



SEFRA

**MISSHANDELT?
MISSBRAUCHT?
MISSACHTET?**

Notruf & Beratung für Frauen: ☎ (06021) 24728

Wege aus der Gewalt

Hilfen und Unterstützung für Frauen von Frauen

HÄUSLICHE GEWALT

wird fast ausschließlich von Männern ausgeübt und reicht von Drohungen, Erniedrigungen und sozialer Isolation bis hin zu körperlichen Gewalttaten.

Egal um welche Form von Gewalt es sich handelt, es geht dem Täter um Macht und Kontrolle.

Häusliche Gewalt betrifft Frauen jeden Alters, Einkommens- und Bildungsstandes, jeder Nationalität, sozialer Herkunft, ethnischer und religiöser Zugehörigkeit.

Es gibt viele unterschiedliche Wege aus der Gewalt.

Wie auch immer Sie sich entscheiden, nehmen Sie unsere Unterstützung in Anspruch. Rufen Sie uns an ☎ (06021) 24728!

VERGEWALTIGUNG

ist eine Straftat. Jeder sexuelle Übergriff stellt für Frauen eine Körperverletzung und tiefe seelische Demütigung dar.

Ihre sexuelle Selbstbestimmtheit wurde verletzt, ihre persönliche Grenze gewaltsam überschritten.

Unabhängig von Alter, Aussehen, Verhalten, Kleidung, Behinderung, sozialer und kultureller Herkunft werden Frauen und Mädchen – wesentlich häufiger als durch Strafanzeigen offiziell bekannt wird – vergewaltigt.

Das Gesetz macht keinen Unterschied zwischen ehelicher und außerehelicher sexualisierter Gewalt.

Eine Vergewaltigung löst bei Frauen fast immer eine lang anhaltende Persönlichkeitskrise aus und hat gravierende psychosomatische und psychische Folgen für das Opfer.

Bleiben Sie damit nicht allein! Rufen Sie uns an ☎ (06021) 24728!

SEXUELLER MISSBRAUCH

in der Kindheit hat massive Auswirkungen auf das spätere Leben von Frauen.

Sexueller Missbrauch beeinträchtigt die Persönlichkeit, die Lebensqualität, die körperliche und seelische Gesundheit der betroffenen Frauen.

Sexueller Missbrauch ist immer Gewaltanwendung, auch wenn keine körperliche Gewalt zur Durchsetzung der Interessen des Täters notwendig war. Ausnutzen kindlicher Abhängigkeit ist immer ein Akt von Gewalt.

Sexueller Missbrauch wird in der Regel von den Tätern gut vorbereitet und geplant. Sexueller Missbrauch wird fast immer zu einer Wiederholungstat, oft über viele Jahre.

Bleiben Sie mit den Folgen der sexualisierten Gewalt nicht allein! Rufen Sie uns an ☎ (06021) 24728!

STALKING

ist das wiederholte Belästigen (unerwünschte SMS, E-Mail, Telefonanrufe und sonstige Kontakte) oder Verfolgen (Aufklauern vor der Wohnung oder dem Arbeitsplatz und dergleichen mehr) einer anderen Person.

Stalking ist ein Straftatbestand.

Die Mehrzahl der Opfer kennt den Täter. Häufig sind es zurückgewiesene Männer oder Ex-Partner, die eine Trennung nicht akzeptieren.

Stalking kann sich über einen langen Zeitraum erstrecken und führt bei den Opfern zu gravierenden Folgen wie z. B. Angst, Schlafstörungen, Depressionen, Misstrauen, innerer Unruhe, Schuldgefühlen, Erschöpfungszuständen, sozialem Rückzug und anderen Problemen.

Wenn Sie Opfer von Stalking geworden sind, zögern Sie nicht! Rufen Sie uns an ☎ (06021) 24728!

**Alle Beraterinnen unterliegen der Schweigepflicht und unterstützen Sie in ihrer Entscheidungsfindung.
Wir orientieren uns an Ihren Bedürfnissen und Problemen. Vertraulich und anonym.**

Das können Sie von uns erwarten:

Wir informieren Sie über rechtliche und polizeiliche Möglichkeiten sowie weitergehende Hilfen und Unterstützungsangebote.

In der Beratung ...

- ... bestärken wir Frauen, ihre Fähigkeiten und Ressourcen wahrzunehmen.
- ... ermutigen wir Frauen, auf ihre Kompetenzen zu vertrauen.
- ... begleiten wir Frauen während des gesamten Veränderungsprozesses.
- ... gehen wir auf die spezifischen Bedürfnisse der betroffenen Frauen ein und erarbeiten mit ihnen gemeinsam individuelle Lösungen.

Beratung, Information, Kontakt

Mo–Fr 9–17 Uhr außer Mittwoch
Beratungstermine nach Vereinbarung
auch kurzfristig möglich

SEFRA e.V.

Notruf & Beratung für Frauen
Frohsinnstraße 19
63739 Aschaffenburg
E-mail: info@sefraev.de

www.sefraev.de

Spendenkonto Nr. 800 607
Sparkasse Aschaffenburg
BLZ 795 500 00