

## Ich tu was ... ... gegen Gewalt

- Ich nehme Blickkontakt mit dem Opfer auf.
- Ich rufe dem Opfer zu: „Kann ich helfen?“ oder „Wir sind da und helfen!“
- Ich mache andere Menschen in der Umgebung laut auf die Notsituation aufmerksam.
- Ich spreche Umstehende direkt an und bitte um Mithilfe: „Sie in der roten Jacke – bitte holen Sie die Polizei!“
- Ich rufe die Polizei unter 110 an. Die Nummer ist gebührenfrei und jederzeit ist ein Ansprechpartner erreichbar.
- In der Bahn ziehe ich bei Gefahr die Notbremse.
- Ich stelle mich als Zeuge zur Verfügung. So werden Täter schneller ermittelt und weitere Straftaten verhindert.
- Ich handele, bevor sich eine Situation zuspitzt.
- Ich lasse mich nicht provozieren und ich provoziere auch nicht andere. Gewalttätige Situationen entstehen oft, weil ein Wort das andere gibt.
- Ich mische mich keineswegs mit einer Waffe ein, da Waffen in aller Regel zur Eskalation beitragen.

## Hilfe ... ... erhalten Sie unter

### **Notruf der Polizei: 110**

... weitere Informationen unter:

- Polizeidirektion Main Taunus:
  - Jugendkoordination  
Tel.: 0 61 92/2079-232
  - Kriminalpolizeiliche Beratung  
Tel.: 0 61 92/2079-231
- Präventionsrat Main Taunus Kreis  
Geschäftsstelle  
Tel.: 0 61 92/201-2525  
E-Mail: [präventionsrat@mtk.org](mailto:präventionsrat@mtk.org)

### **GEWALT - SEHEN - HELFEN**

Wir, die Präventionsräte der MTK-Städte und Gemeinden und der Präventionsrat des Main Taunus Kreises möchten das unser Kreis lebenswert bleibt.





GEWALT  
GEWALT  
GEWALT



SEHEN  
SEHEN  
SEHEN



HELFEN  
HELFEN  
HELFEN

## Sagen Sie nicht:

*„Gewalt geht mich nichts an“*

**sondern**

*„Gewalt geht mich was an“*

Gewalt findet täglich statt, manchmal ganz in Ihrer Nähe: Körperverletzungen, Sachbeschädigung oder Raub. Auch Anmache, Rempeleien, Belästigungen.

Gewalt entsteht immer da, wo keiner hinschaut und sie entwickelt sich. Wer wegschaut, gibt der Gewalt eine Chance! Wer hinschaut, reduziert die Gewaltbereitschaft. Wenn Sie zügig tätig werden und Menschen Brücken bauen, um aus brenzligen Situationen auszusteigen, können Sie verhindern, dass Situationen eskalieren. Sollten Sie eskalieren, dann rufen Sie 110 an und aktivieren damit professionelle Hilfe.

## Sagen Sie nicht:

*„Ich habe nichts gesehen“*

Viel zu viele Menschen in unserer Stadt schauen bei Gewalt weg. Eilig rennen Sie am Geschehen vorbei oder schauen teilnahmslos zu. Sagen sich: „Mir kann das nicht passieren!“ oder „Was geht mich das an.“

Auch Sie können jederzeit mit einer Gewalt- oder Notsituation konfrontiert werden.

Wer in dieser Situation hinschaut, hat schon den ersten Schritt zur Hilfe getan. Beobachten Sie die Situation und merken Sie sich so viele Einzelheiten wie möglich. Machen Sie andere auf die Situation aufmerksam. Helfen Sie mit, „Öffentlichkeit“ zu erzeugen. So haben Gewalthandlungen keine Chance.

## Sagen Sie:

*„Ich kann helfen“*

Sie sollen nicht die Heldin oder den Helden spielen – die gibt's im Kino oder Fernsehen.

Um Hilfe zu leisten, brauchen Sie nur andere auf die Situation aufmerksam zu machen. Wenn Sie schreien, werden andere es auch tun. Wenn Sie 110 anrufen, wird schnell professionelle Hilfe vor Ort sein.

Überwinden Sie eigene Ängste. Zeigen Sie Verantwortung und Solidarität mit dem Opfer. Vermeiden Sie es mit dem Täter zu sprechen. Bieten Sie dem Opfer Ihre Unterstützung an. Damit werden Übergriffe verhindert.

Versuchen Sie beim nächsten Mal aktiv zu sein und holen Sie Hilfe. Sie werden das gute Gefühl erleben, Zivilcourage gezeigt zu haben.