



LAND
TIROL

Sicherheitstipps

Für Frauen und Mädchen zum Schutz
vor sexualisierter Gewalt



Alle Beratungs- und Hilfsangebote finden Sie unter **www.gewaltfrei-tirol.at**.

Impressum

Medieninhaber und Herausgeber:
Amt der Tiroler Landesregierung
Abteilung Gesellschaft und Arbeit
Meinhardstraße 16, 6020 Innsbruck
Tel.: +43 512 508 80 78 04
E-Mail: gesellschaft.arbeit@tirol.gv.at
Text: Susanne Feigl (2. Auflage). Die vorliegende Sicherheitsbroschüre wurde von der Abteilung Gesellschaft und Arbeit des Landes Tirol in Zusammenarbeit mit dem Verein Frauen gegen Vergewaltigung und der Landespolizeidirektion Tirol überarbeitet und aktualisiert.
Redaktion: Abt. Gesellschaft und Arbeit, Iris Reichkendl, Mareike Obermoser, Angelika Holler
Grafik: Jakob Klaunzer / Land Tirol
Fotos/Illustrationen: Shutterstock; Land Tirol / Sedlak / Die Fotografen
Druck:
Auflage: 2. Auflage



Download unter: www.tirol.gv.at/sicherheitstipps
Oktober 2023

Inhaltsverzeichnis

| | |
|--|----|
| Vorwort | 4 |
| 1. Allgemeine Tipps zum Thema Sicherheit | 5 |
| 1.1 Angsträume und Tatorte | 6 |
| 1.2 Risiken vermeiden, Haltung bewahren | 7 |
| 2. Selbstverteidigung und Selbstbehauptung für Mädchen und Frauen | 8 |
| 3. Spezielle Tipps | 11 |
| 3.1 Für Mädchen | 11 |
| - In der Schule und am Heimweg | |
| - Im Internet und im Chatroom | |
| 3.2 Für Frauen und Mädchen mit Migrationshintergrund | 17 |
| 3.3 Für Frauen mit Behinderungen | 20 |
| 4. Belästigung im öffentlichen Raum | 22 |
| 4.1 In Lokalen | 22 |
| 4.2 In öffentlichen Verkehrsmitteln | 25 |
| 4.3 Der nächtliche Heimweg | 26 |
| 4.4 Unterwegs mit dem Auto | 29 |
| 4.5 Belästigung am Telefon | 31 |
| 5. Spezielle Tatbestände | 32 |
| 5.1 Sexuelle Belästigung am Arbeitsplatz | 32 |
| 5.2 Geschlechtsbezogene Belästigung | 33 |
| 5.3 Geschlechtsbezogene Belästigung beim Zugang zu Gütern und Dienstleistungen | 34 |
| 5.4 Stalking | 35 |
| 5.5 Gewalt in der Privatsphäre | 36 |
| 5.6 Krisenplan | 38 |
| 5.7 Schutz durch das Gesetz | 39 |
| 5.8 Was tun nach einer Vergewaltigung? | 41 |
| 5.9 Medizinische Versorgung und Spurensicherung | 42 |
| 6. Adressenverzeichnis | 44 |

Jede Form von Gewaltanwendung ist verboten!

Vorwort



Eva Pawlata
Landesrätin für Frauen



Astrid Mair
Landesrätin für
Sicherheit und Jugend

Liebe Leserinnen und Leser!

Eins vorweg: Bei sexualisierter Gewalt sind weder das Verhalten oder das Erscheinungsbild des Opfers relevant. Die Verantwortung liegt immer beim Täter. Sexualisierte Gewalt ist in patriarchal geprägten Gesellschaften Ausdruck ungleicher Machtverhältnisse zwischen Männern und Frauen. Die Ursachen von sexualisierter Gewalt liegen nicht nur individuell beim jeweiligen Täter, sondern insbesondere auf struktureller Ebene und sind somit ein gesamtgesellschaftliches Problem.

Die vorliegende Broschüre soll daher keine Täter-Opfer-Umkehr darstellen und Frauen und Mädchen das Gefühl geben, sie wären als Betroffene Mitschuld an sexualisierter Gewalt, hätten sich nicht ausreichend geschützt oder verteidigt.

Stattdessen geht es um Prävention, die gerade im Gewaltbereich eine wichtige Rolle spielt. Sie hat zum Ziel, Mädchen und Frauen vor (sexualisierter) Gewalt zu schützen. Präventionsbemühungen sind abhängig vom gesellschaftlichen Umfeld, denn Prävention ist eine gesamtgesellschaftliche Aufgabe. Neben dem verantwortungsvollen Handeln einzelner Menschen ist daher vor allem die Verantwortung der Gesellschaft gefragt. Auch Männer müssen für das Thema Sicherheit von Frauen und Mädchen sensibilisiert werden. Von einer Sensibilisierung zum Thema Sicherheit profitieren wir alle.

Diese Broschüre wurde in Zusammenarbeit mit dem Verein Frauen gegen Vergewaltigung und der Landespolizeidirektion Tirol erstellt – ein großer Dank geht daher an die Expertinnen und Experten, die ihr Fachwissen eingebracht haben. Die vorliegende Broschüre dient Mädchen und Frauen zur Aufklärung, Sensibilisierung und Information rund um ihre Sicherheit in bestimmten Situationen und zeigt mögliche Anlaufstellen auf.

Weil der Großteil der sexualisierten Gewalt immer noch von Männern ausgeht, werden diese in der Broschüre häufig direkt genannt. Wir wollen aber ausdrücklich darauf hinweisen, dass jegliche Form von Gewalt, egal gegen welche Person sie sich richtet, nicht akzeptabel ist.

1. Allgemeine Tipps zum Thema Sicherheit

Was macht Angst?
Was gibt Sicherheit?
Was erzeugt Unsicherheit?



Wer diese Fragen mit FreundInnen, Bekannten oder ArbeitskollegInnen diskutiert, wird feststellen, dass die Antworten sehr unterschiedlich ausfallen. Das Vertrauen in die eigene Fähigkeit, sich durchzusetzen und notfalls auch wehren zu können, wird durch viele Situationen und Bezugspersonen beeinflusst.

Eltern, LehrerInnen, FreundInnen, aber auch Medien spielen dabei eine wesentliche Rolle. Sie alle können eine Vorbildwirkung haben, wenn sie Belästigungen, sexuelle Übergriffe oder Gewalt nicht tolerieren.

Verunsicherung entsteht dort, wo Frauen oder Mädchen als Objekte sexueller Begierde oder schwach, schutz- und wehrlos – also als Opfer – dargestellt werden. Diese Darstellungen finden wir von der Werbung bis zum Schulbuch fast überall in unserer Gesellschaft. So wird ein negatives „weibliches“ Rollenbild festgeschrieben, das viele Männer, aber auch Frauen übernehmen. Die eigene Selbstsicherheit wird durch Erfahrungen, durch selbst erlebte oder beobachtete Grenzüberschreitungen und durch Medienberichte oder „Gehörtes“ gefördert oder aber beeinträchtigt.

Stärkung erfahren Mädchen und Frauen, indem sie sich ihrer Kraft bewusstwerden und wissen, wie sie sich schützen und wo sie sich im Bedarfsfall Hilfe holen können.

1.1 Angst-Räume und Tatorte

Im öffentlichen Raum sind vor allem schlecht beleuchtete Straßen, Wege, Plätze und Wohnhausanlagen, abgelegene Häuser oder Tiefgaragen Orte, die Unsicherheit und Angst auslösen. Hauseingänge und Stiegenhäuser sind ebenfalls für viele Frauen „Angst-Räume“.

Das Gefühl der Bedrohung kommt nicht von ungefähr.

Sicher unterwegs

- Wenn Sie Bekannte oder TaxifahrerInnen bei Dunkelheit nach Hause bringen, ersuchen Sie diese, solange zu warten, bis Sie im Haus sind. Halten Sie den Haus- oder Wohnungsschlüssel vorab bereit, denn durch die Suche danach in der Handtasche sind Sie abgelenkt.
- Wenn Sie auf einsamen Wegen joggen, achten Sie darauf, ob Ihnen jemand folgt und halten Sie Augen und Ohren offen. Die Verwendung von Kopfhörern beeinträchtigt die Aufmerksamkeit.
- Teilen Sie Ihren Standort einer Person Ihres Vertrauens mit, wenn Sie sich auf dem Weg nach Hause unsicher fühlen.
- Wenn Sie alleine und in Bedrängnis sind, rufen Sie jemanden an oder kontaktieren Sie den Polizeinotruf 133, sagen Sie der Person laut und deutlich genau wo Sie sind und in welcher Situation Sie sich befinden. Viele Belästiger schreckt das bereits ab.
- Informieren Sie die Gemeinde- oder Stadtverwaltung darüber, wenn Ihnen ein Straßenstück, Durchgang oder Platz unübersichtlich oder unzureichend beleuchtet und daher gefährlich erscheint. Möglicherweise kann längerfristig Abhilfe geschaffen werden.
- Wenn Sie sich im Hauseingang oder Stiegenhaus Ihres Wohnhauses unsicher fühlen (z. B. aufgrund mangelnder Beleuchtung oder unübersichtlichen Wegen zum Eingang), melden Sie dies der Hausverwaltung. Sprechen Sie gegebenenfalls mit Ihren NachbarInnen, damit auch diese aktiv werden.
- Bestenfalls sind Sie mit einer oder mehreren bekannten Personen unterwegs.

1.2 Risiken vermeiden, Haltung bewahren

Es gibt viele berechtigte Gründe für Unsicherheiten und Ängste. Es gibt aber auch eine Vielzahl an Möglichkeiten, sich zu schützen oder zur Wehr zu setzen. Inzwischen existiert eine ganze Reihe einschlägiger Einrichtungen, die Mädchen und Frauen dabei unterstützen (siehe Adressenverzeichnis ab S. 44).

Beispielsweise kann der Besuch eines Selbstverteidigungskurses das Vertrauen in die eigene Handlungsfähigkeit stärken und damit das Selbstbewusstsein fördern. Auch das Gespräch mit MitarbeiterInnen einer Beratungsstelle kann das Gefühl der Sicherheit erhöhen. Wichtig ist es in jedem Fall, Risiken zu vermeiden und Haltung zu bewahren. Denn die Erfahrung zeigt: Ein selbstbewusstes und selbstsicheres Auftreten schreckt potentielle Täter ab.

Sicherheit ist ein Thema, das alle angeht. Entscheidend ist, dass Frauen und Mädchen, die von Gewalt bedroht sind, nicht alleingelassen werden. Es sollte eine Selbstverständlichkeit sein, dass Frauen und Männer aktiv werden, wenn sie einen Übergriff beobachten, und dass Männer ebenso wie Frauen öffentlich gegen sexuelle Belästigung eintreten. Die vorliegende Broschüre informiert über verschiedene Möglichkeiten, wie Sie in konkreten Situationen Ihre Sicherheit erhöhen können.



2. Selbstverteidigung und Selbstbehauptung für Mädchen und Frauen



Allgemeine Tipps

Mädchen und Frauen berichten immer wieder, welche positive Auswirkungen der Besuch eines Selbstverteidigungskurses hat. Selbstverteidigungskurse tragen dazu bei, sich im Alltag wohler zu fühlen, sich der eigenen Kraft und Stärke bewusst zu werden und selbstsicherer aufzutreten. Sie reduzieren Ängste und erhöhen die Verteidigungsbereitschaft.

Kurse gibt es verschiedene. Um den passenden zu finden, ist es wichtig, sich im Vorfeld über die Kursleitung und ihr Angebot zu informieren. Eine Mädchen- oder Frauenberatungsstelle (siehe Adressenverzeichnis ab S. 44) kann Sie dabei unterstützen.

Grundsätzlich muss zwischen Selbstverteidigung und Kampfsport unterschieden werden. Bei Kampfsportarten steht die sportliche Ambition und der Spaß am Kämpfen im Vordergrund. Das Erlernen einer traditionellen Kampfsportart (z. B. Judo oder Karate) ist zwar empfehlenswert, weil es die Selbstsicherheit fördert, das Reaktionsvermögen verbessert und Techniken der Selbstverteidigung vermittelt, aber es ist kein Ersatz für den Besuch eines frauenspezifischen Selbstverteidigungskurses.

In frauenspezifischen Selbstverteidigungs- und Selbstbehauptungskursen sind Frauen und Mädchen im Idealfall unter sich und das ist gut so. Denn es geht nicht nur um das Erlernen körperlicher Techniken, genauso wichtig ist der Erfahrungsaustausch, die Auseinandersetzung mit der eigenen Sozialisation (anerzogene Hilflosigkeit, Passivität, Ängstlichkeit) und die Stärkung von Selbstvertrauen. Die Kursleitung soll daher auch über Ausmaß, Formen und gesellschaftliche Ursachen von struktureller Gewalt Bescheid wissen.

Gute Selbstverteidigungskonzepte gehen davon aus, dass jede Frau und jedes Mädchen imstande ist, sich zu wehren, auch untrainierte und ältere Frauen oder Frauen mit Behinderungen. Die körperlichen Techniken sind einfach zu erlernen und sofort anwendbar. Denn im Ernstfall gilt es, die Schrecksekunde rasch zu überwinden und schnell zu reagieren. Die Dauer eines Kurses ist kein Maßstab für die Qualität. Eine gute Grundlage lässt sich in acht bis zehn Stunden erwerben.

Auffrischkurse sind zu empfehlen, um das Gelernte immer wieder zu üben und zu festigen.



Beispiele für Selbstverteidigungskurse

WenDo

WenDo heißt „Weg der Frauen“. Es ist eine spezielle Form der Selbstverteidigung, die von Frauen an Frauen und Mädchen weitergegeben wird. Durch effektive und leicht erlernbare Techniken der Selbstverteidigung, das Erleben der eigenen Kraft, verbales und mentales Training sowie Gespräche über Formen des Sich-Wehrens lernen die Kursteilnehmerinnen, sich in ihrem Alltag sicher zu bewegen, zu schützen und zu behaupten. Gute Kondition ist keine Voraussetzung für die Teilnahme an WenDo-Kursen. WenDo-Trainings werden auch für Frauen mit Behinderungen angeboten.

Drehungen

Die Methode Drehungen ist eine präventive Selbstverteidigungsstrategie gegen verbale, physische und psychische Gewalt an Frauen und Mädchen. Die Methodik setzt an einer Sensibilisierung und Bewusstseinsbildung von geschlechtsspezifischen Angriffen und der Stärkung von Körperbewusstsein, Selbstsicherheit und Handlungsfähigkeit an. Beim Durchspielen von „typischen“ Angstsituationen sollen Ängste abgebaut und Handlungsmöglichkeiten aufgebaut werden.

Es geht um ein bewusstes Setzen von Grenzen und den Einsatz und das Erkennen von Körpersprache und Haltung sowie um Methoden zur Selbstverteidigung gegen körperliche Angriffe.



3. Spezielle Tipps

3.1 Für Mädchen

Jedes Mädchen verdient einen respektvollen Umgang. Wenn Sie das Gefühl haben, dass etwas nicht stimmt, wenn Sie sich in einer Umgebung unbehaglich fühlen, wenn Ihnen jemand zu nahe kommt, dann ignorieren Sie das nicht, sondern ziehen Sie daraus Konsequenzen. Die entscheidende Frage in so einer Situation sollte immer lauten: „Was will ICH? Was ist MEIN Bedürfnis?“.

- Lassen Sie sich zu nichts überreden, was Sie nicht wollen!
- Vertrauen Sie Ihrer Intuition! Nehmen Sie Ihre Wahrnehmungen und Empfindungen ernst. Wenn Ihnen etwas „komisch“ vorkommt, so hat dies meist einen Grund. Steigen Sie beispielsweise nicht zu einem (Un-)Bekanntem ins Auto, wenn Sie ein ungutes Gefühl haben.
- Reden Sie sich nicht ein, dass etwas zufällig oder nur Ihnen passiert! Wenn sich beispielsweise in einem Gedränge ein Mann an Sie drückt oder „unabsichtlich“ berührt, steckt meist eine Absicht dahinter.

Wehren Sie sich! Machen Sie unmissverständlich klar, dass Sie nicht bereit sind, ein solches Verhalten zu tolerieren. Weisen Sie die Person in die Schranken:

**„Greifen Sie mich nicht an!
Lassen Sie mich in Ruhe!“**

„Gehen Sie weg, aber sofort!“

**„Hören Sie auf, mich zu bedrängen,
mich anzugreifen, sich an mich zu drücken!“**

Sagen Sie, was immer Ihnen einfällt, aber nehmen Sie ein solches Verhalten keinesfalls schweigend hin. Reden Sie – wenn möglich – mit fester Stimme und schauen Sie der Person dabei ins Gesicht.

Damit zeigen Sie, dass Sie sich nicht einschüchtern lassen. Je eher Sie Grenzen setzen, desto größer ist die Chance, dass diese respektiert werden. Erfahrungsgemäß bringt es nichts, zuzuwarten, in der Hoffnung, dass der Belästiger von selbst aufhört. Häufig sind solche einseitigen Annäherungen nur ein Test, wie weit man gehen kann und was Sie sich alles gefallen lassen.

Denken Sie immer daran:

Sie haben an dieser Situation keine Schuld!
Dem Täter geht es darum, Sie einzuschüchtern.

Wenn Sie sexuell belästigt oder attackiert werden, scheuen Sie sich nicht, laut zu schreien und andere um Hilfe und Unterstützung zu ersuchen. Je nach Situation können das PassantInnen, Eltern, beste FreundInnen oder das Personal einer Mädchen- oder Frauenberatungsstelle sein.

Wenn Sie beobachten, dass ein anderes Mädchen belästigt oder attackiert wird, versuchen Sie ihr zu helfen, indem Sie Hilfe holen! Möglicherweise suchen auch Bekannte oder Verwandte eine Form körperlicher Nähe, die Sie nicht haben wollen.

Wenn Sie sich in solchen Situationen hilflos fühlen und keine Möglichkeiten sehen, sich zu wehren, so reden Sie mit FreundInnen, Ihren Eltern oder anderen Personen Ihres Vertrauens darüber oder wenden Sie sich vorbeugend an eine Beratungsstelle (siehe Adressenverzeichnis ab S. 44). In einem Selbstverteidigungskurs können Sie – gemeinsam mit anderen Mädchen – üben, wie Sie sich möglichst wirkungsvoll gegen An- und Übergriffe wehren können.



In der Schule und am Heimweg

Auch in der Schule und am Heimweg können Mädchen Übergriffen und Herabsetzungen durch MitschülerInnen ausgesetzt sein. Meist fühlen sie sich mit solchen Erfahrungen alleingelassen. Von einem Mitschüler begrabscht zu werden, ist nicht zu akzeptieren. Es handelt sich dabei um sexuelle Belästigung und die gehört keineswegs zum „normalen Schulalltag“.

Auch zweideutige oder herabsetzende Bemerkungen und Belästigungen durch Lehrpersonen brauchen Sie sich nicht gefallen zu lassen!

Wehren Sie sich! Reden Sie mit Ihren Eltern oder mit einer (Lehr-)Person Ihres Vertrauens darüber. Verbünden Sie sich mit anderen KlassenkollegInnen, denn grundsätzlich gilt: „Gemeinsam ist man stärker“. So kann dem gewalttätigen Mitschüler bzw. der gewalttätigen Mitschülerin selbstsicher entgegengetreten und klargemacht werden, dass sein/ihr Verhalten nicht toleriert wird. Möglicherweise sind auch Mitschülerinnen an einem Selbstverteidigungskurs interessiert und Sie können erreichen, dass so ein Kurs an der Schule veranstaltet wird.

Im Internet und im Chatroom

Das Internet bietet viele Möglichkeiten, mit anderen Personen in Kontakt zu kommen. Allerdings ist in diesem Zusammenhang auch Vorsicht geboten. Ihren vollen Namen, Ihre Adresse oder Telefonnummer sollten Sie nicht vorschnell herausgeben.

Am besten verwenden Sie einen Nickname. Hinter einem Nickname bleiben Sie anonym – wobei dies auch für Ihr Gegenüber gilt. Das heißt, Sie wissen nicht, wer sich dahinter verbirgt. Auch ein Foto muss nicht authentisch sein. Die Gefahr, mit falschen Angaben hinter das Licht geführt zu werden, ist vorhanden. Wollen Sie Ihre Internet-Bekanntschaft persönlich treffen, so bleibt immer ein gewisses Restrisiko bestehen. Um dieses Risiko möglichst gering zu halten, finden Sie im Folgenden einige Tipps:

Sicherheitstipps für Online-Dating



- Vermeiden Sie es, einen aufreizenden Nickname zu wählen.
- Stellen Sie keine anzüglichen Fotos von Ihnen ins Internet.
- Bei sexuellen Anspielungen beenden Sie die Kommunikation sofort, wenn Sie sich dabei unwohl fühlen.
- Lassen Sie sich nicht ausfragen, was Wohnort, Schule, Hobbys und Berufstätigkeit betrifft, sondern fragen Sie selbst.
- Bestimmen Sie für ein erstes persönliches Treffen selbst den Ort und wählen Sie dabei am besten einen öffentlichen Ort, wie etwa ein Lokal. Verabreden Sie sich nie in einer Wohnung oder einer Gegend, die Sie nicht kennen.
- Informieren Sie vor dem Treffen eine Person Ihres Vertrauens darüber, wann, wo und mit wem Sie verabredet sind. Achten Sie darauf, dass Ihr Handy aufgeladen und griffbereit ist. Nehmen Sie zum Treffen eine Person Ihres Vertrauens mit, wenn Sie sich dadurch sicherer fühlen.
- Sollten Sie das Gefühl haben, dass etwas nicht stimmt und sich unwohl fühlen, rufen Sie eine Vertrauensperson an, die Sie abholt und beenden Sie das Treffen. Lassen Sie sich nicht nach Hause begleiten.

Sexting

Der Begriff Sexting ist eine Kombination der beiden englischen Wörter „Sex“ und „Texting“ und bedeutet, via Internet oder Handy sexuelle Nachrichten zu übermitteln. Die (digitale) Verbreitung von aufreizenden Selfies und Nacktbildern hat aufgrund der technischen Möglichkeiten stark zugenommen.

Gründe für Sexting:

- Kennenlernen, Flirten
- Beziehungspflege
- Sexuelle Aufreizung
- Selbstdarstellung
- Erpressung

Deutlich mehr männliche als weibliche Jugendliche finden, dass Sexting zum Flirten dazugehört und deutlich mehr männliche Jugendliche halten Sexting für unproblematisch, wenn man sich in einer Beziehung vertraut.

Im Zusammenhang mit Sexting zeigt sich, dass im Bereich Sexualität das Verhalten der Geschlechter nach wie vor mit unterschiedlichen Maßstäben gemessen wird. Mädchen erhalten in unserer Gesellschaft sehr widersprüchliche Botschaften in Sachen Sexualität. Einerseits stehen sie unter dem Druck, ihre Weiblichkeit zur Schau zu stellen und sich sexy zu präsentieren, andererseits laufen Mädchen gleichzeitig Gefahr, damit ihren „Ruf“ aufs Spiel zu setzen und in der Folge gemobbt oder als Sexualobjekt behandelt zu werden.

Die Bereitschaft männlicher Jugendlicher, ihre Männlichkeit auf Selfies zu dokumentieren, wird hingegen eher als ganz normaler Ausdruck ihres Erwachsenwerdens akzeptiert.

„Sextortion“ steht oft in Zusammenhang mit Sexting. Der Begriff „Sextortion“ (eine Wortkombination aus den Begriffen „Sex“ und „Extortion“, was übersetzt „Erpressung“ bedeutet) beschreibt die Erpressung mit Bild- und/oder Videomaterial, welches das Opfer nackt oder bei sexuellen Handlungen zeigt. Über soziale Netzwerke bauen Täter Kontakt mit ihrem potentiellen Opfer auf und fordern dieses nach einer kurzen Kennenlernphase dazu auf, nackt zu posieren oder sexuelle Handlungen vorzunehmen. Dies wird – ohne Kenntnis der betroffenen Personen – aufgezeichnet. Das Bild- und Videomaterial wird dann dazu benutzt, das Opfer zu erpressen.

Auch Cybergrooming hat in den vergangenen Jahren zugenommen. Das englische Wort „Grooming“ bedeutet übersetzt „Striegeln“. Darunter versteht man das subtile Annähern von (älteren) Tätern, die sich als jünger ausgeben, an Kinder und Jugendliche im Internet, um diese zu sexuelle Handlungen vor der Kamera zu überreden. Dabei bauen die Täter Vertrauen zu den minderjährigen Opfern auf, indem sie an den Interessen und Bedürfnissen dieser anknüpfen, um sie zu einem späteren Zeitpunkt zu Missbrauchshandlungen zu zwingen. Sie fordern beispielsweise Nacktfotos oder Videomaterial.

Sexting ist kein Liebesbeweis!

Einige Hinweise:

- Versenden Sie keine Fotos von Ihnen, deren Veröffentlichung Ihnen peinlich wäre. Bilder von Ihnen ohne Ihre Einwilligung weiterzuversenden ist zwar gesetzlich nicht erlaubt, es ist jedoch nie auszuschließen, dass sie in Umlauf gebracht werden.
- Bedenken Sie die Risiken, bevor Sie ein sexuell provokantes Foto verschicken. Sind Sie sich sicher, dass Sie dem Empfänger vertrauen können – auch noch in einem halben Jahr? Was, wenn er es einem Freund schickt und dieser das Foto an hunderte Personen weiterleitet oder ins Internet stellt?
- Wenn Sie ein Nacktfoto verschicken wollen, achten Sie darauf, dass keine Identifizierungsmerkmale wie Gesicht oder Tattoos auf dem Bild erkennbar sind.
- Keine Lust zu haben, bei Sexting mitzumachen, ist total okay!
- Wenn Ihnen jemand ein Nacktfoto von einer dritten Person zukommen lässt, löschen Sie es umgehend und leiten Sie es auf keinen Fall weiter.
- Das Senden, Weiterleiten und auch der bloße Besitz von Nacktbildern von minderjährigen Personen ist strafbar. Achten Sie daher darauf, auch die Nachrichten in Gruppenchats durchzulesen. Darin könnten solche Nacktbilder enthalten sein. Im Zweifel löschen Sie Chats sofort, weil sich zwischen den Nachrichten ein Nacktfoto oder ein Link zu einer Pornoseite oder einem Video verstecken könnte.

3.2 Für Frauen und Mädchen mit Migrationshintergrund

Grundsätzlich gelten alle Informationen und Tipps dieser Broschüre für Frauen und Mädchen mit Migrationshintergrund genauso wie für Frauen und Mädchen ohne Migrationshintergrund. Männer, die gegenüber Frauen körperliche, sexuelle oder psychische Gewalt ausüben, gibt es in allen sozialen Schichten, Nationalitäten und Religionen.

Trotzdem sind Frauen und Mädchen mit Migrationshintergrund, vor allem Frauen aus sogenannten Drittstaaten, mitunter gefährdeter, Opfer von Gewalt zu werden, da sie sich oft scheuen, sich wegen Gewalttaten in der Partnerschaft an die Polizei zu wenden. Das hat durchaus nachvollziehbare Gründe. Einerseits ist die Familie für viele Migrantinnen der Lebensmittelpunkt und andererseits ist ihr Aufenthaltsstatus mitunter vom Ehemann abhängig.

Bis 2009 hatten Frauen, die im Rahmen des Familiennachzugs nach Österreich gekommen sind, während der ersten Jahre in Österreich kein vom Ehemann unabhängiges Recht auf Aufenthalt. Seit 2009 gibt es allerdings auch für diese Frauen die rechtliche Möglichkeit, einen eigenständigen Aufenthaltsstatus zugesprochen zu bekommen – sofern sie die Voraussetzungen dafür erfüllen. Zu diesen Voraussetzungen gehören der Nachweis eines gewissen Einkommens, einer ortsüblichen Unterkunft und einer Krankenversicherung. Aufgrund mangelnder Sprachkenntnisse, eines niedrigen Bildungsstandes oder aber der Nicht-Anerkennung der im Ausland erworbenen Qualifikationen arbeiten Migrantinnen jedoch häufig in schlecht bezahlten Branchen und können den geforderten Einkommensnachweis nicht erbringen.





Ausnahmeregelung

Sind Sie Migrantin und von Gewalt bedroht, gibt es jedoch – und das ist wichtig zu wissen – eine Ausnahmeregelung. Sie können auch ohne die oben genannten Voraussetzungen zu erfüllen einen eigenständigen Aufenthaltsstatus erhalten, wenn gegen die Person, von der Gewalt ausgeht, eine Einstweilige Verfügung (siehe Abschnitt „Schutz durch das Gesetz“ im Kapitel „Gewalt in der Familie“, Seite 39) erlassen wurde.

Persönliche Beratung und Hilfestellung erhalten Sie in diesem Zusammenhang beim Gewaltschutzzentrum Tirol. Dieses hat Regionalstellen in Innsbruck, Kitzbühel und Landeck (siehe Adressenverzeichnis ab S. 44). Im Gewaltschutzzentrum ist auch eine Beratung in englischer, italienischer und türkischer Sprache möglich sowie mit Hilfe einer Dolmetscherin/eines Dolmetschers auch in anderen Sprachen. Sie können sich in dieser Situation auch an das Tiroler Frauenhaus wenden, das rund um die Uhr erreichbar ist (siehe Adressenverzeichnis ab S. 44). Umfassende schriftliche Informationen enthält die Broschüre „Recht auf Schutz und Hilfe für Opfer von Gewalt“, herausgegeben von der Wiener Interventionsstelle gegen Gewalt in der Familie (siehe Adressenverzeichnis ab S. 44).

Zwangsheirat

Eine Zwangsheirat liegt vor, wenn eine Eheschließung unter massivem Druck (der Familie) und gegen den Willen eines Ehepartners/einer Ehepartnerin zustande kommt. Zwangsverheiratung bedeutet Gewalt und ist in Österreich verboten. Laut Strafgesetzbuch (§ 106a) ist diese strafbar. Außerdem handelt es sich um einen Verstoß gegen die Menschenrechte:

„Eine Ehe darf nur bei freier und uneingeschränkter Willenseinigung der künftigen Ehegatten geschlossen werden.“

- Artikel 16, lit. 2 der Allgemeinen Erklärung der Menschenrechte

Mit Jahresbeginn 2012 wurde die Zuständigkeit österreichischer Gerichte für Zwangsverheiratungen im Ausland erweitert. Sind österreichische StaatsbürgerInnen bzw. AusländerInnen mit Wohnsitz in Österreich davon betroffen, kann das Delikt von österreichischen Gerichten mit bis zu fünf Jahren Haft bestraft werden. Um eine geplante oder vollzogene Zwangsheirat bei der Polizei anzuzeigen, muss man nicht selbst davon betroffen sein. Oft werden die Betroffenen von ihren Familien kontrolliert und können sich daher nur schwer selbst an die Polizei wenden. Sie sind deshalb auf Hilfe von anderen Personen angewiesen, die die Polizei einschalten. Sind Sie oder Angehörige von einer Zwangsverheiratung bedroht oder betroffen, erhalten Sie Informationen und konkrete Hilfestellung bei folgenden Einrichtungen:

- **Frauen aus allen Ländern (Fachstelle Zwangsheirat)**
- **Gewaltschutzzentrum Tirol**
- **Tiroler Frauenhaus**
Adressen und Telefonnummern finden Sie im Adressenverzeichnis (ab S. 44).



3.3 Für Frauen mit Behinderungen

Grundsätzlich gelten alle Informationen und Tipps dieser Broschüre für Mädchen und Frauen mit Behinderungen gleichermaßen wie für Mädchen und Frauen ohne Behinderungen. Frauen mit Behinderungen sind allerdings in höherem Maß von Gewalt betroffen als Frauen ohne Behinderungen.

Aufgrund ihrer Beeinträchtigung sind sie einerseits mehr auf die Unterstützung anderer Personen angewiesen und von diesen daher in gewisser Weise abhängig und können sich andererseits oft nicht wehren. Hinzu kommt, dass Frauen mit Behinderungen häufig in ihrer Mobilität eingeschränkt sind und/oder weniger Kommunikationsmöglichkeiten haben.

Konkret heißt dies: Werden Sie beispielsweise an Ihrem Arbeitsplatz sexuell belästigt, so sind für Sie dieselben AnsprechpartnerInnen wie für Frauen ohne Behinderungen zuständig. Wenn Sie in der Privatwirtschaft tätig sind, wenden Sie sich im Fall einer sexuellen Belästigung am Arbeitsplatz an die Regionalbüros der Gleichbehandlungsanwaltschaft (siehe Adressenverzeichnis ab S. 44). Liegt aber nicht nur eine Diskriminierung aufgrund des Geschlechts vor, sondern spielt auch die Behinderung in dem Zusammenhang eine Rolle, so sind die Diskriminierungstatbestände gemäß Bundes-Behindertengleichstellungsgesetz geltend zu machen.

Zuständig für Beratungen betreffend Belästigungen oder Benachteiligungen aufgrund einer Behinderung ist das Sozialministeriumservice – Landesstelle Tirol in Innsbruck (siehe Adressenverzeichnis ab S. 44).

Für Frauen mit Behinderungen ist es besonders wichtig, das Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten zu stärken. Sinnvoll kann daher der Besuch von Selbstverteidigungskursen sein, die sich speziell an den Bedürfnissen von Frauen mit Behinderungen orientieren.



Informationsmaterialien für blinde oder sehbehinderte Frauen

Die Broschüre „Recht auf Schutz und Hilfe für Opfer von Gewalt“ (Gewaltschutzfolder) gibt es bei der Informationsstelle gegen Gewalt in Brailleschrift. Diese Broschüre können Sie im Infoshop der Website www.aeof.at bestellen.

Für gehörlose Frauen

Informationen für gehörlose Frauen zum Schutz vor Gewalt finden sich im Internet unter www.schreigegengewalt.at. Von dieser Website lässt sich auch die Broschüre für gehörlose Frauen mit dem Titel „Schrei gegen Gewalt“ herunterladen. Im Infoshop der Website www.aeof.at kann diese auch bestellt werden. Gehörlose und hörbeeinträchtigte Personen können mittels **DEC112** (Digital Emergency Call) mit der Polizei kommunizieren. Diese App bietet die Möglichkeit, Hilfe mittels Textnachrichten herbeizurufen oder einen Stillen Notruf zu versenden. Durch einen einfachen Knopfdruck wird dabei die Polizei verständigt und eine Polizeistreife zur notrufenden Person geschickt. Ein Stiller Notruf hilft vor allem in Situationen akuter Bedrohung oder Gewalt, weil der Notruf nahezu unbemerkt ausgelöst werden kann.

Formulare für ein Notruf-Fax sowie die Anleitung für ein Notruf-SMS oder ein Notruf-Mail lassen sich unter www.schreigegengewalt.at herunterladen. Telefonnotrufe für gehörlose Frauen finden Sie im Adressenverzeichnis ab S. 44.

Für Frauen mit Lernschwierigkeiten oder Mehrfachbehinderungen

Auf der Website des Wiener Vereins Ninlil können Sie unter www.ninlil.at/kraftwerk/kontakt.html Informationsmaterialien und Broschüren zum Thema Gewalt an Frauen mit Lernschwierigkeiten oder Mehrfachbehinderungen in leichter Sprache herunterladen. Der Verein bietet zudem eine österreichweite telefonische Beratung an (siehe Adressenverzeichnis ab S. 44).



4. Belästigung im öffentlichen Raum

Wer belästigt wird, muss seinem Gegenüber klare Grenzen setzen. Das bedeutet, Sie müssen mit Worten oder Gesten klarstellen: „Bis hierher und nicht weiter!“

Damit signalisieren Sie Stärke (statt Hilflosigkeit) und weisen Ihr Gegenüber in die Schranken. Sagen Sie klar und deutlich und falls nötig mehrmals, was Sie wollen.

Beispielsweise:

„Lassen Sie mich sofort in Ruhe!“

Bei körperlicher Berührung:

„Hände weg!“

oder

„Fassen Sie mich nicht an!“

Zeigen Sie der Person, die Sie belästigt, dass Sie nicht bereit sind, sich Übergriffe gefallen zu lassen. Sexuelle Belästigungen, die mit körperlichen Handlungen verbunden sind (z. B. Betasten der Geschlechtsteile oder der Brust), stellen eine Straftat dar (§ 218 Strafgesetzbuch).

4.1 In Lokalen

Gastlokale können manchmal zu Orten unliebsamer Begegnungen werden. Manche Männer begreifen offenbar nicht, dass Mädchen und Frauen, die allein unterwegs sind, nicht unbedingt Wert auf Annäherungsversuche legen. Vor allem alkoholisierte Männer lassen sich oft schwer zurückweisen.

Mögliche Reaktionen

- Stellen Sie unmissverständlich klar, dass Sie kein Interesse an einem Gespräch, geschweige denn an sonstigen Kontakten haben.
- Mittlerweile sind viele LokalbesitzerInnen für die Thematik Gewalt an Frauen und K.O.-Tropfen sensibilisiert. Betroffenen Personen fällt es häufig schwer, sich in einer bedrohlichen Situation ans Personal zu wenden.
Mit der Code-Frage „Ist Luisa hier?“ (an der Aktion „Luisa ist hier“ teilnehmende Lokale sind auf den Damen-WCs erkennbar) sinkt diese Hemmschwelle. Das Personal bietet Ihnen lösungs- und bedürfnisorientierte Unterstützung und verweist den Belästiger im Notfall auch des Lokals.

- Falls Sie befürchten, dass der Belästiger Ihnen nachgeht, nehmen Sie für den Heimweg ein Taxi oder rufen Sie eine Person Ihres Vertrauens an und lassen Sie sich abholen.

Spezielles Problem: K.O.-Tropfen

Sogenannte K.O.-Tropfen sind bewusstseinsverändernde Substanzen, die in geringer Dosis stimulierend und enthemmend, in höherer Dosierung hingegen betäubend und einschläfernd wirken. K.O.-Tropfen werden gezielt dazu eingesetzt, um Frauen und Mädchen sexuell gefügig zu machen. Eine Überdosis kann zum Tod führen.

Sie sind meist farb- und geschmacklos. Symptome sind Schwindel, Übelkeit, Wahrnehmungsschwierigkeiten, Willenlosigkeit, eingeschränkte Beweglichkeit und Erinnerungslücken.

Für genauere Informationen und Handlungsempfehlungen zum Thema ‚Spiking‘ verweisen wir auf das Projekt NO!K.O.: www.no-ko.at.





Vorsichtsmaßnahmen

- Lassen Sie Getränke nicht unbeaufsichtigt. Im Zweifelsfall bestellen Sie lieber ein neues Getränk. Besser ist es, kleinere Mengen an Getränken zu kaufen und vor dem Tanzen oder dem Gang zur Toilette auszutrinken.
- Wenn Sie mit jemandem oder einer Gruppe in einem Lokal sind, passen Sie gegenseitig auf die Getränke der anderen auf.
- Nehmen Sie keine Getränke von unbekanntem Personen an.
- Wenn Sie sich komisch fühlen oder „am Kippen“ sind, wenden Sie sich an FreundInnen oder an das Personal mit der Bitte um Unterstützung. Lassen Sie sich von einer Person Ihres Vertrauens nach Hause oder an einen sicheren Ort bringen. Im Zweifelsfall die Rettung (144) verständigen.
- Wenn Sie glauben, Opfer von K.O.-Tropfen geworden zu sein, lassen Sie sich ärztlich durchchecken. Es ist wichtig, dass Sie so schnell wie möglich Ihr Blut und Ihren Urin untersuchen lassen, da viele Substanzen nur sechs bis 24 Stunden lang nachweisbar sind. Der Nachweis ist vor allem für eine polizeiliche Anzeige wichtig.
- Für eine Anzeige ist es zudem wichtig, alles zu dokumentieren (insbesondere Verletzungen) und aufzuschreiben, was Sie noch in Erinnerung haben.

Anzügliche Blicke

Eine Belästigung beginnt bereits vor dem ersten Anmachspruch oder der ersten Berührung – auch Blicke und Anstarren können belästigend sein. Sogenannte „Ausziehblicke“ kennen viele Frauen und Mädchen. Dulden Sie auch Blicke und Anstarren nicht, wenn Sie sich dadurch unwohl fühlen: Sprechen Sie den Mann an oder starren Sie mit unfreundlicher Miene zurück.

4.2 In öffentlichen Verkehrsmitteln

Werden Sie in einem öffentlichen Verkehrsmittel von jemandem begripscht, reagieren Sie sofort. Machen Sie das Verhalten dieser Person öffentlich. Sagen Sie laut, damit möglichst viele Fahrgäste es hören können:

„Hände weg!“

„Halten Sie Abstand!“

Damit lenken Sie die Aufmerksamkeit auf die belästigende Person. Belästiger rechnen mit dem Schweigen der betroffenen Person und wollen keine Aufmerksamkeit auf sich ziehen. Häufig machen Frauen die Erfahrung, dass Männer als Sitznachbarn zu viel Platz in Anspruch nehmen und sie dadurch bedrängen. Nehmen Sie sich den Raum, der Ihnen zusteht: Fordern Sie den Mann auf, sich auf seinen Platz zu beschränken, stellen Sie zwischen sich und den Sitznachbarn eine Tasche oder verschaffen Sie sich in anderer Form aktiv Platz.

Werden Sie aktiv, wenn Sie sehen, dass ein Mädchen oder eine Frau bedrängt oder sexuell belästigt wird. Die betroffene Person braucht Ihre Unterstützung. Sprechen Sie den Mann an und sagen Sie ihm, dass er das Mädchen bzw. die Frau sofort in Ruhe lassen soll. Sie können auch vortäuschen, die Frau zu kennen und ein paar Worte mit ihr wechseln oder an der nächsten Haltestelle gemeinsam mit ihr aussteigen, um den Eindruck zu erwecken, dass Sie gemeinsam unterwegs sind.

Wenn Sie an einer Haltestelle warten, kann es sinnvoll sein, mit dem Rücken an der Wand zu stehen oder sich in der Nähe anderer Menschen aufzuhalten. Setzen Sie sich nachts grundsätzlich in die Nähe des Fahrers bzw. der Fahrerin oder in einen Wagon, in dem mehrere Fahrgäste sind und achten Sie darauf, wer gleichzeitig mit Ihnen den Bus oder den Zug verlässt.



4.3 Der nächtliche Heimweg

Von Veranstaltungen

Beim Besuch von Festen, Konzerten oder Clubs sollten Sie immer im Vorhinein überlegen, wie und mit wem Sie nach Hause fahren. Insbesondere Clubs können sich an Orten befinden, die nur mit einem längeren Fußweg, aber nicht mit öffentlichen Verkehrsmitteln zu erreichen sind. Bei manchen Veranstaltungen werden Shuttlebusse angeboten. Erkundigen Sie sich vorher, wann und wo diese wegfahren und benützen Sie diese auch. Oder nehmen Sie genügend Geld für ein Taxi mit, das Sie zumindest bis zu einer Bahn- oder Busstation bringt, von wo Sie sicher nach Hause gelangen.

Lassen Sie sich nicht von Personen, die Sie erst auf der Veranstaltung kennengelernt haben, mitnehmen. Sie kennen deren Fahrstil nicht und können deren Fahrtüchtigkeit nicht beurteilen. Überdies kann der Fahrer, sind Sie erst einmal in sein Auto eingestiegen, auch eine ganz andere Route wählen – Übergriffe finden nicht selten in solchen Situationen statt.

Fahren Sie mit dem eigenen Auto zur Veranstaltung, sollten Sie möglichst nahe dem Eingang des Veranstaltungsgebäudes parken. Ist dies nicht möglich, müssen Sie spät in der Nacht in der Dunkelheit zu Ihrem Auto gehen. Lassen Sie sich in diesem Fall von FreundInnen zum Auto begleiten oder bitten Sie andere, die in dieselbe Richtung müssen, den Weg gemeinsam zu gehen. Nehmen Sie keine Personen im Auto mit, die Sie auf der Party kennengelernt haben, denn Sie können nicht abschätzen, wie sich diese verhalten, wenn Sie mit Ihnen alleine sind.



Zu Fuß

- Scheint Ihnen ein Weg riskant, wählen Sie – wenn möglich – eine belebtere und besser beleuchtete Straße, auch wenn dies mit einem Umweg verbunden ist.
- Gehen Sie bei Dunkelheit in der Mitte des Gehsteigs, um Einsicht in Einfahrten, dunkle Ecken etc. zu haben.
- Sorgen Sie dafür, dass das Handy (aufgeladen und eingeschaltet) griffbereit ist, damit Sie jederzeit jemanden anrufen können.
- Achten Sie aufmerksam auf Ihre Umgebung, schauen Sie nicht durchgehend aufs Handy und verwenden Sie keine Kopfhörer zum Musikhören.

Fühlen Sie sich verfolgt?

- Wenn Sie allein unterwegs sind und das Gefühl haben, verfolgt zu werden, ist es keineswegs immer sinnvoll, schneller zu gehen, in der Hoffnung, der Gefahr auf diese Weise zu entkommen. Überprüfen Sie erst einmal, ob es stimmt, dass Sie verfolgt werden. Wechseln Sie mehrmals die Straßenseite. Folgt Ihnen jemand?
- Für den Fall, dass in der Nähe ein Lokal ist, in das Sie notfalls flüchten können: Bleiben Sie stehen und schauen Sie in eine Auslage. Geht der vermeintliche Verfolger vorüber oder bleibt er hinter Ihnen?
- Drehen Sie sich um, schauen Sie Ihrem Verfolger ins Gesicht, um sich über die Situation klarer zu werden.
- Wann immer der Eindruck entsteht, verfolgt zu werden, drehen Sie sich um, sagen Sie deutlich „Stopp!“ und fragen Sie die Person direkt, warum sie Sie verfolgt.
- Seien Sie mit der Person, die Sie verfolgt per Sie – mögliche Zeuginnen könnten beim vertraulichen „Du“ von einem Naheverhältnis zwischen Ihnen und dem Verfolger ausgehen.
- Wenn Sie von einem Auto verfolgt werden, kehren Sie um und gehen Sie in die entgegengesetzte Richtung. Wiederholen Sie diesen Vorgang so oft wie notwendig. Sie können die Richtung leichter wechseln als das Auto. Versuchen Sie, das Autokennzeichen zu erkennen und einen sicheren Ort zu erreichen.
- Sind Sie mit dem Rad unterwegs und werden von einem Auto verfolgt, nützen Sie den Gehsteig, um rasch zu entkommen. Notieren Sie das Kennzeichen des Autos, das kann den Verfolger abschrecken. Wenn Sie sicher sind, dass Sie verfolgt werden, verständigen Sie die Polizei (Notruf 133).



Bei einem Angriff

- Wenn Sie angegriffen und körperlich bedrängt werden, ist das oberste Ziel, unbeschadet aus der Gefahrenzone zu gelangen. Daher ist es wichtig, Aufmerksamkeit zu erregen und Widerstand zu leisten. Egal auf welche Weise. Schreien Sie, wenden Sie vor dem Weglaufen Griffe oder Tritte der Selbstverteidigung an. Auf jeden Fall sollten Sie versuchen, an einen Ort zu gelangen, der belebt ist und wo Sie von PassantInnen gesehen werden (Haltestellen, Lokale, dicht besiedelte Straßen).
- Steht an einer Kreuzung die Ampel auf Rot, können Sie die AutofahrerInnen auf sich aufmerksam machen.
- An Haustüren können Sie notfalls alle Klingeln drücken. Schreien Sie um Hilfe und fordern Sie die HausbewohnerInnen auf, die Polizei zu rufen. Melden Sie, im eigenen Interesse und im Interesse möglicher anderer Opfer, den Angriff sofort der Polizei. Erfahrungsgemäß kann die Polizei, wenn sie unmittelbar verständigt wird, bei vorhandener Personenbeschreibung den Angreifer noch in der Gegend ausfindig machen.



4.4 Unterwegs mit dem Auto

Tatsache ist, dass ein Großteil der gewalttätigen Handlungen gegen Frauen nicht durch Unbekannte, sondern durch Bekannte und an „geschützten“ Orten stattfindet. Einer dieser Orte ist das Auto.

Vorsichtsmaßnahmen als Lenkerin

- Parken Sie Ihren Wagen auf hell beleuchteten Parkplätzen. Sperren Sie Ihr Fahrzeug immer ab, auch wenn Sie es nur kurz verlassen.
- Parken Sie in Garagen in der Nähe der Kassa oder des Lifts, eventuell auch auf speziellen Frauenparkplätzen (sofern vorhanden). Allerdings bedeutet das nicht, dass diese Parkplätze in jedem Fall sicherer sind, da bis dato einheitliche Kriterien fehlen. Im Fall einer Bedrohung in der Tiefgarage sollten Sie den Feueralarm auslösen (Brandknöpfe einschlagen).
- Wenn Sie ein anderer Autofahrer zum Anhalten zwingt oder bei einer Ampel aussteigt und aggressiv auftritt, verriegeln Sie die Tür und schließen Sie das Fenster. Steigen Sie auf keinen Fall aus, denn verbale Attacken werden unter Umständen zu körperlichen. Sollte Sie der Lenker verfolgen, schreiben Sie das Kennzeichen auf. Fahren Sie auf keinen Fall zu Ihrer Wohnung, sondern ändern Sie die Route, rufen Sie die Polizei (Notruf 133) oder bleiben Sie bei einer Polizeidienststelle stehen.
- Wenn Sie von einem Beifahrer belästigt werden oder ein Unbekannter zu Ihnen in den Wagen zu steigen versucht: Solange hupen, bis er aufgibt!

Vorsichtsmaßnahmen als Beifahrerin

Wenn Sie sich von dem Fahrer bedrängt fühlen, machen Sie ihm klar, dass er sofort aufhören soll, Sie zu belästigen und verlangen Sie, dass er stehenbleibt, damit Sie aussteigen können.

Vorsichtsmaßnahmen beim Autostoppen

Vorausgeschickt sei: Die Polizei rät grundsätzlich vom Autostoppen ab.

- Stoppen Sie – wenn überhaupt – nie allein, sondern mindestens zu zweit und steigen Sie gleichzeitig miteinander aus (ansonsten besteht die Gefahr, dass der Autolenker die Zentralverriegelung betätigt und mit der zurückgebliebenen Person davonfährt).
- Fahren Sie vorzugsweise mit Frauen (an Raststätten ansprechen).
- Steigen Sie nie zu mehreren Männern in ein Auto.
- Notieren Sie das Kennzeichen. Geben Sie ein konkretes Ziel an und sagen Sie, dass Sie von der Familie oder von FreundInnen erwartet werden.
- Haben Sie ein Handy bei sich (aufgeladen und eingeschaltet), rufen Sie vom Auto aus jemanden an und informieren Sie die Person, wo Sie gerade sind und wann Sie in etwa wo aussteigen werden. Sie können per Textnachricht auch das Autokennzeichen durchgeben oder Ihren Live-Standort teilen.



4.5 Belästigung am Telefon

(Sexuelle) Belästigung am Telefon ist Gewaltausübung per Distanz. Obszöne Anrufe können bei den Betroffenen Angst und Schrecken auslösen und in absoluten Terror ausarten.

Mögliche Reaktionen:

- Legen Sie kommentarlos auf. Diese Reaktion ist erfahrungsgemäß eine zielführende Methode, um den Anrufer loszuwerden.
- Pfeifen Sie mit einer Trillerpfeife kräftig in das Telefon, wenn Sie wiederholt angerufen werden.
- Ändern Sie Ihre Telefonnummer oder blockieren Sie die Nummer (siehe auch Abschnitt „Stalking“, Seite 35 und Sicherheitstipps für Online-Dating, Seite 14)



5. Spezielle Tatbestände



5.1 Sexuelle Belästigung am Arbeitsplatz

In der Arbeitswelt kämpfen viele Frauen nicht nur gegen Lohndiskriminierung, sondern auch gegen sexuelle Belästigung. Diese umfasst auch die Bereiche Berufsberatung, Berufsausbildung, berufliche Weiterbildung, Umschulung sowie die Tätigkeit in Interessensvertretungen und ist laut Gleichbehandlungsgesetz eine Diskriminierung aufgrund des Geschlechts und damit ausdrücklich verboten.

Was als sexuelle Belästigung gilt, ist im Gleichbehandlungsgesetz klar definiert: Erlaubt ist, was beiden gefällt. Ist das beidseitige Einverständnis nicht vorhanden oder wird es erzwungen, handelt es sich um eine Belästigung – unabhängig davon, wer Sie belästigt (Vorgesetzter, Mitarbeiter, Kunde).

Als sexuelle Belästigung gelten in diesem Zusammenhang nicht nur unerwünschte körperliche Berührungen oder sexuelle Übergriffe, sondern auch verbale oder nichtverbale Äußerungen, die der sexuellen Sphäre zugehörig sind (z. B. Aufhängen eines Kalenders mit Pin-Up-Fotos, zweideutige Kommentare oder das Zeigen von Pornographie). Wichtig ist, klarzustellen, dass Zudringlichkeiten, egal ob verbaler, körperlicher oder sonstiger Art, unerwünscht sind.

5.2 Geschlechtsbezogene Belästigungen

Nicht nur gegen sexuelle, auch gegen geschlechtsbezogene Belästigungen am Arbeitsplatz ist es laut Gleichbehandlungsgesetz möglich, sich zur Wehr zu setzen.

Als geschlechtsbezogene Belästigung gilt ein unerwünschtes Verhalten, das in Zusammenhang mit dem Geschlecht einer Person steht, aber keinen Bezug zur Sexualität hat (z. B. frauenfeindliches Verhalten, Diffamierung von Frauen als naiv, berechnend oder wehleidig). Wichtig: Lachen Sie bei Witzen, die frauenfeindlich und diskriminierend sind, nicht aus falsch verstandener Höflichkeit mit.



Nähere Informationen

Über die gesetzlichen Möglichkeiten, gegen sexuelle oder geschlechtsbezogene Belästigung in der Arbeitswelt vorzugehen, erhalten Sie bei folgenden Einrichtungen: Für Beschäftigte in der Privatwirtschaft RegionalanwältInnen für die Gleichbehandlung von Frauen und Männern in der Arbeitswelt in dem Wirkungsbereich Tirol, Salzburg und Vorarlberg (Kontakt siehe Adressenverzeichnis ab S. 44)

Für Beschäftigte in der Privatwirtschaft:

RegionalanwältInnen für die Gleichbehandlung von Frauen und Männern in der Arbeitswelt in dem Wirkungsbereich Tirol, Salzburg und Vorarlberg (Kontakt siehe Adressenverzeichnis ab S. 44)

Für Bundes- und Landesbedienstete:

Ansprechpersonen sind Vorsitzende der Arbeitsgruppen für Gleichbehandlung in den einzelnen Ressorts – die Kontaktdaten finden Sie auf der Homepage der Servicestelle Gleichbehandlung und Antidiskriminierung:

www.tirol.gv.at/gesellschaft-soziales/gleichbehandlung-antidiskriminierung

5.3 Geschlechtsbezogene Belästigung beim Zugang zu Gütern und Dienstleistungen

Das Gleichbehandlungsgesetz untersagt sexuelle sowie geschlechtsbezogene Belästigung nicht nur in der Arbeitswelt (siehe ab Seite 44), sondern auch beim Zugang zu Gütern und Dienstleistungen. Dazu gehören beispielsweise Belästigungen im Zuge einer Wohnungsvermittlung, bei sportlichem Training, Einkäufen, Beratungen aller Art, bei Behandlungen durch medizinisches Personal oder bei gewerblichen Tätigkeiten durch beispielsweise Handwerker.

Nähere Informationen, Rat und Hilfe erhalten Sie in diesen Fällen bei folgenden Stellen:

- Gleichbehandlungsanwaltschaft (für Beschäftigte in der Privatwirtschaft)
- RegionalanwältInnen für die Gleichbehandlung von Frauen und Männern in der Arbeitswelt in dem Wirkungsbereich Tirol, Salzburg und Vorarlberg
- Servicestelle Gleichbehandlung und Antidiskriminierung
- Ansprechpersonen sind Vorsitzende der Arbeitsgruppen für Gleichbehandlung in den einzelnen Ressorts.

Die Kontaktdaten finden Sie im Adressenverzeichnis ab S. 44.



5.4 Stalking

Der englische Begriff Stalking bezeichnet die anhaltende Belästigung einer Person in Form von Nachstellung, Verfolgung, Auflauern oder Überwachung. Dieser Ausdruck kommt ursprünglich aus der Jägersprache und bedeutet, sich (ans Wild) heranpirschen bzw. anschleichen. Stalking ist gleichbedeutend mit Psychoterror und damit eine Form psychischer Gewalt. Letztlich geht es dabei immer um die Ausübung von Macht und Kontrolle.

Frauen sind von Stalking viermal so häufig betroffen wie Männer. 80 Prozent der Täter sind Männer. Häufig handelt es sich bei den Tätern um ehemalige Partner oder abgewiesene Verehrer. Die Mittel der beharrlichen Verfolgung sind vielfältig. Sie reichen von wiederholten unerwünschten Telefonanrufen zu Hause und/oder am Arbeitsplatz, über die ständige Zusendung von Briefen, E-Mails, Textnachrichten oder Geschenken, das Verbreiten von Gerüchten, das Auflauern vor der Haustür, die Kontaktaufnahme über dritte Personen bis hin zur persönlichen Verfolgung und Bedrohung.

Seit 2006 ist Stalking (beharrliche Verfolgung) in Österreich ein strafbarer Tatbestand (§ 107a Strafgesetzbuch).

Tipps für Betroffene

- Machen Sie der Person, die Sie nicht in Ruhe lässt, nur ein einziges Mal ausdrücklich klar, dass Sie keinen Kontakt (mehr) mit ihr haben wollen. Erfahrungsgemäß bringen weitere Gespräche mit dem Stalker überhaupt nichts. Ignorieren Sie ihn.
- Informieren Sie Ihr privates und berufliches Umfeld davon, dass Sie gestalkt werden. Damit können Sie verhindern, dass andere Personen dem Stalker Informationen über Sie weitergeben.
- Nehmen Sie keine Briefe oder Pakete vom Stalker oder von einem unbekanntem Absender an. Schicken Sie diese – wenn möglich – ungeöffnet zurück.
- Fragen Sie Ihren Telefonanbieter, welche technischen Möglichkeiten es gibt, Telefonterror abzustellen.
- Heben Sie Beweismittel (Textnachrichten, E-Mails, Nachrichten auf dem Anrufbeantworter) auf, um die Belästigung allenfalls dokumentieren zu können.

Um Ihren Anspruch auf Schutz vor Eingriffen in die Privatsphäre durchzusetzen, können Sie beim zuständigen Bezirksgericht eine Einstweilige Verfügung beantragen, die der Person, die Sie verfolgt, die persönliche, telefonische oder sonstige Kontaktaufnahme verbietet.

Werden Sie akut bedroht, wenden Sie sich umgehend an die Polizei (Notruf 133). Falls Sie mit dem Auto unterwegs sind und verfolgt werden, rufen Sie die Polizei an oder fahren Sie direkt die nächste Polizeidienststelle an. Stalking ist ein Offizialdelikt, das heißt, die Polizei ist verpflichtet zu ermitteln, wenn Sie eine polizeiliche Anzeige erstatten. Eine allfällige Anklage erhebt die Staatsanwaltschaft.

Lassen Sie sich von Mitarbeitenden einschlägiger Einrichtungen beraten (siehe Adressenverzeichnis ab S. 44).

5.5 Gewalt in der Privatsphäre

Durch eine nahestehende Person Gewalt zu erfahren, geschlagen, bedroht oder vergewaltigt werden, ist kein tragischer Einzelfall. Schätzungen zufolge wird jede fünfte in einer Beziehung lebende Frau mit Gewalt seitens des Partners konfrontiert. Insgesamt sind Opfer häuslicher Gewalt zwar nicht ausschließlich, aber zu 90 Prozent Frauen.



Tipps für Betroffene

- Versuchen Sie die Gewalt, der Sie ausgesetzt sind, nicht zu verdrängen oder zu verharmlosen. Es gibt auch keinen Grund, sich dafür zu schämen. Sie sind keineswegs die einzige Frau, der so etwas passiert und Sie tragen auch keine Schuld an der Gewalttätigkeit Ihres Partners. Verantwortlich für Gewalt ist der, der sie ausübt.
- Listen Sie die Misshandlungen und Drohungen, die Ihnen widerfahren sind, im Detail auf.
- Schweigen Sie nicht länger über die Gewalttätigkeit Ihres Partners, sondern vertrauen Sie sich jemandem an und überlegen Sie gemeinsam, welche Möglichkeiten es für Sie (und Ihre Kinder) gibt, um sich vor weiteren Gewalttaten zu schützen. Lassen Sie sich zu keinen Entscheidungen drängen.
- Bevor Sie eine Entscheidung treffen, ist es wichtig, über die eigenen Rechte (auch hinsichtlich der Kinder), finanzielle Hilfen und Wohnmöglichkeiten genau Bescheid zu wissen. Zu diesem Zweck sollten Sie professionelle Hilfe in Anspruch nehmen, also Kontakt mit einer Frauenberatungsstelle bzw. mit dem Gewaltschutzzentrum aufnehmen (siehe Adressenverzeichnis ab S. 44).
- „Ich muss zu Dr. Viola!“ – Dieser Satz hilft Betroffenen jeden Alters und Geschlechts, die sich akut bedroht fühlen und Schutz und Hilfe in der Klinik suchen. Alle Mitarbeitenden am Areal der Klinik Innsbruck sind über den Notruf informiert und leiten alle notwendigen Schritte in die Wege, um Ihnen zu helfen und Sie vor allem in Sicherheit zu bringen. Immer mehr Bezirkskrankenhäuser wie das BKH in Hall, in Schwaz und in St. Johann in Tirol haben ebenso das Projekt umgesetzt.
- Das Hilfezeichen („Signal for Help“) ist ein einfaches Handzeichen, mit dem eine Person unauffällig zeigen kann, dass sie Hilfe benötigt. Diese Geste kann bei Sichtkontakt – vor allem bei Videocalls – verwendet werden: Handfläche öffnen, den Daumen auf die Handfläche legen und die restlichen Finger auf den Daumen legen, sodass eine Faust entsteht.



5.6 Krisenplan

Die Hoffnung vieler Frauen, der gewalttätige Partner würde sich von alleine ändern, ist erfahrungsgemäß eine Illusion. Eher nimmt das Ausmaß der Gewalt im Laufe der Zeit zu. Die Abstände zwischen den Gewaltausbrüchen werden kürzer, die Misshandlungen schwerer. Im Interesse der eigenen Sicherheit und jener der Kinder ist es daher sinnvoll, einen Krisenplan für den Ernstfall zu erstellen:

- Tragen Sie immer eine Liste mit Telefonnummern (Polizei – Notruf 133, FreundInnen, Verwandte, Frauenhaus, Gewaltschutzzentrum) bei sich.
- Laden Sie auf Ihrem Handy die App DEC112 (Digital Emergency Call) herunter. Diese App bietet die Möglichkeit, Hilfe mittels Textnachrichten oder einen Stillen Notruf zu versenden. Durch einen einfachen Knopfdruck wird die Polizei verständigt und eine Polizeistreife zur notrufenden Person geschickt. Ein Stiller Notruf hilft vor allem in Situationen akuter Bedrohung oder Gewalt, weil der Notruf nahezu unbemerkt ausgelöst werden kann.
- Klären Sie, an welchem Rückzugsort Sie im Ernstfall telefonieren können, und/oder ersuchen Sie eine Nachbarin oder einen Nachbarn, die Polizei zu rufen, sobald sie aus Ihrer Wohnung Hilferufe, Schreie oder Lärm hört.
- Legen Sie Geld zur Seite, um im Notfall Taxi, Bus, Zug oder Hotel bezahlen zu können.
- Lassen Sie Wohnungs- und Autoschlüssel nachmachen. Machen Sie ein Notpaket (Geld, Sparbücher, Schlüssel, Dokumente, Kleidung und Medikamente für sich und die Kinder) und bewahren Sie dieses in einem versteckten, aber möglichst leicht zugänglichen Ort auf (beispielsweise an der Arbeitsstelle).
- Ersuchen Sie eine Verwandte, Freundin etc. vorübergehend bei Ihnen zu wohnen, um nicht alleine zu sein.
- Überlegen Sie, wo Sie und Ihre Kinder im Notfall eine Unterkunft finden können, beispielsweise bei einer Freundin, einer Nachbarin oder im Frauenhaus (siehe Adressenverzeichnis ab S. 44). In jedem Fall haben Sie das Recht, Ihre Kinder mitzunehmen.

5.7 Schutz durch das Gesetz

Seit 1997 gibt es in Österreich das Bundesgesetz zum Schutz vor Gewalt in der Familie. Das Wesentliche an diesem Gesetz ist die umgehende Entfernung des Gewalttäters aus der Wohnung. Die häufigsten Anzeigen und Strafverfahren bei häuslicher Gewalt sind Körperverletzung, gefährliche Drohung und Stalking.

Mit 2009 ist das zweite Gewaltschutzgesetz in Kraft getreten, das die Situation für die von Gewalt betroffenen oder bedrohten Personen verbessert, indem der neue Straftatbestand „Fortgesetzte Gewaltausübung“ geschaffen wurde (§ 107b Strafgesetzbuch). Das ermöglicht Opfern häuslicher Gewalt, sich gegen wiederholte Gewalt zur Wehr zu setzen. Mit dem dritten Gewaltschutzgesetz wurde 2019 das Betretungsverbot auch mit dem Annäherungsverbot verbunden. Die weggewiesene Person darf sich dem Opfer im Umkreis von 100 Metern nicht nähern. Schutz vor Gewalt erhält jede Person, die sich in Österreich aufhält, unabhängig von Herkunft und Staatsbürgerschaft.

Wenn die Polizei feststellt, dass Leben, Gesundheit oder Freiheit einer Person in ihrem Wohnbereich gefährdet sind oder ein zukünftiger Angriff droht, muss sie die gefährdeten Personen schützen und die Person, von der die Gefahr ausgeht, für vierzehn Tage aus dem Wohnraum verweisen und die Annäherung an das Opfer im Umkreis von 100 Metern in diesem Zeitraum verbieten. Allerdings ist es immer die Entscheidung der Exekutive, ob ein solches Betretungs- und Annäherungsverbot auszusprechen ist. Innerhalb von drei Tagen nachdem das Betretungs- und Annäherungsverbot ausgesprochen wurde, prüft die Polizei vor Ort bei Ihnen, ob sich der Gewalttäter an das Betretungsverbot hält.

Die Opfer werden vom Gewaltschutzzentrum kontaktiert und können dort kostenlose Beratung und Begleitung in Anspruch nehmen. Die Täter müssen eine verpflichtende Gewaltpräventionsberatung im Ausmaß von sechs Stunden absolvieren.

Das Betretungs- und Annäherungsverbot gilt zwei Wochen. Wenn auch danach noch Schutz notwendig ist und die rechtlichen Voraussetzungen vorliegen, können Sie einen Antrag auf eine einstweilige Verfügung stellen.

Wenn die weggewiesene Person trotz des Betretungsverbots zur Wohnung oder deren Umgebung kommt, sollten Sie sofort die Polizei rufen. Die Missachtung des Betretungsverbots



ist strafbar. Mit einer einstweiligen Verfügung wird der Schutz des Betretungs- und Annäherungsverbots verlängert. Diese ist über das Gewaltschutzzentrum zu beantragen und beim Bezirksgericht Ihres Wohnsitzes einzubringen. Eine einstweilige Verfügung kann auch bei Stalking beantragt werden, um dem Stalker den Kontakt zu verbieten. Auch für Kinder, die entweder direkt Gewalt erleben oder diese indirekt miterleben, kann eine einstweilige Verfügung beantragt werden. Beantragt werden kann die einstweilige Verfügung von dem von Gewalt betroffenen Elternteil bzw. von der Kinder- und Jugendhilfe.

Die Zahl der Wegweisungen im Bundesland Tirol nimmt stetig zu, sie liegt in den vergangenen Jahren bei circa 1.000 pro Jahr. Beraten wird im Gewaltschutzzentrum auch in den Sprachen Englisch, Italienisch und Türkisch. Können sich Ratsuchende nur in einer anderen Sprache verständigen, wird eine Dolmetscherin beigezogen.



Tipps für Außenstehende

Wenn Sie – als Verwandte/r, Bekannte/r, FreundIn oder ArbeitskollegIn – vermuten, dass eine Frau misshandelt wird, sollten Sie nicht schweigen, sondern die Betroffene vorsichtig darauf ansprechen und ihr das Gefühl vermitteln, dass sie sich Ihnen anvertrauen kann. Nehmen Sie die Frau ernst und respektieren Sie ihre Gefühle. Hören Sie ihr aufmerksam zu, aber hüten Sie sich davor, ihr umgehend Ratschläge zu erteilen. Für die von Gewalt betroffene oder bedrohte Frau ist es erst einmal wichtig, von sich und den eigenen Sorgen und Nöten reden zu können. Das ermöglicht ihr, die eigene Situation klarer zu sehen. Machen Sie die Frau darauf aufmerksam, welche Beratungseinrichtungen es gibt.

Sie können aber auch selbst bei einer der Beratungsstellen anrufen, sich über die Angebote informieren und Rat holen (siehe Adressenverzeichnis ab S. 44).



5.8 Was tun nach einer Vergewaltigung?

Der Tatbestand der Vergewaltigung (§ 201 Strafgesetzbuch) umfasst eine massive Verletzung der Autonomie und des Rechts auf sexuelle Selbstbestimmung. Vergewaltigung ist die Nötigung zum Beischlaf oder ähnlichen geschlechtlichen Handlungen unter Einsatz von Gewalt oder lebensgefährlichen Drohungen. Vergewaltigung ist ein Officialdelikt. Das heißt, die Anklage erhebt die Staatsanwaltschaft aufgrund einer polizeilichen Anzeige. Die Anzeige kann von der Person, die angezeigt hat, nicht zurückgezogen werden.

Opfer von Straftaten haben ein Recht auf Beistand. Einige Opferschutzeinrichtungen bieten im Fall einer Anzeige kostenlose Prozessbegleitung an. Im Rahmen der psychosozialen Prozessbegleitung werden Opfer und Angehörige auf die seelischen Belastungen des Verfahrens vorbereitet, in der Aufarbeitung des Erlebten unterstützt und auch zu Vernehmungen im Ermittlungs- und Hauptverfahren begleitet. Die juristische Prozessbegleitung dient der Durchsetzung der Rechte, die einem Opfer im Strafverfahren zustehen, und ist insbesondere dann sinnvoll und notwendig, wenn besondere Umstände befürchten lassen, dass die Rechte des Opfers im Verfahren nicht ausreichend respektiert werden.

Tipps für Betroffene

Wenn Sie vergewaltigt wurden, ist es ganz wichtig zu wissen:
Nicht Sie sind schuld, sondern der Täter. Er ist für sein Tun verantwortlich.

- Reaktionen auf eine Vergewaltigung können unterschiedlich sein. Beispielsweise ist es möglich, dass Sie unmittelbar nach der Vergewaltigung unter erhöhter Schreckhaftigkeit, Angstzuständen und Schlafstörungen leiden oder wiederkehrende Bilder des Geschehenen in Ihrer Erinnerung auftauchen. Jede Reaktion ist angemessen. Es sind Versuche, mit einer schweren (traumatischen) Erfahrung umzugehen.
- Behalten Sie den Vorfall nicht für sich. Sprechen Sie mit einer Vertrauensperson oder suchen Sie professionelle Unterstützung. Sie müssen mit der Erfahrung nicht allein bleiben! (Unterstützung finden Sie bei **Frauen gegen Vergewaltigung** oder beim **Gewaltschutzzentrum** – die Kontaktdaten finden Sie im Adressenverzeichnis ab S. 44).

5.9 Medizinische Versorgung und Spurensicherung

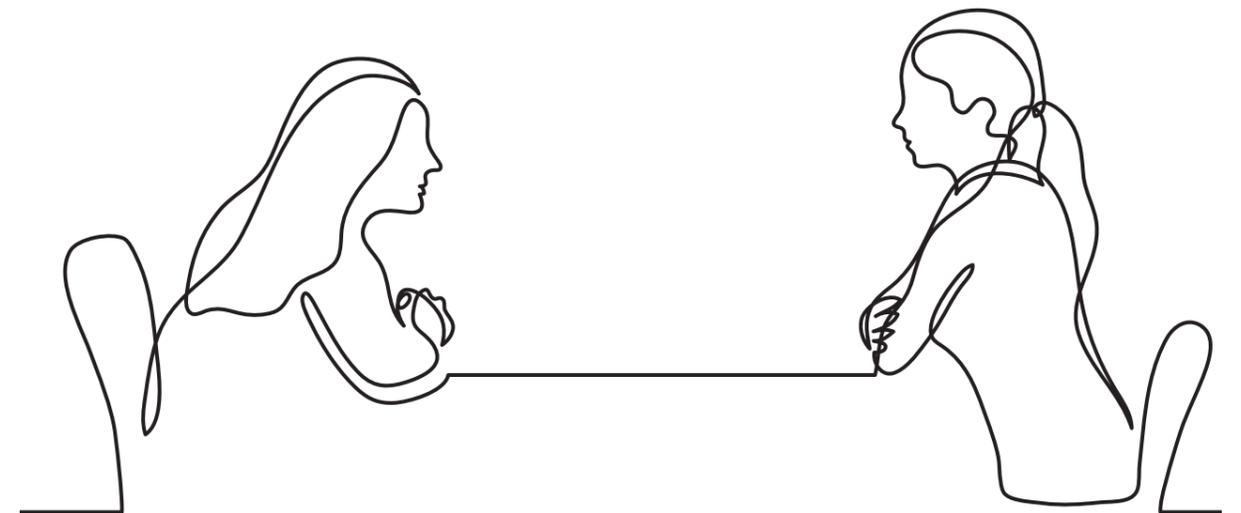
Eine gute und ausreichende medizinische Versorgung ist nach einer Vergewaltigung wichtig. Die Begleitung durch eine Vertrauensperson kann sehr hilfreich sein. Eine ärztliche Untersuchung sollte möglichst zeitnah erfolgen,

- um mögliche Verletzungen versorgen zu lassen.
- um sich in Bezug auf Geschlechtskrankheiten untersuchen zu lassen.
- um Spuren sichern zu lassen. Eine medizinische Dokumentation und Befundsicherung kann für ein Strafverfahren von großer Bedeutung sein.
- um eine Schwangerschaft auszuschließen oder sich eventuell „die Pille danach“ verschreiben zu lassen.

Bewahren Sie die Kleidung, die Sie getragen haben, ungewaschen und die Kleidungsstücke voneinander getrennt auf. Wenn es Ihnen möglich ist, gehen Sie vor der Untersuchung nicht duschen, da das wichtige Spuren zerstören könnte.

Eine medizinische Untersuchung muss nicht automatisch mit einer Anzeige verbunden sein. Wenn Sie (noch) keine Anzeige machen möchten, sprechen Sie den behandelnden Arzt/ die behandelnde Ärztin vor der Untersuchung darauf an. Die allgemeine Ambulanz der Universitätsklinik für Gynäkologie und Geburtshilfe in Innsbruck (siehe Adressenverzeichnis ab S. 44) ist spezialisiert auf die Untersuchung von Opfern sexualisierter Gewalt.

- Ob Sie Anzeige erstatten, sollten Sie mit Fachfrauen des Gewaltschutzzentrums, von Frauen gegen Vergewaltigung oder des Frauenhauses (siehe Adressenverzeichnis ab S. 44) besprechen. Es ist wichtig, sich im Vorfeld ausreichend über die Möglichkeiten und Folgen einer Anzeige zu informieren. Die Entscheidung, eine Anzeige zu erstatten oder dies zu unterlassen, kann von unterschiedlichen Faktoren abhängen.
- Wenn Sie bei der Polizei Anzeige erstatten, haben Sie als Frau das Recht, von einer weiblichen Polizeibeamtin einvernommen zu werden und eine Person Ihres Vertrauens (z. B. eine Freundin oder Mitarbeiterin einer Beratungsstelle) zur Anzeigenaufnahme mitzunehmen.
- Erkundigen Sie sich genau über Ihre Rechte in einem allfälligen Strafprozess und nehmen Sie eine Prozessbegleitung von einer Opferschutzeinrichtung in Anspruch. Als Opfer müssen Sie beispielsweise nicht in Anwesenheit des Täters aussagen („schonende Einvernahme“).
- Informationen zu Opferhilfe und Prozessbegleitung finden Sie auf der Homepage des Bundesministeriums für Justiz unter www.justiz.gv.at/html/default/prozessbegleitung.de.html.



6. Adressenverzeichnis

Informationen zum Thema Gewaltprävention sowie Hilfs- und Unterstützungsangebote finden Sie unter www.gewaltfrei-tirol.at.

Notrufnummern (rund um die Uhr erreichbar)

Polizei-Notruf:

☎ 133

SMS- und Fax-Notruf Polizei:

☎ +43 800 133 133 (auch Notruf für Gehörlose)

E-Mail-Notruf:

✉ gehoerlosenotruf@polizei.gv.at

Barrierefreie Notruf-App:

🌐 DEC112 (folgende Dienste können erreicht werden:
Feuerwehr, Polizei, Rettung, Bergrettung, Euro-Notruf, Stiller Notruf der Polizei)

Frauenhelpline gegen Gewalt:

☎ +43 800 222 555
✉ E-Mail: frauenhelpline@aoef.at & www.oegsbarrierefrei.at/frauenhelpline (für gehörlose Personen)
Formulare für ein Notruf-Fax sowie die Anleitung für ein Notruf-SMS oder ein Notruf-Mail lassen sich unter www.schreigengewalt.at herunterladen.

Kindernotruf:

☎ +43 800 567 567

Opfernotruf – Weisser Ring:

☎ +43 800 112 112

Rat auf Draht:

☎ 147

Telefonseelsorge:

☎ 142

Einrichtungen für Kinder und Jugendliche

ARANEA Zentrum für Mädchen*(Arbeit)

📍 Erzherzog-Eugen-Straße 25, 6020 Innsbruck
☎ +43 677 630 044 54
✉ info@aranea.or.at
🌐 www.aranea.or.at
Angebot: Mädchenberatung, Mädchentreff, Mädchenworkshops

DOWAS Chill Out

📍 Heiliggeiststraße 8a, 6020 Innsbruck
☎ +43 512 572 121 22
✉ chillout@dowas.org
🌐 www.dowas.org
Angebot: Sozialberatungsstelle, Übergangsbereich

Gewalt ist nie ok! – Website

🌐 www.gewalt-ist-nie-ok.at
Angebot: Informationen zum Thema Häusliche Gewalt in den Sprachen Deutsch, Englisch und Türkisch

InfoEck der Generationen

📍 Standorte in Innsbruck, Imst und Wörgl
✉ info@infoeck.at
🌐 www.infoeck.at
Angebot: Anlaufstelle für Jugendliche, junge Erwachsene, Erziehungsberechtigte, Familien und SeniorInnen zu relevanten Themen

Kinder- und Jugendanwaltschaft Tirol

📍 Meraner Straße 5, 6020 Innsbruck
☎ +43 512 508 3792
✉ kija@tirol.gv.at
🌐 www.kija.at
Angebot: Beratung, Hilfe und Intervention, Ombudsstelle

KIZ – Kriseninterventionszentrum

📍 Pradlerstraße 75, 6020 Innsbruck
☎ +43 512 58 00 59
✉ info@kiz-tirol.at
🌐 www.kiz-tirol.at
Angebot: Beratung in Krisensituationen, Notschlafstelle (kurzfristige Wohnmöglichkeit)

Tiroler Kinder- und Jugend GmbH fleX

📍 Einrichtungen in Schwaz und Kufstein
☎ +43 664 203 2090 (Bereichsleitung)
🌐 www.kinder-jugend.tirol/flex

Angebot: betreute Wohnplätze und Beratungsangebote für Kinder und Jugendliche in akuten Krisensituationen, längerfristig konzipierte Begleitkonzepte im Rahmen des betreuten Wohnens und intensiv betreuten Wohnens für Jugendliche

Kinderschutz

📍 Standorte: Innsbruck, Imst, Lienz, Wörgl, Reutte
☎ +43 512 583 737 (Fachbereichsleitung)
✉ info@kinderschutz-tirol.at (Fachbereichsleitung)
🌐 www.kinder-jugend.tirol/kinderschutz

Angebot: Beratung bei Gewalt, therapeutische Kindergruppen, Psychotherapie, Prozessbegleitung, Abklärung in Verdachtsmomenten

Einrichtungen für Frauen und Mädchen

AEP ibus – Innsbrucker Beratung und Unterstützung für Sexarbeiter*innen

📍 Schöpfstraße 19, 6020 Innsbruck
☎ +43 660 475 734 5
✉ ibus@aep.at
🌐 www.aep-ibus.at

Angebot: Beratung für SexarbeiterInnen, Aufklärung und Sensibilisierung zum Thema Sexarbeit

Autonomes Frauen- und Lesbenzentrum Innsbruck

📍 Liebeneggstraße 15, 6020 Innsbruck
☎ +43 512 580 839
✉ info@frauenlesbenzentrum.at
🌐 www.frauenlesbenzentrum.at

Angebot: Austausch, Vernetzung, Sensibilisierung, Bildungs- und Kulturangebote, Selbstverteidigungskurse

Basis Frauenservice und Familienberatung Außerfern

📍 Planseestraße 6, 6600 Reutte
☎ +43 567 272 604
✉ office@basis-beratung.net
🌐 www.basis-beratung.net

Angebot: Hilfestellung und Beratung in psychischen, körperlichen und sexualisierten Gewaltsituationen

lilawohnt

📍 Adamgasse 4/3, 6020 Innsbruck
☎ +43 512 562 477
✉ beratung@lilawohnt.at
🌐 www.lilawohnt.at

Angebot: psychosoziale und sozialarbeiterische Beratung, betreute Wohnmöglichkeiten

Evita Frauen- und Mädchenberatungsstelle

📍 Oberer Stadtplatz 6, 6330 Kufstein
☎ +43 537 263 616
✉ office@evita-frauenberatung.at
🌐 www.evita-frauenberatung.at

Angebot: psychosoziale und rechtliche Beratung von Frauen und Mädchen, Übergangswohnungen, Gewaltprävention/Workshops, Prozessbegleitung, Mädchenberatung

Frauenhaus Tirol

📍 Beratungsstelle und Geschäftsführung: Adamgasse 16, 6020 Innsbruck
Adresse des Wohnhauses ist aus Schutzgründen geheim!
☎ +43 512 342 112 (24h erreichbar)
✉ office@frauenhaus-tirol.at, bei Notfällen: wohnen@frauenhaus-tirol.at
🌐 www.frauenhaus-tirol.at

Angebot: Beratung (24h), Wohnhaus/Frauenhaus, betreutes Wohnen und Nachbetreuung

Frauen* im Brennpunkt

📍 Standorte in Innsbruck, Imst, Landeck, Kitzbühel, Reutte, Schwaz, Wörgl
☎ +43 512 587 608
✉ info@fib.at
🌐 www.fib.at, www.online-frauenberatung.at

Angebot: frauenspezifische Beratung in privaten Belangen und bei beruflichen Entscheidungen, Rechtsberatung, Online-Frauenberatung

Frauzentrum Osttirol

📍 Schweizergasse 26, 9900 Lienz
☎ +43 4852 671 93
✉ info@frauzentrum-osttirol.at
🌐 www.frauzentrum-osttirol.at

Angebot: psychosoziale und rechtliche Beratung, Übergangswohnung, Gewaltprävention, Prozessbegleitung, Mädchenberatung

Gewaltschutzzentrum Tirol

📍 Maria-Theresien-Straße 42a, 6020 Innsbruck
(Außenstellen in Kitzbühel und Landeck)

☎ +43 512 571 313

✉ office@gewaltschutzzentrum-tirol.at

🌐 www.gewaltschutzzentrum-tirol.at

Angebot: Beratung und Unterstützung – Möglichkeit der Beziehung einer Dolmetscherin (auch bei Behördengängen, Anbringen von Anträgen bei Gericht), aktive Kontaktaufnahme mit dem Opfer nach einer Wegweisung, Begleitung zu polizeilichen Einvernahmen und Gerichtsverhandlungen, Prozessbegleitung

Mädchen- und Frauenberatungsstelle Kitzbühel

📍 Schwimmbadweg 9, 6380 St. Johann i. Tirol

☎ +43 5352 622 22

✉ info@frauenberatung-stjohann.at

🌐 www.frauenberatung-stjohann.at

Angebot: psychosoziale und rechtliche Beratung, Prozessbegleitung, Notwohnungen

Verein Frauen* gegen Vergewaltigung

📍 Sonnenburgstraße 5, 6020 Innsbruck

☎ +43 512 574 416

✉ office@frauen-gegen-vergewaltigung.at

🌐 www.frauen-gegen-vergewaltigung.at

Angebot: Frauenberatungsstelle bei sexualisierter Gewalt, psychosoziale Beratung, Prozessbegleitung, Selbstverteidigungskurse

Frauen helfen Frauen

📍 Beratungszentrum - Museumstraße 10, 6020 Innsbruck (Beratungen auch in Telfs, Imst und Schwaz)

☎ +43 512 580977

✉ info@fhf-tirol.at

🌐 www.fhf-tirol.at

Angebot: Rechtliche, psycho-soziale und finanzielle Beratung (kostenlos), Frauenhaus und Übergangswohnungen, ambulante Familienbetreuung, Selbstwertkompetenztraining für Kinder/Jugendliche, psycho-soziale Beratung für Männer und männliche Jugendliche in Telfs, Imst und Schwaz

Einrichtungen für Frauen mit Migrationshintergrund

Frauen aus allen Ländern

📍 Tschamlerstraße 4, 6020 Innsbruck

☎ +43 512 564 778 1

✉ info@frauenausallenlaendern.org

🌐 www.frauenausallenlaendern.org

Angebot: Fachstelle Zwangsheirat in Tirol (Beratung und Sensibilisierung zum Thema generationsbedingte Konflikte, verwandtschaftsbasierte Gewalt und Zwangsheirat), psychosoziale Beratung, Frauencafés, Frauentreffs, Konversationsgruppen und Workshops für Frauen (mit Kinderbetreuung)

Orient Express

📍 Schönngasse 15-17, 1020 Wien

☎ +43 728 97 25

✉ office@orientexpress-wien.com

🌐 www.orientexpress-wien.com

Angebot: Beratung, bundesweite Koordinierungsstelle gegen Verschleppung und Zwangsgewalt, Schutzeinrichtung mit Notwohnung

Einrichtungen für Menschen mit Behinderungen

bidok – behinderung inklusion dokumentation

📍 Institut für Erziehungswissenschaft der Universität Innsbruck,

☎ Sillgasse 8, 6020 Innsbruck (Verein)

✉ +43 512 507 400 38

🌐 bidok.uibk.ac.at

Angebot: „Bibliothek im Internet“, Informationen zum Thema Gewalt für Menschen mit Behinderungen

Integration Tirol

📍 Hallerstraße 109, 6020 Innsbruck

☎ +43 699 1 999 555 6

✉ beratung@integration.tirol.at

🌐 www.integration-tirol.at

Angebot: Beratung und Unterstützung für Kinder, Jugendliche und Erwachsene mit Behinderungen (Schwerpunkt: Diskriminierung aufgrund von Behinderung)

Sozialministeriumservice – Landesstelle Tirol

📍 Herzog-Friedrich-Straße 3, 6020 Innsbruck

☎ +43 512 563 101

✉ post.tirol@sozialministeriumservice.at

🌐 www.sozialministeriumservice.at

Angebot: Beratungen betreffend Belästigungen oder Benachteiligungen aufgrund einer Behinderung

Sozialministeriumservice – Landesstelle Tirol

📍 Herzog-Friedrich-Straße 3, 6020 Innsbruck
☎ +43 512 563 101
✉ post.tirol@sozialministeriumservice.at
🌐 www.sozialministeriumservice.at

Verein Ninlil

📍 Hauffgase 3-5, 1110 Wien
☎ +43 1 714 39 39
✉ office@ninlil.at
🌐 www.ninlil.at
Angebot: (telefonische) Beratung, Informationsbroschüren

Wibs – Beratungsstelle für Menschen mit Lernschwierigkeiten

📍 Anton-Eder-Straße 15, 6020 Innsbruck
☎ +43 512 57 8989 oder +43 660 54 23 727
✉ wibs@selbstbestimmt-leben.at
🌐 www.wibs-tirol.at
Angebot: Einzel- und Gruppenberatung, Kurse und Vorträge in leichter Sprache, Information zum Thema Gewalt in leichter Sprache

Gleichbehandlungsanwaltschaft

📍 Leipziger Platz 2, 6020 Innsbruck
☎ +43 512 343 032
✉ ibk.gaw@bka.gv.at
🌐 www.gleichbehandlungsanwaltschaft.at
Angebot: Regionalanwältinnen für die Gleichbehandlung von Frauen und Männern in der Arbeitswelt in dem Wirkungsbereich Tirol, Salzburg und Vorarlberg

Servicestelle für Gleichbehandlung und Antidiskriminierung

📍 Meinhardstraße 16, 6020 Innsbruck
☎ +43 512 508 3292
✉ servicestelle.gleichbehandlung@tirol.gv.at
🌐 www.tirol.gv.at/gesellschaft-soziales/gleichbehandlung-antidiskriminierung
Angebot: Beratung zu den Themen Gleichbehandlung und Antidiskriminierung, Bearbeitung von Beschwerden/Anzeigen bei Ungleichbehandlung durch das Land Tirol und die Gemeinden, Unterstützung von Landesbediensteten bei Verdacht auf Diskriminierung, Überwachung der UN-Behindertenrechtskonvention, Ombudsstelle für barrierefreies Internet und mobile Anwendungen

Polizeieinrichtungen

Landeskriminalamt Tirol

Kriminalprävention
📍 Innrain 34, 6020 Innsbruck
☎ +4359 133 70 3333 (rund um die Uhr erreichbar)
✉ lpd-t-lka-kriminalpraevention@polizei.gv.at
🌐 www.polizei.gv.at/tirol

Selbstverteidigungskurse des Polizeisportvereins Polizeisportverein für Tirol

☎ +43 650 999 0004
✉ selbstverteidigungfuerfrauen@a1.net
🌐 www.psv-tirol.at

Ambulanz zur Erstuntersuchung

Universitätsklinik für Gynäkologie und Geburtshilfe
Ambulanzbereich der Univ.-Klinik für Frauenheilkunde,
📍 Haus 3 – FrauenKopfKlinik (2. Stock)
☎ +43 50 504 23060
✉ lki.fr.ambulanz@tirol-kliniken.at

oder

Medizinzentrum Anichstraße (MZA), Allgemeine Ambulanz
📍 Anichstraße 35, 6020 Innsbruck
☎ +43 50 504 27057 (Notfallaufnahme)
Angebot: Weibliche Missbrauchsoffer können sich zur Erstuntersuchung melden

Informationsmaterialien

Broschüre „Recht auf Schutz und Hilfe für Opfer von Gewalt“

(erhältlich in 21 Sprachen und Brailleschrift) der Wiener Interventionsstelle gegen Gewalt in der Familie und Verein Autonome Österreichische Frauenhäuser

📍 Bacherplatz 10, 1050 Wien
☎ +43 1 544 08 20
✉ informationsstelle@aoef.at
🌐 www.aoef.at

Broschüre „Gegen Gewalt – Informationen und Adressen für Frauen mit Lernschwierigkeiten“

Verein Ninlil
📍 Hauffgase 3-5, 1110 Wien
☎ +43 1 714 39 39
✉ office@ninlil.at
🌐 www.ninlil.at

Kontakt

Amt der Tiroler Landesregierung
Abteilung Gesellschaft und Arbeit

Meinhardstraße 16

6020 Innsbruck

Tel.: +43 512 508 807 804

E-Mail: ga.diversitaet@tirol.gv.at, ga.jugend@tirol.gv.at

Website: www.tirol.gv.at/diversitaet, www.tirol.gv.at/jugend