

Was kann ich als Opfer Häuslicher Gewalt tun?

Wenden Sie sich an eine Beratungsstelle: z.B. an die Opferhilfestelle (BOH) oder an die Anlaufstelle gegen Häusliche Gewalt (AHG).

Rufen Sie die Polizei, wenn Sie sich bedroht fühlen. Die Polizei kann eine gewalttätige Person aus der Wohnung oder dem Haus wegweisen (bis zu 20 Tage). In dieser Zeit darf diese Person nicht nach Hause zurückkehren. Genaue Informationen sind der Broschüre "Stopp Gewalt" zu entnehmen.

Erstatten Sie eine Strafanzeige. Es ist oft ratsam, eine Anzeige zu erstatten. Die gewaltausübende Person wird somit bei der Polizei aktenkundig und die Gewalt versteckt sich nicht mehr in den eigenen vier Wänden. Tipps zur Anzeige finden Sie auf unserem Merkblatt "Was ist Strafbar – und wie kann ich Strafanzeige erstatten?".

Dokumentieren Sie Verletzungen und andere Übergriffe. Machen Sie Fotos von sichtbaren Verletzungen und lassen Sie sich ein Arzteugnis ausstellen. Speichern Sie bedrohliche Text-Nachrichten.

Lassen Sie sich von einem Zivilgericht eine Schutzverfügung ausstellen. Sie können eine Schutzverfügung nach ZGB 28b beantragen (sinnvollerweise immer mit anwaltlicher Unterstützung und meist im Rahmen eines Eheschutzverfahrens). So können Sie z.B. ein Rayonverbot für die gewaltausübende Person erwirken (also auch eine Verlängerung der Wegweisung).

Weihen Sie nahestehende Personen ein. Wenn Sie in eine gefährliche Situation kommen, können Sie diese zu Hilfe rufen. Informieren Sie aber auch Drittpersonen wie Lehrkräfte Ihrer Kinder, Schulsozialarbeiter*innen, Arbeitgeber*innen und Personen aus der Nachbarschaft, damit diese wissen, wie sie reagieren sollen.

Bringen Sie Ihre Papiere in Sicherheit. Verstecken Sie u.a. Ihre ID-Karte, die Aufenthaltsbewilligung, Geld oder Bankkonto-Unterlagen und kopieren Sie die wichtigsten Papiere, welche Sie für ein Gerichtsverfahren benötigen (z.B. Arbeitsverträge, Steuererklärung, Krankenkassenpolicen, etc.).

Packen Sie eine Tasche mit den wichtigsten Dingen, die Sie für ein schnelles und plötzliches Verlassen der Wohnung benötigen. Klären Sie unbedingt vorher ab, wohin Sie im Notfall gehen können. Halten Sie allenfalls die Nummer des Frauenhauses bereit.