



KADINA KARŞI ŞİDDET

BUNUN HAKKINDA KONUŞUN!

Finansman



Federal Aile, Yaşlılar,
Kadın ve Gençlik
Bakanlığı





Almanya'da saatte bir kadın aile içi şiddet mağduru oluyor. Benim için bu korkutucu bir rakam: Aile içi şiddet her yaştan ve her kesimden kadını etkileyebilir.

Mağdurların çoğu, genellikle korku ve utançtan ya da kendilerini suça müdahil hissettiklerinden dolayı yardım istemekten korkuyor. Mağdurlar yardım istediklerinde, ilk temas noktaları genellikle onları tedavi eden doktorları olmaktadır. Zeitbild MEDICAL, şiddete maruz bırakılan tüm kadınları doktorlarına güvenmeye teşvik etmek amacıyla yola çıkmıştır. Sadece fiziksel ve duygusal acıyı anlamak ve tedavi etmekle kalınmayıp, aynı zamanda daha fazla nasıl yardım alınabileceği konusunda da tavsiyelerde bulunmaktadır.

Nina Moghaddam



Kadınların özgürlüğü, bağımsızlığı ve eşitliği benim için bir yaşam meselesi haline geldi. Kadınları cesaretlendirmeyi ve sınırlar aşıldığı andan itibaren onları korumayı görevim olarak görüyorum. Sınır ihlalleri ister sözlü, ister fiziksel ya da duygusal olsun, bu kişilerin sesinin duyulması gerekir.

Natalia Wörner

DİJİTAL İÇERİĞİ KEŞFEDİN

Bu dergi size artırılmış gerçeklik (AR) aracılığıyla ek dijital içerik sunmaktadır. AR sembolünü gördüğünüz tüm sayfalarda, akıllı telefonunuz veya tabletinizle keşfedebileceğiniz bağlantılar (videolar, internet siteleri, podcastler) bulunmaktadır.

1. **iOS veya Android için ücretsiz "Xtend" uygulamasını indirin!**
2. **Tarayın! Ana menüden tarama işlevini açın ve kamerayı AR sembolü ile işaretlenmiş sayfanın veya resmin üzerine tutun.**
3. **Keşfedin! Videolar, web siteleri ve çok daha fazlası ...**

Artırılmış gerçeklik kullanımı uygulaması



Artırılmış gerçeklik yoluyla dijital içerik simgesi



ŞİDDET BİRÇOK ŞEKİLDE KENDİNİ GÖSTERİYOR



Aile içi şiddet her türlü fiziksel, cinsel veya psikolojik şiddeti kapsamakta ve aile içi şiddetin yanı sıra partnerler arasındaki şiddeti de içine almaktadır. Aile içi şiddet, şiddetin bir aile ilişkisi veya birliktelik içinde birlikte yaşayan kişiler arasında gerçekleşmesi durumunda ortaya çıkmaktadır. Ayrıca şiddetin, aile içinde veya mevcut ya da eski birlikteliklerde ortak bir haneden bağımsız olarak gerçekleşmesi durumu da söz konusudur.

Suç mahalleri kişilerin kendi evleri olabileceği gibi; iş yeri, kamuya açık yerler, kreş veya başka yerler de olabilir.

Aile içi şiddet ağırlıklı olarak kadınları etkilemekte ve çoğunlukla erkekler tarafından uygulanmaktadır. Bu, itme veya vurma gibi fiziksel saldırılardan tutun, zorla cinsel ilişkiye girme ve aşışılama, zulüm, sürekli kontrol veya partner tarafından hakaret gibi psikolojik şiddet şekillerine kadar uzanmaktadır.

Birçok kadın yaşadıkları hakkında konuşmakta güçlük çekmektedir. Bu nedenle, ciddi sağlık sonuçları ve ilişkileri genellikle doktorlardan bile gizlenmektedir. Kronikleşmiş şikayetler genellikle hastanın yıllarca yaşadığı şiddet deneyimleriyle ilişkilendirilmediğinden, bu durum yanlış tedaviye bile yol açabilmektedir.



Şiddet her yaştan ve her kesimden kadını etkileyebilir.

Almanya'da ...

- Kadınların yüzde**25'i** mevcut veya eski ilişkilerinde bedensel veya cinsel şiddet görmüştür.

Bu suçların mahiyeti şu şekildedir:

- Y59,3 kasıtlı basit bedensel zarar
- 24,2 tehdit, ısrarlı takip, zorlama
- 1,7 tehlike arz eden bedensel zarar
- 2,5 tecavüz, cinsel saldırı, cinsel taciz
- 0,2 cinayet ve kasten insan öldürme
- 2,1 diğer suçlar

- 2022'de toplam **157.818 kişi partner şiddeti mağduru olmuştur** ve bunların neredeyse yüzde 80'i kadındır.

- Kadınlar **ayrılık veya boşanma durumlarında** olduklarında özellikle (eski) partnerleri tarafından şiddete maruz kalma riski altında bulunmaktadır.

- **Engelli ve yetersizliği olan kadınlar** toplum içindeki emsallerine göre hayatları boyunca şiddetin her türüsüne daha sık maruz kalmaktadır.

Kaynaklar:

- Almanya'da Kadınların Yaşam Koşulları, Güvenliği ve Sağlığı - Almanya'da Kadına Yönelik Şiddetin Temsili Araştırma Sonuçları (Müller/Schröttle, Federal Aile, Yaşlı, Kadın ve Gençlik Bakanlığı, 2013)
- Partner şiddeti. Adli değerlendirme. Raporlama yılı 2022 (Federal Kriminal Polis Dairesi, 2023)
- Almanya'da engelli kadınların yaşam koşulları ve karşılaştıkları zorluklar (Schröttle/Hornberg, 2013)

FİZİKSEL ŞİDDET

Kısıtlama, itme, vurma, tekmeleme, boğma, boğazını sıkma, silahlarla/nesnelere yaralama, gıdadan mahrum bırakma, uykudan mahrum bırakma vb.

CİNSEL ŞİDDET

Cinsel içerikli dil, pornografik görüntüler izlemeye zorlama, cinsel eylemlerde bulunmaya mecbur bırakma/zorlama, tecavüz etme vb.

SÖZLÜ/PSİKOLOJİK ŞİDDET

Hakaret etmek, aşışılama, tehdit etmek, akıl sağlığı bozuk ilan etmek, çocukları baskı aracı olarak kullanmak vb.

SOSYAL ŞİDDET

İletişimi yasaklamak, kontrol etmek, sosyal olarak izole etmek, arabayı/bisikleti (-anahtarlarını)/toplu taşıma biniş kartını almak, bunları saklamak vb.

DİJİTAL ŞİDDET

Dijital medya üzerinden hakaret etmek, ifşa etmek, istismar etmek, şantaj yapmak, tehdit etmek vb.

EKONOMİK ŞİDDET

Az miktarlarda para vermek veya paradan mahrum bırakmak, çalışma yasağı koymak veya zorla çalıştırmak vb.

Kaynaklar:

www.gobsis.de/thema-gewalt/haeusliche-gewalt



“ARTIK HIÇBİR ERKEĞE GÜVENEMİYORUM ...”

● Paula, 34 yaşında

Erkek arkadaşım ile uzun bir beraberliğimiz vardı ve ilk kızımız Laura ile mutluyduk. Mutlu küçük bir aile; birlikte çok şey yapıyor ve iyi anlaşıyorduk. Ancak hamilelikten beri pek fazla cinsel birliktelik istemiyordum. Bu benim ona karşı duygularımdan kaynaklanmıyordu ve onu geri çevirmem için genelde birlikte oluyordum. Buna karşın o, doğal olarak isteksizliğimin farkına vardı ve cinsel birliktelik istemediğim bir gece onu reddetti. Bunun üzerine kendini kaybetti, beni yatağa bastırdı, acıyana kadar bileklerimizden tuttu ve onunla yatmam için beni zorladı. O zamanlar bunun ilişkinin bir parçası olarak gördüm, ancak gün geçtikçe acımasızlaştı ve beni cinsel birlikteliğe zorladı. Utandım, içmeye başladım ve bu durumdan tabii ki Laura da etkilenmeye başladı. Kadın doktorunda düzenli randevularımdan birinde, doktor bir işaret gördü. Kollarımdaki ve bacaklarımdaki morarmaları sordu ve o an tüm duvarlarım yıkıldı. Sonunda birisine güvenebilirdim. Bugün, erkek arkadaşımın bana tecavüz ettiğini biliyorum. Ancak doktorum bu kadar dikkatli olmasaydı erkek arkadaşımın ayrılma gücünü kendimde bulamazdım. O gün gözlerini yummadığı için ve bana dik bir duruş kazandırdığı için müteşekkirim.



“BİR İNSAN HAKKINDA NASIL BÖYLE YANILDIM ...”

● Simone, 26 yaşında

Bizim ilişkimizde Robert her zaman nazikti, tüm isteklerimi hemen anlar ve yerine getirirdi, her zaman birbirimize destek olurduk. Sonra pat diye, ortada hiçbir şey yokken aniden ayrıldı. Ne olduğunu söylemedi bile. Şok olmuştum, birbirimize karşı her zaman çok dürüsttük. Bir süre sonra beni geri kazanmak istedi. Ancak ben artık öyle hissetmiyordum, güvenim kalmamıştı. Robert beni günde birkaç kez arardı, evimin kapısının önünde beklerdi, hiç durmadan zile basardı. Başta onunla konuştum, ancak her geçen gün daha da sıkıntı vermeye başladı. Bu nedenle özellikle hep başka mekanlara gitmeme rağmen dışarı çıktığımda aniden karşımda oluyordu. Facebook üzerinden sürekli yorum yazıyor ve internete resim yüklüyordu. Onu tüm ortamlarda engelleyecek halim kalmamıştı. Sürekli enseme nefesini hissediyordum, artık özgürce hareket etme hissim tamamen yok olmuştu. Sadece aile ve arkadaş çevresinde değil, işte bile arıyordu ve bu nedenle patronumla sorun yaşadım. Bardağı taşıran nokta o oldu: Polise gittim.



“DÜNYAYI ARTIK ANLAMİYORDUM ...”

● Charlotte, 63 yaşında

Kocam eskiden de aile kutlamalarında veya bayramlarda tadımlıktan biraz daha fazla içerdi. Ancak zorla erken emekli edildikten sonra, her geçen gün daha fazla evimizin yanındaki meyhanede içip eve gelmeye başladı. Başta görmezden geliyordum, çünkü eskiye döneceğini düşünüyordum. Kendi gündelik hayatını ve görevlerini bulduğunda her şey yoluna girecekti. Ancak üç, dört veya beş şişe bira içtiği akşamlar artık istisna değil, rutin olmuştu. Bir akşam artık yeter dedim ve patladım: “İçmekten başka bir şey bilmez misin?!” Önce korktu, darıldı ama sonra agresifleşti, ayağa fırladı ve dengemi kaybedip düşene kadar beni sarsmaya başladı. Artık dünyayı anlamıyordum. 40 yıl önce evlendiğim ve o kadar çok sevdiğim adama ne olmuştu? Çok utanmıştı, gözlerime bakamıyordu, göz göze gelmekten çekiniyordu. Ancak bunun içimde kalmasını istemedim ve bir terapistle gittim. Kocam ve ben birlikte bir evlilik danışmanına gidiyoruz; kocam ayrıca şiddet uygulamış erkeklerle yönelik bir kursa gidiyor ve alkol problemini yenmeye çalışıyor. Tabii ki doğru zamanda acil frene bastım; bunu her kadın yapamıyor: Bunu, haftada bir kez gittiğim, şiddet mağduru olmuş kadınlardan biliyorum.



“OYSA ONU TANIMIYORDUM BİLE ...”

● Özlem, 40 yaşında

Burada olmaktan memnuniyet duyuyorum. Biraz salaş tasarlanmış küçük bir odada oturuyorum. Gözlerim, uzun süredir arkadaşımında sakladığım küçük bavula takılıyor. Bu, çevremizdeki bir eşitlik danışmanının bana verdiği bir tavsiyeydi. Dün akşam artık son raddeye gelmişti. Eşim bana yeniden vurmuştu, en şiddetlisiydi. Hayatım için endişeye düştüm. Polisi aradım ve kadın sığınma evine götürüldüm. Peki nasıl böyle oldu?! Küçük bir kız çocuğuyken doktor olmayı ve insanlara yardım etmeyi hayal ediyordum. 16. yaş günümde bu hayal bitmişti. O gün babam bana, benim için bir erkek bulduğunu ve artık nişanlı olduğumu söyledi. Oysa onu tanıımıyordum bile. Düğünümüzden önce de kocam çok otoriterdi, ancak sonrasında çok daha kötü oldu. Tek başıma dışarı çıkamıyordum, yanımda her zaman ailemden biri olmalıydı. Başta karşı gelmeyi denedim. Kocam beni yakaladı ve yere itti. Genellikle öfkesini benden çıkartırdı. Bazen beni duvara çarpardı veya suratıma vururdu. Kadın sığınma evi adımı gereklidi. Ailemden yardım alabilmem mümkün değildi. Onların düşüncesinde, erkek eşini nerede ve nasıl cezalandıracağına kendisi karar verir.



“YAPMANIZ GEREKEN BİRİYLE KONUŞMAK”

● Katy Karrenbauer, TV kanalı Crime + Investigation'ın “Im Angesicht” röportaj serisine konuşuyor

Ve şunu tekrar tekrar düşündüm, bu hareketi bir daha asla yapmayacak. Ne de olsa özür diliyor. Sevdiğim bir insan kötü olamaz. Eğer kötüyse, o zaman yanılmışımdır ve kim yanılmak ister ki? Ben yanılmaktan hoşlanmam.

Bir kez şiddet göstermiş ve özür dilemiş kişi, ikinci kez de şiddet gösterecektir. Bunu deneyimlerimden ve hikayelerini anlatan pek çok kadın ve çocuktan biliyorum.

Genç kadınlara ve aynı zamanda daha ileri yaştaki kadınlara da her zaman yardım aramalarını, iletişime geçmelerini ve yardımcı olabilecek bir kişiyle güven ilişkisi inşa etmelerini tavsiye ederim. Yapmanız gereken biriyle konuşmak!



© Crime + Investigation (CI)

KADINLAR İÇİN DANIŞMANLIK VE YARDIM



**Yardım hattı yetkilisi
Petra Söchting
ile sohbet**

Kadınlar hangi şiddet olayları sebebiyle yardım hattına başvuruyor?

Kadınlar bizi çok farklı isteklerle arıyor. Bu, somut bir yardımın organize edilip edilmeyeceği (polis, ambulans) ile ilgili somut bir tehlike durumu olabilir. Ya da, örneğin, bir süredir devam eden bir şiddet durumu hakkında konuşmakla ilgilidir. Durumlar ne kadar farklıysa, danışmanlık görüşmeleri de o kadar bireyseldir.

Kadınlara somut olarak nasıl yardımcı oluyorsunuz?

Her şeyden önce, danışman zaman ayırır ve iyi dinler. Her münferit vakada, ilgili kadınla birlikte, ona en uygun desteğin hangisi olduğunu düşünür. Bunun için herkesçe uygun bir çözüm yoktur. Burada belirleyici olan unsur, ne olacağına kadının kendisinin karar vermesidir. İpler onun elindedir ve o kabul etmeden hiçbir şey yapılmaz. Bir sonraki adımda birlikte çözüm imkanları aranır.

Anonimlik ve gizlilik, yardım hattının önemli özellikleridir. Neden?

Şiddet olaylarına maruz kalmış kadınların dışarıdan destek almasının ne kadar zor olduğunu biliyoruz. Araştırmalar, ilgili kişilerin yalnızca yüzde 20'sinin bunu yaptığını göstermektedir. "Kadına karşı şiddet" yardım hattı, anonimlik garantisi ile, ilgili kadınların özellikle ilk temas sırasında sıklıkla istedikleri düşük eşikli bir tekliftir. Yardım hattına başvuranlar, kişilikleri ve hikayeleri hakkında neyi ne kadar anlatmak istediklerine kendileri karar verir. Yani hiçbir sorgulama veya bilgi aktarımı gerçekleştirilmemektedir.

Korona pandemisi sırasında durum nasıl değişti? Daha fazla telefon alıyor musunuz?

Korona pandemisinin başlangıcından bu yana, danışmanlık çağrılarının sayısı sürekli olarak artmaktadır. Pandemiyle ilişkili belirsizlikler ve kısıtlamalar, krizin ikinci yılında da yardım hattındaki danışmanlık çalışmalarını şekillendirmeye ve değiştirmeye devam ediyor. Önceki yıllarda olduğu gibi 2022 yılında da danışmanlık seanslarının yüzde 60'ı aile içi şiddetle ilgiliydi. Her 20 dakikada bir, yardım hattına (eski) partner tarafından uygulanan şiddetin söz

Ülke çapında hizmet veren "Kadına Yönelik Şiddet" yardım hattı, **116 016** numaralı telefon ve www.hilfetelefon.de internet sitesi üzerinden kimliğiniz gizli tutarak, ücretsiz ve 18 yabancı dilde telefon, yazışma veya e-posta yoluyla danışmanlık hizmeti sunmaktadır. Almanya'da mağdurlara 24 saat destek sağlayan tek hizmet budur. Federal Aile ve Sivil Toplum Görevleri Dairesi'nde (BAFZA) 80'den fazla nitelikli danışman bu hizmeti vermektedir. Petra Söchting "Kadına Yönelik Şiddet" yardım hattının yöneticisidir.

konusu olduğu bir başvuru yapılmıştır. Bu durum, Korona ile ilgili kısıtlamaların ve gerginliklerin aile içi şiddetin nedeni olmadığını, ancak zor ve çatışmalı durumların tırmanması, şiddetin artması ve saldırıların daha kitlesel ve sık hale gelmesi riskini artırdığını göstermiştir.

Örneğin aile içerisinde veya arkadaş çevresinde bir şiddet olayından şüpheleniliyorsa, dışarıdan biri nasıl yardım edebilir?

Tavsiye veya önerilerden mümkün olduğunca kaçınılmalıdır, çünkü bunlar genellikle ilave baskı olarak algılanır. İyi dinlenmeli ve açılmanın birçokları için hali hazırda çok büyük bir adım olduğu kabul edilmelidir. İlgili kişinin yanında olunduğunun belirtilmesi önemlidir. Daha sonra hangi somut yardımın mümkün olduğu ve arzu edildiği birlikte düşünülebilir. Burada belirleyici olan unsur, ilgili kişilerin izni olmadan hiçbir şey yapmamanızdır. Bundan sonra ne olacağına ilgili kişinin kendisi karar verir.



MART 2013'TEKİ BAŞLANGIÇ TARİHİNDEN BU YANA DANIŞMANLIK SAYILARI ARTMAKTADIR

İlk yıl 19.000'in biraz altında danışmanlık seansı düzenlenirken, 2022'de bu sayı neredeyse 53.000'e ulaştı. 2013'ten bu yana yardım arayan kişiler telefon, yazışma ve e-posta yoluyla toplam 338.000 kez danışmanlık hizmeti almıştır. Tüm danışmanlık seanslarının yüzde dokuzunu çevrimiçi olarak gerçekleştirilmiştir.

Arayanların çoğunluğu bizzat şiddetten etkilenmiş kişilerdir (216.417 kişi). Etkilenenlerin sosyal çevresinden 79.000'den fazla kişi ve meslek mensupları da bu hizmeti kullanmıştır. Tüm şiddet türlerinde danışmanlık sağlanmıştır. Danışmanlar, tavsiye almak isteyen 193.834 kişiyi yerel kurumlara, bunların yüzde 82'sini de danışma merkezlerine ve kadın sığınma evlerine yönlendirmiştir.



ŞİDDETE TOLERANS OLMAZ: SİZİN HAKLARINIZ!

Şiddete devlet tolerans göstermez ve cezai işlem uygular. Listenin en başında kurbanın korunması vardır ve temel haklar kapsamında "Kim vuruyorsa, o gitmelidir, mağdur evde kalır" anlayışı vardır, bu anlayış Şiddet Koruma Yasası (GewSchG) kapsamında düzenlenmiştir.

Tehdit edildiğinizde veya biri tehdit edildiğinde polisi arayın! İsminizi ve adresinizi belirtin ve hemen yardıma ihtiyacınız olduğunu vurgulayın. Polis, suçluyu birkaç günlüğüne daireden uzaklaştırabilir. Bir aile içi şiddet vakasını öğrenir öğrenmez müdahale etmesi gerekir.

Ağır bir şiddet olayında doğrudan yerel mahkemeye başvurarak şiddete karşı bir koruma talep edebilirsiniz. Suçlunun belirli bir süre (genelde birkaç ay) ortak evde yaşaması veya mağdura yaklaşması ve iletişim kurması yasaklanır.

Buna ek olarak maddi ve manevi tazminat hakkı gibi mağdurun şiddete karşı korunduğu sivil hakları da vardır.



DEĞİŞİM, EĞİTİM VE FARKINDALIK YARATMA İLE BAŞLAR

Almanya'da her üç kadından birisi şiddete maruz kalmaktadır ve bu şiddetin yarısından fazlası doğrudan aile ortamında gerçekleşmektedir. Ancak her beş mağdurdan yalnızca biri gerçekten yardım aramaktadır. Çok fazla kişi sessiz kalmaktadır. Bunu yapmalarının sebebi yalnızca faillerden değil, çevrelerinden de korkmalarıdır.

Bu nedenle, bu konu hakkında konuşalım. Kadına yönelik şiddeti basitçe bir kenara atamayız. Her şey dil kullanımı ile başlar. Kadın cinayetine kadın cinayeti denir. Almanya'da her yıl yüzden fazla kadın, kadın oldukları için öldürülmektedir. Buna rağmen medya, hala kadın cinayetlerini bu adla anmak yerine "ilişki suçları" ve "aile dramları" hakkında haber yapmaktadır. 2020 yılında Alman medyasında bu konuda yayınlanan haberlerin yüzde 92'si kadına yönelik şiddeti önemsizleştirmektedir. Bu böyle devam edemez.

Değişim, eğitim ve farkındalık yaratma ile başlar. Bu noktaya gelinmemesini sağlamak adına yalnızca kadınların yardıma düşük seviyede erişimini iyileştirmekle kalmayıp, aynı zamanda daha erken yardım talep etmeye başlanmasına da ihtiyacımız var. Kız çocukları ve kadınlar şiddete maruz bırakıldıklarında kendilerini "suçlu" görmesinler. Kadın hakları ve bu hakların korunması için verilen zorlu mücadele her eğitim kurumunda erken yaşlardan itibaren ele alınmalıdır.

Kadınlar ve destekçileri, danışmanlık ve yardım için Kadın Danışma Merkezleri ve Kadın Acil Çağrı Merkezleri Federal Birliği'nin ülke çapındaki güvenli danışmanlık veri tabanı olan frauen-gegen-gewalt.de/de/hilfe-vor-ort.html adresine ücretsiz olarak ve dilerlerse isimsiz kalacak şekilde başvurabilirler.

Sarah Wiener,
Avrupa Parlamentosu Üyesi (MdEP) ve Kadın Danışma Merkezleri ve Kadın Acil Çağrı Merkezleri Federal Birliği (bff) hamisi

ÇOCUĞUNUZU KORUYUN!

Ebeveynlerden birinin önceki veya şimdiki partneri tarafından kötü muamele görmesine, dövülmesine veya tehdit edilmesine tanık olan çocuklar genellikle uykusuzluk veya konsantrasyon bozukluğu gibi zihinsel ve çoğu durumda fiziksel izler taşırlar. Çocuğunuzun gelişimi ve sağlığı, şiddetle birlikte yaşadığında kalıcı ve uzun süreli olarak olumsuz yönde etkilenir. Çocuğunuzun şiddetin tanığı olup olmadığına veya kendisinin kötü muameleyle maruz kalıp kalmadığına göre, şiddetle birlikte ne kadar süre yaşadığına ve süregelen durumlar için hangi önlemlerin alındığına bağlı olarak sonuçları değişebilir. Aynı zamanda çocuğunuzun yaşı, cinsiyeti ve çocuğunuzun ebeveynlerine olan yaklaşımı da rol oynar. Söz konusu çocuklar yetişkin olduğunda eşinden şiddet görme riski daha yüksektir. Çocuğunuzun bu deneyimi atlatmasında destek ve yardımla yardımcı olunabilir.

KİME DANIŞABİLİRİM?

Hiçbir kadın şiddetle tek başına savaşmak zorunda değildir! Yardım alınabilecek yerler, örneğin:

- Polis (110)
- Yardım hattı
- Danışmanlık merkezleri
- Adliye
- Doktor
- Kadın sığınma evleri

BAŞKA NE YAPABİLİRİM?

- Güvenilir kişilerden düzenli aralıklarla size gelmelerini veya sizi aramalarını rica edin.
- Bir doktora güvenin.
- Yaranızın mahkemede delil olacak şekilde yaralanmaların sıklığının ve şiddetinin belgelenmesine izin verin.
- Yardıma ulaşabilmek için acil durumlar için cep telefonunuzu belirli bir odada tutun.
- Önemli belgelerin ve duruma göre gerekli kıyafetlerin bulunduğu bir çantayı güvendiğiniz bir kişide saklayın.
- Başkalarının dikkatini göze batmayacak şekilde durumunuza çeken kodlar hakkında bilgi edinin, örn. eczanede veya bir görüntülü arama sırasında.



Hilfetelefon

Gewalt gegen Frauen

116 016

www.hilfetelefon.de

YILDA 365 GÜN, GÜNÜN HER SAATİ ULAŞILABİLİR:

- "Kadına Şiddet" yardım hattına günün 24 saati ulaşılabilir.
- 116 016 numaralı telefonlardan ve çevrimiçi danışmanlık üzerinden, ilgili kişiler, ayrıca ilgili kişinin yakın çevresindeki kişiler, tanıklar veya uzmanlar anonim ve ücretsiz şekilde danışmanlık alabilirler.
- Güvenli bir sohbet ve E-posta yoluyla danışmanlık www.hilfetelefon.de İnternet sitesi üzerinden mümkündür.
- Kalifiye danışmanlar, arayanlara gizli şekilde yardımcı olur ve istek üzerine yerel destek tekliflerine yönlendirir. Gerektiğinde, 18 dilde çeviri yapan tercümanlar görüşmeye bağlanabilir.
- Engelli kadınlar için kolay dilde ve Almanca işaret dilinde danışmanlık verilmesi mümkündür.

www.hilfetelefon.de

BAĞLANTI ÖNERİLERİ

www.bmfsfj.de/bmfsfj/themen/gleichstellung/frauen-vor-gewalt-schuetzen
Federal Aile, Yaşlılar, Kadın ve Gençlik Bakanlığının İnternet sitesi, kadına karşı şiddet konusuna yönelik ayrıntılı bilgiler ve dış bağlantılar.

www.frauen-gegen-gewalt.de
Kadın danışma noktalarının ve kadın acil çağrı numaralarının bulunduğu federasyonun İnternet sitesi.

www.frauenberatungsstelle.de/pages/beratungsstelle/download.php
Şiddet içeren ilişkilerdeki kadınlar için eylem imkanlarına yönelik bilgiler.

www.frauenhauskoordinierung.de
Bölgesel arama fonksiyonuna sahip kadın sığınma evleri bilgilendirme portalı.

www.gesine-intervention.de
Şiddete maruz kalan kadınlara yönelik bilgiler.

www.gewaltschutz.info
İlgili kişiler için şiddetten korunma ve bunun yasalarına yönelik bilgiler.

<https://gleichstellung.dosb.de/themen/schutz-vor-gewalt>
Kendini savunma dersleri gibi tekliflerin yer aldığı Almanya Olimpiyat Spor Federasyonu tarafından hayata geçirilen "Şiddete karşı kalın duvarlar!" hareketinin İnternet sitesi.

<https://www.polizei-beratung.de/themen-und-tipps/gewalt>
Emniyet suç önleme: Aile içi şiddet hepimizi ilgilendirir!

www.telefonseelsorge.de
Her sorun durumundaki insanlar için telefonla, sohbet yoluyla ve şahsen anonim danışmanlık.

<https://weisser-ring.de>
Şiddet mağdurları için bilgiler, tavsiye ve yardım.

www.zanzu.de
Federal Sağlık Eğitimi Merkezi'nin (BZgA) İnternet portalı 13 dilde, resimli ve yazılı olarak cinsel/üremeye ilgili sağlık bilgileri sunmaktadır.

Künye:

Zeitbild Medical, Federal Aile, Yaşlı, Kadın ve Gençlik Bakanlığı (BMFSFJ) tarafından finanse edilerek oluşturulmuştur. Genel yapım: Zeitbild-Stiftung, Rumfordstraße 9, 80469 München. V. i. S. d. P.: Bernd Woischnik. Fotoğraf kaynağı: BAFZA (Sayfa 6'da), Mathias Bothor (Sayfa 2'de altta), Crime + Investigation (CI)/Hannes Magerstädt für Getty/CI (Sayfa 5'te altta), iStockPhoto (Sayfa 4'te sağda, Sayfa 5'te üstte, ortada, Sayfa 7'de solda), Christian Kaufmann (Sayfa 7'de sağda), Nina Moghaddam (Sayfa 2'de üstte), Justin Paget/Getty Images (Sayfa 3'de), Shutterstock (Sayfa 4'de solda), Zoonar (Sayfa 1'de). Baskı: Möller Pro Media, Ahrensfelde. Revize edilmiş yeni baskı: Aralık 2023. İçerdiği metinler telif hakkı ile korunmaktadır. Ticari amaçlı kullanıma izin verilmemektedir. Yukarıda belirtilen internet bağlantıları ile ilgili olarak, sayfaların tasarımı ve içeriği üzerinde hiçbir şekilde etkimiz olmadığını ve içeriği bize aitmiş gibi benimsemişimizi beyan ederiz.