

# GEWALT: HALT!

Hilfe-Angebote für Männer  
in Pforzheim und im Enz-Kreis

Ein Heft in Leichter Sprache



- Was ist Gewalt?
- Wo finden Sie Hilfe?



Enzkreis PF

Stadt  
Pforzheim

# Was ist Gewalt?

Oft hört man, dass Frauen und Mädchen Gewalt erleben. Aber auch Männer und Jungen sind von Gewalt betroffen. Viele Männer haben schon in ihrer Kindheit oder Jugend schlimme Dinge erlebt.

Gewalt passiert oft:

- an Orten, wo Menschen betreut werden:  
Zum Beispiel in Wohnheimen oder Schulen.
- bei der Arbeit.
- Gewalt passiert auch zu Hause:  
Zum Beispiel in der Partnerschaft oder in der Familie.

Das nennt man: **Häusliche Gewalt**

**Es gibt unterschiedliche Gewalt:**

## Körperliche Gewalt ist:

- Wenn Sie geschlagen oder getreten werden.
- Wenn Sie mit einer Waffe bedroht oder verletzt werden.  
Zum Beispiel mit einem Messer.



## Seelische Gewalt ist:

- Wenn Ihnen Worte Angst machen.  
Zum Beispiel wenn Sie jemand anschreit.  
Auch beleidigen und beschimpfen ist Gewalt.
- Wenn Sie ausgegrenzt oder ausgelacht werden.



## Sexuelle Gewalt

- Wenn Sie jemand anfasst, obwohl Sie es **nicht** möchten.  
Zum Beispiel: Jemand fasst Ihnen an den Po.  
Man nennt das: **Sexuelle Belästigung**.
- Wenn Sie jemanden anfassen sollen,  
obwohl Sie das **nicht** möchten.
- Wenn Sie zum Sex gezwungen werden.
- Wenn Sie anderen beim Sex  
zuschauen sollen.



## Sie haben Gewalt erlebt?

Gewalt kann ganz unterschiedlich sein.

Eins ist aber immer gleich:

Gewalt tut weh.

Als Kind und als Erwachsener.

## Gewalt ist verboten:

Niemand darf Ihnen weh tun.

Niemand darf Sie zu etwas zwingen,  
das Sie **nicht** möchten.

Sie haben das Recht **nicht** verletzt zu werden.

**Darum holen Sie sich Hilfe...**

## Hier bekommen Sie sofort Hilfe:

- Wenn Sie in Gefahr sind und sofort Schutz brauchen oder Sie jemandem helfen möchten, rufen Sie die **Polizei**:

 **110.**

Sie können auch eine Not-SMS schreiben:

 **0 15 22 - 18 07 110**

- Sie können auch das Hilfe-Telefon anrufen.

Es heißt: **Gewalt an Männern**.

 **08 00 - 1 23 99 00.**

Die Berater sprechen verschiedene Sprachen.

Auch Leichte Sprache und Gebärdensprache.



Weitere Infos in Leichter Sprache finden Sie im Internet:

 [www.maennerhilfetelefon.de](http://www.maennerhilfetelefon.de)

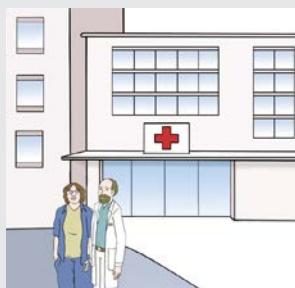
- Wenn Sie vergewaltigt worden sind, können Sie sich im Krankenhaus untersuchen lassen.

Es heißt: **Helios Klinikum Pforzheim**.

 **0 72 31 - 96 94 25 70**

Die Ärzte können aufschreiben:

- Ihnen wurde Gewalt angetan.
- Diese Verletzungen haben Sie.



Sie entscheiden, was mit den Ergebnissen passiert.

Die Ärzte dürfen niemandem etwas sagen.



### Für alle Angebote gilt:

- Sie können sich Tag und Nacht melden.
- Sie müssen nichts bezahlen.
- Sie sagen Ihren Namen nur, wenn Sie möchten.

### ■ Auch im **Internet** finden Sie Hilfe.

Es gibt eine Internet-Seite,  
auf der Sie viele Beratungs-Angebote finden.

Die Seite heißt: **Männer-Beratungs-Netz**.



**www.maennerberatungsnetz.de**

Hier finden vor allem Jungen, Männer und Väter Hilfe.  
Aber auch ihre Angehörigen.

Sie finden zum Beispiel Hilfe zu den Themen:

- Krise und Gewalt
- Vaterschaft, Partnerschaft und Trennung
- Sexualität, Gesundheit und Pflege
- Jungen und junge Männer

Sie möchten lieber ein direktes Gespräch führen?

Es gibt **Beratungs-Stellen in Ihrer Nähe**.

Dort können Sie hingehen.

Alleine oder mit einer Person, der Sie vertrauen.

Das Personal der Beratungs-Stelle hilft Ihnen.



**Alle Angebote finden Sie auf Seite 6.**

# Beratungs-Stellen in Ihrer Nähe

## ■ Fachstelle Häusliche Gewalt Pforzheim

Sie erleben Gewalt in Ihrer Partnerschaft oder Familie?  
Dann finden Sie hier schnell Hilfe.



**0 72 31 - 4 57 63 33**



[www.frauenhaus-pforzheim.de](http://www.frauenhaus-pforzheim.de)

## ■ Weisser Ring e.V. Pforzheim/Enzkreis

Der Weisse Ring hilft, wenn Sie Gewalt erlebt haben.  
Auch wenn Sie **nicht** zur Polizei gehen möchten.  
Der Weisse Ring zeigt:  
So kann ich mir selbst helfen.



**01 51 - 55 16 46 59**



[www.weisser-ring.de](http://www.weisser-ring.de)



## ■ pro familia Pforzheim

Bei pro familia finden Sie Beratung rund um die Familie.  
Zum Beispiel: Beziehung, Sexualität und Vaterschaft.



**0 72 31 - 6 07 58 60**



[www.profamilia.de/pforzheim](http://www.profamilia.de/pforzheim)

## ■ Psychologische Beratungs-Stelle Pforzheim

Psychologen wissen viel über Gefühle von Menschen.  
Hier können Sie über Ihre Probleme sprechen.



**0 72 31 - 1 79 55**



[www.efl-pforzheim.de](http://www.efl-pforzheim.de)

# Schutz-Wohnung

Wenn Sie in Ihrem Zuhause Gewalt erleben,  
ist es oft gut die Wohnung zu verlassen.

In Stuttgart gibt es eine **Schutz-Wohnung** für Männer.

## Dort finden Sie Schutz vor Gewalt.

Es ist egal:

- wo Sie wohnen
- welche Sprache Sie sprechen
- welchen Glauben Sie haben
- und wie viel Geld Sie haben.



Die Adresse der Wohnung ist **geheim**.

Sie können dort zur Ruhe kommen.

Wenn Sie in der Wohnung wohnen, werden Sie betreut.

Sie können mit den Betreuern überlegen:

Wie geht es weiter?

Sie können bis zu 3 Monate in der Schutz-Wohnung leben.

## Sie brauchen Hilfe oder mehr Infos?

Rufen Sie an oder schreiben Sie eine E-Mail:

### Sozial-Beratung Stuttgart e.V.



**07 11 - 33 50 87 84**



gewaltschutz@sozialberatung-stuttgart.de



www.sozialberatung-stuttgart.de

# Sie möchten mehr Informationen?

## Die Gleichstellungs-Beauftragten helfen!

Gleichstellungs-Beauftragte achten darauf,  
dass alle Menschen gleich gut behandelt werden.  
Und dass alle Menschen die gleichen Rechte haben.  
Zum Beispiel Männer und Frauen.

### **Stadt Pforzheim** **Gleichstellungs-Beauftragte**

 **0 72 31 - 39 25 48**

 gleichstellung@pforzheim.de

 [www.pforzheim.de/gleichstellung](http://www.pforzheim.de/gleichstellung)

### **Landratsamt Enzkreis** **Gleichstellungs-Beauftragte**

 **0 72 31 - 3 08 95 95**

 gleichstellungsbeauftragte@enzkreis.de

 [www.enzkreis.de/gleichstellungsbeauftragte](http://www.enzkreis.de/gleichstellungsbeauftragte)



Eine Kooperation mit den Inklusions-Beauftragten des Enzkreises und der Stadt Pforzheim.

Gestaltung: Büro Leichte Sprache der Lebenshilfe Vaihingen-Mühlacker e.V.

Das Büro ist Mitglied im Netzwerk Leichte Sprache.

Text-Prüfer: Beate Walter und Kevin Scheffler.



Urheberrechtshinweis zu den Bildern:

- © Lebenshilfe für Menschen mit Behinderung Bremen e. V., Illustrator Stefan Albers
- @ European Easy-to-Read: Inclusion Europe, [www.inclusion-europe.eu/easy-to-read](http://www.inclusion-europe.eu/easy-to-read).