



## Hilfe bei Gewalt

### Wir sind das Gewaltschutz-Zentrum.

Wir sind in ganz Österreich für Sie da.

In jedem österreichischen Bundesland.

Hier findest du alle Adressen: [www.gewaltschutzzentrum.at](http://www.gewaltschutzzentrum.at)

Unsere Einrichtung ist vom Gesetz anerkannt.

### Wir unterstützen alle Menschen, die Gewalt erleben.

Zum Beispiel:

- Bei Gewalt zu Hause.
- Bei Gewalt durch Freund\*innen oder Bekannte.
- Bei Stalking.  
Stalking ist ein englisches Wort.  
Man spricht es ungefähr so aus: „Stoking“  
Stalking heißt, dass jemand eine Person  
absichtlich und immer wieder verfolgt.

### Außerdem unterstützen und beraten wir:

- Angehörige von Gewalt-Opfern
- Angehörige von Mord-Opfern

Unsere Angebote sind **kostenlos**,  
**freiwillig und vertraulich**.

Das heißt, wir sprechen mit niemandem darüber,  
wenn Sie das nicht wollen.

Sie müssen uns Ihren Namen **nicht** sagen.

Wir bieten Beratung in **Ihrer eigenen Sprache** an.  
Wir haben auch Übersetzer\*innen,  
wenn das notwendig ist.

### **Unsere Angebote:**

- Wir unterstützen Sie,  
wenn Sie in einer Krisen-Situation sind.
- Wir überprüfen genau,  
wie hoch die Gefahr für Sie ist.
- Wir helfen Ihnen,  
damit Sie mehr Schutz und Sicherheit haben.
- Wir beraten Sie zum  
**polizeilichen Betretungs- und Annäherungsverbot**.  
Das kann die Polizei aussprechen.  
Wenn eine Person gefährlich für Sie ist,  
darf Sie Ihnen nicht näher als 100 Meter kommen.  
Die Person darf auch Ihr Zuhause nicht betreten.
- Wir beraten und unterstützen Sie,  
wenn Sie eine **einstweilige Verfügung** erreichen wollen.  
Eine einstweilige Verfügung  
können Sie bei Gericht bekommen.  
Dadurch bekommen Sie längeren Schutz.  
Diese Person darf dann  
bestimmte Orte nicht betreten  
und Ihnen nicht nahekommen.  
Die Person darf auch  
keinen Kontakt mit Ihnen haben.
- Wir helfen Ihnen,  
wenn Sie einen Antrag stellen wollen.
- Wir beraten und begleiten Sie,  
wenn Sie zur Polizei oder zu Gericht gehen.
- Wir sagen Ihnen,  
welche andere Stellen und Behörden  
Ihnen helfen können.

## **Es gibt Gesetze, die Sie schützen!**

Wir unterstützen und begleiten Sie.

**Sie sind nicht allein.**

**Melden Sie sich bei uns!**

## **Was ist Gewalt?**

Jemand macht Ihnen Angst.

Jemand tut Ihnen weh.

Jemand verletzt Sie mit Worten.

Jemand will Sie zu etwas zwingen.

Jemand beleidigt und erniedrigt Sie.

**Es gibt viele Arten von Gewalt:**

### **Körperliche Gewalt**

Zum Beispiel

- schlagen, eine Ohrfeige geben
- treten,
- würgen
- stoßen, schubsen
- und vieles mehr

### **Seelische Gewalt**

Zum Beispiel

- beschimpfen,
- beleidigen,
- bedrohen,
- Kontakt zu Familie, Freunden oder Bekannten verbieten,
- und vieles mehr...

## **Wirtschaftliche Gewalt**

Dabei geht es um Geld oder Ausbildung.

Zum Beispiel

- Arbeit verbieten,
- eine Ausbildung oder einen Kurs verbieten, zum Beispiel einen Deutsch-Kurs,
- ein eigenes Bank-Konto verbieten,
- kein Geld hergeben,
- und vieles mehr...

## **Sexuelle Gewalt**

Zum Beispiel gegen Ihren Willen

- küssen,
- umarmen,
- streicheln,
- irgendwo am Körper berühren,
- zum Sex zwingen oder es versuchen,
- Nachrichten oder Fotos teilen
- und vieles mehr...

## **Stalking**

Stalking heißt, dass jemand eine Person absichtlich und immer wieder verfolgt und dadurch belästigt.

Stalking ist zum Beispiel auch, wenn man jemanden sehr oft anruft,

oder sehr viele Nachrichten schickt,  
wenn diese Person das nicht will.

Dazu gehört zum Beispiel

- immer wieder Kontakt aufnehmen,  
obwohl Sie das nicht wollen.  
Zum Beispiel persönlich oder über Telefon, SMS,  
WhatsApp, Social Media, E-Mail, Brief, und so weiter,
- eine Person verfolgen,  
auch mit einer Kamera,  
oder einem GPS-Sender,
- persönliche Dinge zerstören,  
zum Beispiel Reifen aufstechen,
- und vieles mehr...

## **Gewalt über das Internet**

Zum Beispiel

- private Fotos oder Videos ins Internet stellen  
oder an andere Personen schicken,
- Lügen oder Hass-Botschaften  
im Internet verbreiten,
- Online-Konten auf Social Media  
oder Passwörter ohne Erlaubnis verwenden,
- und vieles mehr...

## **Gewalt an Kindern und Jugendlichen**

Jede Art von Gewalt betrifft oft auch Kinder und Jugendliche.

Zum Beispiel durch Miterleben

Gewalt hinterlässt Spuren am Körper und in der Seele.

Das gilt für Gewalt,

die Kinder und Jugendliche selbst erleben  
und bei anderen Personen miterleben.

**Sie kennen das? Und sind betroffen?**

**Sie sind nicht allein.**

Wir hören Ihnen zu und haben Zeit für Sie.

Wir unterstützen Sie.

Wir begleiten Sie bei Ihren nächsten Schritten.

Wir bieten Beratung in **Ihrer eigenen Sprache** an.

**Nehmen Sie mit uns Kontakt auf:**

Die Nummer für das Gewaltschutz-Zentrum in Ihrem Bundesland  
finden Sie am Ende des Textes.

Rufen Sie bei Gefahr den Polizei-Notruf 133

oder den Euro-Notruf 112!

## Hinweise bei Verdacht auf Gewalt

### Das können Sie sofort tun:

- Sie sind **jetzt** in Gefahr?  
Rufen Sie sofort die Polizei über die Notrufnummer 133 oder den Euro-Notruf 112.
- Sie wollen nicht zur Polizei?  
Dann können Sie in ein Frauenhaus gehen.
- Rufen Sie das Gewaltschutz-Zentrum an. Die Nummer für das Gewaltschutz-Zentrum in Ihrem Bundesland finden Sie am Ende des Textes.
- Speichern Sie die Notrufnummern 133 und 112 auf Ihrem Handy.  
Speichern Sie diese Nummern auch auf den Handys Ihrer Kinder.
- Informieren Sie Nachbar\*innen und Freund\*innen.  
Dann können diese Personen für Sie die Polizei rufen.
- Speichern Sie Drohungen auf Ihrer Mobilbox.  
Sie wissen nicht, wie das geht?  
Fragen Sie eine Person, der Sie vertrauen.
- Machen Sie Screenshots am Handy oder am Computer.  
Sie wissen nicht, wie das geht?  
Fragen Sie eine Person, der Sie vertrauen.  
Heben Sie Nachrichten mit Drohungen gut auf.  
Zeigen Sie diese Nachrichten der Polizei.
- Lassen Sie Verletzungen von Ärzt\*innen behandeln.  
Diese sollen Fotos von den Verletzungen machen.  
Fotos sind wichtige Beweise für Gewalt.

- Machen Sie Fotos von Ihren Verletzungen oder von kaputten Gegenständen.
- Schreiben Sie immer mit, wenn es zu Gewalt kommt.
- Packen Sie einen Koffer für den Notfall. Wichtige Dinge sind zum Beispiel:
  - Reisepass oder Personal-Ausweis
  - Meldezettel
  - Geburts-Urkunde
  - Schlüssel
  - Geld
  - Bank-Karte
  - Adressen von Menschen, denen Sie vertrauen
  - Medikamente
  - Kleidung
  - und andere Dinge, die für Sie wichtig sind.
- Sicherheits-Maßnahmen in der Wohnung oder im Haus. Zum Beispiel eine Gegensprech-Anlage, über die Sie mit Personen sprechen können, bevor Sie die Tür aufmachen. Sie sollten auch ein Sicherheits-Schloss einbauen.
- Erklären Sie Ihren Kindern, dass es eine gefährliche Situation gibt. Erklären Sie den Kindern, dass sie die Wohnungstüre nicht öffnen dürfen.
- Melden Sie sich bei uns. Wir machen mit Ihnen gemeinsam einen Sicherheits-Plan.

## **Sie glauben, dass eine andere Person Gewalt erlebt?**

- Wenn Sie Hilfeschreie hören oder Gewalt sehen, machen Sie sofort etwas!  
Rufen Sie die Polizei über die Notrufnummer 133 oder den Euro-Notruf 112.  
Kümmern Sie sich um Hilfe.
- Bringen Sie sich nicht selbst in Gefahr.
- Geben Sie der betroffenen Person den Kontakt zum Gewaltschutz-Zentrum.
- Sie sind sich nicht sicher?  
Melden Sie sich beim Gewaltschutz-Zentrum.
- Informieren Sie die Kinder- und Jugendhilfe, wenn es um Gewalt gegen Kinder geht.
- Bieten Sie klare Hilfe an.  
Zum Beispiel:  
„Bei mir können Sie immer telefonieren.  
Sie können immer zu mir kommen.“
- Hören Sie zu!  
Sprechen Sie aus, dass Sie einen Verdacht haben.  
Tun Sie das aber nur, wenn die gefährliche Person nicht in der Nähe ist.  
Wenn andere Menschen nichts sagen, schützt das die Personen, die Gewalt ausüben!
- Bieten Sie immer wieder Hilfe an.  
Üben Sie aber keinen Druck aus.

**Infobox:**

Auf dieser Website gibt es einige Wörter mit einem \*.  
Zum Beispiel Partner\*innen.

Dieses Zeichen steht für Frauen, Männer  
und auch für alle Menschen,  
die sich nicht als Frau oder Mann fühlen.

Dieses Zeichen sorgt dafür,  
dass alle Menschen in der Sprache vorkommen.

**Unser Beratungs-Angebot „Perspektive:Arbeit“**

Perspektive:Arbeit ist ein Beratungs-Angebot  
für Frauen\* und Mädchen ab dem 15. Lebensjahr,  
die Gewalt erlebt haben.

**Wir beraten und unterstützen:**

- bei der Suche nach Arbeit
- bei der Berufs-Ausbildung und bei der Weiter-Bildung.  
Dazu gehören auch Deutsch-Kurse,  
ein Berufs-Abschluss und vieles mehr
- in schwierigen Situationen bei der Arbeit
- bei Fragen zum täglichen Leben oder Geld,  
wenn es um die Suche nach Arbeit geht.  
Zum Beispiel Kinder-Betreuung,  
Fragen zur Gesundheit und vieles mehr

Wir begleiten Frauen und Mädchen,  
die Gewalt erleben.

Wir begleiten sie,  
damit sie leichter unabhängig werden.  
Unabhängig von anderen Personen  
und vom Geld anderer Personen.

## **Kontakt**

**In jedem Bundesland gibt es ein Gewaltschutz-Zentrum. Sie können anrufen oder auch eine E-Mail schicken.**

### **Gewaltschutzzentrum Wien**

Tel: 01 – 58 53 28 8

E-Mail: [office.wien@gewaltschutzzentrum.at](mailto:office.wien@gewaltschutzzentrum.at)

### **Gewaltschutzzentrum Niederösterreich**

Tel: 02742 – 31 96 6

E-Mail: [office.noe@gewaltschutzzentrum.at](mailto:office.noe@gewaltschutzzentrum.at)

### **Gewaltschutzzentrum Oberösterreich**

Tel: 0732 – 60 77 60

E-Mail: [office.ooe@gewaltschutzzentrum.at](mailto:office.ooe@gewaltschutzzentrum.at)

### **Gewaltschutzzentrum Salzburg**

Tel: 0662 – 87 01 00

E-Mail: [office.salzburg@gewaltschutzzentrum.at](mailto:office.salzburg@gewaltschutzzentrum.at)

### **Gewaltschutzzentrum Tirol**

Tel: 0512 – 57 13 13

E-Mail: [office.tirol@gewaltschutzzentrum.at](mailto:office.tirol@gewaltschutzzentrum.at)

### **Gewaltschutzzentrum Vorarlberg**

Tel: 05 – 17 55 535

E-Mail: [office.vorarlberg@gewaltschutzzentrum.at](mailto:office.vorarlberg@gewaltschutzzentrum.at)

### **Gewaltschutzzentrum Kärnten**

Tel: 0463 – 59 02 90

E-Mail: [office.ktn@gewaltschutzzentrum.at](mailto:office.ktn@gewaltschutzzentrum.at)

## **Gewaltschutzzentrum Steiermark**

Tel: 0316 – 77 41 99

E-Mail: [office.stmk@gewaltschutzzentrum.at](mailto:office.stmk@gewaltschutzzentrum.at)

## **Gewaltschutzzentrum Burgenland**

Tel: 03352 – 31 420

E-Mail: [office.bgld@gewaltschutzzentrum.at](mailto:office.bgld@gewaltschutzzentrum.at)

Alle Adressen und Standorte der Gewaltschutzzentren finden Sie auf: [www.gewaltschutzzentrum.at](http://www.gewaltschutzzentrum.at)