



Schleswig-Holstein  
Ministerium für Justiz,  
Europa, Verbraucherschutz  
und Gleichstellung

# Nur Mut!

Handlungsmöglichkeiten für Frauen  
in Gewaltbeziehungen



## IMPRESSUM

### **Herausgeberin:**

Ministerin für Justiz, Europa, Verbraucherschutz  
und Gleichstellung des Landes Schleswig-Holstein  
Lorentzendam 35  
24103 Kiel

KIK Schleswig-Holstein  
Kooperations- und Interventionskonzept gegen häusliche Gewalt  
des Landes Schleswig-Holstein

### **Realisation:**

freistil mediendesign, Kronshagen  
Fotos: Photocase.com  
Foto der Ministerin: Conny Fehre  
Druck: LWK Ratjen, Kiel  
Diese Informationsbroschüre basiert auf der Broschüre  
„Nur Mut - Handlungsmöglichkeiten für Frauen in  
Gewaltbeziehungen“ der Frauenberatungsstelle Düsseldorf e.V..  
Titel und Inhalt dürfen mit freundlicher Genehmigung der  
Frauenberatungsstelle Düsseldorf e.V. verwandt werden.

ISSN 0935-4379  
4. Auflage  
Juni 2018

Die Landesregierung im Internet:  
[www.landesregierung.schleswig-holstein.de](http://www.landesregierung.schleswig-holstein.de)

Diese Broschüre wurde aus Recyclingpapier hergestellt.  
Diese Druckschrift wird im Rahmen der Öffentlichkeitsarbeit der  
schleswig-holsteinischen Landesregierung herausgegeben.  
Sie darf weder von Parteien noch von Personen, die Wahlwerbung  
oder Wahlhilfe betreiben, im Wahlkampf zum Zwecke der Wahl-  
werbung verwendet werden. Auch ohne zeitlichen Bezug zu einer  
bevorstehenden Wahl darf diese Druckschrift nicht in einer Weise  
verwendet werden, die als Parteinahme der Landesregierung  
zugunsten einzelner Gruppen verstanden werden könnte. Den  
Parteien ist es gestattet, die Druckschrift zur Unterrichtung ihrer  
eigenen Mitglieder zu verwenden.



Liebe Leserin,

häusliche Gewalt ist leider immer noch ein weit verbreitetes Phänomen. Wenn auch Sie Partnergewalt erfahren haben, geschlagen, gedemütigt oder beleidigt wurden und Ihr Leben nun verändern wollen, gibt Ihnen diese Broschüre dafür hilfreiche Hinweise. Sie erfahren, welche persönlichen und gerichtlichen Schutzmaßnahmen Sie in Anspruch nehmen können.

Im Jahr 2016 kam es in Schleswig-Holstein zu 3721 Einsätzen der Polizei wegen häuslicher Gewalt. Dabei wurden 550 Wegweisungen des Täters aus der gemeinsamen Wohnung ausgesprochen. Ebenfalls im Jahr 2016 suchten 1658 Frauen mit ihren Kindern Zuflucht in den Frauenhäusern Schleswig-Holsteins.

Diese Daten und Fakten zeigen Ihnen, dass Sie mit Ihrem Schicksal nicht allein stehen, sich nicht für Ihre schwierige Situation zu schämen brauchen. Vielmehr sollen Ihre Kräfte geweckt werden, um einen gangbaren und individuellen Weg aus Ihrer Gewaltbeziehung zu finden. Ich bin mir sicher, die in dieser Broschüre enthaltenen Anregungen und Informationen werden Ihnen helfen, den neuen Weg zu beschreiten. Nur Mut dazu!

Es grüßt Sie herzlich

**Dr. Sabine Sütterlin-Waack**  
**Ministerin für Justiz, Europa, Verbraucherschutz**  
**und Gleichstellung des Landes Schleswig-Holstein**







Gewalt gegen Frauen in Beziehung - was ist das? - 7

Was macht es schwer sich zu trennen - 9

Rad der Gewalt - 10

Was ist für mich als Migrantin besonders zu beachten? - 12

Schutz ist das Wichtigste! - 14

Was kann mich noch schützen? - 16

Was können die Polizei und die Justiz für mich tun? - 20

Was können Angehörige medizinischer Berufe für mich tun? - 26

Wo kann ich wohnen? - 29

Wovon soll ich leben? - 31

Was wird mit den Kindern? - 36

Was tun gegen Stalking? - 39

Was kann das soziale Umfeld tun? - 42

Checkliste für den Notkoffer beziehungsweise für den Auszug - 43

Zu guter Letzt - 44

Hilfsangebote - 45



# Gewalt gegen Frauen in Beziehungen - was ist das?

**Frauen sind durch Beziehungsgewalt mehr bedroht, als durch andere Gewaltdelikte. Die Gewalt durch den Lebenspartner wird als häusliche Gewalt bezeichnet. Sie findet überwiegend „zu Hause“ statt, also dem Ort, an dem sich Frauen eigentlich sicher fühlen sollten. Zu 90 Prozent sind Männer die Täter und Frauen die Opfer.**

Aktuelle Studien bestätigen, dass mindestens jede vierte Frau einmal in ihrem Leben körperliche und/oder sexuelle Gewalt in ihrer Beziehung erlebt. Hierbei handelt es sich um ein breites Spektrum an Gewaltformen körperlicher, psychischer, sexueller, sozialer und finanzieller Gewalt. Häusliche Gewalt kommt in allen sozialen Schichten, Altersgruppen und ethnischen Zugehörigkeiten vor, ein besonders hohes Risiko besteht in Trennungsphasen. Die Kinder sind von dieser Gewalt immer mitbetroffen!

Im Gegensatz zu Streit, Konflikt oder Auseinandersetzung zielt häusliche Gewalt meist auf Kontrolle und Macht ausübung in der Partnerschaft ab. Diese Form von Paargewalt ist nicht selten verknüpft mit frauenfeindlichen Einstellungen der Täter. Die Gewaltbeziehungen verlaufen oft in einem Kreislauf aus Spannungsaufbau, Eskalation und Reue. Häufig fängt alles normal, manchmal sogar besonders glücklich an „Du bist mein Ein und Alles - ohne Dich kann ich nicht leben“. Aber in dieser ungleichen Machtbeziehung wird schon bald die Kehrseite deutlich, der Mann übt zunehmend Kontrolle über die Frau aus, will alles wissen, ist misstrauisch, jeder Alleingang von ihr ist für ihn bedrohlich. Es kommt zu verbalen Angriffen, Ausbrüchen und zunächst kleineren gewalttätigen Übergriffen,

**Für Gewalt in der Beziehung gibt es keinen Grund! Sie haben keine Schuld, auch nicht zum Teil!**

**Die Verantwortung für die Gewalttaten muss allein der Täter übernehmen. Wenn er hierzu nicht bereit ist, bleibt Ihnen nur, sich und die Kinder vor weiteren Übergriffen zu schützen.**

mit denen der Partner die Kontrolle erhalten will. Äußere Faktoren, wie Ärger bei der Arbeit, Eifersucht oder belastende Lebenssituationen werden dafür verantwortlich gemacht. Nicht selten werden die Taten verheimlicht oder entschuldigt. Die Frauen versuchen eigene Gefühle der Angst, Verzweiflung und Wut zu unterdrücken und es dem Partner recht zu machen. Sie hoffen damit weitere Gewalttätigkeiten verhindern zu können. Dennoch nimmt die Gewaltintensität zu. Es kommt zu gefährlichen Verletzungen und Zerstörungen. Daraufhin folgen häufig Phasen der Entschuldigung, in denen der Täter Reue zeigt, besonders zugewandt ist oder Geschenke macht. Opfer und Täter verhalten sich in dieser Phase, als wäre nichts geschehen. Viele Frauen hoffen, dass dieses „das wahre Gesicht“ des Partners ist und es nicht wieder zu Übergriffen kommt. Aber der Kreislauf beginnt von neuem. Die Gewaltausbrüche werden häufiger und gefährlicher. Die Frauen leben in einem Dauerzustand von Angst, psychischer Belastung und sozialer Isolation. Oft droht der Mann damit, ihr die Kinder zu nehmen. Aus diesem Geflecht von Ängsten und Abhängigkeiten einen Ausweg zu finden, ist nicht leicht, aber es ist möglich. Diese Broschüre richtet sich direkt an Betroffene, die sich informieren wollen. Sie soll Mut machen und Wege aus der Gewalt aufzeigen.

**Für Gewalt in der Beziehung gibt es keinen Grund! Sie haben keine Schuld, auch nicht zum Teil! Die Verantwortung für die Gewalttaten muss allein der Täter übernehmen. Wenn er hierzu nicht bereit ist, bleibt Ihnen nur, sich und die Kinder vor weiteren Übergriffen zu schützen.**

## **Was macht es schwer sich zu trennen ?**

Viele Frauen möchten ihre Beziehung und ihre Liebe retten. Sie suchen zunächst nach Lösungen und hoffen, dass „Er“ sich ändert. Sie möchten nicht die Familie „zerstören“ - auch den Kindern zuliebe. Sie haben Angst vor einer Eskalation der Gewalt, wenn sie sich trennen. Studien belegen, dass der Zeitpunkt der Trennung aus einer Gewaltbeziehung der gefährlichste ist.

Oft ist es auch das soziale Umfeld, welches es betroffenen Frauen schwer macht. Gesellschaftliche Klischees und Vorurteile verschärfen die Situation zusätzlich. „In jeder Ehe gibt’s mal Krach“ oder „Sie hat ihn ja auch immer provoziert ...“. Freunde, Nachbarn oder auch Institutionen erkennen Gewaltbeziehungen oft nicht als solche an oder sehen Betroffene als mitverantwortlich an. Gewalt gegen Frauen wird verharmlost oder sogar gerechtfertigt. Es entsteht eine Atmosphäre, die die Gewalttäter schützt und verhindert, dass Frauen Hilfe in Anspruch nehmen. Je länger eine Gewaltbeziehung dauert, umso stärker ist die Abhängigkeit. Die Frauen haben das Gefühl, an ihrer Situation nichts ändern zu können. Das Vertrauen in sich und die Umwelt schwindet.

**Jede Beratungsstelle kennt sich mit dieser Dynamik aus und wird Sie auf Ihrem Weg unterstützen!**

# Formen der Gewalt



Die Graphik zeigt welche Formen gewalttätiges Verhalten umfassen kann. Es verdeutlicht die Zusammenhänge in einem gewalttätigen System, in dessen Zentrum immer der Gewinn von Macht und Kontrolle über andere steht.

Seit einigen Jahren kommt es immer häufiger auch zu Fällen digitaler Gewalt. Partner nutzen digitale Medien, um die Frau herabzusetzen, zu kontrollieren, zu bedrohen, oder zu erpressen. Auch Passwörter oder Accounts können gehackt werden. Oft wird Spionage-Software installiert, ohne dass die Frau davon weiß. Die Technik macht es möglich, den gesamten Kommunikationsverlauf zu verfolgen, Standorte zu bestimmen, Suchverläufe mitzulesen usw.. Nicht selten nutzen ehemalige Partner digitale Anwendungen auch nach einer Trennung, um Frauen weiter zu kontrollieren, zu bedrohen und einzuschüchtern.



## Macht und Kontrolle

Macht und Kontrolle stehen im Mittelpunkt der Gewalt gegen Frauen. Um Macht und Kontrolle über die Frau aufrechtzuerhalten und zu festigen, werden viele Formen von Unterdrückung benutzt, die letztlich zu körperlicher Gewalt führen.



## **Was ist für mich als Migrantin besonders zu beachten?**

**Häusliche Gewalt, körperlicher wie psychischer Art, ist in Deutschland strafbar! Dies gilt auch, wenn Sie zur Ehe gezwungen werden oder von Beschneidung bedroht sind.**

Lassen Sie sich nicht durch sprachliche Barrieren oder ausländerrechtliche Vorschriften von der Inanspruchnahme des Hilfesystems abhalten. Sie erhalten Hilfe in Frauenberatungsstellen, Frauenhäusern und Migrationsberatungsstellen. Die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter unterliegen der Schweigepflicht! Auch die Frage, ob eine Trennung Folgen für Ihren Aufenthaltsstatus hat, können Sie in einem vertraulichen und unverbindlichen Gespräch klären. Auf Wunsch können Dolmetscherinnen hinzugezogen werden.

**Diese Rechte haben Sie auch als geflüchtete Frau!**



**Die Angebote der Frauenhäuser,  
Frauenberatungsstellen, Frauennotrufe  
und Migrationssozialberatungsstellen  
sind kostenlos!**

**Kontaktinformationen erhalten Sie im  
Anhang oder unter der Telefonnummer des  
Hilfetelefons 08000 116016**

Wenn Ihr Ehemann Sie misshandelt hat, ist es wichtig, diese Verletzungen, auch wenn sie zunächst noch keine weiteren Schritte einleiten wollen, von einer Ärztin/einem Arzt attestieren zu lassen. Berichten Sie, was Ihnen passiert ist!

Sie können Ihre Verletzungen auch im Universitätsklinikum Schleswig-Holstein (UKSH) oder dem Universitätsklinikum Eppendorf (UKE) gerichtsfest dokumentieren lassen. Diese genaue Dokumentation kann wichtig zur Vorlage bei Ämtern (zum Beispiel im Rahmen des § 31 AufenthG) oder für ein Gerichtsverfahren sein.

### **Schnelle und sachgerechte Dokumentation der Verletzungsfolgen:**

#### **Universitätsklinikum Schleswig-Holstein (UKSH)**

Standort Kiel: 0431-500 15901

Standort Lübeck: 0451-500 15951

#### **oder dem Universitätsklinikum Eppendorf (UKE)**

Standort Hamburg: 040-7410 52127

# Schutz ist das Wichtigste



Wenn es um Gewalt geht, ist der Schutz für die betroffenen Opfer das Wichtigste. Alles, was gemacht wird oder nicht gemacht wird, muss sich an den Notwendigkeiten für Ihren Schutz orientieren. Sie als direkt Betroffene sind die Expertin in Sachen Ihres eigenen Schutzes, denn nur Sie kennen Ihren Mann und die Situation, in der Sie leben, ganz genau. Tun Sie alles, was Ihre persönliche Sicherheit erhöht. Wenn Sie Angst haben, nehmen Sie sie ernst. Sie ist ein Zeichen dafür, dass Sie bedroht sind. Sie haben die Möglichkeit, sich an eine Frauenfachberatungsstelle in Ihrer Nähe zu wenden, die Sie tagsüber erreichen (siehe Anhang). Nachts und an den Wochenenden und Feiertagen können Sie die Nummer des Hilfefonns unter 0800 - 0116016 wählen. Rufen Sie auch an, wenn Sie Zweifel über Ihre Situation haben. Es ist wichtig, Gewaltbeziehungen frühzeitig wahrzunehmen.

## „Das Geheimnis lüften“

Es zu verschweigen hilft nicht Ihnen, sondern nur dem Täter. Vielen Frauen ist es peinlich und unangenehm, über die Gewalttätigkeiten ihres Mannes zu sprechen. Auch wenn Sie sich scheuen, die Polizei oder die Staatsanwaltschaft zu informieren, teilen Sie sich Menschen mit, denen Sie vertrauen: Freundinnen/Freunden, der Nachbarschaft, Arbeitskolleginnen und Arbeitskollegen, Verwandten oder wenden Sie sich an eine Frauenberatungsstelle oder ein Frauenhaus (Adressen siehe Anhang). Im Frauenhaus können Sie mit Ihren Kinder Tag und Nacht aufgenommen werden.

**Sie entscheiden, was für Sie im Einzelfall richtig ist. Nur so können Sie Ihr Leben, Ihre Gesundheit sowie Ihre Kinder schützen.**

Das entlastet und kann zudem objektiv Ihren Schutz erhöhen. Je mehr Menschen von der Gewalt wissen, umso mehr Personen können auf Sie achten.

### **Konkrete Sicherheitsvorkehrungen**

Neben der Möglichkeit, vor den Gewalttätigkeiten zu Vertrauten oder ins Frauenhaus zu fliehen, gibt es vielleicht andere Vorkehrungen, die Sie (und Ihre Kinder) schützen. Das könnte ein Anruf bei der Polizei oder das Vorbereiten eines „Notkoffers“ sein. (s. S. 43)

**Darüber hinaus haben betroffene Frauen Folgendes als hilfreich beschrieben:**

- vertraute Menschen informieren und bitten, in regelmäßigen Abständen oder in besonderen Gefahrenzeiten bei Ihnen anzurufen oder vorbeizukommen
- Atteste/rechtsmedizinische Dokumentationen sammeln
- ein abschließbares eigenes Zimmer beziehen/aufsuchen
- sich ein eigenes sicheres Mobilphone anschaffen und bereithalten, mit dem Sie im Notfall Hilfe herbeirufen können
- einen „Notkoffer“ mit wichtigen Unterlagen und notwendiger Kleidung für Sie (und die Kinder) bei einer vertrauten Person deponieren

# Was kann mich noch schützen?

**Zusätzlich zu den persönlichen Schutzmaßnahmen können Sie auch zivilrechtliche Schutzmöglichkeiten nutzen.**

**Sie können insbesondere:**

- **Schutzanordnungen**
- **die Zuweisung der Wohnung zur alleinigen Nutzung**
- **das alleinige Sorgerecht/Aufenthaltsbestimmungsrecht für die Kinder**
- **die Aussetzung/Beschränkung des Umgangsrechts bei Gericht beantragen.**

Zusätzlich haben Sie einen Anspruch auf Schadensersatz und Schmerzensgeld. Schutzanordnungen und die Zuweisung der Wohnung zur alleinigen Nutzung sind Maßnahmen des Gewaltschutzgesetzes. Die Möglichkeiten des Gesetzes können alle nutzen.

## **Zuweisung der Wohnung zur alleinigen Nutzung**

Sie können verlangen, die gemeinsam genutzte Wohnung zur alleinigen Nutzung überlassen zu bekommen. Selbst wenn Sie bereits aus der gemeinsamen Wohnung geflüchtet sind, besteht dazu die Möglichkeit. Sie müssen aber innerhalb von drei Monaten nach der Tat die Überlassung der Wohnung von Ihrem (Ex-)Partner schriftlich verlangen, beziehungsweise innerhalb dieser Frist den Antrag bei Gericht geltend machen. Den Antrag können Sie immer stellen, wenn Sie von Ihrem (Ex-)Partner misshandelt wurden oder werden.



Dies gilt unabhängig davon, ob sie verheiratet sind oder nicht und auch unabhängig davon, ob Ihr (Ex-)Partner alleine oder sie beide gemeinsam den Mietvertrag für die Wohnung unterschrieben haben oder ob die Wohnung Ihrem Partner oder Ihnen beiden gehört. Wenn Sie alleinige Mieterin oder Eigentümerin der Wohnung sind, geschieht die Zuweisung ohne Befristung. Wenn Sie nicht Mieterin oder (Mit-)Eigentümerin der Wohnung sind, können Sie die Wohnung für bis zu sechs Monate zugewiesen bekommen. Sie müssen aber damit rechnen, eine finanzielle Vergütung (zum Beispiel Miete) an den Eigentümer/Mieter zahlen zu müssen. Die Frist kann noch einmal um bis zu sechs Monate verlängert werden.

## Schutzanordnungen

**Das Gericht kann zu Ihrem Schutz auch weitere Maßnahmen gegenüber dem Täter anordnen. Diese können beinhalten, dass Ihr (Ex-)Partner**

- Ihre Wohnung nicht betreten darf
- sich Ihrer Wohnung nicht nähern darf
- sich nicht an Orten aufhalten darf, an denen Sie sich regelmäßig aufhalten (z. B. Arbeitsplatz, Kindergarten)
- keinen Kontakt zu Ihnen aufnehmen darf, sei es persönlich, telefonisch, per SMS oder E-Mail

Diese Schutzanordnungen werden regelmäßig befristet, können aber auf Antrag verlängert werden.

## Wohin muss ich mich wenden?

Um eine Schutzanordnung zu bekommen, wenden Sie sich an Ihr örtlich zuständiges Amtsgericht. Dort sind die Familiengerichte zuständig. Das Gericht wird grundsätzlich auf Ihren Antrag hin tätig. Den Antrag können Sie mit Unterstützung einer Rechtsanwältin/eines Rechtsanwaltes oder selbst bei der Rechtsantragsstelle des Amtsgerichtes stellen. Wenn Sie kein eigenes oder nur ein sehr geringes Einkommen haben, können Sie Verfahrenskostenhilfe in Anspruch nehmen. Je nach Einkommenssituation kommen keine oder nur geringe Kosten auf Sie zu.

## Wie schnell entscheidet das Gericht?

In Fällen häuslicher Gewalt liegt aufgrund der bestehenden Beziehung meist eine fortdauernde Gefährdung vor. Ist dies der Fall, können Sie die Schutzanordnung im Eilverfahren beantragen. Einem solchen Antrag kann innerhalb von circa 24 Stunden entsprochen werden. In diesem Verfahren kann davon abgesehen werden, Ihren (Ex-)Partner anzuhören. Es kommt in der Regel erst zu einem späteren Zeitpunkt zu einem Erörterungstermin. Um eine Schutzanordnung zu bekommen, müssen Sie Ihr Anliegen überzeugend vortragen. Hierzu müssen Sie die Misshandlungen, Verletzungen, Bedrohungen oder Belästigungen Ihres (Ex-)Partners glaubhaft machen, indem Sie sie genau schildern, möglichst mit Datum, Uhrzeit und genauer Beschreibung des Hergangs. Auch wenn es schwer fällt: Versuchen Sie dabei so konkret und ausführlich wie möglich zu sein. Sie sollten diese Schilderung als eidesstattliche Erklärung abgeben. Welche Form für diese Versicherung an Eides statt nötig ist, erfragen Sie bei Ihrer Rechtsanwält-

tin/Ihrem Rechtsanwalt oder auf der Rechtsantragsstelle des Amtsgerichtes. In der Regel wird an die Schilderung des Tathergangs im Antrag folgende Formel angehängt: „Ich, (Ihr Name), versichere dies, belehrt über die Strafbarkeit der Abgabe einer falschen eidesstattlichen Versicherung, an Eides statt.“ Über diese eidesstattliche Erklärung hinaus ist es gut, wenn Sie zusätzliche Beweise (Polizeiberichte, Zeuginnen, ärztliche Atteste oder Ähnliches) haben. Informieren Sie sich bei Ihrer Rechtsanwältin/Ihrem Rechtsanwalt oder der Rechtsantragstelle des Amtsgerichts darüber, wie Sie die Entscheidung über Ihren Antrag erhalten und wie die Zustellung an Ihren (Ex-)Partner erfolgt. Das Gericht kann anordnen, dass die Schutzanordnung auch zu vollziehen ist, bevor sie an Ihren (Ex-)Partner zugestellt wurde. Damit wird sichergestellt, dass die Schutzmaßnahme auch bei Abwesenheit Ihres Partners vollzogen werden kann.

## **Was passiert, wenn sich mein (Ex-)Partner nicht an die Schutzanordnung hält?**

Falls Ihr Partner gegen die Schutzanordnung verstößt, können Sie – ohne erneut ein Verfahren bei Gericht anstrengen zu müssen – eine Gerichtsvollzieherin/einen Gerichtsvollzieher hinzuziehen, die/der die Schutzanordnung erneut vollstreckt. Die Gerichtsvollzieherin/der Gerichtsvollzieher kann gegen Ihren (Ex-)Partner unter Zuhilfenahme der Polizei einschreiten. Daneben haben Sie die Möglichkeit, bei Gericht die Verhängung von Ordnungsgeld oder Ordnungshaft zu beantragen. Verstoßen Täter gegen die gerichtlichen Schutzanordnungen, machen sie sich außerdem strafbar. Sie sollten die Polizei von einem Verstoß gegen eine Schutzanordnung unterrichten, damit sie ein Strafverfahren gegen Ihren (Ex-)Partner einleiten kann.

# Was können die Polizei und die Justiz für mich tun?

## Im Notfall 110

Scheuen Sie sich nicht, bei gewalttätigen Konflikten mit ihrem Partner über die Telefonnummer 110 die Polizei zu Ihrem Schutz zu benachrichtigen. In akuten Gefahrensituationen ist es die Aufgabe der Polizei, den Schutz vor Gewalt zu gewährleisten. Sie ist verpflichtet, aufgrund des Notrufes zu kommen und kann weitere Gewalttaten verhindern.

Die Polizei wird Sie dann möglichst getrennt voneinander befragen und Sie können die Situation erklären; schildern Sie, was vorgefallen ist, berichten Sie über Verletzungen, die vielleicht nicht offen sichtbar sind, benennen Sie nach Möglichkeit Zeugen.

Sie haben auch die Alternative, unter polizeilicher Begleitung den Tatort zu verlassen, um sich in Sicherheit zu bringen, z. B. in ein Frauenhaus.

## Polizeiliche Wegweisung

**Wegweisung und Betretungsverbot können bis zu 14 Tage dauern, wenn Gefahr besteht, dass der Täter Ihnen und/oder Ihren Kindern gegenüber erneut gewalttätig wird.**

Die Polizei kann den Täter aus der Wohnung wegweisen, ihm den Schlüssel abnehmen und ihm das weitere Betreten der Wohnung verbieten. Diese Wegweisung und das Betretungsverbot können bis zu 14 Tage dauern, wenn die Gefahr besteht, dass der Täter Ihnen und/oder Ihren Kindern gegenüber erneut gewalttätig wird.

Darüber hinaus kann die Polizei dem Täter untersagen, sich Ihnen zu nähern und Kontakt mit Ihnen aufzunehmen. Dieses Verbot kann sich auch auf Orte beziehen, an denen Sie sich aufhalten müssen (z. B. Arbeitsstelle). Wenn die Polizei Ihren Partner der Wohnung verweist,



# 110

**Notfallnummer der Polizei**

**Hier erhalten Sie Soforthilfe  
rund um die Uhr**

informiert sie hierüber auch eine Frauenberatungsstelle in Ihrer Nähe. Die Beratungsstelle wird sich dann von sich aus mit Ihnen in Verbindung setzen, Ihnen Hilfe und Unterstützung anbieten und Sie über Ihre rechtlichen Möglichkeiten informieren.

## Anzeige

Gewalt von Männern gegen (Ehe)-Frauen ist gesetzeswidrig und als (schwere oder gefährliche) Körperverletzung, Vergewaltigung, Nötigung oder Bedrohung strafbar.

Wenn Sie Opfer einer Straftat geworden sind, können Sie mündlich eine Strafanzeige bei der Polizei erstatten. Auch andere Menschen, die von den Straftaten Ihres Partners wissen, können Anzeige erstatten. Sie können Ihre Strafanzeige aber auch direkt bei der Staatsanwaltschaft erstatten. Hier empfiehlt es sich, dies schriftlich zu tun.

Bei der Anzeige berichten Sie, was Ihnen geschehen ist. Sie müssen dort die Vorfälle mit Tag, Uhrzeit, Tathergang schildern, hilfreich ist die Benennung von möglichen Zeuginnen und Zeugen, sowie weiteren Beweismitteln wie z. B. einem ärztlichen Attest oder Fotos der Verletzungen. Sie haben auch die Möglichkeit, Verletzungen rechtsmedizinisch zum Beweis sichern zu lassen.

Hier kann Ihnen die Beratungsstelle weiterhelfen.

Wenn Sie wünschen, können Sie auch eine Person Ihres Vertrauens zur Anzeigeerstattung mitnehmen.

## Was kommt nach einer Anzeige?

**Schreiben Sie  
ein Gedächtnis-  
protokoll über  
die Vorfälle**

Nachdem eine Tat angezeigt ist, ermitteln Polizei und Staatsanwaltschaft. Das bedeutet vor allem, dass alle Beteiligten zum Sachverhalt gehört werden. Da es regelmäßig, außer Ihnen, keine Zeuginnen oder Zeugen für die Tat gibt, kommt Ihrer Aussage große Bedeutung zu: Berichten Sie von Beginn an über alle bisherigen Gewalttaten und auch Bedrohungen durch Ihren Partner. Nennen Sie alle Personen, die vom Tatgeschehen gesehen oder gehört haben könnten, legen Sie – wenn möglich – ärztliche Atteste über (auch ältere) Verletzungen und Folgen vor. Schreiben Sie ein Gedächtnisprotokoll über die Vorfälle; notieren Sie darin die genauen Umstände (Datum, Zeit, Zeugen), weitere Bedrohungen oder Gewalthandlungen. Ihre Unterlagen helfen Ihnen in späteren Gerichtsprozessen. Aber auch die Einsatzberichte der Polizei über vorangegangene Streitigkeiten sind sehr bedeutend. Ihr (Ex-)Partner wird dann zu den Vorwürfen befragt. Danach entscheidet die Staatsanwaltschaft, wie das Verfahren weiterläuft. Diese Entscheidung hängt in erster Linie von dem Ergebnis der Ermittlungen, insbesondere davon welche Beweismittel ihr zur Verfügung stehen, und auch von der Schwere der Straftat ab.

## Strafrechtliches Verfahren der Staatsanwaltschaft

In „weniger gravierenden“ Fällen der häuslichen Gewalt kann die Staatsanwaltschaft den Täter anweisen, an einem sozialen Trainingskurs teilzunehmen. Dort kann er lernen, sein Verhalten zu ändern und seine Selbstkontrolle zu verbessern. Erfüllt Ihr Partner diese Auflage, kann die Staatsanwaltschaft das Strafverfahren gegen ihren Partner einstellen. Erfüllt Ihr Partner diese Auflage nicht, wird das Strafverfahren fortgeführt.

In schweren Fällen der häuslichen Gewalt, in denen eine Verurteilung des Beschuldigten hinreichend wahrscheinlich ist, erhebt die Staatsanwaltschaft Anklage und es schließt sich eine mündliche Verhandlung vor dem Amts- oder Landgericht an, in der Sie selbst dann Zeugin sind. Sie haben darüber hinaus in der Regel die Möglichkeit, Nebenklägerin (siehe weiter unten) zu sein und am Prozess aktiv teilzunehmen. In der mündlichen Verhandlung werden zunächst alle Zeugenaussagen gehört und Beweismittel vorgetragen. Zum Abschluss gibt es ein richterliches Urteil. Als Zeugin werden Sie zu einem Verhandlungstermin geladen und müssen grundsätzlich aussagen. Nur als Verwandte, Verlobte, Ehefrau oder geschiedene Frau des Angeklagten, haben Sie das Recht, das Zeugnis (das heißt die Aussage) zu verweigern. In den meisten Fällen sind Sie sicherlich die Hauptbelastungszeugin, da Gewalt in Beziehungen selten stattfindet, wenn andere dabei sind. Ihre Aussage ist also besonders wichtig für die Strafverfolgung.

**Wenn die Staatsanwaltschaft Anklage erhebt, sind Sie in den meisten Fällen eine wichtige Zeugin und können Unterstützung erhalten.**

## Unterstützung beim Prozess

Es ist wichtig, sich auf die Verhandlung vorzubereiten. Viele Frauen fürchten sich vor der erneuten Begegnung mit dem Täter. Die oft schmerzhaften Erlebnisse noch einmal in der meist unpersönlichen, vielfach einschüchternden Atmosphäre eines Gerichtssaals schildern zu müssen, ist für die meisten Frauen eine große Belastung. Sie müssen das nicht allein durchstehen. Es gibt die folgenden Möglichkeiten:

## Prozessvorbereitung und -begleitung

Seit Jahren arbeiten Frauenberatungsstellen und Frauennotrufe mit Frauen, die Gewalt erlebt haben. Jede Frau wird darin unterstützt, ihren ganz persönlichen Weg zu

finden. Die Frauenberatungsstellen bieten Ihnen an, Sie auf Ihrem Weg - egal welchem - zu unterstützen: Ihre Beraterin ist für alle Ihre Fragen und Ängste offen und steht Ihnen zur Seite. Diese Unterstützung ist für viele Frauen gerade auch wichtig, um die z. T. langen Zeiten zu überbrücken, die so ein Verfahren mit sich bringen kann. Die Befürchtungen, schmerzhaften Erinnerungen und Zweifel, die dann oft kommen, sind alleine schwer auszuhalten. Die ausgebildeten Beraterinnen werden mit Ihnen Möglichkeiten finden, Ihren inneren und äußeren Druck zu vermindern.

## Psychosoziale Prozessbegleitung

Eine weitere Möglichkeit ist die Beiordnung einer psychosozialen Prozessbegleitung. Dies ist eine besondere Form der Begleitung von Opfern während des Strafverfahrens, die weder eine rechtliche Beratung beinhaltet, noch der Aufklärung der Straftat dient. Es ist eine kostenlose Begleitung und Unterstützung durch eine professionelle Fachkraft von der Anzeigenerstattung bis zum Abschluss des Verfahrens. Die Aufgaben bestehen darin, Sie während des gesamten Strafverfahrens als AnsprechpartnerIn zu unterstützen. Diese Person wird Ihnen den genauen Ablauf des Verfahrens vorab erklären, Sie über Ihre Rechte und Pflichten informieren, sie darf zu Vernehmungen begleiten und in der Hauptverhandlung an Ihrer Seite anwesend sein. Die Ansprechpartnerinnen/Ansprechpartner für dieses Angebot in Ihrer Region finden Sie auf den letzten Seiten dieser Broschüre.

## Nebenklage

Als Opfer bestimmter Straftaten steht Ihnen das Recht der Nebenklage zu. Dadurch haben Sie die Möglichkeit, selbst oder durch eine Rechtsanwältin/einen Rechtsanwalt



als Nebenklägerin aktiv an dem Strafprozess teilzunehmen. Sie können eine Rechtsanwältin/einen Rechtsanwalt mit der Übernahme der Nebenklagevertretung beauftragen. Diese/dieser wird dann auch die Zulassung der Nebenklage beantragen.

Als Nebenklägerin stehen Ihnen zahlreiche Rechte zu: Sie erhalten z. B. dasselbe Fragerecht wie die anderen Prozessbeteiligten, Sie werden immer zu den Verhandlungsterminen geladen, Sie können an der gesamten Verhandlung teilnehmen, auch wenn die Öffentlichkeit ausgeschlossen ist. Dieses Recht steht Ihnen auch dann zu, wenn Sie Nebenklagebefugte sind, die Nebenklage jedoch nicht beantragt haben. Ihre Rechtsanwältin/Ihr Rechtsanwalt kann die Verfahrensakten einsehen, das heißt, Sie erfahren, was ermittelt wurde und zur Verhandlung kommt. Die Rechtsanwältin/der Rechtsanwalt kann Ihre Rechte im Prozess geltend machen, zum Beispiel Beweisanträge stellen und Anordnungen oder Fragen der anderen beanstanden, um Sie als Zeugin bei der Aussage zu schützen und zu unterstützen.

Die Kosten der Nebenklage können in bestimmten Fällen der Staatskasse auferlegt werden. Das kann z. B. bei Opfern von Sexualdelikten der Fall sein. Wenn Sie über ein geringes oder kein Einkommen verfügen, wird Prozesskostenhilfe gewährt.

**Als Nebenklägerin  
stehen Ihnen  
zahlreiche Rechte zu.**

## Was können VertreterInnen medizinischer Berufe für mich tun?



Gewalt schadet immer der Gesundheit der Opfer. Die Bandbreite der Auswirkungen reicht von deutlich sichtbaren Verletzungen, wie zum Beispiel Knochenbrüchen, Prellungen, Platz-, Stich- und Brandwunden bis hin zu Schlaf- und Essstörungen, Depressionen, Ängsten und anderen posttraumatischen Belastungsstörungen. Früher oder später suchen fast alle Betroffenen ihre Ärztin /ihren Arzt oder eine sonstige medizinische Einrichtung auf. Natürlich hat hier die Versorgung akuter Verletzungen absoluten Vorrang. Für eine optimale Behandlung Ihrer Beeinträchtigungen kann es wichtig sein, dass Sie der behandelnden Ärztin/dem behandelnden Arzt oder dem Pflegepersonal oder vielleicht der Apothekerin/dem Apotheker erzählen, woher Ihre Verletzungen stammen. Sie sollten mit Ihrer Situation vor allem ernst genommen und keinesfalls unter Druck gesetzt werden. Ihre Ärztin/Ihr Arzt wird nicht Ihr Problem lösen, aber sie oder er kann Ihnen Hilfe anbieten.

## Schnelle und sachgerechte Dokumentation der Verletzungsfolgen:

### Universitätsklinikum Schleswig-Holstein (UKSH)

- Standort Kiel: 0431-500 15901
- Standort Lübeck: 0451-500 15951

### Universitätsklinikum Eppendorf (UKE)

- Standort Hamburg: 040-7410 52127

## Dokumentation der Verletzungen

Neben einer einfühlsamen Behandlung und der zweckmäßigen Versorgung und Therapie können Medizinerinnen/Mediziner jedoch auch einen weiteren wichtigen Beitrag leisten, nämlich der Dokumentation der Verletzungen. Diese Dokumentation macht die Angaben zu dem Geschehenen überprüfbar. Dies kann für ein strafrechtliches (Anzeige) aber auch zivilrechtliches Vorgehen (Schadenersatz, Schmerzensgeld) von Bedeutung sein und stärkt Ihre Position. Insofern kann die genaue Dokumentation Ihrer Verletzungen wichtig für Gerichtsverfahren sein oder auch zur Vorlage bei Ämtern im Rahmen der Aufenthaltsgesetzes. Sollten Sie eine Anzeige gegen den Misshandler in Erwägung ziehen, hätten Sie damit einen sachlichen Beweis für einen Gerichtsprozess. Dabei ist entscheidend, dass die Verletzungen zeitnah und sachkundig beschrieben und vielleicht auch fotografiert werden. Bislang wurde dazu häufig auf ein ärztliches Attest der behandelnden Ärztin/des Arztes verwiesen. Dies können Ärztinnen und Ärzte jedoch aus verschiedenen Gründen nicht immer leisten. Daher gibt es die Möglichkeit der Dokumentation über die Rechtsmedizin: Diese Möglichkeit besteht an den Universitätskliniken Schleswig-Holstein und Eppendorf. Dort arbeiten Ärztinnen und Ärzte, die speziell für die Dokumentation und Interpretation von Verletzungen sowie für die

**Am Institut für Rechtsmedizin im Universitätsklinikum Schleswig-Holstein oder am Universitätsklinikum Eppendorf können Sie sich kostenfrei untersuchen und die Beweise für eine gerichtsfeste Dokumentation sichern lassen. Vereinbaren Sie kurzfristig einen Termin!**

Sicherung von Spuren nach Gewalttaten ausgebildet sind. Dieser Befund hat dann auch Bestand vor Gericht. Sie können sich dort kostenfrei untersuchen und die Beweise für eine Dokumentation sichern lassen. Dazu müssen Sie kurzfristig einen Termin vereinbaren (S. 27 oben). Auch die Rechtsmedizinerinnen/Rechtsmediziner unterliegen der ärztlichen Schweigepflicht und werden gegen Ihren Willen weder die Polizei einschalten noch den erhobenen Befund weitergeben. Den Kontakt zur Rechtsmedizin kann auch ihre behandelnde Ärztin/ihr Arzt herstellen.

## Vertrauliche Spurensicherung

Vielen Frauen fällt es unmittelbar nach der Tat oft schwer, eine Entscheidung für oder gegen eine Strafanzeige zu treffen. Vielleicht erscheint es Ihnen im Moment auch nicht so wichtig. Das kann sich in den folgenden Monaten aber ändern. Eine gute Befundung bzw. Dokumentation lässt sich dann jedoch nicht nachholen. Um diesen Weg zu einem späteren Zeitpunkt noch nutzen zu können, ist es wichtig, die nur in einem kurzen Zeitraum nach der Tat nachweisbaren Spuren gerichtsverwertbar zu sichern. Diese Möglichkeit besteht durch die **vertrauliche** Spurensicherung ebenfalls an den Universitätskliniken Schleswig-Holstein und Eppendorf. Vereinbaren Sie kurzfristig einen Termin. Auch diese Untersuchung und Beweissicherung ist für Sie kostenfrei und die Rechtsmedizinerinnen/Rechtsmediziner unterliegen der ärztlichen Schweigepflicht.



# Wo kann ich wohnen?

## Frauenhaus

Wenn Sie direkt vor der Gewalt Ihres Partners fliehen müssen, können Sie versuchen, bei Freundinnen, Kolleginnen oder Verwandten unterzukommen oder sich an ein Frauenhaus wenden. Frauenhäuser können Sie Tag und Nacht erreichen, die Telefonnummern für Ihren Ort finden Sie auf den letzten Seiten dieser Broschüre. Die Adressen sind zum Schutz der Frauen geheim. Wenn Sie anrufen und ein Platz frei ist, wird ein Treffpunkt vereinbart. Ist kein Platz mehr frei, können Sie Telefonnummern von Frauenhäusern in der Umgebung erfragen. Im Frauenhaus werden Frauen mit ihren Kindern aufgenommen. Sie treffen dort mit anderen Frauen zusammen und organisieren gemeinsam den Tagesablauf. Es gibt ausgebildete und kompetente Mitarbeiterinnen, die Sie beraten und unterstützen. Sie können von dort alles Weitere in die Wege leiten, zu Ihrer Arbeit gehen, wenn dies für Sie sicher ist und den Schul- oder KiTa-Besuch Ihrer Kinder regeln.

## Gemeinsame Wohnung

Für viele Frauen, gerade auch mit Kindern, wäre es die beste Lösung, wenn der gewalttätige Partner die gemeinsame Wohnung verließ. In den seltensten Fällen sind die Täter jedoch von sich aus dazu bereit. Sie haben die Möglichkeit, bei Gericht einen Antrag auf Überlassung der gemeinsam genutzten Wohnung zu stellen. Wie das Verfahren läuft und was Sie beachten müssen, können Sie ab Seite 16 der Broschüre nachlesen.

## Neue Wohnung

Um eine neue Wohnung für sich (und Ihre Kinder) zu finden, gibt es verschiedene Möglichkeiten:

- Wenden Sie sich ans Wohnungsamt
- Beantragen Sie gegebenenfalls einen Wohnberechtigungsschein
- Studieren Sie die Anzeigen in der Zeitung, vielleicht geben Sie selber eine Anzeige auf (für Ihren Schutz kann eine Chiffreanzeige sinnvoll sein)
- Informieren Sie Ihre Vertrauten über Ihre Wohnungssuche
- Eventuell können Sie sich an eine Maklerin wenden

Unter bestimmten Voraussetzungen übernimmt das Jobcenter /Sozialamt Umzugskosten, Kautions- und/oder Maklergebühren. Erkundigen Sie sich vorher, ob dies in Ihrem Fall möglich ist. Beachten Sie dabei die vorgegebenen Mietpreise und Quadratmetergrenzen.

## Auskunftssperre

Es kann zu Ihrem Schutz notwendig sein, die Anschrift Ihrer neuen Wohnung geheim zu halten. Zu diesem Zweck können Sie beim Einwohnermeldeamt oder im Bürgerbüro des Stadtteils, in dem Sie wohnen (Telefonbuch Stichwort: Stadtverwaltung), eine Auskunftssperre beantragen.

Sie müssen dafür glaubhaft machen, dass eine Gefahr für Leben, Gesundheit oder persönliche Freiheit für Sie (und/oder Ihre Kinder) besteht, wenn die Anschrift weitergegeben wird. Sie können dazu eine eidesstattliche Erklärung abgeben. Das Einwohnermeldeamt darf dann Ihre Anschrift nicht herausgeben. Beachten Sie, dass der Antrag verlängert werden muss, bevor die vorgegebene Frist abgelaufen ist. Einen entsprechenden Antrag gibt es für andere offizielle Einrichtungen und Behörden oder auch Anwältinnen/Anwälte nicht. Sie müssen deshalb in jedem Einzelfall darauf hinwirken, dass Ihre Daten geheim gehalten werden.

# Wovon soll ich leben?

Viele Männer setzen ihre Frauen damit unter Druck, dass sie behaupten: „Von mir kriegst du nichts“ oder „Du hast ja nichts und wirst auch nichts kriegen“. Um diesen Fehlaustritten entgegenzuwirken, werden kurz die verschiedenen Möglichkeiten aufgezeigt. In vielen Fällen kann eine Alleinerziehende den Familienunterhalt nicht nur aus einer Quelle bestreiten.

**Klären Sie, welche Möglichkeiten für Ihre jeweilige Situation in Frage kommen. Eine individuelle Beratung und Unterstützung durch eine Beratungsstelle oder eine Rechtsanwältin/einen Rechtsanwalt ist in den meisten Fällen sinnvoll.**

## Eigenes Einkommen

Für Frauen, die ein eigenes Einkommen haben (auch Arbeitslosengeld I = ALG I), verändert sich zunächst nichts. Sie sollten in jedem Fall über ein eigenes Konto verfügen und Ihre Arbeitgeberin/Ihren Arbeitgeber oder die für ALG I zuständige Stelle darüber informieren, dass das Geld dorthin überwiesen wird. Für die Änderung der Steuerklasse bleibt genügend Zeit, sich eingehender zu informieren. Eventuell ist bei geringem Einkommen Wohngeld und/oder ein Kinderzuschlag zu beantragen.

## Ehegattenunterhalt

Beim Ehegattenunterhalt wird zwischen Unterhalt bei Getrenntleben und nachehelichem Unterhalt unterschieden.

Der Unterhalt zumindest im ersten Trennungsjahr entspricht grundsätzlich den Absprachen, die zwischen den Eheleuten während der Ehezeit getroffen worden sind. Waren Sie also nicht berufstätig, müssen Sie auch nach der Trennung grundsätzlich nicht berufstätig sein. Hier müssen Sie einen begründeten Unterhaltsanspruch haben (z. B. Erziehung minderjähriger Kinder bis zum 3. Geburtstag, danach in begründeten Einzelfällen, Krankheit ...). Außerdem muss ihr Mann in der Lage sein, Unterhalt zu zahlen. Sie sind nur dann verpflichtet, eigenes Geld zu verdienen, wenn dies von Ihnen nach Ihren

persönlichen Verhältnissen erwartet werden kann. Lassen Sie sich für Ihren persönlichen Fall unbedingt entsprechend beraten. Als ganz grobe Richtlinie können Sie Folgendes ansehen: Von der so errechneten Differenz stehen Ihnen **drei Siebtel** zu.

Ihr Mann hat jedoch, wenn er arbeitet, einen Anspruch auf einen Selbstbehalt. Wegen einer detaillierten und endgültigen Unterhaltsberechnung wenden Sie sich unbedingt an eine Rechtsanwältin/einen Rechtsanwalt (gegebenenfalls Anspruch auf Beratungs-

kostenhilfe). Theoretisch würde es reichen, wenn Sie und Ihr Mann sich – ohne rechtliche Unterstützung – einvernehmlich auf den Ehegattenunterhalt einigen. Bei Gewalt in Beziehungen ist aber meistens keine Basis vorhanden, den Unterhalt gemeinsam zu klären. Wenden Sie sich spätestens dann an eine Rechtsanwältin/einen Rechtsanwalt, wenn Sie Ihren Anspruch einklagen müssen. Vielleicht gibt es für Sie auch die Möglichkeit, Notunterhalt mit einer einstweiligen Anordnung durchzusetzen.

- + Beide Bruttoeinkommen
- minus Steuern
- minus Sozialabgaben
- minus berufsbedingte Aufwendungen
- minus Altersvorsorge
- minus Kindesunterhalt
- = Differenz

## Noch drei wichtige Anmerkungen:

- **Unterschreiben Sie niemals unbedacht beziehungsweise ohne den Rat einer Fachkraft, dass Sie auf Unterhalt verzichten.**
- **Unterhalt kann grundsätzlich nicht rückwirkend beansprucht werden. Informieren Sie sich also umgehend, wie Sie ihn richtig geltend machen können.**
- **Sammeln Sie - wenn es geht - alle erforderlichen Unterlagen zur Einkommensberechnung (gegebenenfalls in Kopie).**

## Arbeitslosengeld II (ALG II), Sozialgeld und Sozialhilfe

Unterhaltsansprüche gegenüber Ihrem getrennt lebenden oder geschiedenen Ehemann sind grundsätzlich vor anderen staatlichen Leistungen geltend zu machen. Sollten Sie mit diesem Unterhalt unterhalb der Bedarfsgrenze liegen, können Sie ergänzende staatliche Hilfe beantragen. In der Regel stellen Sie einen Antrag auf ALG II.

### **Voraussetzungen dafür sind, dass Sie**

- **die gesetzlich festgelegte Altersgrenze für den Bezug von Altersrente zwischen 65 und 67 noch nicht erreicht haben. (Danach steht Ihnen dann Sozialhilfe zu.)**
- **nicht dauernd erwerbsunfähig sind. (Ansonsten käme auch hier Sozialhilfe in Frage.)**
- **für mindestens drei Stunden am Tag arbeitsfähig eingestuft werden. (Anderenfalls kommt hier Sozialhilfe in Betracht.)**

Einmalige Hilfen wie Umzugskosten, Mietkaution und Maklerkosten können auf Antrag übernommen werden. Wichtig ist es, die Kostenübernahme mit der bewilligenden Stelle vorher zu klären.

# Alg II

Mitglieder der Bedarfsgemeinschaft

Kunden-Nr.

Name



## Noch eine Anmerkung:

**Bitte informieren Sie umgehend die bewilligende Stelle, wenn die Bedarfsgemeinschaft nicht mehr besteht. Das entsprechende Geld sollte dann unbedingt auf Ihr Konto überwiesen werden. Dies kann nach einer Wohnungsverweisung durch die Polizei wichtig sein, in jedem Fall aber grundsätzlich, sobald Sie sich getrennt haben.**

## Wohngeld

Wohngeld (Zuschuss zu Miet- und Nebenkosten) können Sie - in Ergänzung zum eigenen Einkommen - bei ihrer Stadt- oder Kreisverwaltung beantragen. Klären Sie dort, ob und in welcher Höhe Sie etwas bekommen. Sollten Sie ALG II oder sonstige Grundsicherungsleistungen erhalten, ist ein zusätzlicher Wohngeldanspruch ausgeschlossen.

## Kindesunterhalt

Wenn Ihre Kinder bei Ihnen leben, haben Sie Anspruch auf Kindesunterhalt. Die sogenannte Düsseldorfer Tabelle zeigt Richtwerte über die Höhe des Unterhalts. Diese Werte werden dynamisch angepasst. Die aktuellen Zahlen können Sie erfragen oder im Internet unter **[www.olg-duesseldorf.nrw.de](http://www.olg-duesseldorf.nrw.de)** finden. Sollte der Vater des Kindes nicht oder nur unregelmäßig zahlen (können), wenden Sie sich an die für Sie zuständige Unterhaltsvorschusskasse des Jugendamtes. Bis zu ihrem 12. Geburtstag können Kinder ohne zeitliche Einschränkung Unterhaltsvorschuss erhalten. Die Vorschusskasse wendet sich dann an den verpflichteten Vater wegen der Rückerstattung. Kinder im Alter von zwölf Jah-

## Seit 01.01.2018 gelten folgende Sätze:

Regelsatz	416,- €
Kinder von 0 - 5 Jahren	240,- €
Kinder von 6 - 13 Jahren	296,- €
Kinder von 14 - 17 Jahren	316,- €
Volljährige von 18 - 24 Jahren	332,- €

Mehrbedarf für Alleinerziehende je nach Anzahl und Alter der zu betreuenden Kinder zwischen 12 % und 60 % der maßgeblichen Regelleistung zzgl. Kosten für Unterkunft und Heizung

ren bis zum vollendeten 18. Lebensjahr können ebenfalls Unterhaltsvorschuss erhalten. Fragen Sie bitte bei der Unterhaltsvorschusskasse nach den Voraussetzungen. Denken Sie auch daran, Ihre Familienkasse über die neue Situation zu informieren, damit das Kindergeld direkt an Sie überwiesen wird. Sie müssen dazu schriftlich, mit Angabe der Kindergeldnummer, mitteilen, wohin das Kindergeld zukünftig überwiesen werden soll. Der Vater des Kindes hat dann das Recht, einen Anteil des Kindergeldes von seinen Unterhaltsverpflichtungen abzuziehen. Die genaue Anteilshöhe können Sie bei Ihrer Anwältin/Ihrem Anwalt erfragen.

## Kinderzuschlag

Der Kinderzuschlag wird an erwerbstätige Eltern oder Alleinerziehende für das in ihrem Haushalt lebende Kind gezahlt, wenn sie mit ihrem Einkommen zwar den eigenen Bedarf decken können, nicht aber den ihrer Kinder. Der Kinderzuschlag muss schriftlich bei der örtlich zuständigen Familienkasse bei der Bundesagentur für Arbeit beantragt werden.

## Leistungen für Bildung und Teilhabe

Empfängerinnen von Kinderzuschlag und Wohngeld können auch sogenannte Leistungen zu Bildung und Teilhabe für ihre Kinder beantragen. Dies sind Kita- und Klassenfahrten, Beförderungskosten zur Schule, Lernförderungskosten sowie Zuschüsse zur Mittagsverpflegung, für Schulbedarf, für Vereinsbeiträge oder für Musikschulen. Fragen Sie hierzu in Ihrer Stadt- oder Kreisverwaltung nach; wer zuständig ist, ist unterschiedlich geregelt.

# Was wird mit den Kindern?

## Gemeinsames Sorgerecht

Bei Trennung/Scheidung haben alle Eltern weiterhin das gemeinsame Sorgerecht, außer sie sind nicht verheiratet und haben keine gemeinsame Sorgeerklärung abgegeben. Gemeinsames Sorgerecht bedeutet dann, dass Sie weiterhin in Fragen von grundsätzlicher Bedeutung mit dem Vater des Kindes Einigkeit erzielen müssen. Gemeinsam geklärt werden muss der Aufenthalt des Kindes, das heißt, bei wem und in welcher Stadt es lebt, welchen Kindergarten/welche Schule es besucht, welche teuren Freizeitbeschäftigungen (Hobbys, Urlaube) es ausüben darf. Falls Sie sich nicht einig werden, können Sie die beratende Unterstützung des Jugendamtes oder einer Beratungsstelle (z. B. einer Erziehungsberatungsstelle, die in der Regel mit diesen Beratungen beauftragt worden sind) in Anspruch nehmen.

Wenn beide Elternteile es wollen, kann zur Klärung eine Mediation (Verfahren zur Streitschlichtung) hilfreich sein. Adressen von Mediationsangeboten erhalten Sie zum Beispiel bei einer Frauenberatungsstelle in Ihrer Nähe. Wenn die Mediation zu keinem Ergebnis führt oder wenn Sie weiter vom Vater des Kindes bedroht, misshandelt oder geschlagen werden, gibt es keine außergerichtliche Möglichkeit der Einigung. Dann bleibt nur noch die Möglichkeit, die zu klärenden Fragen mit Hilfe einer Rechtsanwältin/eines Rechtsanwaltes durch einen Antrag beim Familiengericht entscheiden zu lassen. Wenn Ihr Kind bei Ihnen lebt, haben Sie in Angelegenheiten des täglichen Lebens (vor allem: Organisation der Betreuung und des Alltags des Kindes) die alleinige Entscheidungsbefugnis.





## Alleiniges Sorgerecht

Wenn Sie bisher das gemeinsame Sorgerecht ausüben, können Sie (mit Hilfe einer Rechtsanwältin/eines Rechtsanwaltes oder des Jugendamtes) beim Familiengericht einen Antrag auf alleiniges Sorgerecht stellen. Ob diesem Antrag stattgegeben wird, entscheidet sich grundsätzlich nach dem Kindeswohl.

### **Anmerkungen:**

- **Ein Antrag auf alleiniges Sorgerecht ist nur möglich, wenn Sie vom Vater des Kindes nicht nur vorübergehend getrennt leben.**

## Umgangsrecht (Besuchsrecht)

Jedes Kind hat das Recht auf Umgang mit jedem Elternteil.

- **Jedes Elternteil hat die Pflicht zum Kontakt mit dem Kind, aber auch das Recht dazu.**
- **Auch Großeltern, Geschwister oder andere enge Bezugspersonen des Kindes haben ein Umgangsrecht.**

Damit den Interessen des Kindes, aber auch den Schutznotwendigkeiten entsprochen werden kann, ist es wichtig, dass Sie mit der Mitarbeiterin/dem Mitarbeiter des Jugendamtes über Ihre Situation sprechen. Nur so können entsprechende Maßnahmen ergriffen werden. Nehmen Sie die Unterstützung der Mitarbeiterinnen der Frauenhäuser oder Frauenberatungsstellen (Adressen siehe Anhang), einer Erziehungsberatungsstelle oder des Verbandes allein erziehender Mütter und Väter in Anspruch.

Die Übergabe des Kindes kann auch an einem neutralen Ort und/oder durch eine dritte Person (z. B. eine Freundin/ein Freund, eine eine Nachbarin/ein Nachbar). Es gibt darüber hinaus die Möglichkeit des begleiteten Umgangs, einer begleiteten Übergabe des

Kindes oder eines kontrollierten Umgangs – also in verschiedenen Formen.

Fragen Sie bei Ihrem Jugendamt nach. Dies ist meistens der Fall, wenn das Elternteil das Kind während des Besuchs misshandelt hat. Ansonsten kann es für den Vater des Kindes nach Gewalttätigkeiten gegen die Mutter zu einem eingeschränkten Umgangsrecht in der Form des begleiteten Umgangs kommen. Dies ist ein spezielles Verfahren, bei dem das Kind seinen Vater nur im Beisein einer dritten neutralen Person trifft. Hierzu bieten verschiedene Träger der Jugendhilfe oder auch das Jugendamt selbst ein qualifiziertes Angebot. Es sollte dabei gewährleistet sein, dass Sie vor, während und nach diesen Kontakten nicht belästigt werden können (auch nicht in einer anderen Sprache!). Außerdem ist zu verhindern, dass Ihr Kind unbedarft Ihren anonymen Aufenthaltsort weitergibt. Es ist deshalb wichtig, dass die Mitarbeiter/innen, die den begleiteten Umgang durchführen, Ihre Gewalterfahrungen und Ihre Befürchtungen kennen.

# Was tun gegen Stalking?

**Unter Stalking verstehen wir das wiederholte, offene oder versteckte Nachstellen einer Person gegen deren erklärten Willen, wodurch deren Lebensgestaltung schwerwiegend beeinträchtigt werden kann.**

Solche Übergriffe kennen viele Frauen - seit jeher - nach einer Trennung. Seit auch viele Prominente Opfer von Stalkern wurden, ist die Öffentlichkeit aufmerksamer geworden. In den meisten Stalking-Fällen werden jedoch Frauen von den (Ex-)Männern belästigt oder sogar bedroht. Wichtiges Kennzeichen von Stalking ist, dass es sich nicht um einen einmaligen Übergriff handelt. Vielmehr kann das Opfer nie sicher sein, wann und wo wieder etwas passiert, und es kann nie darauf vertrauen, dass es für immer aufhört.

**Stalker nehmen Kontakt über Telefon, E-Mail, soziale Netzwerke, über Dritte, also die Familie, Freunde, den Arbeitgeber und so weiter auf durch:**

- unerwünschtes, oft permanentes Zuschicken von „Liebesnachrichten“ über verschiedene Medien oder auch beleidigende Zusendungen
- Telefonterror: Anrufen (auch auf Anrufbeantworter), ohne sich zu melden oder nur mit Stöhnen oder mit Beschimpfungen, Bedrohungen, Obszönitäten
- Bestellen von Waren, Abonnieren von Zeitschriften etc. unter dem Namen des Opfers
- Hinterlassen von Blumen oder Mitteilungen am Auto/Briefkasten
- häufige Präsenz in der Nähe der Wohnung oder Arbeitsstelle
- offensichtliche (umfassende) Kontrolle des Opfers und seines Umfeldes



- Cyberstalking in Form von gehässigen Einträgen in Internet-Foren oder Gästebüchern
- Schalten von falschen Anzeigen in Zeitungen (z. B. Hochzeits- oder Todesanzeige)
- Verleumdung/üble Nachrede im Freundeskreis oder bei der Arbeit
- Sachbeschädigungen wie Zerstechen der Autoreifen, Zerschlagen von Fensterscheiben
- Verfolgen (zu Fuß, mit dem Fahrrad/Motorrad/Auto)
- Gewalttätigkeiten von körperlichen Übergriffen bis hin zum Totschlag.

In allen Fällen haben Frauen berichtet, dass sie diese Übergriffe erst sehr spät ernst genommen haben. Mit Entschuldigungen wie: „Der wird es schon irgendwann verstehen lernen“, „So bekomme ich wenigstens mit, was bei ihm läuft“ haben sie oft längere Zeit versucht, das Stalken zu verharmlosen oder zu ignorieren. Allein die Befürchtung, dass es „sonst noch schlimmer werden könnte“, führt dazu, dass die Betroffenen schweigen und ihre Ängste und konkreten Beeinträchtigungen des täglichen Lebens aushalten.

## Stalking ist eine Straftat und in § 238 des Strafgesetzbuches geregelt.

**Wir möchten Ihnen Mut machen, sich Hilfe zu holen.**

**Auch wenn es nicht die Patentlösung gibt. Folgende Vorkehrungen können dabei für Stalking-Opfer hilfreich sein:**

- Wenn Sie gestalkt werden, nehmen Sie es ernst!
- Erstellen Sie bei der Polizei Strafanzeige.
- Öffentlichkeit schützt Sie. Es kann hilfreich sein, Ihre Familie, Freunde, Kollegen und Nachbarn zu informieren.
- Für eine gerichtliche Beweisführung kann es sinnvoll sein, dass alles, was der Stalker schickt, mitteilt oder tut, mit Datum und Uhrzeit dokumentiert wird („Stalking-Tagebuch“).
- Bei Telefonterror: Verabredung von ‚Klingelzeichen‘ oder Einrichtung einer neuen Geheimnummer, die nur an Ausgewählte weitergegeben wird oder eine (kostenpflichtige) Fangschaltung.
- Nehmen Sie auch keine Pakete entgegen, die Sie nicht erwarten.
- Beantragung von Schutzanordnungen nach § 1 Gewaltschutzgesetz (GewSchG), siehe Seite 14
- Bei Verfolgung durch den Stalker: Aufsuchen eines nahen „sicheren Ortes“ (Polizeidienststelle, Geschäft, Gaststätte, Museum usw.)
- Unterlassungsschreiben von einer Rechtsanwältin/einem Rechtsanwalt (kostenpflichtig) oder auch von einer öffentlichen Einrichtung

Wichtig ist, dass Sie – mit professioneller Hilfe – eine Einschätzung Ihrer Gefährdung vornehmen, die dann die Grundlage für Ihren persönlichen Sicherheitsplan bildet.

Lassen Sie sich helfen: **Nur Mut!**

## Was kann das soziale Umfeld tun?

Indirekt Betroffene wie Angehörige, Arbeitskolleginnen/Arbeitskollegen, Freundinnen und Freunde erfahren oft als erste von der Zwangslage der Betroffenen. Für die Frau, die Gewalt erlebt, ist es von großer Wichtigkeit, dass Sie nicht wegsehen. Andeutungen und andere Auffälligkeiten können ein Hilferuf sein. Gehen Sie nicht darüber hinweg. Die komplexe Zwangssituation der Betroffenen macht die Hilfe oft nicht einfach. Respektieren Sie in jedem Fall den Wunsch der Frau, auch wenn er für Sie als Außenstehende nicht nachzuvollziehen ist. Es ist sicherlich für nahestehende Angehörige schwer zu ertragen, wenn die Frau nicht direkt die Gewalt-situation verlässt. Aber nur sie kann und muss die Entscheidung treffen und die Konsequenzen daraus aushalten. Und Tatsache ist, dass die Bedrohung für Frauen in Gewaltbeziehungen in der Trennungsphase zunimmt.

Selbst gut gemeinte Handlungsanweisungen können den Druck auf die Frau verstärken. Erleichternd sind dagegen ernst gemeinte Angebote, die Sie auch einhalten können. Dies kann sein: „Du kannst zu mir kommen“, „Du kannst mich jederzeit anrufen“ oder auch der Hinweis auf professionelle Unterstützung. Jede Frau muss ihren eigenen Weg im Umgang mit der Gewalterfahrung finden. Es gibt nicht das Patentrezept für die Lösung. Aufgrund der schwierigen und gefährlichen Situation von Frauen in Gewaltbeziehungen gibt es kein einfaches „Weg-gehen“. Vielfältige Maßnahmen und Unterstützungen können jedoch helfen, eine Veränderung zu erreichen.

Die Frauenberatungsstellen und das Bundeshilfetelefon 08000 116 016 (kostenfrei und anonym, Beratung in vielen Sprachen) bieten auch Ihnen als Angehörige Information, Hilfe und Beratung an.

**Bundeshilfetelefon (kostenfrei)**

**08000 116016**

# Checkliste für den Notkoffer, beziehungsweise für den Auszug

Falls Sie sich vorbereiten können, ist diese Checkliste sinnvoll. Mitnehmen können Sie alle Unterlagen im Original, die Ihnen persönlich gehören:

- Ausweise/Pass
- Gesundheitskarte
- Heiratsurkunde
- Geburtsurkunde
- Nachweise über Ihren Aufenthaltsstatus und/oder andere Unterlagen, wenn Sie geflüchtet sind
- Arbeitsvertrag
- Lohnsteuerkarte/  
Gehaltsbescheinigungen
- Rentenbescheid
- Atteste/rechtsmedizinische Dokumentation
- Zivilrechtliche Schutzanordnung
- Sozialversicherungsnachweise
- Sparbuch
- Versicherungsverträge
- Arbeitszeugnisse
- Schulzeugnisse

Wenn die Kinder mit Ihnen kommen, denken Sie an folgende Originalunterlagen:

- Ausweise
- Geburtsurkunden
- Zeugnisse

Alle gemeinsamen Unterlagen und die Unterlagen Ihres Mannes dürfen Sie nur in Kopie mitnehmen:

- Arbeitsvertrag oder genaue Anschrift des Arbeitgebers
- Gehaltsüberweisungen des letzten Jahres
- Rentenversicherungsnummer
- Versicherungsverträge, auch Unterlagen über Lebensversicherungen
- Sparverträge
- Bausparverträge
- Mietvertrag
- Depot-Auszüge über Wertpapiere
- Kaufvertrag und Grundbuchauszug bei Haus- oder Wohnungseigentum
- Raten- und Kreditverträge

Wenn Sie die Wohnung verlassen, kann es günstig sein, eine Liste und Quittungen oder Kaufbelege der in der Wohnung enthaltenen Gegenstände bei sich zu haben. Denken Sie auch an die Dinge des täglichen Bedarfs wie Kleidung, Geld, Kontokarte etc.

**Im Notfall retten Sie vor allem sich und die Kinder!**

## Zu guter Letzt



Wir hoffen, dass Sie in der Fülle der Informationen das Richtige für sich gefunden haben.

Es gibt viele unterschiedliche Wege und Handlungsmöglichkeiten. Wie auch immer Sie sich entscheiden, nehmen Sie unterstützende Hilfe in Anspruch. Wählen Sie – sowohl bei professioneller als auch anderweitiger Unterstützung – die Personen, die kompetent, vertrauenswürdig und Ihnen sympathisch sind.

Ob eine Anwältin zum Beispiel in den Bereichen Familienrecht und Nebenklagevertretung kompetent und erfahren ist, können Sie durch Berichte Anderer oder durch Nachfrage bei Beratungsstellen in Erfahrung zu bringen versuchen. Ob sie Ihnen dann sympathisch ist, müssen Sie selbst entscheiden. Die Kompetenz von Unterstützerinnen/Unterstützern zeigt sich vor allem auch darin, dass Sie zu keiner Entscheidung gedrängt werden. Allein die Möglichkeit, sich einmal auszusprechen, kann für Sie wichtig sein – gerade dann, wenn Sie noch nicht wissen, was Sie wollen.

**Nutzen Sie die entsprechenden Angebote.**



# Hilfsangebote

## Kreis Nordfriesland

### Frauenberatung und Notruf Husum

Norderstraße 22 | 25813 Husum

**Telefon:** 0 48 41 - 6 22 34

**Fax:** 0 48 41 - 8 79 12

info@frauennotruf-nf.de

### Frauenberatung und Notruf Niebüll

Friedrich-Paulsen-Straße 6a  
25899 Niebüll

**Telefon:** 0 46 61 - 94 26 88

niebuell@frauennotruf-nf.de

### Außensprechstunde in Tönning

Jeden 2. Dienstag im Monat  
11-14 Uhr, Rathaus, Sitzungssaal/  
rechter Saal, 25832 Tönning  
Terminvereinbarung unter:

**Telefon:** 0 48 41 - 62234

**mobil:** 0176 - 51333020

info@frauennotruf-nf.de

### Außensprechstunde auf Sylt

Jeden 2. Montag im Monat  
10:00 - 14:00 Uhr in der Alten Post,  
Stephanstraße 6a, 25980 Westerland  
Terminvereinbarung unter:

**Telefon:** 0 46 61 - 942688

**mobil:** 0176 - 50195044

## Stadt Flensburg

### frauennotruf Flensburg

Fachberatungsstelle zu sexualisierter  
Gewalt gegen Mädchen und Frauen  
Nikolaikirchhof 5 | 24937 Flensburg

**Telefon:** 04 61 - 90 90 82 00

**Fax:** 04 61 - 90 90 82 05

frauennotruf@fin-flensburg.de

www.fin-flensburg.de

### Frauenhaus Flensburg

**Telefon:** 04 61 - 4 63 63

**Fax:** 04 61 - 4 70 00 31

frauenhaus@fin-flensburg.de

www.fin-flensburg.de

### Frauenberatungsstelle Wilma

Nikolaikirchhof 5 | 24937 Flensburg

**Telefon:** 04 61 - 90 90 82 20

**Fax:** 04 61 - 90 90 82 05

wilma@fin-flensburg.de

www.fin-flensburg.de

## Kreis Schleswig-Flensburg

### Frauenzentrum Schleswig e.V.

Bahnhofstraße 16 | 24837 Schleswig

**Telefon:** 0 46 21 - 2 55 44

**Fax:** 0 46 21 - 2 55 47

info@frauenzentrum-schleswig.de

www.frauenzentrum-schleswig.de

**Bundeshilfetelefon (kostenfrei)**

**08000 116016**

## HILFEANGEBOTE

### Frauenzimmer e.V.

Notruf und Beratung  
Rathausmarkt 3 | 24376 Kappeln

**Telefon:** 0 46 42 - 72 94

**Fax:** 0 46 42 - 92 03 77

frauenzimmerkappeln@web.de  
www.frauenzimmer.org

### Kreis Dithmarschen

#### Frauen helfen Frauen e.V.

Notruf und Beratung in Dithmarschen  
Alter Kirchhof 16 | 25709 Marne

**Telefon:** 0 48 51 - 83 16

**Fax:** 0 48 51 - 95 65 62

info@frauenberatung-dithmarschen.de  
www.frauenberatung-dithmarschen.de

#### Nebenstelle Heide

Postelweg 4 | 25746 Heide

**Telefon:** 04 81 - 6 41 59

#### Nebenstelle Brunsbüttel

Von-Humboldt-Platz 9,  
Bürgerbüro Zi. 19 (EG)  
25541 Brunsbüttel

**Telefon:** 0 48 52 - 70 27

#### Frauenhaus Dithmarschen

**Telefon:** 04 81 - 6 10 21

**Fax:** 04 81 - 6 10 22

info@frauenhaus-dithmarschen.de  
www.frauenhaus-dithmarschen.de

### Kreis Rendsburg-Eckernförde

#### !Via Frauenberatung

Frauen helfen Frauen e.V.  
Langebrückstraße 8  
24340 Eckernförde

**Telefon:** 0 43 51 - 35 70

**Fax:** 0 43 51 - 25 08

info@frauenberatung-via.de  
www.via-rendsborg-eckernfoerde.de

#### !Via Frauenberatung

Frauen helfen Frauen e.V.  
Königstraße 20 | 24768 Rendsburg

**Telefon:** 0 43 31 - 43 54 393

**Fax:** 0 43 51 - 25 08

info@frauenberatung-via.de  
www.via-rendsborg-eckernfoerde.de

#### Frauenhaus Rendsburg

**Telefon:** 0 43 31 - 2 27 26

**Fax:** 0 43 31 - 2 25 88

frauenhaus-rd@bruecke.org  
www.frauenhaus-rendsburg.de

### Landeshauptstadt Kiel

#### Frauenberatungs- und Fachstelle bei sexueller Gewalt

Frauennotruf Kiel e. V.  
Dänische Straße 3-5 | 24103 Kiel

**Telefon:** 04 31 - 9 11 44

**Fax:** 04 31 - 9 19 25

frauennotruf.kiel@t-online.de  
www.frauennotruf-kiel.de

#### Frauenhaus-Beratungsstelle Die Lerche

Einzel- und Gruppenberatung bei  
Gewalt in der Beziehung,  
Trennung und Scheidung  
Olshausenstraße 13 | 24118 Kiel

**Telefon:** 04 31 - 67 54 78

**Telefon:** 04 31 - 67 94 833

**Fax:** 04 31 - 67 94 834

BeratungsstelleLerche@t-online.de  
www.frauenhaus-kiel.de

### Frauenberatungsstelle Eß-o-Eß

Beratung, Treffpunkt und Information für Frauen e.V.

Kurt-Schumacher-Platz 5 | 24109 Kiel

**Telefon:** 04 31 - 52 42 41

**Fax:** 04 31 - 52 69 07

mail@frauentreff-essoess.de

www.frauentreff-essoess.de

### Psychosoziale Frauenberatungsstelle donna klara e.V.

Goethestraße 9 | 24116 Kiel

**Telefon:** 04 31 - 5 57 93 44

**Fax:** 04 31 - 5 57 99 83

psychosozial@donna-klara.de

www.donna-klara.de

### Frauenhaus Kiel

**Telefon:** 04 31 - 68 18 25

**Fax:** 04 31 - 68 18 37

Frauenhaus-Kiel@t-online.de

### TIO, Treff- und Informationsort für Migrantinnen e.V.

Dänische Straße 3-5 | 24103 Kiel

**Telefon:** 04 31 - 67 17 78

**Fax:** 04 31 - 79 96 38 21

mig@tio-kiel.de

### Kreis Plön

#### Beratungs- und Fachstelle bei Gewalt an Mädchen und Frauen

In Trägerschaft des Frauennotruf Kiel e. V.

Mühlenstraße 10 | 24211 Preetz

**Telefon:** 0 43 42 - 30 99 39

frauenberatungskreisploen@t-online.de

www.frauennotruf-kiel.de

#### Frauenhaus Kreis Plön

**Telefon:** 0 43 42 - 8 26 16

**Fax:** 0 43 42 - 8 28 11

info@frauenhauskreisploen.de

www.frauenhauskreisploen.de

### Kreis Ostholstein

#### Frauenberatung und Notruf OH Beratungsstelle Eutin

Plöner Str. 39 | 23701 Eutin

**Telefon:** 0 45 21 - 7 30 43

**Fax:** 0 45 21 - 62 27

frauennotruf-oh@t-online.de

www.frauennotruf-oh.de

#### Beratungsstelle Neustadt

Lienaustraße 14

23730 Neustadt in Holstein

**Telefon:** 0 45 61 - 91 97

**Fax:** 0 45 61 - 51 36 08

frauenraeume-neustadt@t-online.de

www.frauennotruf-oh.de

#### Frauenhaus Ostholstein

**Telefon:** 0 43 63 - 17 21

**Fax:** 0 43 63 - 90 90 17

webmaster@fh-oh.de

### Kreis Steinburg

#### Frauenhaus Itzehoe

**Telefon:** 0 48 21 - 6 17 12

**Fax:** 0 48 21 - 6 33 84

Autonomes-Frauenhaus-

ltzehoe@t-online.de

www.frauenhaus-itzehoe.de

#### pro familia - Fachstelle Gewalt und Frauenberatung

Feldschmiede 36-38 | 25524 Itzehoe

**Telefon:** 0 48 21 - 88 99 432

**Fax:** 0 48 21 - 88 90 15

itzehoe-fachstelle@profamilia.de

www.profamilia-sh.de

## HILFEANGEBOTE

### Stadt Neumünster

#### **Notruf Neumünster, Fachberatung bei häuslicher und sexualisierter Gewalt**

Fürstthof 7 | 24534 Neumünster

**Telefon:** 0 43 21 - 4 23 03

**Fax:** 0 43 21 - 49 20 67

frauennotruf.nms@t-online.de

www.frauennotruf-neumuenster.de

#### **Autonomes Frauenhaus Neumünster**

**Telefon:** 0 43 21 - 4 67 33

**Fax:** 0 43 21 - 4 68 73

info@frauenhaus-neumuenster.de

www.frauenhaus-neumuenster.de

### Kreis Segeberg

#### **Frauenräume e.V.**

Frauenberatungsstelle und Notruf  
Kielortring 51 | 22850 Norderstedt

**Telefon:** 0 40 - 5 29 69 58

**Fax:** 0 40 - 5 29 85 565

info@frauenberatungsstelle-  
norderstedt.de

www.frauenberatungsstelle-norderstedt.de

#### **Frauenhaus Norderstedt**

**Telefon:** 040 - 5 29 66 77

**Fax:** 040 - 5 24 64 82

frauenhaus.norderstedt@  
diakonie-hhsh.de

www.frauenhaus-norderstedt.de

#### **Frauenzimmer e.V.**

Oldesloer Str. 20 | 23795 Bad Segeberg

**Telefon:** 0 45 51 - 38 18

**Fax:** 0 45 51 - 9 38 60

frauenzimmer-badsegeberg@  
t-online.de

www.frauenzimmer-badsegeberg.de

### Frauentreffpunkt Kaltenkirchen

Frauenräume e. V.

Hamburger Straße 68

24568 Kaltenkirchen

**Telefon:** 0 41 91 - 8 56 99

**Fax:** 0 41 91 - 95 86 74

info@frauentreffpunkt-  
kaltenkirchen.de

www.frauentreffpunkt-kaltenkirchen.de

www.frauentreffpunkt-kaltenkirchen.de

### Kreis Pinneberg

#### **Frauenhaus Elmshorn**

**Telefon:** 0 41 21 - 25 895

**Fax:** 0 41 21 - 269 438

frauenhaus.elmshorn@gmx.de

www.frauenhaus-elmshorn.de

#### **Frauen helfen Frauen in Not e.V.**

Frauentreff Elmshorn

Kirchenstraße 7 | 25335 Elmshorn

**Telefon:** 0 41 21 - 66 28

**Fax:** 0 41 21 - 6 37 17

info@frauentreff-elmshorn.de

www.frauentreff-elmshorn.de

#### **Frauenhaus Wedel**

**Telefon:** 0 41 03 - 1 45 53

**Fax:** 0 41 03 - 91 99 07

info@frauenhaus-wedel.de

www.frauenhaus-wedel.de

#### **Frauenhaus Pinneberg**

**Telefon:** 0 41 01 - 20 49 67

**Fax:** 0 41 01 - 51 43 05

info@frauenhaus-pinneberg.de

#### **Pinneberger Frauennetzwerk e.V.**

Dingstätte 25 | 25421 Pinneberg

**Telefon:** 0 41 01 - 51 31 47

**Fax:** 0 41 01 - 83 59 24

info@frauennetzwerk-pinneberg.de

www.frauennetzwerk-pinneberg.de

## Kreis Stormarn

### Frauen helfen Frauen Stormarn e.V.

Notruf Bad Oldesloe  
Bahnhofstraße 12 | 23843 Bad Oldesloe  
**Telefon:** 0 45 31 - 8 67 72  
**Fax:** 0 45 31 - 8 83 22  
frauenberatung@frauenhelfen-  
frauenstormarn.de  
www.frauenhelfenfrauenstormarn.de

### BEST-Beratungsstelle für Frauen und Mädchen Ahrensburg e.V.

Waldstr. 12 | 22926 Ahrensburg  
**Telefon:** 0 41 02 - 82 11 11  
**Fax:** 0 41 02 - 46 62 55  
frauenberatung@best-  
ahrensburg.de  
www.best-ahrensburg.de

### Frauenhaus Stormarn

**Telefon:** 0 41 02 - 8 17 09  
**Fax:** 0 41 02 - 82 21 46  
frauenhaus-stormarn@gmx.de

## Hansestadt Lübeck

### Autonomes Frauenhaus Lübeck

**Telefon:** 04 51 - 6 60 33  
**Fax:** 04 51 - 62 43 86  
info@autonomes-frauenhaus.de

### Frauenhaus Hartengrube

Beratung polizeilicher Wegweisung  
Hartengrube 14 -16 | 23552 Lübeck  
**Telefon:** 04 51 - 70 51 85  
**Fax:** 04 51 - 7 98 29 36  
frauenhaus-luebeck@awo-sh.de

### Frauennotruf Lübeck

Beratung und Hilfe bei sexueller Gewalt  
und Belästigung, Prävention, Gewalt-  
schutz und Psychosoziale Prozess-  
begleitung  
Musterbahn 3 | 23552 Lübeck  
**Telefon:** 04 51 - 70 46 40  
**Fax:** 04 51 - 5 92 98 96  
kontakt@frauennotruf-luebeck.de  
www.frauennotruf-luebeck.de

### Frauenkommunikationszentrum ARANAT e.V.

Steinrader Weg 1 | 23558 Lübeck  
**Telefon:** 04 51 - 4 08 28 50  
**Fax:** 04 51 - 4 08 28 70  
info@aranat.de  
www.aranat.de

### BIFF

Beratung und Information für Frauen  
Lübeck e.V.  
Holstenstraße 37-41 | 23552 Lübeck  
**Telefon:** 04 51 - 7 06 02 02  
**Fax:** 04 51 - 7 06 02 03  
info@biff-luebeck.de  
www.biff-luebeck.de

## Kreis Herzogtum-Lauenburg

### Hilfe für Frauen in Not e.V.

Frauenberatungsstelle  
Pröschstraße 1 | 21493 Schwarzenbek  
**Telefon:** 0 41 51 - 8 13 06  
**Fax:** 0 41 51 - 89 71 05  
frauen@beratungsstelle-schwarzenbek.de  
www.frauen-in-not-schwarzenbek.de

### Frauenhaus Schwarzenbek

**Telefon:** 0 41 51 - 75 78  
**Fax:** 0 41 51 - 33 20  
fh.Schwarzenbek@t-online.de

# Angebot der psychosozialen Prozessbegleitung

## Landgerichtsbezirk Kiel

### Frauennotruf Kiel

Dänische Straße 3-5 | 24103 Kiel

**Telefon:** 0431 - 9 11 44

[info@frauennotruf-kiel.de](mailto:info@frauennotruf-kiel.de)

[www.frauennotruf-kiel.de](http://www.frauennotruf-kiel.de)

### Kinderschutz-Zentrum Kiel

Sophienblatt 85 | 24114 Kiel

**Telefon:** 0431 - 12 21 80

[info@kinderschutz-zentrum-kiel.de](mailto:info@kinderschutz-zentrum-kiel.de)

[www.kinderschutz-zentrum-kiel.de](http://www.kinderschutz-zentrum-kiel.de)

## Landgerichtsbezirk Lübeck

### Frauennotruf Lübeck

Musterbahn 3 | 23552 Lübeck

**Telefon:** 0451 - 70 46 40

[www.frauennotruf-luebeck.de](http://www.frauennotruf-luebeck.de)

[kontakt@frauennotruf-luebeck.de](mailto:kontakt@frauennotruf-luebeck.de)

### Kinderschutz-Zentrum Lübeck

An der Untertrave 78 | 23552 Lübeck

**Telefon:** 0451 - 7 88 81

[kinderschutz-zentrum-luebeck@awo-sh.de](mailto:kinderschutz-zentrum-luebeck@awo-sh.de)

[www.kinderschutz-zentrum-luebeck.de](http://www.kinderschutz-zentrum-luebeck.de)

## Landgerichtsbezirk Flensburg

### WAGEMUT

Pro familia Beratungsstelle gegen sexuelle Gewalt an Mädchen und Jungen  
Marienstr. 29-31 (Eingang Lilienstr.) |  
24937 Flensburg

**Telefon:** 0461 - 90 92 627

[info@wagemut.de](mailto:info@wagemut.de)

[www.wagemut.de](http://www.wagemut.de)

## Landgerichtsbezirk Itzehoe

### Beratungsstelle Wendepunkt

Gärtnerstr. 10-14 | 25335 Elmshorn

**Telefon:** 04121 - 47 57 30

[www.wendepunkt-ev.de](http://www.wendepunkt-ev.de)

### Kinderschutz-Zentrum Westküste

Markt 34 | 25746 Heide

**Telefon:** 0481 - 68 87 307

[kinderschutz@dw-husum.de](mailto:kinderschutz@dw-husum.de)

[www.dw-husum.de](http://www.dw-husum.de)

# Schnelle und sachgerechte Dokumentation von Verletzungsfolgen

## Landgerichtsbezirk Kiel

### Universitätsklinikum Schleswig-Holstein (UKSH)

Standort Kiel

**Telefon:** 0431 - 50015901

Standort Lübeck

**Telefon:** 0451 - 50015951

### Universitätsklinikum Eppendorf (UKE)

Standort Hamburg

**Telefon:** 040 - 741052127

**Bundeshilfetelefon (kostenfrei)**

**08000 116016**