



Leichte  
Sprache

# Ihr Partner schlägt Sie? Ihr Partner demütigt Sie?



Infos über

- ▶ Ihre Rechte
- ▶ Ihre Möglichkeiten

**In diesem Heft gibt es Infos  
in Leichter Sprache.**

**Am Ende von diesem Heft  
werden schwere Wörter erklärt.  
Die schweren Wörter sind **dick**  
und **grün**.**

## **Inhalt**

Ihre Rechte . . . . .	Seite 4
Wie können Sie sich schützen? . . . . .	Seite 5
▶ Mit Polizei . . . . .	Seite 5
▶ Was macht die Polizei, wenn sie da ist? . . . . .	Seite 7
Wie können Sie sich schützen?. . . . .	Seite 10
▶ Ohne Polizei . . . . .	Seite 10
▶ Wenn Sie Hilfe für Ihre Kinder suchen . . . . .	Seite 11
Was ist ein Frauen-Haus? . . . . .	Seite 12
Frauen-Häuser in Frankfurt . . . . .	Seite 14
▶ Frauen helfen Frauen. . . . .	Seite 14
▶ Frankfurter Verein . . . . .	Seite 14
Was ist eine Beratungs-Stelle? . . . . .	Seite 15





Beratungs-Stellen in Frankfurt . . . . . Seite 18

- ▶ Beratungsstelle Frauennotruf . . . . . Seite 18
- ▶ Beratungsstelle Frauen helfen Frauen . . . . . Seite 18
- ▶ Frankfurter Verein Beratungszentrum am Frauenhof . . . . . Seite 18

Wenn Sie in Sicherheit sind . . . . . Seite 19

- ▶ Verletzungen . . . . . Seite 19
- ▶ Attest. . . . . Seite 19
- ▶ Straf-Anzeige . . . . . Seite 20
- ▶ Beratung durch eine Anwältin oder einen Anwalt . Seite 21

Wenn Sie von zu Hause weggehen . . . . . Seite 22

- ▶ Wichtige Tipps, wenn Sie Ihr Zuhause verlassen . Seite 22
- ▶ Diese Dinge sollten Sie mitnehmen . . . . . Seite 22

Schwere Wörter Liste . . . . . Seite 25

## Ihre Rechte

- Niemand** darf Sie schlagen.
- Niemand** darf Sie verletzen.
- Niemand** darf Sie bedrohen.
- Niemand** darf Sie einsperren.

Auch Ihr Partner oder Ehemann **nicht!**  
Auch **nicht**, wenn Sie **keinen** deutschen Pass haben!



## Gewalt ist verboten!



# Wie können Sie sich schützen?

## Mit Polizei

Wenn Sie in Gefahr sind,  
dann rufen Sie die **Polizei!**

Polizei-Notruf 110  
(Tag und Nacht)



## Sagen Sie der Polizei:

- ▶ Sie brauchen sofort Hilfe.
- ▶ Wo sind Sie gerade?
- ▶ Nennen Sie die genaue Adresse.



## Sagen Sie der Polizei:

- ▶ Sind Sie verletzt?
- ▶ Sind Kinder in der Wohnung?
- ▶ Sind andere Personen in der Wohnung?
- ▶ Ist der **Täter** noch vor Ort?
- ▶ Hat der Täter eine **Waffe**?

Suchen Sie **Schutz**, bis die Polizei da ist.

Zum Beispiel:

- ▶ Bei Nachbarn
- ▶ In einem Geschäft
- ▶ In der eigenen Wohnung



## Was macht die Polizei, wenn sie da ist?

1

Die **Polizei** stellt Ihnen **Fragen**.

Ihr Partner oder Ehemann ist **nicht** dabei.



Die Polizei fragt:

- ▶ Wie geht es Ihnen?
- ▶ Hat er Ihnen schon mal wehgetan?
- ▶ Sind Sie verletzt?
- ▶ Gibt es **Zeugen oder Zeuginnen**?

Die Polizei braucht diese Infos.

Mit diesen Infos kann die Polizei ein **Straf-Verfahren** beginnen.

2

Die Polizei kann dem Täter sagen:

Er darf **7 bis 14 Tage** keinen Kontakt zu Ihnen haben.

Das nennt man **Wegweisungs-Verfügung**.



Der Täter darf **nicht** in die Wohnung kommen.

Er darf Sie **nicht** anrufen

Er darf Ihnen **nicht** schreiben,  
auch keine WhatsApp oder E-Mails.

3

Sie können die **Wegweisungs-Verfügung** verlängern lassen.

Dafür stellen Sie einen Antrag beim **Familien-Gericht**.

Dann sind Sie auch **nach** den 14 Tagen geschützt.



## 4

Die Polizei kann Ihnen eine **Beratungs-Stelle** nennen.

Wenn Sie das wollen, dann gibt die Polizei Ihre **Telefon-Nummer** weiter an die Beratungs-Stelle.

Die **Beratungs-Stelle** ruft Sie an und **unterstützt** Sie.



Guten Tag,  
hier ist die  
Beratungs-  
Stelle!

## 5

Die **Polizei** hilft Ihnen,  
ein **Frauen-Haus** für Sie zu finden.



## Wie können Sie sich schützen?

### Ohne Polizei

#### Sie wollen die Polizei nicht informieren?

- ▶ Bringen Sie sich in Sicherheit.
- ▶ Bringen Sie auch die Kinder in Sicherheit.
- ▶ Gehen Sie zum Arzt, wenn Sie verletzt sind.

#### Wo können Sie hingehen?

Gehen Sie dorthin, wo Sie sich sicher fühlen.

Sie verlieren Ihre Wohnung **nicht**.

Rufen Sie bei einer Beratungs-Stelle an.

Die Beratungs-Stelle hilft Ihnen, einen sicheren Ort zu finden.

Zum Beispiel:

- ▶ bei Ihrer Familie,
- ▶ bei einer guten Freundin oder einem guten Freund.
- ▶ In einem Frauen-Haus.



## Wenn Sie Hilfe für Ihre Kinder suchen:

- ▶ Rufen Sie beim Jugend-Amt an.
- ▶ Oder rufen Sie an beim  
Frankfurter Kinder- und Jugend-Schutz-Telefon:  
0800 201 01 11

Dort bekommen Sie Hilfe für Ihre Kinder.

Dort wird geschaut, wie Sie Ihre Kinder schützen können.



## Was ist ein Frauen-Haus?

Ein **Frauen-Haus** ist ein sicherer Ort.

Dort finden Frauen Schutz vor Gewalt.

Auch Kinder dürfen mit in ein Frauen-Haus

Männer dürfen **nicht** in ein Frauen-Haus.

Sie können ins Frauen-Haus gehen,  
wenn Sie geschlagen werden.

Im Frauen-Haus können Sie erst mal bleiben.

Dort sind Sie sicher.

Es gibt kostenlose Beratung und Hilfe.



Für das Frauen-Haus brauchen Sie **kein** Geld.

Sie brauchen **keine Aufenthalts-Erlaubnis**

Wichtig:

Die **Adresse** eines Frauen-Hauses bleibt **geheim**.

**Niemand** darf die Adresse weitergeben.

Wenn ein Mann anruft, dann bekommt er **keine** Infos.

Im **Frauen-Haus** können Sie normal **leben**:

- ▶ Sie können dort schlafen.
- ▶ Sie können dort kochen.
- ▶ Sie können sich dort duschen.
- ▶ Sie können Ihre Wäsche dort waschen.

## Frauen-Häuser in Frankfurt

### ▶ Frauen helfen Frauen

Telefon 069 219 36 14 00

[info@frauenhaus-ffm.de](mailto:info@frauenhaus-ffm.de)

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

### ▶ Frankfurter Verein

Frauenhäuser

Telefon

069 41 26 79

oder

069 63 12 614

oder

069 43 05 47 66

[beratung@frauenhaus-frankfurt.de](mailto:beratung@frauenhaus-frankfurt.de)

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

## Was ist eine Beratungs-Stelle?

Eine Beratungs-Stelle hilft Ihnen.

Sie können anrufen.

Oder Sie können einen persönlichen Termin vereinbaren.

Sie können erzählen, was passiert ist.

In der Beratung bekommen Sie wichtige **Infos**.

Zum Beispiel:

- ▶ Was mache ich, wenn ich verletzt bin?
- ▶ Wie kann ich mich in Zukunft schützen?
- ▶ Wie mache ich eine Anzeige bei der Polizei?
- ▶ Brauche ich eine Anwältin?
- ▶ Bekomme ich Geld-Hilfen?



Alle Menschen können in eine Beratungs-Stelle gehen.

Es ist egal:

- ▶ Ob Sie eine Anzeige gemacht haben oder nicht.
- ▶ Ob Sie Geld haben.
- ▶ Ob Sie eine **Aufenthalts-Erlaubnis** haben.

Die Beraterinnen dürfen **nichts** weitererzählen.

Das nennt man **Schweige-Pflicht**.



Sie müssen Ihren Namen **nicht** sagen.

Das nennt man **anonym**.

Die Beratung kostet nichts.



Wenn Sie **wenig** oder **kein** Deutsch sprechen,  
dann hilft eine Übersetzerin.

Es gibt auch Beratung in Gebärden-Sprache.

## Beratungs-Stellen in Frankfurt

- ▶ **Beratungsstelle Frauennotruf**  
Kasseler Straße 1 A  
60486 Frankfurt am Main  
Telefon 069 70 94 94  
[beratung@frauennotruf-frankfurt.de](mailto:beratung@frauennotruf-frankfurt.de)  
[www.frauennotruf-frankfurt.de](http://www.frauennotruf-frankfurt.de)
  
- ▶ **Beratungsstelle Frauen helfen Frauen**  
Berger Straße 40 – 42  
60316 Frankfurt am Main  
Telefon 069 219 36 14 05  
[info@frauenhaus-ffm.de](mailto:info@frauenhaus-ffm.de)  
[www.frauen-helfen-frauen-ffm.de](http://www.frauen-helfen-frauen-ffm.de)
  
- ▶ **Frankfurter Verein  
Beratungszentrum am Frauenhof**  
Schwanheimer Straße 7  
60528 Frankfurt am Main  
Telefon 069 430 547 66  
[beratung@frauenhaus-frankfurt.de](mailto:beratung@frauenhaus-frankfurt.de)  
[www.frauenhaus-frankfurt.de](http://www.frauenhaus-frankfurt.de)

## Wenn Sie in Sicherheit sind

### Verletzungen

Wenn Sie **verletzt** wurden,  
dann gehen Sie zum **Arzt**

Der Arzt hilft Ihnen.

Zum Beispiel:

- ▶ Wenn Sie bluten.
- ▶ Wenn Sie blaue Flecken haben.
- ▶ Wenn Ihnen etwas wehtut.



### Attest

Der Arzt schreibt auf, welche Verletzungen Sie haben.

Das nennt man Attest.

Das Attest ist ein Beweis.

Das Attest zeigt,  
dass Ihnen Gewalt angetan wurde.



## Straf-Anzeige

**Niemand** darf Sie schlagen.

**Niemand** darf Sie verletzen.

**Niemand** darf Sie bedrohen.

**Niemand** darf Sie einsperren.

Auch Ihr Partner oder Ehemann **nicht!**

**Gewalt ist verboten! Gewalt ist eine Straf-Tat.**



Wenn Sie eine **Straf-Tat** erlebt haben:

Dann können Sie sich dagegen wehren.

Sie können eine **Straf-Anzeige**  
bei der Polizei machen.

Sagen Sie Sie der Polizei:

- ▶ Was ist passiert?
- ▶ Gibt es Beweise oder Zeugen und Zeuginnen?
- ▶ Wer ist der Täter?





## Wichtige **Verträge**

- ▶ Wenn Sie arbeiten: Ihren Arbeits-Vertrag
- ▶ Ihren Miet-Vertrag

## **Krankenkassen-Karte**

- ▶ Ihre Krankenkassen-Karte
- ▶ Die Krankenkassen-Karte Ihrer Kinder

## **Urkunden**

- ▶ wenn Sie verheiratet sind: Ihre Heirats-Urkunde,
- ▶ Ihre Geburts-Urkunde
- ▶ Die Geburts-Urkunde Ihrer Kinder



## **Zeugnisse**

- ▶ Die Schul-Zeugnisse Ihrer Kinder

## **Unterlagen über Geld**

- ▶ wenn Sie arbeiten: Gehalts-Abrechnungen,
- ▶ Dokumente vom Arbeitsamt, von der Kindergeld-Kasse oder anderen Stellen
- ▶ Konto-Auszüge
- ▶ Sparbücher



## **Medikamente**

- ▶ Wichtige Medikamente.



## **Persönliche Dinge**

- ▶ Persönliche Dinge, die Ihnen wichtig sind
- ▶ Zum Beispiel Schmuck
- ▶ Die Schultaschen Ihrer Kinder

# Schwere Wörter Liste



## Anwältin und Anwalt

Das ist ein Beruf.

Diese Person kennt sich gut mit Gesetzen aus.

Sie hilft, wenn man Fragen zu Rechten und Gesetzen hat.



## Aufenthalts-Erlaubnis

Manche Menschen brauchen in Deutschland eine Aufenthalts-Erlaubnis.

Die Aufenthalts-Erlaubnis ist eine Bescheinigung.

Die sieht aus wie ein Personal-Ausweis.

Darauf steht:

- ▶ Dass sie in Deutschland sein dürfen.
- ▶ Wie lange sie bleiben dürfen.
- ▶ Was sie machen dürfen.



## Familien-Gericht

Ein Gericht ist ein Ort.

Dort arbeiten Richter und Richterinnen.

Die Richter und Richterinnen beim Familien-Gericht treffen Entscheidungen über die Familie.



## Gewalt-Schutz-Antrag

Vielleicht bedroht mich jemand.  
Oder ich wurde verletzt.

Dann kann ich mich wehren.

Das Gewalt-Schutz-Gesetz schützt vor Gewalt.

Ich kann einen Gewalt-Schutz-Antrag stellen.

Der Täter darf dann nicht in meine Nähe.

## Gerichts-Verhandlung

Das ist ein Termin im Gericht.

Viele Personen treffen sich dann im Gericht.

Ein Richter oder eine Richterin stellt Fragen.

Sie muss Fragen beantworten.

Der Täter muss Fragen beantworten.

## Schweige-Pflicht

Schweige Pflicht bedeutet:

Was ich erzähle, darf nicht weitergesagt werden.

Nur wenn ich es erlaube,  
dürfen meine Infos weitergegeben werden.

Das nennt man:

Schweige-Pflichts-Entbindung.

## Straf-Anzeige

Ich gehe zur Polizei.

Ich erzähle der Polizei von der Straf-Tat.

Die Polizei schreibt das auf.

Das nennt man: Straf-Anzeige erstatten.



## Straf-Tat

Eine Straf-Tat ist etwas Verbotenes.

Zum Beispiel: ein Mann verletzt eine Frau.

Das ist eine Straf-Tat.

## Straf-Verfahren

Nach einer Straf-Tat kann es  
ein Straf-Verfahren geben.

Ein Straf-Verfahren hat mit Gesetzen zu tun.

Und mit einer Anzeige bei der Polizei.

Es kann eine Gerichts-Verhandlung geben.



## Wegweisungs-Verfügung

Wenn mich jemand bedroht oder verletzt,  
dann rufe ich die Polizei.

Die Polizei spricht eine Wegweisungs-Verfügung aus.

Das heißt, der Täter muss die Wohnung verlassen.

Der Täter darf **nicht** in meine Nähe kommen.

## Zeuge oder Zeugin

Das ist eine Person.

Die Person hat die Straf-Tat gesehen.

Manchmal braucht die Polizei diese Informationen  
für die Straf-Anzeige.

Eine verletzte Frau ist gleichzeitig auch Zeugin.

## Bestelladresse

Beratungsstelle Frauennotruf

Kasseler Straße 1 A

60486 Frankfurt am Main

Telefon 069 70 94 94

Fax 069 77 71 09

E-Mail: [info@frauennotruf-frankfurt.de](mailto:info@frauennotruf-frankfurt.de)

Danke an die Prüf-Gruppe vom  
Zentrum für Leichte Sprache der Lebenshilfe  
Landesverband Hessen

Mit freundlicher Unterstützung  
durch das Frauenreferat der Stadt  
Frankfurt am Main



Bilder: © Reinhild Kassing

Layout: © VERENA LETTMAYER

© Beratungsstelle Frauennotruf Frankfurt, 2025

**FRAUEN**

**REFERAT**

Frankfurt am Main

**BERATUNGSSTELLE  
FRAUENNOTRUF  
FRANKFURT**

