

# Wege zur Hilfe bei sexualisierter Gewalt in Hamburg

## Telefonische Beratungszeiten

	Montag Vormittag	Montag Nachmittag	Dienstag Vormittag	Dienstag Nachmittag	Mittwoch Vormittag	Mittwoch Nachmittag	Donnerstag Vormittag	Donnerstag Nachmittag	Freitag Vormittag	Freitag Nachmittag
<b>Allerleirauh</b> 29 83 44 83	09:30 - 13:00		09:30 - 13:00	14:00 - 17:00	09:30 - 13:00	14:00 - 17:00		14:00 - 18:00	09:30 - 13:00	
<b>Dolle Deerns</b> 439 41 50		14:00 - 16:00				16:00 - 18:00		12:00 - 14:00		14:00 - 16:00
<b>Dunkelziffer</b> 42 10 700 10	10:00 - 14:00		10:00 - 14:00		10:00 - 14:00		10:00 - 14:00		10:00 - 12:00	
<b>Notruf</b> 25 55 66	9:30 - 13:00	15:00 - 19:00	09:30 - 13:00	15:00 - 16:00		15:00 - 16:00	09:30 - 13:00	15:00 - 19:00	09:30 - 13:00	
<b>Wendepunkt</b> 70 29 87 61	10:00 - 12:00					13:00 - 15:00	10:00 - 12:00			
<b>Zornrot</b> 721 73 63	10:00 - 12:00		10:00 - 12:00		10:00 - 12:00	14:00 - 16:00	10:00 - 12:00		10:00 - 12:00	
<b>Zündfunke</b> 890 12 15		17:30 - 19:30	10:00 - 12:00			13:00 - 15:00			10:00 - 12:00	

## Telefonische Erreichbarkeiten für Terminabsprachen

<b>basis praevent</b> 39 84 26 62	Wir rufen werktags innerhalb von 24 Stunden zurück									
<b>Opferhilfe</b> 38 19 93	10:00 - 13:00		10:00 - 13:00	13:00 - 17:00		13:00 - 17:00	10:00 - 13:00	13:00 - 17:00	10:00 - 13:00	
<b>Sperrgebiet</b> 24 66 24	10:00 - 13:00		09:00 - 11:00	16:00 - 21:00	10:00 - 13:00		09:00 - 11:00	13:00 - 18:00	09:00 - 11:00	

### Allerleirauh e.V.

Menckesallee 13, 22089 Hamburg-Wandsbek  
Tel. 040-29 83 44 83  
info@allerleirauh.de  
www.allerleirauh.de

### basis praevent

Steindamm 11, 20099 Hamburg-St. Georg  
Tel. 040-39 84 26 62  
basis-praevent@basisundwoege.de  
www.basis-praevent.de

### Dolle Deerns e.V.

Niendorfer Marktplatz 6, 22459 Hamburg-Niendorf  
Tel. 040-439 41 50  
beratung@dollederns.de  
www.dollederns-fachberatung.de

### Dunkelziffer e.V.

Albert-Einstein-Ring 15, 22761 Hamburg-Bahrenfeld  
Tel. 040-42 10 700 10  
info@dunkelziffer.de  
www.dunkelziffer.de

### Notruf e.V.

Beethovenstraße 60, 22083 Hamburg-Barmbek-Süd  
Tel. 040-25 55 66  
Notruf-Hamburg@t-online.de  
www.frauennotruf-hamburg.de

### Sperrgebiet

Lindenstraße 13, 20099 Hamburg-St. Georg  
Tel. 040-24 66 24  
sperrgebiet@diakonie-hamburg.de  
www.sperrgebiet-hamburg.de

### Wendepunkt e.V.

Schillerstraße 43, 22767 Hamburg-Altona  
Tel. 040-70 29 87 61  
hamburg@wendepunkt-ev.de  
www.wendepunkt-ev.de

### Opferhilfe e.V.

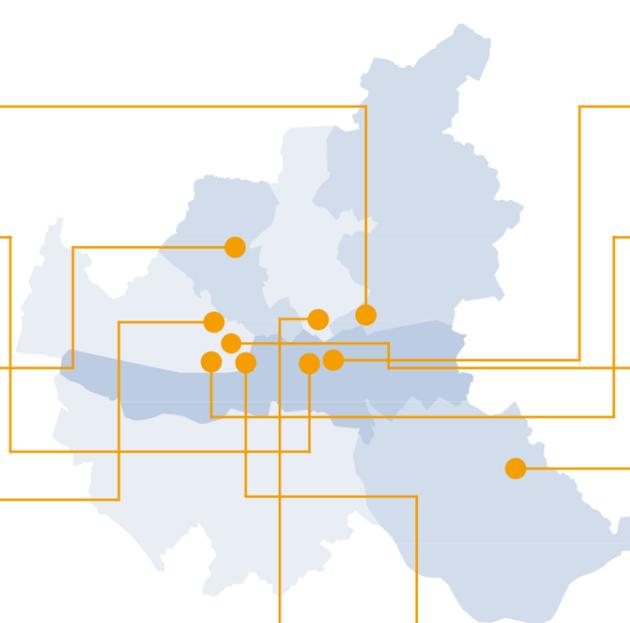
Paul-Nevermann-Platz 2-4, 22765 Hamburg-Altona  
Tel. 040-38 19 93  
mail@opferhilfe-hamburg.de  
www.opferhilfe-hamburg.de

### Zornrot e.V.

Vierlandenstraße 38, 21029 Hamburg-Bergedorf  
Tel. 040-721 73 63  
info@zornrot.de  
www.zornrot.de

### Zündfunke e.V.

Max-Brauer-Allee 134, 22765 Hamburg-Altona  
Tel. 040-890 12 15  
info@zuendfunke-hh.de  
www.zuendfunke-hh.de



## Wege zur Hilfe bei sexualisierter Gewalt

Sexueller Missbrauch, sexuelle Gewalt, Vergewaltigung, sexuelle Nötigung, sexuelle Übergriffe - dies alles fassen wir zusammen unter dem Begriff sexualisierte Gewalt. Sexualisierte Gewalt wird von Erwachsenen, aber auch von Jugendlichen ausgeübt. Über 80 % der Täter und Täterinnen sind den Opfern vor der Tat bekannt. Nur ca. 20 % sind sogenannte Fremdtäter.

Sexualisierte Gewalt geschieht unter Ausnutzung von Macht, Vertrauen und Abhängigkeit und ist verbunden mit dem Druck zu schweigen.

Jede Tat ist anders, jede / jeder erlebt sie mit dem eigenen individuellen und sozialen Hintergrund sowie der eigenen kulturellen und sexuellen Identität. Die Folgen der Gewalt sind verschieden.

Über sexualisierte Gewalt zu reden ist schwer, aber es ist wichtig, um damit nicht allein zu bleiben. Die vielfältigen Angebote der Hamburger Beratungsstellen können dazu beitragen, sexualisierte Gewalt zu beenden und die Folgen zu lindern.

Das vorliegende Faltblatt ist auf Initiative von **Nexus** entstanden. **Nexus** ist das Netzwerk Hamburger Beratungsstellen gegen sexualisierte Gewalt. Mit diesem Faltblatt wollen wir diejenigen, die Hilfe brauchen, dabei unterstützen, ein für sie geeignetes Angebot zu finden.

# Präventionsangebote

Für wen	Schulen							Einrichtungen der regionalen Mädchenarbeit	Einrichtungen der regionalen Jungenarbeit	Mädchengruppen (z.B. aus Schulen)	Jungengruppen (z.B. aus Schulen)	Fachkräfte aus päd. und psychosoz. Einrichtungen
	Vor-schule	Grund-schule	Klasse 5 - 6	Klasse 7 - 10	Sekundar-stufe II	Förder-schulen	Fach-schulen					
<b>ANGEBOTE</b> Veranstaltungen	DZ ZF	DZ ZF ZR	BP DZ ZF ZR	AL BP DD DZ NO SG ZF ZR	AL BP DD NO SG ZF ZR	AL BP DD DZ NO SG ZF ZR	AL BP DD NO SG ZF	AL DD DZ NO SG ZF ZR	BP DZ ZF ZR	AL DD DZ NOSG ZF ZR	BP DZ ZF ZR	BP DD DZ NO SG ZF ZR
<b>Selbststärkungskurse</b>								AL		AL		
<b>Krisenintervention</b>		WP	WP	WP	WP	WP	WP					WP

## Fortbildungen

Die hier aufgeführten Beratungsstellen bieten für Fachkräfte auf Anfrage Fortbildungsveranstaltungen an. Termine für Fortbildungen finden sich auf den Internetseiten der Einrichtungen oder können telefonisch erfragt werden.

## Informationsveranstaltungen

Die hier aufgeführten Beratungsstellen bieten auf Anfrage Informationsveranstaltungen für Eltern in Schulen, Kindertagesstätten und Elternschulen an. Weitere Zielgruppen für dieses Angebot, das auf Wunsch auch in den Räumen der

jeweiligen Beratungsstelle durchgeführt wird, sind SchülerInnen, StudentInnen, LehrerInnen, Trainer/Trainerinnen, päd./psychosoziale Fachkräfte (auch in Ausbildung), PolizeibeamtInnen ...

## Kennungen

**AL** Allerleirauh e.V.  
**BP** basis praevent  
**DD** Dolle Deerns e.V.  
**DZ** Dunkelziffer e.V.  
**NO** Notruf e.V.  
**OH** Opferhilfe e.V.  
**SG** Sperrgebiet  
**WP** Wendepunkt e.V.  
**ZF** Zündfunke e.V.  
**ZR** Zornrot e.V.

## Prävention

Präventionsangebote wenden sich sowohl an Kinder, Jugendliche als auch an Erwachsene. Durch Vermittlung von Wissen und Verhaltensregeln soll Prävention:

- ▶ langfristig zur Verhinderung von sexualisierter Gewalt an Mädchen und Jungen beitragen,
- ▶ die Aufdeckung eines sexuellen Missbrauchs erleichtern,

- ▶ die Folgen der Traumatisierung von Betroffenen lindern, indem ihnen der Weg zu adäquaten Unterstützungsmöglichkeiten erleichtert wird.

# Wege zur Hilfe bei sexualisierter Gewalt

Angebote →	Beratung		Angebote bei akuten Krisen		Therapie		Selbsthilfegruppen	Opferanwälte	Prozessbegleitung**
Für wen? ↓	e-mail-Beratung	telefonische und persönliche Beratung	Krisenintervention***	Längerfristige Begleitung	Musiktherapie und Psychotherapie	therapeutisch angeleitete Gruppe			
Mädchen und Jungen bis 14 Jahren	DZ ZF	DZ WP* ZF ZR	DZ WP* ZF ZR	DZ WP* ZR	DZ ZR	WP*		DZ	DZ ZF
Mädchen ab 13 Jahren	AL DD DZ NO SG ZF	alle außer OH und BP	DD DZ NO SG WP* ZF ZR	AL DD DZ NO WP* ZR	DZ ZR	AL WP*		DZ	AL DZ NO ZF
Jungen ab 10 Jahren	BP DZ ZF	BP DZ WP* ZF ZR	BP DZ WP* ZR ZF	BP DZ WP* ZR	DZ ZR	WP*		DZ	BP DZ ZF
Frauen bis 27 Jahren SG bis 25 J.	AL DD NO SG ZF	alle außer DZ und BP	DD NO OH SG WP* ZF ZR	AL DD NO WP* ZF ZR		WP* ZR	DD		AL NO
Frauen	DD NO ZF	DD NO OH ZF ZR	NO OH ZR	NO ZF ZR		ZF ZR	DD ZF		NO
Männer bis 27 Jahre	BP NO ZF	BP OH ZF ZR	OH ZR	ZR					BP
Mütter und weibliche Bezugspersonen	AL BP DD DZ NO SG ZF	alle	BP DD DZ NO OH WP* ZF ZR	NO ZR			DD		AL NO ZF
Väter und männliche Bezugspersonen	AL BP DD DZ NO SG ZF	alle****	BP DD DZ NO**** OH ZF ZR WP*	ZR					AL
Fachkräfte aus päd./psychosoz. Einrichtungen	AL BP DD DZ NO SG ZF	alle****	BP DZ NO WP* ZR	ZR					
Menschen mit kog. Beeinträchtigungen	AL BP DD NO	AL BP DD NO**** WP* ZR	BP DD NO**** ZR	AL BP DD NO**** ZR	DZ				AL

## Kennungen

**AL** Allerleirauh e.V.

**BP** basis praevent

**DD** Dolle Deerns e.V.

**DZ** Dunkelziffer e.V.

**NO** Notruf e.V.

**OH** Opferhilfe e.V.

**SG** Sperrgebiet

**WP** Wendepunkt e.V.

**ZF** Zündfunke e.V.

**ZR** Zornrot e.V.

\* Angebote nur für sexuell übergriffige Minderjährige und junge Erwachsene und deren soziales Umfeld.

\*\* Beratung und Unterstützung im Zusammenhang mit Gerichtsverfahren.

\*\*\* Krisenintervention meint die kurzfristige, engmaschige, niedrigschwellige, multiprofessionelle, stabilisierende Unterstützung in besonders belasteten Situationen bezüglich sexualisierter Gewalt, sowohl für Betroffene als auch für das soziale Umfeld.

\*\*\*\* Notruf e.V.: Angebote für männliche Angehörige bzw. Vertrauenspersonen nur telefonisch oder per E-mail.