

## Lass dir helfen!

Wenn du sexuelle Gewalt erlebt hast, ist es ganz normal, dass du dich hilflos fühlst, dich schämst oder verzweifelt bist. Du weißt nicht, was du machen sollst und mit wem du darüber sprechen kannst? Das sind normale Reaktionen auf ein nicht normales Erlebnis. Du bist damit nicht alleine: Es gibt in Gelsenkirchen Beratungsstellen. Dort kannst du dir jederzeit Hilfe holen – anonym und vertraulich.

### Hilfe in Gelsenkirchen:

#### Frauenberatungsstelle

Tel. 0209 207713, info@frauenberatung-ge.de

#### Mädchenzentrum

Tel. 0209 30253, maedchenzentrum-ge@t-online.de

#### Fachstelle gegen sexualisierte Gewalt an Kindern und Jugendlichen, Caritasverband für die Stadt Gelsenkirchen e.V.

Tel. 0209 1580610, fachstelle@caritas-gelsenkirchen.de

#### Opferschutz der Polizei

Tel. 0209 365-8411, kkkpo.gelsenkirchen@polizei.nrw

#### Frauenhaus Gelsenkirchen

Tel. 0209 201100

#### Stadt Gelsenkirchen – Referat Kinder, Jugend und Familien

Tel. 0209 169-7015

#### Stadt Gelsenkirchen – Gleichstellungsstelle

Tel. 0209 169-2110, gleichstellungsstelle@gelsenkirchen.de



[www.gelsenkirchen.de/anonyme-spurensicherung](http://www.gelsenkirchen.de/anonyme-spurensicherung)



Hier kannst du dich untersuchen und die Spuren der Vergewaltigung sichern lassen:

You can get examined and have the evidence of rape secured here:

Tu peux te faire examiner et demander la conservation des éléments de preuve de viol ici :

Burada muayene olabilir ve tecavüzün izlerini güvence altına alabilirsiniz:

Aici poți fi examinată și poți securiza probele violului:

Тук можеш да се прегледаш и да поискаш да бъдат запазени следите от изнасилването:

Тут можна пройти обстеження та зберегти сліди зґвалтування:

هنا يمكنك الخضوع للفحص، وحفظ أدلة الاغتصاب:



**Marienhospital Gelsenkirchen, Frauenklinik**  
Virchowstr. 122, 45886 Gelsenkirchen, 0209 172 - 4501

**St. Marien-Hospital Buer, Frauenklinik**  
Mühlenstr. 5–9, 45894 Gelsenkirchen, 0209 364 - 3510

**Evangelische Kliniken Gelsenkirchen, Frauenklinik**  
Munckelstr. 27, 45879 Gelsenkirchen, 0209 160 - 1201

**Been raped – and don't want to go to the police?**

### Here's what you can do

- You can get yourself examined in hospital anonymously and free of charge at any time.
- You can have the evidence secured there as means of proof.
- You can decide to raise charges against the perpetrator at any time within the next ten years. Only after that period does the evidence get destroyed.
- After your period of reflection, you can inform the police of the anonymously secured evidence. They will then deal with it.

### Important advice:

- ✓ Please do not shower and do not wash or throw away your clothes, as important evidence could be lost.
- ✓ Go to one of the hospitals as quickly as possible and have the evidence secured.
- ✓ Remember to take your health insurance card.
- ✓ If necessary, take someone you trust with you.
- ✓ If you need advice or someone to talk to, you can call the helpline on 0800 116 016 (24 hours, anonymous, in 18 languages) or use the instant chat function at [www.hilfetelefon.de](http://www.hilfetelefon.de).

**Victime d'un viol – et tu ne veux pas encore te rendre à la police?**

### Ce que tu peux faire

- Tu peux te faire examiner à tout moment, anonymement et gratuitement à l'hôpital.
- Tu peux y conserver les éléments pouvant servir de preuves.
- Tu peux décider de porter plainte contre le violeur dans les dix ans suivant les faits. Ce n'est qu'après ce délai que les preuves seront détruites.
- Après une période de réflexion, tu peux prévenir la police de la conservation anonyme des preuves. La police se charge ensuite des éléments de preuve.

### Remarques importantes :

- ✓ Ne prends pas de douche et ne lave pas ou ne jette pas ton linge pour ne pas perdre de preuves importantes.
- ✓ Va le plus rapidement possible dans l'une des cliniques et assure-toi que toutes les preuves sont consignées.
- ✓ N'oublie pas de prendre ta carte d'assurance maladie.
- ✓ Si nécessaire, fais-toi accompagner d'une personne de confiance.
- ✓ Si tu as besoin de conseils ou de quelqu'un à qui parler, tu peux contacter le service d'assistance téléphonique au 0800 116 016 (24 heures sur 24, de manière anonyme, en 18 langues) ou le chat instantané sur [www.hilfetelefon.de](http://www.hilfetelefon.de).

**Anonyme Spurensicherung nach sexueller Gewalt (ASS):  
Strafanzeige: Ja – Nein – Vielleicht?**

**VERGEWALTIGT?!**

**ERST SPUREN SICHERN,  
DANN ENTSCHEIDEN!**





## Vergewaltigt – und du willst noch nicht zur Polizei?

### Das kannst du tun

- Du kannst dich anonym und kostenfrei jederzeit im Krankenhaus untersuchen lassen.
- Du kannst die Spuren dort als Beweismittel sichern lassen.
- Innerhalb von 10 Jahren nach der Tat kannst du dich für eine Anzeige gegen den Täter entscheiden. Erst danach werden die Spuren vernichtet.
- Nach deiner Bedenkzeit kannst du die Polizei über die anonyme Spurensicherung informieren. Sie kümmert sich dann um die Beweise.

### Wichtige Hinweise:

- ✓ Bitte nicht duschen und deine Wäsche nicht waschen oder wegwerfen, sonst gehen wichtige Beweise verloren.
- ✓ Fahre so schnell wie möglich in eine der Kliniken und lasse alle Spuren sichern.
- ✓ Denke an deine Krankenversicherungskarte.
- ✓ Nimm bei Bedarf eine Person deines Vertrauens mit.
- ✓ Wenn du Beratung oder jemanden zum Reden brauchst, kannst du dich an das Hilfefon 0800 116 016 (24 Stunden, anonym, in 18 Sprachen) oder an den Sofort-Chat [www.hilfetelefon.de](http://www.hilfetelefon.de) wenden.



## Tecavüze uğradın ve henüz polise gitmek istemiyor musun?

### İşte yapabileceklerin

- İstedğin zaman hastanede anonim bir şekilde ve ücretsiz olarak muayene olabilirsiniz.
- İzleri delil olarak orada güvence altına alabilirsiniz.
- Bu suçtan itibaren on yıl içinde fail hakkında suç duyurusunda bulunmaya karar verebilirsiniz. Deliller ancak o zaman yok edilir.
- Düşünüp karar verdikten sonra anonim delil tespiti üzerinden polisi haberdar edebilirsiniz. Bu durumda delillerle polis ilgilenir.

### Önemli bilgiler:

- ✓ Lütfen duş alma ve çamaşırlarını yıkama veya atma; aksi takdirde önemli deliller kaybolacaktır.
- ✓ Mümkün olan en kısa sürede kliniklerden birine git ve tüm izlerin güvence altına alınmasını sağla.
- ✓ Sağlık sigortası kartını unutma.
- ✓ Gerekirse, yanına güvendiğin bir kişiyi al.
- ✓ Danışmanlığa veya konuşacak birine ihtiyaç duyarsan, 0800 116 016 numaralı yardım hattını (24 saat, anonim, 18 dilde) arayabilir veya [www.hilfetelefon.de](http://www.hilfetelefon.de) adresi üzerinden anında sohbet hizmetine başvurabilirsiniz.



## Ai fost violat(ă) – și încă nu vrei să mergi la poliție?

### Poți face următoarele

- Este posibil să fii examinat(ă) în mod anonim și gratuit, la spital, în orice moment.
- Este posibil ca probele prelevate să fie securizate acolo, ca dovezi.
- Poți decide să depui o plângere împotriva făptuitorului în termen de zece ani de la comiterea infracțiunii. Abia atunci probele sunt distruse.
- După ce te gândești bine, poți informa poliția privind securizarea anonimă a probelor. Apoi, ei se vor ocupa de dovezi.

### Instrucțiuni importante:

- ✓ Te rugăm să nu faci duș și să nu-ți speli sau să-ți arunci hainele, altfel se vor pierde dovezi importante.
- ✓ Mergi la una dintre clinici cât mai repede posibil și lasă-i să pună probele în siguranță.
- ✓ Nu uita de cardul de asigurări de sănătate.
- ✓ Dacă este necesar, ia cu tine pe cineva în care ai încredere.
- ✓ Dacă ai nevoie de sfaturi sau să discuți cu cineva, poți apela linia de asistență la 0800 116 016 (24 de ore, anonim, în 18 limbi) sau chat-ul instantaneu la adresa [www.hilfetelefon.de](http://www.hilfetelefon.de).



## Изнасилена си – но не искаш да отидеш в полицията?

### Можеш да направиш следното

- По всяко време можеш анонимно и безплатно да се изследваш в болница.
- Там можеш да поискаш да запазят следите като доказателство.
- В рамките на десет години след извършване на деянието може да вземеш решение да повдигнеш обвинение срещу извършителя. Едва тогава следите ще бъдат унищожени.
- След като си отделиш достатъчно време за размисъл, може да информираш полицията за анонимното запазване на следите от изнасилването. Те ще се погрижат за доказателствата.

### Важни указания:

- ✓ Моля, не вземай душ, не пери и не изхвърляй дрехите си, защото в противен случай ще бъдат изгубени важни доказателства.
- ✓ Отиди в някоя от клиниките възможно най-скоро и поискай да се запазят всички следи.
- ✓ Не забравяй здравноосигурителната си карта.
- ✓ Ако е необходимо, вземи със себе си човек, на когото имаш доверие.
- ✓ Ако имаш нужда от консултация или от някой, с когото да поговориш, можеш да се обадиш на телефона за оказване на помощ 0800 116 016 (24 часа, анонимно, на 18 езика) или да започнеш незабавен чат на интернет страницата [www.hilfetelefon.de](http://www.hilfetelefon.de).



## Зазнав/зазнала насилля — і не хочеш іти в поліцію?

### Це ти можеш зробити

- Ти можеш у будь-який час анонімно та безкоштовно пройти обстеження у лікарні.
- Ти можеш зберегти сліди як докази.
- Протягом десяти років після вчинення злочину ти можеш подати заяву на зловмисника. Лише через десять років сліди знищуються.
- Після закінчення часу на роздуми ти можеш інформувати через анонімне збереження слідів злочину. Тоді поліція подбає про докази.

### Важливі вказівки:

- ✓ Будь ласка, не приймай душ, не пери та не викидай свою білизну, інакше важливі докази будуть втрачені.
- ✓ Якогомога швидше їдь до однієї з клінік та збережи сліди.
- ✓ Не забудь свою картку медичного страхування.
- ✓ Якщо потрібно, візьми з собою людину, якій довіряєш.
- ✓ Якщо тобі потрібна консультація або хтось для поради, ти можеш звернутися за телефоном довіри 0800 116 016 (цілодобово, анонімно, на 18 мовах) або до чату на сайті [www.hilfetelefon.de](http://www.hilfetelefon.de).



## تعرضت للاغتصاب - ولا تريدين الذهاب إلى الشرطة بعد؟

### يمكنك القيام بما يلي

- يمكنك الخضوع للفحص دون الكشف عن هويتك ومجاناً في المستشفى، في أي وقت.
- يمكنك طلب حفظ الأدلة هناك لاستخدامها كإثبات.
- ويمكنك اتخاذ قرار الإبلاغ عن الجاني، في غضون عشر سنوات من الجريمة. بعدها فقط تُدمر الأدلة.
- بعد أخذ وقتك في التفكير، يمكنك إبلاغ الشرطة بشأن حفظ الأدلة مطموس الهوية. ومن ثم تتكفل الشرطة بالاعتناء بتلك الأدلة.

### ملاحظات مهمة:

- ✓ من فضلك لا تستحمي، ولا تغسلي ملابسك، ولا تتخلصي منها، وإلا فسوف تفقدين أدلة مهمة.
- ✓ انطلقِي إلى أحد المستشفيات بأسرع وقت ممكن، واطلبي حفظ الأدلة كلها.
- ✓ تذكري بطاقة التأمين الصحي الخاصة بك.
- ✓ إذا لزم الأمر، اصطحي معكِ شخصاً تثقين به.
- ✓ إذا كنت بحاجة إلى مشورة أو شخص ما للتحدث معه، يمكنك الاتصال بخط المساعدة على 0800 116 016 (24 ساعة، دون الكشف عن الهوية، بـ 18 لغة) أو الدردشة الفورية على [www.hilfetelefon.de](http://www.hilfetelefon.de).