

Bayerischer Flüchtlingsrat

Der Flüchtlingsrat berät geflüchtete Menschen zum Asylrecht, Aufenthaltsrecht oder wenn die Abschiebung droht. Er unterstützt Menschen, die in ihrer Heimat verfolgt werden, nur weil sie eine Frau oder homosexuell sind. Und Menschen, die Gewalt durch den Partner oder in der Asylunterkunft erleben. Der Flüchtlingsrat vermittelt Kontakte zu Hilfsangeboten und Rechtsanwältinnen und Rechtsanwälten.

www.fluechtlingsrat-bayern.de
kontakt@fluechtlingsrat-bayern.de

Für alle hier genannten Organisationen gilt: Die Beratungen kosten nichts. Und sie sind immer vertraulich. Das bedeutet: Niemand erfährt, was Du bei der Beratung sagst.

Büro München

Tel.: 089 / 76 22 34

Büro Nordbayern

Tel.: 0911 / 99 44 59 46

Stand September 2023



Sozialdienste an deinem Wohnort

In den Anker- und Asylunterkünften beraten die Sozialdienste geflüchtete Menschen zum Asylrecht und zu Integrations-Angeboten. Und sie helfen bei Problemen im Alltag.

Die Beratungen machen die Caritas, Diakonie, AWO und manchmal die Landratsämter. Die Beratungszeiten stehen auf der Info-Tafel in der Unterkunft oder im Landratsamt.

Weitere Informationen, z.B.:
<https://www.caritas.de/hilfeundberatung/onlineberatung/migration/adressen>

Refugee law clinic

Studierende beraten geflüchtete Menschen zum Asylrecht und zum Aufenthaltsrecht.

Wo? In München, Augsburg, Bayreuth, Regensburg, Nürnberg-Erlangen, Würzburg, Passau.

Weitere Infos:
home.refugeelawclinics.de

INTEGREAT

Für alle, die neu sind in Deutschland: Bei Integreat gibt es wichtige Adressen und Informationen über das Land. Scanne den QR-Code:



Hilfe und Unterstützung bei Gewalt gegen Frauen

Hilfetelefon Gewalt gegen Frauen

www.hilfetelefon.de

Telefon ☎ **116 016**

Diese Nummer gilt überall in Deutschland. Du kannst immer anrufen, auch in der Nacht und an Sonntagen und Feiertagen.

- Für Frauen, die Gewalt erleben müssen. Aber auch für Verwandte oder Freundinnen und Freunde.
- Die Beratungen sind in 18 Sprachen.
- Du musst Deinen Namen nicht sagen.
- Das Hilfetelefon sagt Dir, wo Du Hilfe bekommst und wo es ein Frauenhaus in Deiner Nähe gibt.

Weitere Hilfsangebote:

<https://www.frauenhauskoordinierung.de/hilfe-bei-gewalt/frauenhaus-und-fachberatungsstellensuche>

Für alle hier genannten Organisationen gilt: Die Beratungen kosten nichts. Und sie sind immer vertraulich. Das bedeutet: Niemand erfährt, was Du bei der Beratung sagst.

Schwangere in Not

www.hilfetelefon-schwangere.de
 Tel. 0800 / 4 04 00 20

- Die Beratungen sind in 19 Sprachen: am Telefon, per E-Mail oder Chat.
- Informationen über Schwangerschaft, Geburt, Hilfsangebote und Beratungen für schwangere Frauen, die Ängste haben wegen der Geburt und der Zeit danach.

Jadwiga

www.jadwiga-online.de
 München Tel. 089 / 38 53 44 55
 Nürnberg Tel. 0911 / 431 06 56

Manche Frauen werden zur Arbeit oder Prostitution gezwungen. Oder sie bekommen kein Geld für ihre Arbeit. Jadwiga hilft diesen Frauen. Bei der Beratung kannst Du in Deiner Sprache sprechen.

Sozialdienst katholischer Frauen Bayern

www.skfbayern.de
 Tel. 089 / 538 86 00

Der Katholische Sozialdienst ist für alle da, egal welche Religion Du hast. Er berät bei Gewalt gegen Frauen und bei seelischen Krisen. Und er unterstützt auch Kinder, Jugendliche und schwangere Frauen.

Weitere Angebote in den Unterkünften:

Sozialdienste von Caritas, Diakonie, Arbeiterwohlfahrt AWO beraten und unterstützen geflüchtete Menschen.

Die Polizei kann helfen und eine aktuelle Gewaltsituation beenden. Ruf die Tel.-Nummer 110 an!

Solwodi Bayern e.V.

In München, Augsburg, Bad Kissingen, Regensburg, Passau
www.solwodi.de

Hilfe für geflüchtete Frauen bei körperlicher oder sexueller Gewalt. Wenn Frauen zum Beispiel zur Prostitution gezwungen werden. Oder wenn sie gegen ihren Willen heiraten müssen. Hier beantwortet man Dir auch medizinische und rechtliche Fragen.

Hilfe und Unterstützung bei Gewalt gegen Kinder

Nummer gegen Kummer – das Hilfetelefon für Kinder

www.nummergegenkummer.de

Kinder und Jugendtelefon: ☎ **116 111**
 Beratungen am Telefon, per E-Mail oder Chat
 Montag bis Samstag: 14.00 bis 20.00 Uhr

Elterntelefon: Tel.: **0800 / 111 05 50**
 Montag bis Freitag: 09.00 bis 17.00 Uhr
 Dienstag und Donnerstag: 09.00 bis 19.00 Uhr

Für alle hier genannten Organisationen gilt: Die Beratungen kosten nichts. Und sie sind immer vertraulich. Das bedeutet: Niemand erfährt, was Du bei der Beratung sagst.

Der Kinderschutzbund Landesverband Bayern e.V.

www.kinderschutzbund-bayern.de
 Tel.: 089 / 920 08 90
info@kinderschutzbund-bayern.de

- Telefonische Beratung bei körperlicher und seelischer Gewalt gegen Kinder. Oder wenn Eltern ihre Kinder nicht richtig versorgen.
- Du bekommst hier die Adresse vom Kinderschutzbund an Deinem Wohnort.

Jugendamt an deinem Wohnort

www.unterstuetzung-die-ankommt.de

Das Jugendamt unterstützt Eltern und Kinder. Es gibt Hilfe bei der Erziehung und beim Schutz vor Gewalt. Oder wenn Eltern ihr Kind nicht richtig versorgen.

Bei den Beratungen muss man seinen Namen nicht sagen.

Kinderschutz-Hotline

Tel.: 030 / 61 00 66

- 7 Tage in der Woche am Tag und in der Nacht erreichbar
- Für alle, die sich Sorgen um Kinder oder Jugendliche machen. Zum Beispiel bei seelischer und körperlicher Gewalt. Oder wenn Eltern ihre Kinder nicht richtig versorgen oder nicht auf sie aufpassen.
- Die Beratungen gibt es auch in Arabisch (Montag), Türkisch (Mittwoch), Russisch (Freitag). Sie sind zwischen 8.00 und 20.00 Uhr.

Hilfeportal und -telefon Sexueller Missbrauch

www.hilfe-portal-missbrauch.de/hilfe-telefon
 Tel.: 0800 / 225 55 30
 Montag, Mittwoch, Freitag: 09.00 bis 14.00 Uhr
 Dienstag, Donnerstag: 15.00 bis 20.00 Uhr

Beratung für Jugendliche bei verschiedenen Formen von Gewalt, zum Beispiel:

- Jemand sagt eklige Dinge zu einem jungen Menschen oder berührt ihn gegen seinen Willen.
- Mobbing in Schule oder Internet. Das bedeutet: Eine oder mehrere Personen tun jemand anderem immer wieder böse Dinge an. Sie beschimpfen ihn, schlagen ihn oder nehmen ihm Dinge weg.
- Jemand schickt oder zeigt einem jungen Menschen gegen seinen Willen Sex-Bilder, Sex-Filme oder Sex-Nachrichten.

Beratung und Unterstützung bei seelischen Krisen

Bei akuter Lebensgefahr
 Notarzt Tel.: **112**
 Polizei Tel.: **110**

Das sind die Notruf-Nummern, wenn

- eine Person für sich selbst eine Gefahr ist
- eine Person für andere eine Gefahr ist
- eine Person droht, dass sie sich oder andere Menschen töten wird.

Bei akuten Krisen
 Sozialpsychiatrische Dienste Bayern, Tel.: **0800 / 655 30 00**

www.krisendienste.bayern

- Beratung am Telefon bei seelischen Krisen
- für Betroffene, Verwandte, Freunde und Freundinnen
- Krisendienste kommen auch zu den Menschen nach Hause
- Vermittlung an Fachstellen oder Krankenhäuser.

Weitere Hilfen
 Sozialpsychiatrische Dienste (SpDi)

www.sozialpsychiatrischedienste-bayern.de/

Psychiatrische Klinik
www.klinikradar.de

Psychosoziale Zentren für geflüchtete Menschen (PSZ)

- Hilfe bei seelischen Krisen
- Beratung für Menschen, die in ihrer Heimat oder auf der Flucht schlimme Dinge erlebt haben. Zum Beispiel Krieg, Folter oder auch sexuelle Gewalt.
- Es gibt dafür Therapien. Bei der Therapie kann eine Dolmetscherin oder ein Dolmetscher dabei sein.

PSZ Neu-Ulm e.V.
www.psz-neu-ulm.com
 Tel.: 0176 / 59 99 78 30
mail@psz-neu-ulm.com

Exilio e.V. Lindau
www.exilio.de
 Tel.: 08382 / 40 94 50
info@exilio.de

Refugio
www.refugio-muenchen.de

PSZ Nürnberg-Rummelsberger Diakonie
www.jugendhilfe.rummelsberger-diakonie.de/flexible-hilfen/
angebot-fuer-gefluechtete/psychosoziales-zentrum-fuer-fluechtlinge
 Tel.: 0911 / 393 63 40 55
psz@rummelsberger.net

München
 Tel.: 089 / 9 82 95 70
info@refugio-muenchen.de

Landshut
 Tel.: 0871 / 6 60 61 50
landshut@refugio-muenchen.de

Augsburg
 Tel.: 0821 / 22 93 99 61

Was tun bei Gewalt?

Kontakte und Informationen für geflüchtete Frauen und Unterstützer und Unterstützerinnen in Bayern

Dieses Info-Blatt ist in Einfacher Sprache. Damit alle den Text gut verstehen können. Das Info-Blatt erklärt, wo geflüchtete Menschen Unterstützung und Beratung bekommen.

Wir verwenden in diesem Info-Blatt die weibliche und die männliche Form. Das ist leichter zu lesen. Wir meinen aber immer alle Menschen, egal welches Geschlecht sie haben.



Überall auf der Welt müssen Frauen Gewalt erleben. Deshalb ist es wichtig, dass die Frauen ihre Rechte kennen. Außerdem sollten sie wissen, wo sie Unterstützung und Beratung bekommen.

Beratung zum Asylverfahren und Aufenthalt

Frauen erleben auf der Flucht oft Gewalt. Auch in ihrem Herkunftsstaat haben sie oft Unterdrückung und sexuelle Gewalt erlebt. Zum Beispiel: Beschneidung der Genitalien, Zwangsheirat, Vergewaltigung, körperliche Gewalt und Bedrohung durch den Partner oder die Familie.

Oft bietet der Herkunftsstaat den Frauen keinen Schutz vor Unterdrückung und sexueller Gewalt. Wenn Dir das passiert ist, musst Du das bei der Anhörung beim Bundesamt für Migration und Flüchtlinge (BAMF) unbedingt sagen. Das ist ein wichtiger Grund, dass Dein Asylantrag genehmigt werden kann und Du in Deutschland bleiben kannst.

Oft ist es sehr schwierig, über die erlebte Gewalt

zu sprechen. Es gibt aber Menschen und Organisationen, die Dir helfen können. Sie bereiten Dich auf die Anhörung beim BAMF vor. Sie können Dich auch bei der Anhörung begleiten. Außerdem kannst Du verlangen, dass eine Frau die Anhörung beim BAMF macht und eine Frau alles dolmetscht. Manchmal ist die Anhörung sehr anstrengend. Du kannst sagen, dass Du eine Pause brauchst. Das ist Dein Recht.

Jede Person kann einen eigenen Asylantrag stellen und ihre eigenen Gründe für die Flucht erklären. Das geht auch, wenn zum Beispiel eine Familie zusammen geflohen ist.

Hilfe und Unterstützung bei Gewalt gegen Frauen

Keinem Menschen darf Gewalt angetan werden – egal wie alt ein Mensch ist oder welches Geschlecht er hat. Niemand darf zum Sex oder zu sexuellen Handlungen gezwungen werden. Auch nicht in der Ehe oder Partnerschaft.

„Nein heißt nein! Nur ja heißt ja.“

Jede Frau kann selbst entscheiden, wie sie leben möchte. Das ist ihr Recht. Gewalt gegen Menschen ist verboten. Das gilt überall: in der Partnerschaft, der Familie, der Unterkunft und auf der Straße. Frauen erleben oft auch in Deutschland Gewalt. Deshalb gibt es in Deutschland ein Gesetz zum Schutz vor Gewalt. Es heißt: Gewaltschutzgesetz. In dem Gesetz steht: Wenn Ehemänner oder Partner ihre Frauen schlagen und ihnen Gewalt antun, dann müssen sie die Wohnung verlassen. Das gilt auch in Asylunterkünften. Der Mann muss dann die Asylunterkunft verlassen. Außerdem kann ein Gericht einem gewalttätigen Mann befehlen, dass er Abstand halten muss zu seiner Frau oder Partnerin. Er darf dann nicht mehr in die Nähe seiner Frau kommen.

Sexuelle Handlungen gegen den Willen einer Person sind eine Straftat.

Möchtest Du Dich von deinem gewalttätigen Partner trennen? Dann kannst Du beantragen, dass Du in eine andere Unterkunft ziehen kannst. Wenn akute Gefahr ist, kannst Du in ein Frauenhaus gehen. Dort finden Frauen Schutz vor ihren gewalttätigen Männern.

Gehe zu einer Beratungsstelle und hole Dir Hilfe, wenn Du Gewalt erleben musst, wenn Du Dich von Deinem Ehemann trennen möchtest oder wenn Du gezwungen wurdest, zu heiraten. Du kannst dann zum Beispiel das Hilfefon mit der Nummer 116 016 anrufen und dich beraten lassen. Das Hilfefon ist immer erreichbar. Für die Beratungen gibt es auch Dolmetscherinnen. Du musst Deinen Namen nicht sagen.

Deutschland hat sich verpflichtet, Frauen, Mädchen und Menschen mit anderen Geschlechtern vor Gewalt zu schützen. Das gilt auch für geflüchtete Frauen. Soziale und andere Beratungsstellen, Frauenhäuser, die Polizei und die Gerichte unterstützen von Gewalt betroffene Frauen.

Manchmal kann eine Frau nur in Deutschland bleiben, weil ihr Partner einen Aufenthaltstitel hat. Zum Beispiel wenn die Frau über den Familiennachzug gekommen ist. Sie kann trotzdem einen eigenen Asylantrag stellen oder einen eigenen Aufenthaltstitel beantragen. Vor allem, wenn sie sich von ihrem Mann trennen will, weil sie Gewalt durch ihn erlebt. Das sollte man immer mit einer Beratungsstelle und einer Rechtsanwältin oder einem Rechtsanwalt besprechen.

Gewalt gegen Frauen, Mädchen und Menschen mit anderen Geschlechtern hat viele Formen. Es gibt körperliche, sexuelle oder seelische Gewalt. Das kann sein: Schläge, Schubsen, Anfassen an unerwünschten Stellen, Beschimpfen, Belästigen, blöde Sprüche. Gewalt ist auch, wenn man jemand gegen seinen Willen verfolgt, belästigt und bedroht (Stalking).

Hilfe und Unterstützung bei Gewalt gegen Kinder

Kinder und Jugendliche haben viele Rechte. So wie alle Menschen. Sie haben ein Recht auf Schutz, Hilfe und auf eigene Entscheidungen.

Für Kinder und Jugendliche

Wenn Du etwas nicht willst, dann sage: „Nein!“. Das ist Dein Recht. Du kannst selbst entscheiden, von wem Du angefasst werden möchtest, und wie Du angefasst werden möchtest. Hat Dir jemand Gewalt angetan, obwohl Du Nein gesagt hast? Das ist NICHT Deine Schuld. Schuld ist immer die Person, die jemanden Gewalt antut.

Gewalt kann einem Kind angetan werden von Mitschülern und Mitschülerinnen, anderen Kindern und Jugendlichen, Eltern oder anderen Erwachsenen. Rufe beim Hilfefon für Kinder an, wenn Du selbst Gewalt erlebst oder wenn Deine Geschwister, eine Freundin oder ein Freund Gewalt erleben müssen. Die Nummer ist: 116 111. Sie gilt überall in Deutschland.

Du kannst beim Hilfefon zum Beispiel auch bei diesen Problemen anrufen:

- Du hast viele traurige Gedanken im Kopf. Das belastet Dich.
- Es gibt Situationen, in denen Du Dich gar nicht wohlfühlst.
- Andere behandeln Dich schlecht, beschimpfen Dich oder grenzen Dich aus.
- Du hast erlebt, wie anderen Menschen Gewalt angetan wurde.

Du kannst beim Hilfefon alles erzählen. Du musst Deinen Namen nicht sagen. Die Beratung kostet nichts.

Für Erwachsene und Eltern

Machst Du Dir Sorgen um Deine oder andere Kinder? Hast Du erlebt, dass Kindern Gewalt angetan wurde? Dann schau nicht weg!

Wenn Kinder Dir etwas erzählen, glaub ihnen, hör ihnen zu und unterstütze sie. Am besten holt Ihr Euch Hilfe von einer Fachstelle. Gemeinsam könnt Ihr dann eine Lösung finden.

Du hast Fragen zur Erziehung oder Schwierigkeiten mit Deinem Kind und möchtest darüber sprechen? Dann gehe zum Jugendamt an Deinem Wohnort oder zu einer anderen Beratungsstelle. Du kannst dort mit den Fachleuten sprechen, und ihr könnt weitere Schritte gemeinsam planen. Du musst dort Deinen Namen nicht sagen.

Kinder können auch eigene Asylgründe haben. Für sie sollte man einen eigenen Asylantrag stellen.

Beratung und Unterstützung bei seelischen Krisen

Schlimme Erlebnisse können die Seele krank machen. Zum Beispiel Krieg oder politische Verfolgung im Herkunftsstaat, auf der Flucht oder hier in Deutschland.

Oft haben Menschen große Sorgen, weil sie nicht wissen, wie das Asylverfahren ausgeht und ob sie in Deutschland bleiben können. Viele Menschen fühlen sich einsam hier. In der Asylunterkunft haben sie keinen privaten Raum für sich. Sie erleben hier wieder Gewalt, fühlen sich ausgeliefert und machtlos. All das kann einen Menschen bedrücken und seelisch krank machen.

Ein besonderes Problem ist körperliche, seelische und sexuelle Gewalt. Sie kann Menschen seelisch krank machen. Oft können Menschen nicht über die erlebte Gewalt sprechen. Sie schämen sich.

Ein Mensch mit einer seelischen Krankheit

braucht eine Therapie. Solche Therapien machen Psychiater und Psychiaterinnen oder Psychologen und Psychologinnen.

Geflüchtete Menschen haben ein Recht auf medizinische Hilfe. Der Sozialdienst in Deiner Unterkunft, Beratungsstellen oder Krisendienste können Dich unterstützen, damit Du eine gute Therapie bekommst.

Glaubst Du, dass jemand aus Deiner Familie, ein Freund oder eine Freundin, ein Mitbewohner oder eine Mitbewohnerin seelisch krank ist? Dann hol Dir Hilfe bei einer Beratungsstelle.

Bleib nicht allein!