

VerGEWALTigung – WAS TUN?!	Inhalt
Vorwort	Frauenberatungsstelle
Wir wollen Mut machen	Feministische Definition von Gewalt
Was tun nach einer Vergewaltigung	Ganz auf Seiten der Frau
Medizinische Untersuchung	Anzeige – Ja oder Nein?
Strafanzeige wegen Vergewaltigung	Strafverfahren
Tipps für professionelle HelferInnen	Langfristige Folgen von Vergewaltigungserfahrungen
Drug Rape	Angebote der Frauenberatungsstelle
AG „Die Nacht gehört uns“ / Frauennotruf	Weitere Anlaufstellen
Internetseiten	Zum Weiterlesen

Vorwort

Diese Broschüre der Frauenberatungsstelle und der AG „Die Nacht gehört uns“ richtet sich in erster Linie an *Frauen*, und zwar sowohl an diejenigen, die schon von sexueller Gewalt betroffen sind, als auch an die, die es (noch) nicht sind ...

Keine von uns weiß, inwieweit Vergewaltigung uns in unserem Leben einmal (be-) treffen kann – sei es indem sie uns selbst zustößt oder aber nahestehenden anderen Frauen, der Arbeitskollegin usw.

100%igen Schutz davor gibt es nicht, und deswegen will diese Broschüre einen Überblick geben, *was frau alles beachten und tun kann*, wenn sie Opfer einer Vergewaltigung wurde.

Darüber hinaus richtet sie sich auch an *Angehörige und weitere Personen*, die mit vergewaltigten Betroffenen in Kontakt kommen (könnten) – hier wurden einige *konkrete Verhaltenstipps* zusammengestellt, wobei es vor allem um die *Haltung* geht, mit der den betroffenen Frauen möglichst begegnet werden sollte.

Für *tiefergehende Informationen* werden im Anhang weitere Anlaufstellen, Adressen und Literatur genannt.

FRAUENBERATUNGSSTELLE

Frauen helfen Frauen e.V., Spindelstr. 41, 49074 Osnabrück

Weil wir wissen, wie wichtig es für Opfer sexueller Übergriffe ist, in dieser Situation Hilfe und Unterstützung zu bekommen, möchten wir auf die Möglichkeit hinweisen, bei uns eine Gesprächspartnerin zu finden.

Wir können in diesen Gesprächen **Hilfestellung** bieten:

- bei der Klärung von Sachverhalten,
- beim Benennen der Gefühle und Empfindungen,
- bei der Entscheidung, ob Anzeige oder nicht.

Neben den Gesprächen bieten wir auch **praktische Hilfe**:

- Adressen von AnwältInnen und ÄrztInnen,
- Begleitung zu Gerichtsterminen, zur Polizei,
- die Möglichkeit, zusammen mit anderen betroffenen Frauen eine Gruppe zu gründen, in einer Gruppe zu reden.

Wir wollen Mut machen:

Viele Frauen sind sich der **Bedrohung** durch Vergewaltigung bewusst und haben Angst.

Angst aber lähmt, macht unsicher und handlungsunfähig.
Wir wollen Frauen Mut machen, mit ihrer Angst umzugehen, z.B.:

- indem sie Selbstverteidigungskurse besuchen,
- indem sie eine Waffe griffbereit bei sich
- indem sie lautes Schreien üben,
- indem wir gemeinsam mit jeder Frau eine für angemessene Form der Angstbewältigung finden, denn die kann von Frau zu Frau ganz verschieden



tragen,
sie
sein.

Diskussionsabende, Informationsveranstaltungen und Gruppenangebote unterstützen wir gern.

Mythos

Die meisten Vergewaltigungen passieren als Spontanakte – durch Fremde in einem unbeleuchteten Gelände.

Fakten

Die meisten Vergewaltigungen sind geplant und passieren in einem Haus. Häufig ist der Täter ein Verwandter, Nachbar oder sonstiger Bekannter des Opfers. Jeder zweite Täter kennt sein Opfer. Schätzungsweise 30% aller Vergewaltigungen finden sogar in der Wohnung des Opfers statt !!!

FEMINISTISCHE DEFINITION VON GEWALT

Frauen sind *ständig* durch männliche Gewalt bedroht und dadurch in ihrem Leben und ihrer Lebensplanung eingeschränkt.

Vergewaltigung ist der massivste Angriff gegen das Selbstbestimmungsrecht und die Würde einer Frau.

Wir werden in jeder Hinsicht getroffen:

- körperlich und seelisch,
- in unserem Selbstvertrauen und unserem Vertrauen in andere,
- in unserer Sexualität und unserem psychischen Gleichgewicht.

Die meisten betroffenen Frauen brauchen Jahre, um eine Vergewaltigung zu verarbeiten.

Auch nicht direkt betroffene Frauen sind häufig durch die bekanntgewordenen Vergewaltigungen eingeschüchtert und in ihrer Bewegungsfreiheit eingeschränkt.

Gewalt gegen Frauen ist ein *weltweites Problem* – auch wenn die meisten Frauen es als individuelles Problem erleben und sich allein damit fühlen.



Entgegen den althergebrachten Vorstellungen besteht die Ursache von Vergewaltigung nicht in einem sexuellen Notstand von Männern. Die Ursache für Vergewaltigungen liegt vielmehr in der *Frauenverachtung* begründet, die in unserer Gesellschaft tief verwurzelt ist.

Männer tun Frauen Gewalt an, weil dies gesellschaftlich oft hingenommen wird – auch wenn es *rechtlich* eindeutig strafbar ist !

Vergewaltigung ist somit kein individuelles Problem bestimmter Frauen, sondern ein *allgemeines Problem patriarchaler Gesellschaften*.

Deswegen ist es wichtig, dass wir – Männer wie Frauen – Solidarität entwickeln und gemeinsam versuchen, der Gewalt und den Betroffenen konstruktiv zu begegnen.

Wir, die Mitarbeiterinnen der Frauenberatungsstelle, sehen jede psychisch u/o physisch erzwungene Sexualhandlung als Vergewaltigung an. Für uns ist Vergewaltigung Ausdruck von Macht gegen und Erniedrigung von Frauen.

WAS TUN NACH EINER VERGEWALTIGUNG?

Eine Vergewaltigung stellt für die betroffene Frau eine ernsthafte Lebenskrise dar:

ihre körperliche Unversehrtheit, ihre Sicherheit, sowie ihre Integrität und Selbstkontrolle sind verletzt oder sogar zerstört worden.

Eine vergewaltigte Frau sollte nicht von sich verlangen, allein mit der schwierigen Situation fertig werden zu müssen. Es ist wichtig, sich Unterstützung zu suchen.

Am besten spricht sie erst einmal mit einer Freundin oder einer anderen Person ihres Vertrauens.



Was die Frau braucht, sind bedingungslose Annahme, Geborgenheit und Akzeptanz – es geht um **PARTEILICHKEIT FÜR DIE BETROFFENE.**

Alle ihre Gefühle - egal ob Wut, Verzweiflung, Scham oder Schuldgefühle, Liebe oder Haß müssen **ernst genommen** und **respektiert werden.**

Wie können FreundInnen, PartnerInnen, Verwandte oder Bekannte eine betroffene weiter Frau unterstützen?

GANZ AUF SEITEN DER FRAU

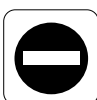
Die wichtigste Voraussetzung scheint uns zu sein, die Vergewaltigung als solche überhaupt wahrzunehmen und bereit zu sein, über das Erlebte mit der Frau zu sprechen.

Die *Tabuisierung von Gewalt gegen Frauen* in unserer Gesellschaft und unsere eigenen Ängste und Unsicherheiten machen es uns oft schwer, dem Problem wirklich offen zu begegnen.

❶ Das oberste Handlungsgebot ist **PARTEILICHKEIT** – das heißt vor allen Dingen, der Frau zu glauben, ihre Aussage nicht anzuzweifeln und ihr keinerlei Mitschuld zuzuschreiben.

❷ Das zweite wichtige Gebot sollte der **RESPEKT** vor den Wünschen der betroffenen Frau sein, auch wenn sie uns zum Teil unverständlich erscheinen.

Ihr Wille und ihre Autonomie müssen unbedingt beachtet werden!



Es darf **nichts** ohne ihr Einverständnis in die Wege geleitet oder weitererzählt werden.

Das Vertrauen, das sie uns entgegenbringt, darf auf keinen Fall erschüttert werden.

☞ Besonders in Bezug auf **Partnerschaft** sollten ihre Grenzen, Wünsche und Bedürfnisse unterstützt und bestärkt werden.

☞ **Geduld und Toleranz** sind ganz wichtig: auch wenn die Betroffene sich scheinbar eigenartig oder unverständlich benehmen sollte – es ist ihr Versuch, die Situation zu bewältigen

☞ *Auch Sie als HelferIn müssen nicht alleine damit umgehen*: Sie können sich ebenfalls Rat und Unterstützung bei Beratungsstellen vor Ort holen.

☞ Vergewaltigung kann auch langfristig tiefgreifende Auswirkungen auf das Leben einer Frau haben, es wird leichter für sie, wenn sie sich dennoch auf **verständnisvolle Unterstützung** aus ihrem Umfeld verlassen kann

Medizinische Untersuchung

Egal, ob später Anzeige erstattet wird oder nicht: *die Betroffene sollte sich auf jeden Fall innerhalb der nächsten 24 Stunden ärztlich untersuchen lassen!*

☑ Auch wenn es ihr unangenehm ist, sollte die Frau **sich nicht waschen** und möglichst auch die **Kleidung nicht wechseln**, dies vernichtet wichtiges Beweismaterial.

☑ **Nichts wegwerfen** (Kleidung, Tempos, Tampons, Binden, alles, was mit dem Täter in Berührung gekommen ist).

☑ **Sämtliche Verletzungen**, also nicht nur die im Genitalbereich, sollten **dokumentiert** werden (Schürfwunden, blaue Flecken, Schockzustand) – zur Not mit eigener Kamera festhalten (Streichholz zum Größenvergleich neben Wunde halten!), eigene Notizen machen oder ZeugInnen bitten, dies zu tun.

☑ Eine mögliche **Schwangerschaft** sowie evtl. **Hepatitis- und HIV-Infektionen** sollten angesprochen und ggf. getestet werden.

☑ **Alle Befunde müssen schriftlich attestiert werden!**

Für diese Untersuchung ist das Marienhospital Osnabrück in *medizinischer Hinsicht* speziell ausgerüstet. Tel: 0541 – 326-4202 (gynäkologische Abteilung).

Sie sollten sich aber unbedingt von einer Person Ihres Vertrauens begleiten lassen!

ANZEIGE - JA oder NEIN?

Es ist eine schwere Entscheidung, ob Anzeige erstattet werden soll oder nicht. Sie muß sorgfältig erwogen werden, *denn sie kann nicht wieder rückgängig gemacht werden.*

Die Vernehmung durch die Polizei und vor Gericht kann für die Frau extrem belastend sein; nicht selten spricht man in diesem Zusammenhang von einer zweiten Vergewaltigung.

Daher sollte größtmögliche Unterstützung durch ihr soziales Umfeld, eine Anwältin und eine Beratungsstelle gewährleistet sein, damit sie das anstehende Verfahren bewältigen kann.

Anzeige zu erstatten kann der Betroffenen aber auch *helfen, das Erlebte zu verarbeiten*, indem sie selbst *aktiv* wird und von ihrem Recht Gebrauch macht, die Bestrafung des Täters einzufordern.

Die Mitarbeiterinnen der Frauenberatungsstelle bieten in Gesprächen Informationen und Entscheidungshilfen hierzu an.

STRAFANZEIGE wegen VERGEWALTIGUNG

Die Anzeige sollte möglichst *schnell* und *persönlich* gemacht werden.

Zuständig ist die Polizeiinspektion Osnabrück-Stadt, Zentraler Kriminaldienst (ZKD), Kollegienwall 6-8, Tel. 0541/327-311 (Hr. Klose und MitarbeiterInnen).

- ✓ Die betroffene Frau kann sich von einer Mitarbeiterin des *Frauennotrufs* begleiten lassen. Diese Person kann bei der Vernehmung durch die Kripo dabei sein, es besteht aber kein Rechtsanspruch.
- ✓ Ihre Anwältin darf auf jeden Fall bei der Vernehmung dabei sein.
- ✓ Die Betroffene kann eine Anwältin jederzeit auch von der Wache aus anrufen und herbitten.
- ✓ Die betroffene Frau kann darauf bestehen, von einer Beamtin vernommen zu werden, z. Zt. arbeiten beim ZKD drei Frauen und vier Männer, die speziell geschult sind.
- ✓ Es besteht keine Aussagepflicht vor der Polizei, die Frau hat das Recht, die Vernehmung jederzeit zu unterbrechen.

VIDEOZIMMER

Die MitarbeiterInnen des 2. Zentralen Kriminaldienstes Osnabrück haben ein spezielles Vernehmungszimmer für Opfer sexueller Gewalt eingerichtet. Die Vernehmung unter Einbeziehung der Videokamera erspart Frauen und Kindern im Verlauf des Verfahrens erneute Vernehmungen. Durch die angenehme Atmosphäre des Raumes soll es den Frauen und Kindern leichter gemacht werden, über das Erlebte zu sprechen.

STRAFVERFAHREN

In jeder Phase des Verfahrens kann die Frau eine **Anwältin** mit der Wahrnehmung ihrer Interessen beauftragen. Sie sollte dies auf jeden Fall tun, da nur die Anwältin Nebenklage erheben kann.



Ohne Anwältin ist die betroffene Frau lediglich Zeugin und hat keinerlei Einfluß auf das Geschehen.

NUR IM FALL EINER NEBENKLAGE

- ☞ hat die Anwältin das Recht, die Ermittlungs- bzw. Gerichtsakten einzusehen und kann sich und die betroffene Frau so besser auf die Verhandlung vorbereiten.
- ☞ hat die betroffene Frau das Recht, während der gesamten Verhandlung im Gerichtssaal anwesend zu sein.
- ☞ kann die Betroffene, bzw. ihre Anwältin, in die Verhandlung eingreifen und z.B. ZeugInnen bestellen, Anträge stellen, ein Plädoyer halten etc.

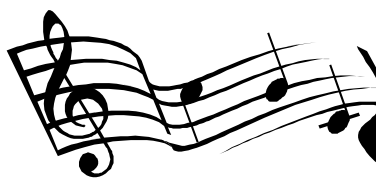
Als in Israel erwogen wurde, eine Sperrstunde für Frauen einzurichten, um die Zahl der Vergewaltigungsfälle herabzusetzen, sagte **Golda Meir**:



**„Aber es sind die Männer, die Frauen angreifen.
Wenn es eine Sperrstunde geben muß,
dann laßt die Männer zu Hause bleiben.“**

Tori Amos „Me and a gun“

*“...It was me and a gun and a man on my back
And I sang "holy holy" as he buttoned down his pants*



*You can laugh
Its kind of funny
Things you think
Times like these
Like I haven't seen*

BARBADOS so I must get out of this!

*It was me and a gun and a man on my back
But I haven't seen BARBADOS so I must get out of this...”*

(Das Lied basiert auf Tori Amos` eigenen Vergewaltigungserfahrungen, über die sie mehrere Jahre nicht sprechen konnte. Es entstand spontan, nachdem sie den Film „Thelma und Louise“ gesehen hatte, in dem ein Vergewaltigungsversuch eine zentrale Rolle spielt.)

Tipps für professionelle HelferInnen

Wenn Sie in einer Krankenhausambulanz oder einer gynäkologischen Praxis arbeiten, oder vielleicht als BeraterInnen und LebensbegleiterInnen tätig sind, werden Sie sicherlich hin und wieder mit Frauen in Kontakt kommen, die – offensichtlich oder auch verdeckt – (sexuelle) Gewalt erfahren haben.

Nicht immer suchen die Betroffenen von sich aus das Gespräch darüber – vielleicht aus Scham, vielleicht weil ihnen zuvor nicht geglaubt wurde, o.ä..

Vielleicht scheuen Sie sich selber ebenfalls aus verschiedensten Gründen, das Gespräch auf dieses Thema zu bringen – sie fühlen sich vielleicht überfordert oder haben das Gefühl, der Frau zu nahe zu treten.

Dennoch gibt es viele Möglichkeiten, wie Sie betroffenen Frauen helfen können, ohne selber direkt in das Geschehen involviert zu werden:



So können Sie bspw. **Infobroschüren, kleine Notfallkarten und Flyer** verschiedener Beratungsstellen, die zur Thematik arbeiten, in der Praxis oder in Ihren Arbeitsräumen auslegen.

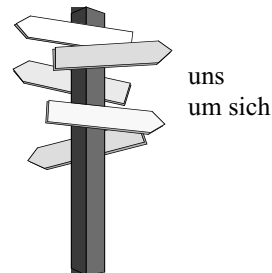
Hilfreich sind auch **Aufkleber** des Frauennotrufs, des Frauenhauses, der Telefonseelsorge oder anderen lokalen Kriseneinrichtungen, die sich auf den Toiletten oder auf Aushangtafeln leicht anbringen lassen und somit den Frauen signalisieren, dass es Hilfen gibt und dass sie mit ihren Erlebnissen nicht alleine fertigwerden müssen.

Wenn Sie die Möglichkeit zur **Supervision** in Ihrer Arbeit haben, könnten Sie das Thema sexuelle Gewalt dort ebenfalls ansprechen.

Oder laden Sie eine **Gastrednerin** ein: eine Mitarbeiterin der Frauenberatungsstelle oder eine andere Fachfrau.

Es gibt **viele kleine und kreative Möglichkeiten**, wie jede(r) von mithelfen kann, damit (sexuell) misshandelte Frauen Wege finden, die Hilfe zu holen, die sie brauchen.

Für Infomaterial wenden Sie sich bitte an die im Anhang genannten Adressen.



Langfristige Folgen nach Vergewaltigungserfahrungen

Eine Vergewaltigung kann auch Jahre später noch lange Schatten über Dein Leben werfen.

Vielleicht bist du gerade in einer Zeit, in der du nicht glauben kannst, dass Dein Leben einmal wieder freier davon sein wird und es dir besser gehen wird – oder ganz im Gegenteil:

dies Thema steht jetzt nicht oder nicht mehr im Zentrum Deines Lebens.

Vielleicht pendelst du aber auch zwischen diesen zwei Polen immer wieder hin und her. – Und fühlst Dich bei jedem „Rückfall“ enttäuscht, frustriert, wütend oder auch ganz anders.

☛ Wie auch immer es Dir geht – wichtig bei all dem was Du tust ist, dass Du Dir selber möglichst nicht wieder Gewalt zufügst, z.B. Dich unter Druck setzt, weil Dein Umfeld meint, dass Du doch so langsam wieder wie vorher sein solltest.

Wahrscheinlich wirst Du nicht wieder „die“ werden, die Du vorher warst – aber dennoch ist es möglich, Dich wieder oder überhaupt auf Deine Stärken zu besinnen und **mit** dem Dir Zugestoßenen zu leben – und zwar auch gut zu leben – trotz der Rückschläge.

Vielleicht hast Du schon Erfahrungen mit verschiedenen Hilfsangeboten gemacht – hier haben wir noch ein paar Ideen und Anregungen zusammengestellt, wie Du Dich – allein oder mit anderen – weiter mit dem Thema auseinandersetzen und Dir Hilfe zukommen lassen kannst:

Wenn Du Informationen suchst oder Dich **anonym** mit Betroffenen austauschen möchtest, ist das **Internet** eine gute Adresse – einige Links hierzu sind im Anhang aufgelistet.

Telefonseelsorge, Frauennotruf und andere Krisentelefone sind ebenfalls vertraulich und dafür geeignet – vor allem für Unterstützung „zwischen durch“.

In manchen Phasen hilft es auch zu sehen, wie **andere Frauen** mit ähnlichen Erfahrungen umgegangen sind: einige **Bücherepfehlungen** stehen im Anhang, aber auch verschiedene **Musikerinnen** oder **Künstlerinnen** (z.B. Tracy Emin) haben dies in ihrer Arbeit ausgedrückt – vielleicht findest Du in dieser Richtung Ansprechendes.

Wenn Du keine therapeutische Betreuung suchst, Dich aber doch mit anderen austauschen möchtest, so kannst Du dich in Osnabrück an die Frauenberatungsstelle wenden, die eine **angeleitete Gruppe für Frauen mit sexuellen Gewalterfahrungen** anbietet oder Dir bei der **Gründung einer Selbsthilfegruppe** behilflich ist.

Vielleicht spürst Du auch noch mehr Aktivismus in Dir und hast das Bedürfnis, z.B. auf **politischer oder öffentlichkeitsorientierter Basis** etwas zu verändern (ganz gleich, ob Du Dich mit Deinen Erfahrungen dabei „outest“ oder nicht):

Du könntest in der Dir nahestehenden **Partei** das Thema sexuelle Gewalt gegen Frauen in die Debatte bringen oder bei Projekten und AGs mitmachen.

Du kannst Dich hierzu bei verschiedenen Stellen erkundigen: Frauenberatungsstelle, Mädchenzentrum, Frauenbeauftragte, Kirchlichen Frauenverbänden und Gewerkschaften.

Und schließlich: vielleicht tut es Dir allgemein ja auch gut, Selbstverteidigungsgruppen, Entspannungskurse und Bildungsangebote, die **von Frauen für Frauen** entwickelt wurden, auszuprobieren.

Entsprechende Möglichkeiten gibt es in der Frauenberatungsstelle, der VHS Osnabrück, dem Frauenbildungshaus in Osteresch (nahe Rheine) ...

Was auch immer Du tust-

Wir wünschen Dir, dass Du das Richtige für Dich findest.



Drug Rape – Vergewaltigung unter Drogeneinfluss

Seit April 2001 sind der AG „Die Nacht gehört uns“ aus verschiedensten Quellen einige Fälle von Vergewaltigung unter Drogeneinsatz zugetragen worden.



Die Drogen wurden dabei jeweils **unbemerkt** in Getränke der Opfer gebracht – sowohl in öffentlichen Bereichen (Kneipen), als auch in privaten Zusammenhängen.

Einige dieser Drogen führen zu **Benommenheit** oder gar zu kompletter **Bewusstlosigkeit**, andere dagegen führen zu einer Art temporärer „**Persönlichkeitsveränderung**“: mit enthemmender und sexuell stimulierender Wirkung bei gleichzeitig verminderter Steuerungsfähigkeit – man ist dann zu Dingen motivierbar, die man unter normalen Umständen nicht zuließe – was dann gezielt von den Tätern ausgenutzt wird – es kommt zu sexuellen Übergriffen.

Weitere Folgen können **Gedächtnislücken** für diese Vorfälle sein

– Betroffene haben lose Erinnerungsfetzen oder erkennen nur an Sperma- und Verletzungsspuren, daß etwas zugestoßen ist.



ihnen

Das erschwert einerseits die Rekonstruktion des Geschehenen und eine mögliche Strafverfolgung – aber auch die Suche nach Hilfe:

Es gibt Berichte von Frauen, denen bei Beratungsstellen oder Behörden nicht geglaubt wurde.

Dabei ist das Phänomen Drug Rape weltweit ein Problem – in England wurde sogar mittlerweile eine Hotline für Betroffene von Betroffenen eingerichtet .

In Osnabrück ist bislang nur ein Fall zur Anzeige gekommen. Wir vermuten aber, *dass die Zahl der Betroffenen hier vor Ort höher ist.*

Deswegen wollen wir für dieses Thema sensibilisieren –

Für Betroffene ist z.B. wichtig, bei medizinischen Untersuchungen darauf zu achten, dass auch **Urin- und Blutuntersuchungen** gemacht werden – um eventuelle Drogenspuren nachzuweisen.

*Dies muss aber sehr **schnell** geschehen,
da viele der Drogen nach **72 Stunden** schon nicht mehr nachweisbar sind!*

Wer weitere Informationen zu Vorfällen hier im Raum hat oder selber betroffen ist oder vermutet es zu sein, kann sich gerne an die Frauenberatungsstelle wegen Hilfe wenden – oder auch an die AG, um Ideen für weitere Aufklärungsaktionen zu entwickeln.

Ausführlichere Informationen und Literaturangaben können in dem Text „Drugs on the Rocks“ nachgelesen werden, der als (email-)Kopie über die Frauenberatungsstelle bezogen werden kann.

Siehe auch: NOZ, 25.9.2001: Lebensgefährliche Partydroge macht die Opfer wehr- und willenlos.

ANGEBOTE der FRAUENBERATUNGSSTELLE

- **Beratung:** telefonische Krisenintervention, Einzelberatung, längerfristige Begleitung durch regelmäßige Gesprächstermine
- **Gesprächsgruppen** für betroffene Frauen
- Organisation von **Selbstverteidigungskursen**
- **Vorträge, Infoabende und Fortbildung** zur Thematik
- **AG „Die Nacht gehört uns“**
- **Frauennotruf 0451/8601626**

FRAUENBERATUNGSSTELLE Spindelstr. 41, 49074 Osnabrück 20 Uhr e-mail: frauenberatungsstelle.os@t-online.de Vereinbarung	Mo & Do 9 – 16 Uhr Mittwochs 16 und nach
---	---



AG „Die Nacht gehört uns“

- ☺ Vortrag zum Thema „Vergewaltigung – was tun!?“
- ☺ Vortrag „Ganz auf Seiten der Frau“
- ☺ Gesprächsabend: „Gewalt im öffentlichen Raum“
- ☺ Gesprächsabend für Frauen zum Theaterstück „Die Schaukel“
- ☺ Fragebogenaktion
„Sicherheitsempfinden von Frauen in Parkhäusern“
- ☺ Frauenstadtrundgang bei Nacht
- ☺ Hexensüppchen und Märchen zur Walpurgisnacht
- ☺ Broschüre und Vortrag „Tips für die Wildnis –
Strategien gegen sexuelle Belästigung im Alltag“



“Je persönlicher wir die Auseinandersetzung mit der Gewalt an Frauen führen, desto politischer wird sie.“

FRAUENNOTRUF OSNABRÜCK

Der Frauennotruf richtet sich an Frauen, die **von Gewalt betroffen** sind und sich in einer **akuten Krisensituation** befinden.

Die Mitarbeiterinnen bieten den Frauen folgende Hilfestellung an:

- ⇒ Telefonische und persönliche Beratung,
- ⇒ Kontaktvermittlung zu RechtsanwältInnen, ÄrztInnen, TherapeutInnen,
- ⇒ Begleitung zu Polizei und Behörden,
- ⇒ Unterstützung und Begleitung vor, während und nach Prozessen,
- ⇒ Informationen zu medizinischen und rechtlichen Fragen,
- ⇒ Ein- und mehrmalige Gespräche.

Frauennotruf-Nummer: 0541-8601626

Weitere Anlaufstellen

TELEFONSEELSORGE

Tel.: **0800-1110111**
oder **0800-1110222**

kostenlos und rund um die Uhr
erreichbar !!!

FRAUENHAUS OSNABRÜCK

Tel: **0541-65400**

Tag und Nacht erreichbar

MÄDCHENZENTRUM

Tel. **33143-11**, Fax **33143-22**

Süsterstr. 21, 49074 Osnabrück

Di 10 – 12 Uhr und 15 – 20 Uhr

Do 15 – 20 Uhr

email:

info@maedchenzentrum-os.de

www.maedchenzentrum-os.de

Zentraler Kriminaldienst der Polizei

Tel.: **0541 - 327-311**

(Herr Klose und MitarbeiterInnen)

Kollegienwall 6-8

49074 Osnabrück

wenn unter der ersten Nummer niemand zu
erreichen ist: **0541- 327-215** (Wache)

PRO FAMILIA Osnabrück

Georgstr. 14/16

49074 Osnabrück

Tel. **(05 41) 239 07**

u.a. Beratung bei Schwangerschaft
durch Vergewaltigung und evtl.
gewünschtem Abbruch

Krisenhilfe Münster

Verein zur Suizidprophylaxe und
Krisenbegleitung Münster e.V.
Spiekerhof 44
48143 Münster, NRW

Tel.: **0251/51 90 05**

Fax: 0251/51 90 65

e-mail: krisenh@muenster.org

homepage :

www.muenster.org/krisenhilfe

Öffnungszeiten: Mo-Fr 9-17 Uhr,
telefonisch erreichbar bis 19.30 Uhr

Unterstützung in Lebenskrisen und bei akuter
Suizidgefährdung

Unter

[www.neuhland.de/liste_der_einrichtungen_zur
suizidpraevention.htm](http://www.neuhland.de/liste_der_einrichtungen_zur_suizidpraevention.htm) sind noch weitere

Anlaufstellen in der Nähe Osnabrücks zu finden

Beratungsangebote für Männer

→ unter

<http://home.snafu.de/mannege/> gibt es
Links und Tipps einer Beratungsstelle für Männer, die
sich auch um die *Belange der männlichen
Angehörigen kümmert, deren Frauen von sexueller
Gewalt betroffen sind*

Männer gegen Männergewalt

→ für Männer, die Unterstützung suchen, weil sie
selber Gewalt erlebt u/o ausgeübt haben

Nächste Beratungsstelle in der Region ist MgM

Euregio in Nordhorn, Tel: **05921 - 972 123**

e-Mail: mgm.euregio@nwn.de

weitere Stellen in der Nähe von Osnabrück unter:

<http://www.maenner-gegen-maenner-gewalt.de/>

Internetseiten

www.frauen-maedchen-beratung.de: Notrufe, Frauenberatungsstellen und Beratungsstellen gegen sex. Missbrauch in Niedersachsen mit aktuellem Veranstaltungskalender.

www.notruf.wtal.de: Konkrete Tipps zu: - Gewalt gegen Frauen, - Telefonterror, - sexuelle Belästigung am Arbeitsplatz

www.donnavita.de: sehr gut sortierter pädagogisch-therapeutischer Fachhandel, u.a. zu den Themenbereichen Prävention, Intervention und Beratung bei (sexualisierter) Gewalt gegen Mädchen, Jungen und Frauen. Führt sowohl Sachbücher als auch Romane und Erzählungen, die sich mit dem Thema sexuelle Gewalt beschäftigen.

www.schotterblume.de: Seite für Menschen mit Gewalterfahrungen und deren Angehörigen, mit Adressen und vielen interessanten Links.

www.verbuendete.de: private Seite für/von PartnerInnen von Opfern sexuellen Missbrauchs

www.frauennotrufe.de: viele interessante, informative und aktuelle Infos und Links

Zum Weiterlesen



Aktuelle Literatur kann recherchiert und bezogen werden bei:

Donna Vita Fachhandel

Postfach 5, Post Husby
24973 Ruhnmark

www.donnavita.de (Katalog ist auch per email anforderbar)

oder aber vor Ort stöbern im:

Frauenbüchercafe Mother Jones

Jahnstr. 17, 49080 Osnabrück, Tel.0541-43700

Speziell zum Thema Sexualität nach Gewalt ist folgendes Buch empfehlenswert:

Staci Haines: Ausatmen. Wege zu einer selbstbestimmten Sexualität für Frauen, die sexuelle Gewalt erfahren haben. Orlanda-Verlag 2001.

Die Autorin ist selber in der Kindheit von sexueller Gewalt betroffen gewesen und arbeitet mittlerweile als Sexualtherapeutin für ebenfalls betroffene Frauen. Aus dieser Arbeit ist das Buch entstanden, versehen mit einer guten Literaturliste im Anhang, sowie weiteren umfangreichen Informationen zu Zeitschriften, Internetseiten usw. (Ein Exemplar dieses Buches ist in der Stadtbibliothek in Osnabrück (Markt 1) entleihbar.)

Zur Broschüre

Herausgegeben von der AG „Die Nacht gehört uns“ c/o Frauenberatungsstelle
Osnabrück

Texte: Maria Meyer, Nathalie Pöpel, Katharina Wittenbrink
Layout: Nathalie Pöpel

Osnabrück, April 2002