

Jede Frau hat das Recht auf Schutz und Hilfe!

Sicherheitstipps:

Wenn Sie sich bedroht fühlen, suchen Sie wenn möglich einen sicheren Ort auf und rufen Sie sofort die Polizei an.

Innerhalb der Wohnung: Welches Zimmer bietet mir Schutz und kann versperrt werden? Funktioniert mein Handy dort? Habe ich wichtige Nummern wie Notruf, Frauenhaus eingespeichert?

Schützen Sie sich und andere, indem Sie GewalttäterInnen anzeigen!



Unterwegs: Wenn Sie von einem Taxi nach Hause gebracht werden, lassen Sie es warten, bis Sie die Eingangstür aufgeschlossen haben. Parken Sie an beleuchteten Stellen. Halten Sie Ihr Handy immer griffbereit.



Wehren Sie sich energisch, mit allem was Sie haben: schreien, schlagen, beißen, kratzen, treten! Ein Großteil der fremden Täter lässt sich damit erfolgreich in die Flucht schlagen. Sichern Sie die Spuren von Gewalthandlungen (z. B.: Kleidung).



www.fgz-kaernten.at

FGZ
Kärnten
Frauengesundheitszentrum

Das **Frauengesundheitszentrum Kärnten** unterstützt Sie bei der Suche nach langfristiger Beratung und hilft Ihnen, Ihre Gesundheit zu stärken.

Adresse:

Völkendorfer Straße 23
9500 Villach

Öffnungszeiten:

Mo, Di, Do, Fr: 9.00 – 13.00 Uhr
Mi: 15.00 – 18.30 Uhr

Gewalt ist kein Einzelschicksal!

Gewalt kann jede Frau treffen, unabhängig vom Alter, Aussehen oder ihrem Verhalten. Frauen, die eine Gewalterfahrung machen, kommen aus allen sozialen Schichten und sind nicht selber schuld! In Österreich beispielsweise wird jede 5. Frau von ihrem Partner misshandelt. Holen Sie sich Hilfe, egal, ob Sie sich bedroht fühlen oder eine Gewalterfahrung erlebt haben.

Jede Frau hat das Recht auf Hilfe und Unterstützung, auf Schutz und Sicherheit!



Gewalt hinterlässt Spuren!

Gewalt gehört zu den größten Gesundheitsrisiken für Frauen. Gewalt führt nicht nur zu akuten Verletzungen. Psychische wie körperliche Folgen und Erkrankungen können entstehen und die Gesundheit oft jahrelang beeinträchtigen. Umgekehrt können Beschwerden und Erkrankungen wie Panikattacken, sexuell übertragbare Erkrankungen, Trommelfellverletzungen, chronische Eierstockentzündungen, Selbstverletzendes Verhalten, Alkohol- und Medikamentenmissbrauch, ungewollte Schwangerschaften, Harnwegsinfektionen auch ein Hinweis auf Gewalterlebnisse sein.

Gewalt gegen Frauen hat viele Gesichter!

- Handlungen, die unserem Körper Schmerz zufügen und uns verletzen: schlagen, treten, an den Haaren zerren, ...
- Handlungen, die uns Angst machen: bedrohen, erpressen, demütigen, verfolgen...
- Ungewollte Berührungen: streicheln, küssen, vergewaltigen, sexuell ausbeuten ...
- Wirtschaftliche und finanzielle Zwänge: Arbeitsverbot, Zwangsarbeit, das eigene Geld abliefern müssen, ...
- Soziale Isolation: einsperren, kontrollieren, Redeverbot, ...
- Gesellschaftliche Strukturen, die uns benachteiligen, ausschließen und gefährden ...

Hilfe und Unterstützung:

Telefon Polizei: **133** Euronotruf: **112**

SMS Polizei: **0800 - 133 133** (Notrufnummer für Gehörlose)

Gewaltschutzzentrum Kärnten: **0463 - 590 290**

Frauenhelpline gegen Gewalt: **0800 - 222 555**

Frauenhaus Villach: **04242 - 31 0 31**

Frauenhaus Klagenfurt: **0463 - 44 9 66**

Oberkärntner Frauenhaus: **04762 - 613 86**

Lavanttaler Frauenhaus: **04352 - 369 29**



Bei allen Kärntner Frauenhäusern können Sie sich anonym und kostenlos beraten lassen!