

# Bayerischer Flüchtlingsrat

Menschenrechtsorganisation zur Unterstützung geflüchteter Menschen in Bayern. Kostenlose und vertrauliche Beratung bei aufenthalts- und asylrechtlichen Fragen und Bleibeperspektiven, geschlechtsspezifischen Fluchtgründen, Trennung und Partnerschaftsgewalt im Asylverfahren, Gewaltschutz in Unterkünften, Unterstützung bei drohender Abschiebung und Vermittlung an soziale Organisationen, Hilfsangebote und Rechtsanwält\*innen.

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



Geschäftsstelle München

Büro Nordbayern

Tel.: 089 - 76 22 34

Tel.: 0911 - 99 44 59 46

Stand September 2023

## Sozialdienste vor Ort

Kostenlose und vertrauliche Beratung zum Asylverfahren, zu alltäglichen Problemen und zu Integration gibt es vor Ort in Anker- und Gemeinschaftsunterkünften durch z.B. die Caritas, Diakonie, AWO oder bei den Landratsämtern. Die Sprechzeiten hängen in der Unterkunft oder beim Landratsamt aus.

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

## Refugee law clinic

Kostenlose und vertrauliche Rechtsberatung im Bereich Asyl- und Ausländerrecht durch Studierende in

München, Augsburg, Bayreuth, Regensburg, Nürnberg-Erlangen, Würzburg, Passau

Website für Termine:  
[home.refugeelawclinics.de](http://home.refugeelawclinics.de)

## INTEGREAT

Informationen rund um das Ankommen und Suchfunktion für lokale Anlaufstellen



### Hilfe und Unterstützung bei Gewalt gegen Frauen\*

## Hilfetelefon Gewalt gegen Frauen\*

www.hilfetelefon.de

☎ **116 016**

- In 18 Sprachen
- Bundesweit 24 Stunden jeden Tag erreichbar
- Anonyme und kostenlose Beratung für Frauen\*, Angehörige oder Freund\*innen im Fall von drohender oder erlebter Gewalt
- Weitervermittlung an Frauenberatungsstellen, Frauennotrufe oder Frauenhäuser vor Ort

Überblick über regionale Fachstellen, Frauennotrufe, Zufluchtsstellen, Frauenhäuser und weitere Informationen:  
<https://www.frauenhauskoordinierung.de/hilfe-bei-gewalt/frauenhaus-und-fachberatungsstellensuche>

## Schwangere in Not

www.hilfetelefon-schwangere.de  
0800 40 40 020

- Vertrauliche und kostenlose Beratung per Telefon, Chat oder online in 19 Sprachen
- Unterstützung von schwangeren Frauen\*, bei Fragen rund um die Schwangerschaft, die Geburt, Ängsten oder bei Herausforderungen.

## Jadwiga

www.jadwiga-online.de  
München 089 38 53 44 55  
Nürnberg 0911 4 31 06 56

Fachberatungsstelle für Betroffene von Menschenhandel, Arbeitsausbeutung und Zwangsprostitution. Kostenlose und vertrauliche Beratung in den jeweiligen Herkunftssprachen.

## Sozialdienst katholischer Frauen Bayern

www.skfbayern.de  
089 53 88 600

Kostenlose und vertrauliche Beratung unabhängig von Konfession und Nationalität zu Themen wie häusliche Gewalt, Schwangerschaft, Kinder- und Jugendhilfe und psychische Notlagen.

Die Polizei kann eine gerade stattfindende Gewaltsituation beenden.  
Ruf die 110 an!

## Weitere Ansprechpartner\*innen in Unterkünften

Sozialdienste von der Caritas, Diakonie oder AWO, Gewaltschutzkoordinator\*innen oder Gleichstellungsbeauftragte deines Wohnortes.

## Solwodi Bayern e.V.

in München, Augsburg, Bad Kissingen, Regensburg, Passau

www.solwodi.de

Kostenlose und vertrauliche Beratung und psychosoziale, medizinische und juristische Unterstützung von geflüchteten Frauen\* mit Gewalterfahrung, Betroffene von Menschenhandel, sexualisierter Ausbeutung und Prostitution sowie (drohender) Zwangsheirat.

### Hilfe und Unterstützung bei Gewalt gegen Kinder

## Nummer gegen Kummer

www.nummergegenkummer.de

Kinder und Jugendtelefon: ☎ **116 111**

telefonisch, online oder per Chat

Mo - Sa: 14 bis 20 Uhr

Elterntelefon: **0800 1110550**

Mo - Fr: 09 bis 17 Uhr

Di und Do: 09 bis 19 Uhr

anonym, vertraulich und kostenlos

## Der Kinderschutzbund Landesverband Bayern e.V.

www.kinderschutzbund-bayern.de  
089 9200890  
info@kinderschutzbund-bayern.de

- Vertrauliche und kostenlose Telefonberatung im Fall von Gewalt gegen Kinder oder Jugendliche und drohender Kindeswohlgefährdung
- Weitervermittlung an einen Orts- oder Kreisverband in der Nähe

## Jugendamt vor Ort

Das Jugendamt bietet Unterstützung und Hilfen zur Erziehung an.

www.unterstuetzung-die-ankommt.de

Das Jugendamt unterstützt anonym Eltern, Kinder und Jugendliche bei Schutz vor Gewalt oder bei (drohender) Kindeswohlgefährdung.

## Kinderschutz-Hotline

0 30 61 00 66

- 24 Stunden kostenlose, telefonische Beratung
- für alle, die sich Sorgen um Kinder oder Jugendliche machen, zum Beispiel wegen Vernachlässigung, seelischer oder körperlicher Gewalt, Partnerschaftsgewalt oder Vernachlässigung der Aufsichtspflicht.
- mehrsprachliche Beratungen: Arabisch (Montag), Türkisch (Mittwoch) Russisch (Freitag) zwischen 8 und 20 Uhr

## Hilfeportal und -telefon Sexueller Missbrauch

www.hilfe-portal-missbrauch.de/hilfe-telefon

0800 2255530

Mo, Mi, Fr: 09 bis 14 Uhr

Di, Do: 15 bis 20 Uhr

Anonyme und kostenlose Beratung für Jugendliche zu sexuellem Missbrauch und Gewaltformen. Dazu gehören auch miese Anmache, Mobbing an der Schule, Cybermobbing, ungewollte Zusendung von Pornos, Sexting oder andere sexuelle Übergriffe.

### Beratung und Unterstützung bei psychischen Krisen

Bei akuter Lebensgefahr

Notarzt **112**

Polizei **110**

- Selbstgefährdung
- Fremdgefährdung
- Suizidandrohung oder Bedrohung anderer Personen.

In akuten Krisen

Psychiatrische Krisendienste Bayern

**0800 655 3000**

www.krisendienste.bayern

- Kostenlose, vertrauliche telefonische Beratung bei seelischen Krisen
- für Betroffene, Angehörige, Freund\*innen.
- Mobile Einsätze vor Ort
- Vermittlung an Fachstellen oder stationäre Einrichtungen

Weitere Hilfen

Sozialpsychiatrische Dienste (SpDi)

www.sozialpsychiatrischedienste-bayern.de/

Psychiatrische Klinik

www.klinikradar.de

## Psychosoziale Zentren für Flüchtlinge (PSZ)

- Ansprechpartner\*in bei psychischen Krisen.
- Psychosoziale Versorgung und Beratung für Überlebende von Krieg, Folter und Flucht, Betroffenen von (nicht-)staatlicher und sexualisierter Gewalt oder mit psychischen Störungen.
- Es gibt Therapiemöglichkeiten und Dolmetscher\*innen.

PSZ Neu-Ulm e.V.

www.psz-neu-ulm.com

0176 59997830

mail@psz-neu-ulm.com

Refugio

www.refugio-muenchen.de

München

089 98 29 570

info@refugio-muenchen.de

Landshut

0871 66 06 150

landshut@refugio-muenchen.de

Augsburg

0821 22 93 99 61

Exilio e.V. Lindau

www.exilio.de

08382 409450

info@exilio.de

PSZ Nürnberg-Rummelsberger Diakonie

www.jugendhilfe.rummelsberger-diakonie.de/flexible-hilfen/angebote-fuer-gefluechtete/psychosoziales-zentrum-fuer-fluechtlinge

0911 393 634055

psz@rummelsberger.net

# Was tun bei Gewalt?

Kontakte und Informationen für geflüchtete Frauen\* und Unterstützer\*innen in Bayern

Viele Frauen\* erleben Gewalt - weltweit, in Deutschland und in Bayern. Deshalb ist es wichtig, die eigenen Rechte und Unterstützungsmöglichkeiten zu kennen.



## Beratung zum Asylverfahren und Aufenthalt

Frauen\* auf der Flucht sind in erhöhtem Maße von Gewalt betroffen. Zudem fliehen viele Frauen\* vor geschlechtsspezifischer oder sexualisierter Gewalt in ihrem Herkunftsland. Dazu gehören drohende oder erlebte Beschneidung der Genitalien, Zwangsheirat, Vergewaltigung, Gewalt und Bedrohung durch Partner oder Familie.

Geschlechtsspezifische und sexualisierte Gewalt sind Gründe für eine Flüchtlingsanerkennung in Deutschland, wenn der Herkunftsstaat keinen Schutz bietet. Wenn Du Gewalt erlebst oder erlebt hast, solltest Du das auf jeden Fall in der Anhörung erzählen. Es können Gründe für eine positive Entscheidung sein.

Häufig ist es sehr schwierig über die erlebte Gewalt zu sprechen. Hol dir Hilfe bei einer Beratungsstelle,

um Dich auf die Anhörung beim Bundesamt für Migration und Flüchtlinge (BAMF) vorzubereiten. Es ist auch möglich, eine Begleitperson zur Anhörung beim BAMF mitzunehmen und eine Frau\* als Anhörerin und Übersetzerin einzufordern. Während der Anhörung darfst Du Pausen machen, wenn es Dir zu anstrengend wird.

Jede Person hat das Recht auf einen eigenen Asylantrag um eigene Gründe vorzutragen. Das geht auch, wenn eine Familie zusammen geflohen ist.

## Hilfe und Unterstützung bei Gewalt gegen Frauen\*

Kein Mensch, ob Mann\* oder Frau\*, egal welches Geschlecht, ob alt, ob jung oder Kind - niemandem darf Gewalt angetan werden, niemand darf zum Geschlechtsverkehr oder sexualisierten Handlungen gezwungen werden - auch nicht in der Ehe.

„Nein heißt nein! Nur ja heißt ja.“

Gewalt ist verboten, in der Partnerschaft, der Familie, in der Unterkunft und im öffentlichen Leben.

Jede Frau\* hat das Recht, selbst zu entscheiden, wie sie leben möchte.

Das Gewaltschutzgesetz (GewSchG) sorgt dafür, dass gewalttätige Ehemänner oder Partner die Wohnung verlassen müssen. Das gilt auch in Geflüchtetenunterkünften. Das Gesetz kann gewalttätigen Männern verbieten, sich einer Frau\* zu nähern.

Sexuelle Handlungen gegen den Willen einer Person sind eine Straftat.

Wenn Du Dich von deinem gewalttätigen Partner trennen möchtest, kannst Du eine Umverteilung in eine andere Unterkunft beantragen. Bei Gefahr ist es möglich, in ein Frauenhaus zu gehen.

Wenn Du Gewalt von Deinem Partner oder einer anderen Person erfährst, wenn Du Angst hast, nicht weiterweißt, Dich trennen möchtest oder Deine Ehe nicht freiwillig ist,

kontaktiere eine Beratungsstelle und hol Dir Unterstützung, z.B. beim Hilfefon unter 116 016. Hier kannst Du zu jeder Zeit anrufen und mit der Hilfe von Dolmetscherinnen Beratung erhalten. Du musst Deinen Namen nicht nennen.

Deutschland hat sich verpflichtet, Frauen\* und Mädchen\* vor Gewalt zu schützen - auch geflüchtete Frauen\*. Sozialarbeiter\*innen, Beratungsstellen, Frauenhäuser, die Polizei und die Gerichte sind zur Unterstützung da.

Manchmal ist ein Aufenthaltstitel von dem Partner abhängig. Zum Beispiel wenn Du über Familiennachzug gekommen bist, Du kannst trotzdem einen eigenen Asylantrag stellen oder einen eigenen Aufenthaltstitel beantragen. Vor allem, wenn du Dich trennen möchtest oder Gewalt durch deinem Partner erlebt hast. Du solltest dabei unbedingt durch eine Beratungsstelle und Rechtsanwält\*innen unterstützt werden.

Gewalt gegen Frauen\* kann körperliche Gewalt, sexualisierte Gewalt oder psychische Gewalt sein. Beispiele sind Schläge, Schubsen, Anfassen an unerwünschten Stellen, Beschimpfungen, Belästigen, blöde Sprüche oder Stalking.

## Hilfe und Unterstützung bei Gewalt gegen Kinder

Kinder und Jugendliche haben viele Rechte, genauso wie andere Menschen. Sie haben ein Recht auf Schutz, Hilfe und darauf gehört zu werden.

### Für Kinder und Jugendliche

Du hast ein Recht „Nein!“ zu sagen und selbst zu bestimmen, von wem Du wann, wie und wo angefasst werden möchtest. Es ist nicht Deine Schuld, wenn jemand Dein Nein nicht akzeptiert. Die Person, die Gewalt ausübt, trägt Verantwortung für sein Handeln.

Gewalt kann durch Mitschüler\*innen, andere Jugendliche, durch Eltern oder andere Erwachsene ausgeübt werden. Wenn Du selbst von Gewalt betroffen bist, Geschwister, eine Freundin oder ein Freund von Gewalt betroffen sind, wendet Euch an das Hilfefon 116 111.

Auch wenn Du einfach mit jemandem sprechen möchtest, weil Du viele Gedanken hast, wenn es Situationen gibt, in denen Du Dich nicht wohlfühlst, gemobbt wirst, von anderen beschimpft oder ausgegrenzt wirst, oder Gewalt bei anderen miterlebt hast, kannst Du Dir dort Hilfe holen.

Ihr könnt dort alles erzählen. Ihr werdet kostenlos beraten. Ihr könnt Euren Namen nennen, müsst es aber nicht.

Kinder können auch eigene Asylgründe haben. Für sie sollte ein eigener Asylantrag gestellt werden.

### Für Erwachsene und Eltern

Wenn Ihr Euch Sorgen macht oder Gewalt an Kindern mitbekommt, schaut nicht weg!

Wenn sich Kinder Euch anvertrauen, glaubt ihnen, hört ihnen zu und bietet Unterstützung an. Holt euch Hilfe von einer Fachstelle um gemeinsam eine Lösung zu finden.

Wenn Ihr Fragen zu Erziehung oder Schwierigkeiten mit Eurem Kind habt und mit jemandem sprechen möchtet oder wissen wollt, welche Rechte Kinder haben, meldet Euch beim zuständigen Jugendamt oder bei einer Beratungsstelle.

Ihr könnt, ohne Euren Namen zu nennen, mit den Fachkräften sprechen und weitere Schritte gemeinsam planen.

## Beratung und Unterstützung bei psychischen Krisen

Infolge von Krieg, politischer Verfolgung oder Gewalterfahrungen im Herkunftsland, auf der Flucht oder hier in Deutschland kann auch die Seele verletzt werden.

Auch Isolation, Verunsicherung im Asylverfahren, fehlende Privatsphäre, erneute Gewalterfahrungen, Gefühl des Ausgeliefertseins und der eigenen Machtlosigkeit können sehr belastend sein. Das kann auch psychische Krisen hervorrufen oder verstärken.

Gewaltübergriffe, vor allem sexualisierte Gewalt, können die psychische Gesundheit stark beeinflussen, sind oft tabuisiert und mit Scham verbunden. Verletzungen der Seele und psychische Krankheiten brauchen genau wie körperliche Krankheiten eine fachliche Behandlung.

Psychische Belastungen werden von Psychiater\*innen und Psycholog\*innen behandelt.

Geflüchtete Menschen haben ein Recht auf medizinische Behandlung. Sozialarbeiter\*innen, z.B. in der Unterkunft, Beratungsstellen und Krisendienste können Dich unterstützen.

Wenn Du bei Dir selbst oder bei Angehörigen, Freund\*innen oder Mitbewohner\*innen Anzeichen für eine psychische Belastung siehst, wende Dich an eine Beratungsstelle und hol Dir Unterstützung. Bleib nicht allein!