

Nebenan **KNALLT'S**

Hinsehen. Hinhören. Handeln.

**Zeug*in Häuslicher Gewalt?
Selbst betroffen?**

**Wir helfen schnell, vertraulich,
kostenfrei und auf Wunsch auch anonym!**

WAS KANN ICH TUN?

- 1 HINHÖREN, WAHRNEHMEN** Nicht weghören, nicht ignorieren. Als Nachbar*in aufmerksam sein.
- 2 DEESKALIEREN** Nebenan klingeln, sich Mehl, Eier oder ein Ladekabel ausleihen (ein harmloses Anliegen). Dadurch wird die Situation unterbrochen. Nicht direkt einmischen. Achtung: Die eigene Sicherheit geht vor.
- 3 ALARMIEREN** Wenn es nebenan eskaliert: Sofort die Polizei rufen unter 110.
- 4 KONTAKT AUFNEHMEN** Sprechen Sie die Betroffene an, wenn Sie sie allein treffen. Bieten Sie Hilfe durch Zuhören, Weitergabe von Telefonnummern, Benutzung ihres Telefons oder Begleitung zu Terminen an.
- 5 INFORMIEREN** Hängen Sie Zettel mit Rufnummern der Hilfeeinrichtungen im Treppenhaus, am Schwarzen Brett, aus.

RUFNUMMERN DER HILFEEINRICHTUNGEN

0761-31072 Frauen- und Kinderschutzhhaus Freiburg e.V.
Frauen-Beratungsstelle bei Häuslicher Gewalt

116116 Hilfefelefon Gewalt gegen Frauen, rund um
die Uhr erreichbar, mehrsprachig & anonym



**Frauen- und Kinder-
Schutzhhaus
Freiburg e.V.**