

# Schutz vor Gewalt in Oberhausen



Das Heft ist für alle Menschen  
in der Stadt Oberhausen.

Das Heft ist besonders:  
Für Mädchen und Frauen in Oberhausen.  
Weil Frauen und Mädchen mehr Gewalt erleben.  
Als Jungen und Männer.

Männliche und weibliche Schreib-Weise  
sind im Text gleich.  
Alle sind mit einer Schreib-Weise gemeint.



## Das sind die Inhalte von dem Heft

---

Was steht in dem Heft?	Seite 4
Für wen ist das Heft?	Seite 5
Was ist Gewalt?	Seite 9
• Was ist: Häusliche Gewalt?	Seite 13
• Was ist: Stalking?	Seite 15
• Was ist: Sexualisierte Gewalt?	Seite 17
Wer kann Opfer von Gewalt sein?	
Wer ist besonders oft Opfer von Gewalt?	Seite 19
Was sind die Folgen von Gewalt?	Seite 21
Was kann ich machen: Wenn ich Gewalt erlebe?	Seite 22
Wie finde ich Hilfe?	Seite 29
Wo finde ich Hilfe?	Seite 32

## Was steht in dem Heft?

---

Jeder Mensch hat das Recht:

Der Mensch lebt **ohne** das Erleben von Gewalt.

Das bedeutet:

- **Niemand** muss Gewalt erleben.
- Jeder darf sich gegen Gewalt wehren.
- Jeder hat das Recht auf Schutz vor Gewalt.



Das Heft ist von

- der Frauenberatungsstelle
- der Gleichstellungsstelle
- dem Arbeitskreis Gewalt in Oberhausen.



Wir wollen:

- Schutz vor Gewalt
- Hilfe bei Gewalt
- Mut machen.



In dem Heft steht zum Beispiel:

- Was ist Gewalt?
- Welche Arten von Gewalt gibt es?
- Wie bekommen Frauen in Oberhausen Hilfe?
- Wo bekommen Frauen in Oberhausen Hilfe?



## Für wen ist das Heft?

---

Das Heft ist für alle Menschen in der Stadt Oberhausen.

Das Heft ist besonders:  
Für Mädchen und Frauen in Oberhausen.



Weil Frauen und Mädchen mehr Gewalt erleben.  
Als Jungen und Männer.

Mit Frauen meint das Heft auch:

- Trans-Frauen  
Trans-Frauen werden als Mann geboren.  
Und leben als Frau.
- Alle die Menschen:  
Die sich **nicht** als Frau oder Mann verstehen.



Das Heft ist in Leichter Sprache.  
Damit viele Menschen das Heft verstehen können.



Leichte Sprache ist besonders gut für Menschen

- mit Lern-Schwierigkeiten
- die Probleme mit dem Schreiben haben
- die Probleme mit dem Lesen haben
- mit Sprach-Problemen
- mit Sprech-Problemen
- mit der Krankheit Demenz
- mit einer anderen Mutter-Sprache.



Man sagt:

In Deutschland ist das einer von 10 Menschen.

**Das sind in Oberhausen  
ungefähr 21 Tausend Menschen.  
Das ist sehr viel.**



Leichte Sprache hat Regeln.

Zum Beispiel

- Es gibt kurze Sätze.
- Lange Haupt-Worte sind getrennt geschrieben.
- Es gibt **keine** Fremd-Worte.  
Oder es gibt Erklärungen.

Regeln	
1.	— — — —
2.	— — — —
3.	— — — —

Einige Menschen brauchen **keine** Leichte Sprache.

Leichte Sprache ist aber gut für alle Menschen.

Jeder Mensch kann Sachen in Leichter Sprache besser verstehen.



Darum gibt es das Heft nur in Leichter Sprache.

**Die Texte in dem Heft sind nur in einer Schreib-Weise geschrieben. Das ist der Grund:**



In Leichter Sprache gibt es **keinen** Unterschied zwischen männlicher und weiblicher Schreib-Weise. Alle sind mit einer Schreib-Weise gemeint: Männer und Frauen.



Auch die Menschen sind gemeint:

- die sich **nicht** männlich oder weiblich fühlen  
oder
- bei denen es sich verändert:  
ob sie männlich oder weiblich sind.



Diese Menschen nennt man:  
divers.

Das Wort divers bedeutet

- viele
- verschieden.



Mit der Leichten Sprache können sich alle Menschen angesprochen fühlen.

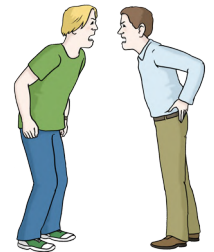
- männlich
- weiblich
- divers.



Alle Menschen sind gleich viel wert.

## Was ist Gewalt?

Es kann Probleme geben:  
Wenn Menschen zusammen sind.



Manchmal gibt es Streit.  
Manchmal gibt es Gewalt.

Gewalt bedeutet:

- Eine Person will etwas bei einem anderen Menschen erreichen.  
Mit Kraft.  
Gegen den Willen von dem anderen Menschen.

- Eine Person zwingt einen anderen Menschen zu einer Sache.
- Die Person nimmt **keine** Rücksicht auf den anderen Menschen.
- Die Person schädigt den anderen Menschen.

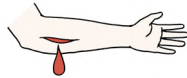


Die Person nennt man auch: **Täter.**



Gewalt bedeutet auch:

- Der andere Mensch will die Sache **nicht**.
- Die Sache ist gegen den Willen von dem anderen Menschen.
- Der andere Mensch bekommt oft eine Verletzung.



Den anderen Menschen nennt man auch: **Opfer.**



Es gibt verschiedene Formen von Gewalt.

Es gibt **körperliche Gewalt**.

Die Gewalt ist gegen den Körper von einer Person.



Das sind Beispiele für körperliche Gewalt:

Eine Person

- schlagen.
- treten oder schubsen.
- an den Haaren ziehen.
- an der Kleidung zerren.
- verletzen.
- Medikamente geben **ohne** die Person zu fragen.
- einsperren.



Eine andere Form von Gewalt ist **psychische Gewalt**.

Das Wort psychisch spricht man so: Psü-chisch.

Das Wort Psyche ist ein anderes Wort für

- Gefühle  
oder
- Seele.



Zu der psychischen Gewalt sagt man auch:  
seelische Gewalt.



Psychische Gewalt ist  
Gewalt gegen Gefühle.

Das sind Beispiele für psychische Gewalt:

Eine Person

- beleidigen.
- unfreundlich behandeln.
- bedrohen.
- beschimpfen.
- wie ein Kind behandeln.
- auslachen.
- **nicht** beachten.
- ständig kontrollieren.
- über eine Person schlecht sprechen.



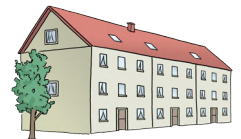
## Was ist: Häusliche Gewalt?

In dem Heft geht es besonders um:  
Häusliche Gewalt.

Häusliche Gewalt bedeutet:

Die Gewalt passiert

- zu Hause  
oder
- an einem bekannten Ort.



**Die Gewalt kommt oft von  
sehr gut bekannten Personen.**

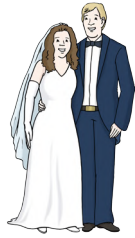


Das sind Beispiele für  
die Personen:

- Menschen aus der Familie:  
Zum Beispiel:
- Eltern
- Geschwister
- Groß-Eltern
- Onkel und Tante.



- Partner
- ehemalige Partner
- Betreuer
- Freunde.



### Häusliche Gewalt gibt es in 2 Arten:

- **körperliche Gewalt**
- **psychische Gewalt.**



Das sind Beispiele für  
Häusliche Gewalt:

- bedrohen
- schlagen
- beschimpfen
- anschreien
- verfolgen
- zum Sex zwingen
- einsperren.



## Was ist: Stalking?

In dem Heft geht es auch besonders um:  
Stalking.

Stalking ist ein englisches Wort.  
Das Wort spricht man so:  
Stor-kin.

Das Wort bedeutet:

- verfolgen
- belästigen
- bedrohen.



Stalking ist eine schwere Art von Gewalt  
gegen die Gefühle.

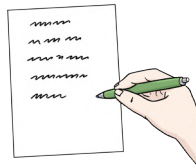
Das sind Beispiele für Stalking:

- Eine Person
- ruft eine andere Person oft an.
  - kommt immer wieder zu der Arbeit  
von der anderen Person.





- kommt immer wieder zu dem Haus von der anderen Person.
- klingelt immer wieder an dem Haus von der Person.
- schreibt immer wieder Nachrichten an die andere Person.



Die andere Person möchte aber **keinen** Kontakt.

Die andere Person möchte in Ruhe gelassen werden. Von der Person.



Aber die Person macht das trotzdem. Immer wieder. Die Wiederholung ist sehr schlimm.



Die andere Person hat Angst. Die Angst ist sehr groß.



## Was ist: Sexualisierte Gewalt?

In dem Heft geht es besonders um: Sexualisierte Gewalt.

Alle Menschen haben ein Recht auf Beziehungen und Sexualität. Liebe und Sexualität sind schön.



Zuneigung und Sexualität sind aber nur dann schön: Wenn alle damit einverstanden sind.

Sexualisierte Gewalt bedeutet:

- Eine Person ist mit der sexuellen Handlung **nicht** einverstanden.
- Die sexuellen Handlungen sind **nicht** aus Liebe oder Lust.



Sexualisierte Gewalt bedeutet auch:

Ein Täter

- zeigt Macht.
- verletzt einen anderen Menschen.

Das sind Beispiele für Sexualisierte Gewalt:

- eine Person zum Sex zwingen.
- eine Person gegen den Willen anfassen.
- eine Person gegen den Willen küssen.
- eine Person mit sexuellen Wörtern belästigen.
- eine Person anstarren.
- gegen den Willen Bilder oder Videos mit Sex zugeschickt bekommen.
- anderen beim Sex zuschauen müssen.



## Wer kann Opfer von Gewalt sein? Wer ist besonders oft Opfer von Gewalt?

Alle Menschen können Gewalt erleben.

Einige Menschen erleben Gewalt besonders oft.

Besonders Frauen sind oft Opfer von

- Häuslicher Gewalt
- Stalking und
- Sexualisierter Gewalt.



**Aber auch Männer können die Gewalt erleben.**



Oft sind Männer bei

- Häuslicher Gewalt
- Stalking und
- Sexualisierter Gewalt die Täter.



**Aber auch Frauen können die Täter sein.**



Oft kennen die Täter und die Opfer sich gut.

Das können die Täter sein:

- ein Familien-Mitglied
- ein Freund
- ein Arbeits-Kollege
- ein Betreuer.



**Aber:**

**Täter und Opfer können sich auch nicht kennen.**



Es gibt bestimmte Menschen.

Die bestimmten Menschen erleben öfter Gewalt.

Als andere Menschen.

Die bestimmten Menschen sind besonders:

- Mädchen mit einer Behinderung und
- Frauen mit einer Behinderung.

Mädchen und Frauen mit einer Behinderung erleben mehr Gewalt als Frauen und Mädchen **ohne** eine Behinderung.



## Was sind die Folgen von Gewalt?

Gewalt kann viele Folgen haben. Vielen Frauen geht es nach Gewalt schlecht.



Das sind Beispiele für den Körper:

- Der Körper tut weh.
- Der Körper ist vielleicht verletzt.



Das sind Beispiele für die Gefühle:

- Einige Frauen sind sehr traurig.
- Oder können **nicht** mehr gut schlafen.
- Einige Frauen haben sehr viel Angst.
- Einige Frauen tun sich selbst weh.
- Einige Frauen essen zu viel.
- Oder die Frauen essen gar **nichts** mehr.



Einige Frauen denken immer wieder an die Gewalt.  
Die Frauen erleben die Gewalt immer wieder.  
In den Gedanken.

Die Gedanken passieren einfach.  
Obwohl die Frauen die Gedanken  
**nicht** haben wollen.



Viele Frauen schämen sich.

Das ist schwer für viele Frauen:

- anderen Menschen vertrauen
- Hilfe suchen
- Hilfe annehmen.



## Was kann ich machen: Wenn ich Gewalt erlebe?

---

### Nein sagen.

**Nein** sagen bedeutet:  
Ich will das **nicht**.



Ich kann **nein** mit der Stimme sagen.  
Und mit dem Körper zeigen.

So kann ich  
sagen und zeigen:  
Ich will das **nicht**:

### **Sprechen:**

Ich kann  
laut **nein** sagen.

### **Zeigen:**

Ich kann  
ein ernstes Gesicht machen.

### **Körper-Haltung:**

- Ich kann
- mich groß machen.
  - meine Hände zeigen.
  - meine Arme ausstrecken.

Am besten ist:  
eine Arm-Länge Abstand zu dem Täter.

## Fliehen

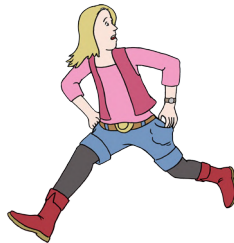
Fliehen bedeutet:

Ich verlasse eine Situation.

So schnell wie möglich.

Ich kann

- weglaufen
- mit dem Rollstuhl wegfahren
- Fahrzeuge nutzen.



Das ist wichtig:

Vielleicht kann ich mir vor dem Fliehen überlegen:

- Wo kann ich sicher sein?
- Wohin kann ich fliehen?
- Wer kann mir helfen?

## Hilfe holen

Wer kann mir helfen?

Wenn Gewalt passiert.

Zum Beispiel:

- Kann ich jemanden anrufen?
- Kann ich eine Nachricht schicken?



- Gibt es Menschen in der Nähe?
- Kann ich anderen Menschen zeigen:  
Ich brauche Hilfe?

## Auf mich aufmerksam machen

Ich kann andere Menschen

darauf aufmerksam machen:

Ich brauche Hilfe.

Ich kann zum Beispiel:

- schreien
- Lärm mit Sachen machen
- einen Schriill-Alarm nutzen.

Ein Schriill-Alarm ist ein kleines Gerät.  
Das Gerät kann ein Geräusch machen.  
Das Geräusch ist sehr unangenehm.  
Und sehr laut.

- einen Menschen direkt ansprechen.  
Auch wenn ich den Menschen  
**nicht** kenne.

Ich kann zum Beispiel rufen:

Du mit dem gelben Pulli:  
Hilf mir.



## Überraschungs-Momente nutzen

Ich kann den Täter überraschen.

Das bedeutet:

Ich mache eine Sache.

Der Täter rechnet **nicht** damit:

Ich mache die Sache.



Vielleicht ist der Täter dann verwirrt.

Vielleicht muss der Täter dann nachdenken.

Oder etwas mit dem eigenen Körper machen.

Das sind Beispiele:

- Dem Täter etwas ganz anderes sagen.

Zum Beispiel:

Das Wetter ist heute aber schlecht.

- Oder dem Täter eine Sache zuwerfen.

Und rufen:

Fang.

Das Gute an dem Überraschungs-Moment ist:

Ich bekomme vielleicht etwas Zeit.

Die Zeit ist zum Hilfe-Holen

oder zum Fliehen.

## Selbst-Verteidigung

Ich kann mich gegen den Täter wehren.

Ich kann mich selbst verteidigen.

Viele Täter hören mit der Gewalt auf.

Wenn sich die Opfer sehr wehren.



Das ist wichtig:

- Mit der Selbst-Verteidigung greife ich **niemanden** an.
- Mit der Selbst-Verteidigung schütze ich mich selbst vor der Gewalt.

Das sind Beispiele:

- mit der Faust  
auf die Nase von dem Täter schlagen
- mit der flachen Hand  
auf das Ohr von dem Täter schlagen
- auf den Fuß  
von dem Täter treten
- mit einem Stock  
oder einer Krücke den Täter schlagen
- mit einem Rollstuhl  
gegen den Täter fahren
- Sachen auf den Täter werfen.

Bei der Selbst-Verteidigung ist das gut:

Ich bin laut und schreie.

Laut sein und schreien:

- macht andere Menschen auf mich aufmerksam.
- gibt mehr Luft.
- gibt mehr Kraft.

### **Selbst-Verteidigung lernen**

Ich möchte lernen:

Wie kann ich mich selbst verteidigen?

Dann kann ich Kurse für  
Selbst-Verteidigung besuchen.

Zum Beispiel: Wendo-Kurse.

### **Was ist Wendo?**

Wendo ist:

- Selbst-Behauptung und
- Selbst-Verteidigung  
für Frauen und Mädchen.

Informationen über die Kurse gibt es zum Beispiel:  
bei den Beratungs-Stellen.



## **Wie finde ich Hilfe?**

Das ist wichtig:

Sie können sich vor Gewalt  
schützen.



Für den Schutz gibt es  
verschiedene Möglichkeiten.

Das sind Beispiele:

### **Jemand bedroht Sie?**

Dann rufen Sie die Polizei.

Die Telefon-Nummer von der Polizei ist:  
**110.**

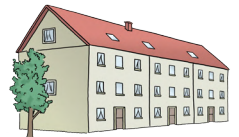


### **Sie erleben Gewalt zu Hause?**

Dann rufen Sie die Polizei.

Die Polizei kann sagen:

Der Täter muss das Haus verlassen.



Sie können mit der Polizei  
auch eine Anzeige schreiben.

## Eine Frau kann nicht zu Hause bleiben?

Dann kann die Frau in ein Frauen-Haus gehen.



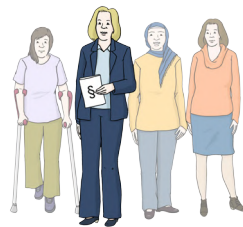
In ein Frauen-Haus können auch Frauen

- mit Behinderungen und Frauen
- mit Kindern gehen.



Ein Frauen-Haus ist ein sicherer Ort.  
Für Frauen und die Kinder.  
Im Frauen-Haus bekommt die Frau Hilfe.

Das ist auch wichtig:  
Die Frauen lernen mehr über die eigenen Rechte.



## Eine Frau braucht Beratung?

In einer Beratungs-Stelle können Frauen und Mädchen über die eigenen Erfahrungen sprechen.

Die Beraterinnen

- hören zu.
- erzählen die Erfahrungen **nicht** weiter.
- helfen den Frauen und Mädchen.



Die Beraterinnen

und die Frauen und Mädchen überlegen zusammen:

Was hilft den Frauen und Mädchen?  
Damit es den Frauen und Mädchen besser geht.



Sie möchten zu einer Beratung gehen?  
Aber Sie möchten **nicht** allein gehen?

Dann können Sie eine Person mitnehmen.

Es ist gut:

Sie vertrauen der Person.





## Wo finde ich Hilfe?

---

### Amts-Gericht und Polizei



Amtsgericht  
Oberhausen



### Rechtsantragstelle

Wenn das Gericht etwas für Sie tun soll,  
können Sie das Gericht darum bitten.  
Das bedeutet: Sie stellen einen Antrag.

Manchmal müssen Sie dem Gericht auch etwas sagen.  
Das nennt man: eine Erklärung machen.

Was passiert bei der Rechts-Antrag-Stelle?  
Die Rechts-Antrag-Stelle hilft Ihnen.  
Ein Mitarbeiter schreibt für Sie  
den Antrag oder die Erklärung.

Das ist die Adresse:

Friedensplatz 1

Zimmer 6

46045 Oberhausen

**Telefon: 0208 – 858 63 13**

E-Mail: [poststelle@ag-oberhausen.nrw.de](mailto:poststelle@ag-oberhausen.nrw.de)



Öffnungs-Zeiten:

Montag bis Freitag

von 8 bis 12 Uhr



### Wache Alt Oberhausen

Jemand bedroht Sie?

Dann rufen Sie die Polizei.

Sie können bei der Polizei auch  
eine Anzeige machen.

Das ist die Adresse:  
Friedensplatz 2 – 5  
46045 Oberhausen  
**Telefon: 0208 – 82 60**



**Im Notfall: 110**

### Beratungs-Stellen für Opfer von Gewalt



### **Kommissariat Kriminalprävention Opferschutz**

Opfer von Gewalt brauchen  
Hilfe und Verständnis.  
Dafür hat die Polizei Oberhausen  
einen Opfer-Schutz-Beauftragten.

Der Opfer-Schutz-Beauftragte

- hört zu.
- spricht mit den Opfern.
- gibt Informationen.
- hat Hefte und Falt-Blätter  
mit wichtigen Informationen.

Das ist die Adresse:

Marktstr. 47 – 49  
46045 Oberhausen

**Telefon: 0208 – 826 45 15**

E-Mail: [kriminalpraevention.oberhausen@polizei.nrw.de](mailto:kriminalpraevention.oberhausen@polizei.nrw.de)

Internet: [www.polizei.nrw](http://www.polizei.nrw)



### **Außenstelle Oberhausen**

Der WEISSE RING hilft Menschen.  
Die Menschen sind Opfer von Gewalt.

Die ehrenamtlichen Mitarbeiter am Telefon

- hören Ihnen zu.
- lassen Sie **nicht** alleine.

Die ehrenamtlichen Mitarbeiter vom WEISSEN RING

- begleiten Sie zu Terminen bei der Polizei und Staats-Anwaltschaft und Gericht.
- bieten Hilfe im Umgang mit weiteren Ämtern.
- vermitteln Hilfen anderer Organisationen.
- geben Hilfe zur anwaltlichen Erst-Beratung, insbesondere zum Schutz von Opfer-Schutz-Rechten im Straf-Verfahren, zur Durchsetzung von Ansprüchen nach dem Opfer-Entschädigung-Gesetz.

Das ist die Adresse:

Postfach 140108

46131 Oberhausen

**Telefon: 0151 – 54 50 39 80**

E-Mail: [oberhausen@mail.weisser-ring.de](mailto:oberhausen@mail.weisser-ring.de)

Internet: [oberhausen-nrw-rheinland.weisser-ring.de](http://oberhausen-nrw-rheinland.weisser-ring.de)



## Beratungs-Stellen für alle Frauen



**Frauenberatungsstelle**  
Oberhausen

In der Frauen-Beratungs-Stelle bekommen Frauen Infos und Hilfe.

Zum Beispiel zu den Fragen:

- Was kann ich gegen Gewalt tun?
- Was sind meine Rechte?
- Wo finde ich gute Anwälte?
- Was kann ich gegen den Täter tun?
- Soll ich eine Anzeige machen?

Das ist die Adresse:

Helmholtzstr. 48

46045 Oberhausen

**Telefon: 0208 – 20 97 07**

E-Mail: [info@fbst-ob.de](mailto:info@fbst-ob.de)

Internet: [www.fhf-ob.de](http://www.fhf-ob.de)





**Frauenhaus**  
Oberhausen

Eine Frau erlebt zu Hause Gewalt?  
Dann kann die Frau in ein Frauen-Haus gehen.  
Im Frauen-Haus bekommt die Frau Schutz.

Auch die Kinder der Frau  
können mit in das Frauen-Haus gehen.  
Auch die Kinder bekommen Schutz.

Die Adresse vom Frauen-Haus ist geheim.  
Das ist zum Schutz von den Frauen  
im Frauen-Haus.



Sie können im Frauen-Haus anrufen.  
Die Polizei kennt auch die Nummer vom Frauen-Haus.



**Telefon: 0208 – 80 45 12**

E-Mail: [info@fhf-ob.de](mailto:info@fhf-ob.de)

Internet: [www.fhf-ob.de](http://www.fhf-ob.de)

Internet: [www.frauen-info-netz.de](http://www.frauen-info-netz.de)

## Weitere Beratungs-Stellen



**profamilia**

### **Beratung Sexueller Missbrauch**

Sie haben Sexualisierte Gewalt erlebt?  
Oder Angst davor?

**Kein** Mensch muss damit alleine bleiben.  
Sie können zum Beispiel Beratung bekommen.

Das ist die Adresse:  
Bismarckstr. 3  
46047 Oberhausen

**Telefon: 0208 – 86 77 71**

E-Mail: [oberhausen@profamilia.de](mailto:oberhausen@profamilia.de)

Internet: [www.profamilia.de](http://www.profamilia.de)





**Täterarbeit**  
**Gewaltfrei - Angebot für Täter bei**  
**Häuslicher Gewalt**

Die Caritas Oberhausen hilft bestimmten Männern.  
Die bestimmten Männer sind Gewalt-Täter.  
Die Gewalt war gegen die Partnerinnen  
von den Männern.

Die Männer sollen

- nachdenken
- Verantwortung übernehmen
- das Verhalten ändern.

Das ist die Adresse:

Dorstener Str. 200

46145 Oberhausen

**Telefon: Charlene Vogt: 0174 – 7 02 643**

**Telefon: Jan Balzer: 0163 – 88 08 696**

E-Mail: [gewaltfrei@caritas-oberhausen.de](mailto:gewaltfrei@caritas-oberhausen.de)

Internet: [www.caritas-oberhausen.de/gewaltfrei](http://www.caritas-oberhausen.de/gewaltfrei)



**im Bereich Chancengleichheit**

Männer und Frauen haben die gleichen Rechte.  
Die Gleich-Stellungs-Stelle arbeitet besonders  
für Mädchen und Frauen in Oberhausen.

Zum Beispiel:

- Förderung von Frauen im Arbeits-Leben
- Bekämpfung der Gewalt an Frauen
- Förderung der Gesundheit von Frauen
- Angebote für Mädchen in Oberhausen

Das ist die Adresse:

Schwartzstr. 73

46045 Oberhausen

**Telefon: 0208 – 825 20 50**

E-Mail: [gleichstellungsstelle@oberhausen.de](mailto:gleichstellungsstelle@oberhausen.de)





Sie haben Angst?

Sie können die Telefon-Nummer immer anrufen.

Zum Beispiel:

Wenn Ihnen jemand weh tut.

Oder wenn jemand sagt:

er will Ihnen weh tun.

Sie können auch anrufen,  
wenn einem anderen Menschen  
weh getan wird.

Zum Beispiel:

Ihrer Freundin.

Oder jemandem aus Ihrer Familie.

**Telefon: 116 016**



## Beratungs-Stelle für Kinder und Jugendliche, junge Erwachsene und Familien



## **Psychologische Beratungsstelle der Stadt Oberhausen**

Die Psychologische Beratungs-Stelle hat Mitarbeiter.

Die Mitarbeiter sind für Sie da.

Zum Beispiel:

- wenn Ihr Kind Probleme hat
- bei Problemen in der Familie.
- bei Problemen mit dem Partner.

Die Psychologische Beratungs-Stelle bietet

zum Beispiel:

- Beratungs-Gespräche
- Einzel-Therapie
- Gruppen-Therapie
- Spiel-Therapie
- Familien-Beratung.

Das ist die Adresse:  
Schwarzwaldstr. 25 – 27  
46119 Oberhausen

**Telefon: 0208 – 825 41 90**

E-Mail: [psych.beratung@oberhausen.de](mailto:psych.beratung@oberhausen.de)

Internet: [www.bke-beratung.de](http://www.bke-beratung.de)



## **Regionalteams Jugendhilfe Jugendamt**

Das Jugend-Amt unterstützt Eltern und Kinder.

Zum Beispiel wenn Kinder und Jugendliche

- Gewalt erlebt haben.
- Probleme haben.
- Streit mit ihren Eltern haben.

Das Jugend-Amt berät die Familien  
in vielen verschiedenen Dingen.

In Oberhausen gibt es Regional-Teams.  
Die Regional-Teams sind für die  
verschiedenen Stadt-Teile zuständig.

## **Oberhausen-Mitte-Styrum**

Das ist die Adresse:  
Danziger Str. 11 – 13  
46045 Oberhausen

**Telefon: 0208 – 825 21 98**



## **Oberhausen-Ost**

Das ist die Adresse:  
Alte Heid 13  
46047 Oberhausen

**Telefon: 0208 – 825 39 70**



## **Oberhausen-Alstaden-Lirich**

Das ist die Adresse:  
Concordiastr. 30  
46049 Oberhausen

**Telefon: 0208 – 825 23 86**

E-Mail: [jugendamt@oberhausen.de](mailto:jugendamt@oberhausen.de)



## Oberhausen-Sterkrade

Das ist die Adresse:

Steinbrinkstr. 188

46145 Oberhausen

Telefon: 0208 – 825 61 36



## Oberhausen-Osterfeld

Das ist die Adresse:

Bottroper Str. 183

46117 Oberhausen

Telefon: 0208 – 825 81 29



Es gibt ein Heft

von dem Bundesverband

Feministische Selbstbehauptung

und Selbstverteidigung

BV FEST e.V.

Der Name von dem Heft ist:

**Nein heißt nein.**

In dem Heft gibt es

Informationen gegen Gewalt.

Besonders für Frauen

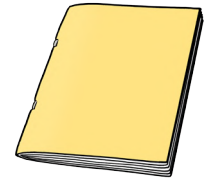
mit Behinderungen.

Sie können das Heft

über die Internet-Seite bekommen:

Internet-Seite:

[www.bvfest.de](http://www.bvfest.de)





Die Übersetzung und Prüfung  
vom Text vom Heft

**Schutz vor Gewalt in Oberhausen**

in Leichte Sprache ist von:

Büro für Leichte Sprache an Rhein und Ruhr  
bei Leben im Pott, Lebenshilfe Oberhausen e.V.

[lebenshilfe-oberhausen.de](http://lebenshilfe-oberhausen.de)

[leichte-sprache@lebenshilfe-oberhausen.de](mailto:leichte-sprache@lebenshilfe-oberhausen.de)

Die Bilder sind von:

Lebenshilfe für Menschen

mit geistiger Behinderung Bremen e.V.,

Stefan Albers, Atelier Fleetinsel