

# Hilfe und Beratung bei sexueller Gewalt

Sie haben sexuelle Gewalt erlebt oder wurden vergewaltigt und suchen Rat und Unterstützung? Informieren Sie sich, wo Sie Hilfe erhalten und was Sie nun tun können!

## Basisinformationen

Viele Menschen, meist Frauen, erleben sexuelle Gewalt oder haben sie erlebt. Manche sprechen von sexualisierter Gewalt. Damit wird deutlich, dass es um Demonstration von Macht und Kontrolle und nicht um Sexualität geht. Meistens ist der Täter jemand, den die Opfer kennen. Aus Studien ist bekannt, dass viele Frauen von ihren Partnern oder Ehemännern vergewaltigt werden, aber darüber niemals mit Anderen sprechen.

Sich nach Hause bringen lassen, flirten, Lust auf Zärtlichkeiten - vergewaltigt ein Mann in einer solchen Situation seine Freundin oder Bekannte, sind sich viele Frauen unsicher, ob sie sich richtig verhalten, genug Widerstand geleistet oder gar zur Vergewaltigung beigetragen haben. Nicht selten wird ihr dies auch vom Täter oder von anderen vorgehalten.

Manchmal sind Menschen unsicher, ob sie Anzeige erstatten sollen. Vielleicht weil sie eine Beziehung zum Täter haben oder hatten. Oder weil sie nicht genau wissen, was in einem Strafverfahren auf sie zukommt. Oder zweifeln, ob sie ein solches Verfahren durchstehen. In Bremen gibt es die Möglichkeit einer anonymen Spurensicherung. Dadurch haben Frauen die Möglichkeit, Beweise für den Fall zu sichern, dass sie später Anzeige erstatten möchten. In Bremerhaven wird es in Kürze ebenfalls eine solche Möglichkeit geben.

In Bremen bieten verschiedene Stellen eine vertrauliche Erstberatung für Menschen an, die sich darüber klar werden möchten, was sie nun tun wollen oder sollten.

## Voraussetzungen

- Sie sind Opfer sexueller Gewalt oder einer Vergewaltigung geworden.
- Sie sind unsicher, ob es sich bei einem Vorgang um sexuelle Gewalt oder eine Vergewaltigung gehandelt hat.

## Verfahren

### Hilfe im Notfall und Beratung

Psychologische Beratungsstelle des Notruf für vergewaltigte Frauen und Mädchen e.V.  
Telefon 0421-151 81  
Mail: info@frauennotruf-bremen.de

### **Polizei Bremen**

Ansprechpartner der Polizei (K 32) bei sexueller Gewalt gegen Frauen Bremen  
tagsüber: 0421-362-3832  
nachts: 0421-362-3810  
Kriminaldauerdienst: 0421-362-3888

### **Polizei Bremerhaven**

Ansprechpartner der Polizei bei sexueller Gewalt gegen Frauen Bremerhaven  
Telefon: 0471-953 44 44 (24 Stunden)  
tagsüber: 0471-953 43 11 bis -4315

### **Wenn die sexuelle Gewalt in Kindheit und Jugend passiert ist**

Beratungsstelle gegen sexuellen Missbrauch an Mädchen in Bremen  
Telefon: 0421-617 188  
Mail: info@schattenriss.de

Die genannten weiteren Einrichtungen beraten kostenfrei und vertraulich. Weitere Informationen und Anlaufstellen finden Sie im Internet.

## **Rechtsgrundlagen**

- Strafgesetzbuch (StGB) §177 "Sexuelle Nötigung; Vergewaltigung": [http://www.gesetze-im-internet.de/stgb/\\_177.html](http://www.gesetze-im-internet.de/stgb/_177.html)

## **Kosten und Fristen**

### **Welche Gebühren/Kosten fallen an?**

Die genannten Stellen beraten vertraulich und kostenfrei.

## **Zuständige Stellen**

- Bremische Zentralstelle für die Verwirklichung der Gleichberechtigung der Frau (ZGF): <https://>

[www.service.bremen.de/de/dienststelle/5bremen02.c.337973.de](http://www.service.bremen.de/de/dienststelle/5bremen02.c.337973.de)

## **Weitere Dienstleister**

Nachfolgend aufgeführte Stellen stehen außerhalb der bremischen Verwaltung, können Ihnen aber bei der Inanspruchnahme der Dienstleistung behilflich sein.

Die Angaben auf den verlinkten Darstellungen werden von den Dienstleistern selbst gepflegt und stehen nicht in der Verantwortung der bremischen Verwaltung.

- Frauennotruf Bremen: <http://www.frauennotruf-bremen.de/>
- Schattenriss - Beratungsstelle gegen sexuellen Missbrauch an Mädchen e.V.: <http://schattenriss.de/>