

Präventionshinweise zum Schutz vor sexuellen Übergriffen

- **Seien Sie im Vorfeld, insbesondere an abgelegenen oder einsamen Örtlichkeiten aufmerksam.**
Nehmen Sie Ihre Umgebung bewusst wahr. Vermeiden Sie z.B. das Hören lauter Musik über Kopfhörer und Ablenkungen durch das Smartphone.
- **Achten Sie auf Ihr „Bauchgefühl“, das Gefühl, dass etwas oder jemand nicht in Ordnung ist.**
In fast allen Fällen tritt dieses Gefühl als instinktives Alarmsignal auf.
- **Treten Sie selbstbewusst auf, provozieren Sie jedoch keine Gewaltanwendung.**
Sexualstraftäter suchen sich für Ihre Taten stets vermeintlich Schwächere aus. Sie suchen Opfer und fürchten Gegner. Der erste Schritt, um sich vor solchen Tätern zu schützen ist ein sicheres und selbstbewusstes Auftreten. Achten Sie daher auf eine aufrechte Körperhaltung und entsprechende Mimik.
- **Rufen Sie bei verdächtigem oder ungewöhnlichem Verhalten Fremder den Notruf 110 der Polizei an und benachrichtigen Sie evtl. zusätzlich eine Person Ihres Vertrauens.**
- **Werden Sie im Falle eines Angriffs, ggf. auch schon vorher, laut, schreien Sie so laut Sie können um Hilfe, stellen Sie Öffentlichkeit her.**
Durch lautes Schreien von Sätzen wie „Fassen Sie mich nicht an!“, „Ich werde überfallen!“ machen Sie auf sich und Ihre Lage aufmerksam.
- **Suchen Sie so schnell wie möglich andere Menschen auf. Fordern Sie ggf. unbeteiligte Personen (Passanten) aktiv zur Hilfeleistung auf.**
Sprechen Sie diese Personen gezielt mit den beispielhaften Worten „Sie mit der blauen Jacke, helfen Sie mir!“ an.
- **Nutzen Sie jede Gelegenheit zur Flucht und setzen Sie hierfür ggf. auch heftige körperliche Gegenwehr ein.**
- **Führen und nutzen Sie keine eigene aktive Bewaffnung, es besteht ansonsten die Gefahr der Selbstverletzung und der „Entwaffnung“ durch den Täter. Setzen Sie stattdessen sog. Schriill-Alarm-Geräte oder Trillerpfeifen („Krachmacher“) ein.**

Die genannten Hinweise sollten nicht als Begrenzung Ihrer persönlichen Freiheit verstanden werden, sondern als ein Zugewinn für Ihre Sicherheit.