert ist.
- Viele schämen sich, dass sie Gewalt erlebt haben.

**Aber: Sie müssen sich nicht schämen!**

**Sie haben keine Schuld!**

# Hier bekommen Sie Hilfe:

- **Frauen-Beratungs-Stellen und Frauen-Not-Rufe** helfen Frauen und Mädchen die Gewalt erleben.
- **Oder Gewalt erlebt haben.**
- **Frauen-Beratungs-Stellen und Frauen-Not-Rufe** helfen auch Frauen und Mädchen mit **Behinderung.**



## So können wir helfen:

Sie können mit uns sprechen.

Wenn es Ihnen schlecht geht.

Wenn Sie Gewalt erlebt haben.

Wenn Sie schlimme Erfahrungen gemacht haben.

Wir hören zu, was passiert ist.

Sie können alles erzählen.

**Wir erzählen nichts weiter.**

Aber Sie müssen nicht alles erzählen.

Sie erzählen nur das, was Sie erzählen wollen.



# Wir beraten Sie.



Damit es Ihnen wieder besser geht.

Wir haben viel Erfahrung in der Beratung.

Wir können bei vielen Problemen weiterhelfen.

Wir können Tipps geben.

Wir suchen gemeinsam nach Lösungen.

Wir informieren Sie über Ihre Rechte.



Sie können auch eine andere Person mitbringen.

Eine Person, der Sie vertrauen.

Wenn Sie das wollen.

**Die Beratung kostet nichts.**



# So können Sie uns erreichen:

**bff: Bundesverband  
Frauenberatungsstellen und  
Frauennotrufe**

**[www.frauen-gegen-gewalt.de](http://www.frauen-gegen-gewalt.de)**

**[info@bv-bff.de](mailto:info@bv-bff.de)**

**[zugangfueralle@bv-bff.de](mailto:zugangfueralle@bv-bff.de)**



**Zugang  
f ü r  
alle!**