

Du darfst über Gewalt reden!

Das ist wichtig:

- Du hast keine Schuld!
- Du darfst alles erzählen!
- Vertraue dich jemandem an!



Du kannst Hilfe bekommen!

Darüber reden hilft.

Auch wenn es dir verboten wurde.

Du darfst trotzdem darüber reden.



Du kannst auch mit uns reden.

Du musst uns nicht sagen:

- Name.
- Alter.
- Adresse.



Wir helfen dir gerne!

So können wir dir helfen:



Beratung am Telefon:

Du kannst uns anrufen.



Beratung bei uns:

Du kannst zu uns kommen.

Du kannst gerne jemanden mitbringen.

Wohnst du in Bielefeld?

Wohnst du in der Nähe von Bielefeld?

Dann können wir auch zu dir kommen.



Online-Beratung:

Das heißt: Beratung im Internet.

Du kannst uns eine E-Mail schreiben.

Du kannst mit uns im Chat schreiben.

Dazu klicke auf unserer Internet-seite auf das Wort: Online-Beratung.

Die Beratung kostet nichts.



So kannst du uns erreichen:

Unsere Adresse ist:

Renteistraße 6



33602 Bielefeld

☎ 05 21 91 45 99 97



Kommst du mit Bus oder Bahn zu uns?

Dann können wir dich

von diesen Halte-stellen abholen:

Jahn-platz

Rat-haus

Beide Halte-stellen kannst du mit einem Rolli nutzen.



Die Illustrationen sind von: © Reinhild Kassing

© European Easy-to-Read Logo: Inclusion Europe www.inclusion-europe.eu

© Fotos: Karin Hildebrand Lau/shutterstock.com, Zaitsava Olga/shutterstock.com, philidor/fotolia.com, Mansoreh/shutterstock.com

Layout: Katrin Braje | www.kzwo.net

sicher Mädchen inklusive

Gewaltschutz für Mädchen und junge Frauen
mit Behinderung/chronischer Erkrankung



HILFE BEI GEWALT!

☎ 05 21 91 45 99 97 www.mädchensicherinklusive-nrw.de

MÄDCHENHAUS
Bielefeld e.V.

gefördert vom:

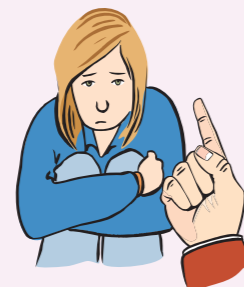
Ministerium für Gesundheit,
Emanzipation, Pflege und Alter
des Landes Nordrhein-Westfalen



Mädchen und Frauen mit Behinderung erleben oft Gewalt!

Das alles ist Gewalt:

- Jemand beschimpft dich.
- Jemand bedroht dich.
- Jemand schließt dich in ein Zimmer ein.
- Jemand schlägt dich.
- Du möchtest nicht angefasst werden.
Jemand fasst dich trotzdem an.
- Jemand zwingt dich zum Sex.
- Du musst anderen Menschen beim Sex zuschauen.



Das alles ist verboten!

Gewalt kann dir überall passieren!

Gewalt kann zum Beispiel dort passieren:

- Zu Hause.
- In der Schule.
- In der Bahn.
- Bei der Arbeit.
- Im Internet.



Gewalt kann immer wieder passieren.

Wer macht so was?

Zum Beispiel:

- Jemand aus der Familie.
- Ein Freund oder eine Freundin.
- Ein Kollege oder eine Kollegin.
- Ein Pfleger oder eine Pflegerin.
- Eine nicht bekannte Person.



Niemand darf dir wehtun!

Gewalt hat Folgen!

Gewalt kann dein Leben verändern.



Das bedeutet:

- Du bist vielleicht traurig.
- Du kannst vielleicht nicht mehr gut schlafen.
- Dir tut vielleicht etwas an deinem Körper weh.
- Du hast vielleicht Schmerzen im Bauch.
- Dir tut vielleicht dein Kopf weh.

Dann kannst du dir Hilfe holen!



Niemand darf dir Gewalt antun!

Niemand darf dich zu etwas zwingen!

Du darfst dich wehren!



Das kannst du bei Gewalt machen:

- Sag laut „NEIN“!
- Ruf laut „HILFE“!
- Sprich direkt jemanden an!
- Lauf weg!



Aber: Hilfe holen ist nicht immer leicht.

Zum Beispiel aus diesen Gründen:

- Es ist dir unangenehm.
- Du magst die Person.
- Die Person sagt zu dir:
Du darfst mit niemandem darüber reden.

Du darfst dir immer Hilfe holen!

