



MODUL 3

Ihre Rechte und Hilfsangebote

Training für die wirtschaftliche Selbstständigkeit von Frauen • 4 Stunden



**Kofinanziert von der
Europäischen Union**

Finanziert von der Europäischen Union. Die geäußerten Ansichten und Meinungen entsprechen jedoch ausschließlich denen des Autors bzw. der Autoren und spiegeln nicht zwingend die der Europäischen Union oder der italienischen Nationalagentur Erasmus+ INDIRE wider. Weder die Europäische Union noch die Bewilligungsbehörde können für sie verantwortlich gemacht werden.



So funktioniert dieses Modul

Lernen Sie die Gesetze kennen, die Sie schützen, Ihre Rechte bei Wohnung, Arbeit und Kredit und die Hilfsangebote, die Sie sicher erreichen können.

4 h

Lernzeit

4

Lektionen

4

Übungen

4

Reflexionen

4

Sprachen

3.1

55 Min.

**Ihre Rechte nach dem
Gesetz**

Übung: EX 3.1 • EX 3.2

3.2

60 Min.

**Rechte bei Wohnung,
Arbeit und Kredit**

Übung: EX 3.3 • EX 3.4

3.3

55 Min.

**Beratung und
Unterstützung**

Übung: EX 3.5 • EX 3.6

3.4

55 Min.

**Für sich eintreten und
Hilfe suchen**

Übung: EX 3.7 • EX 3.8



Kofinanziert von der
Europäischen Union

FIRE • Financial Resilience • Modul 3: Ihre Rechte und Hilfsangebote

Finanziert von der Europäischen Union. Die geäußerten Ansichten und Meinungen entsprechen jedoch ausschließlich denen des Autors bzw. der Autoren und spiegeln nicht zwingend die der Europäischen Union oder der italienischen Nationalagentur Erasmus+ INDIRE wider. Weder die Europäische Union noch die Bewilligungsbehörde können für sie verantwortlich gemacht werden.



Lernziele

Am Ende dieses Moduls können Sie:



Ihren rechtlichen Schutz kennen

Die europäischen und nationalen Gesetze verstehen, die wirtschaftliche Gewalt benennen und Frauen vor Gewalt schützen.



Ihre Alltagsrechte nutzen

Ihre Rechte bei Wohnung, Arbeit, Lohn und Kredit kennen und wissen, wie Täter versuchen, sie Ihnen zu nehmen.



Die passende Hilfe finden

Wissen, welche Hilfsangebote es gibt, was sie tun und wie Sie sie sicher erreichen.



Mutig um Hilfe bitten

Ein Unterstützungsnetz aufbauen, einen Sicherheitsplan machen und den Schritt wagen, um Hilfe zu bitten.



Kofinanziert von der
Europäischen Union

FIRE - Financial Resilience - Modul 3: Ihre Rechte und Hilfsangebote

Finanziert von der Europäischen Union. Die geäußerten Ansichten und Meinungen entsprechen jedoch ausschließlich denen des Autors bzw. der Autoren und spiegeln nicht zwingend die der Europäischen Union oder der italienischen Nationalagentur Erasmus+ INDIRE wider. Weder die Europäische Union noch die Bewilligungsbehörde können für sie verantwortlich gemacht werden.



LEKTION 3.1 • 55 MIN.

Ihre Rechte nach dem Gesetz

Hinweis zum Inhalt: In dieser Lektion geht es um Gewalt in Beziehungen. Machen Sie eine Pause, wann immer Sie eine brauchen.

IN DIESER LEKTION

- Was ein Recht wirklich bedeutet
- Die europäischen Gesetze, die Sie schützen
- Wie Italien, Deutschland und Portugal Sie schützen
- Was diese Rechte im Alltag bedeuten

Modul 3 • Ihre Rechte und Hilfsangebote



L3.1 Lernziele

Am Ende dieser Lektion können Sie:



Mit eigenen Worten erklären, was ein Recht ist



Die wichtigsten europäischen Gesetze gegen Gewalt an Frauen nennen



Ein nationales Gesetz aus einem Partnerland als Beispiel nennen



Vier Rechte beschreiben, die Sie in der Praxis einfordern können

DIESE LEKTION

L3.1

Dauer: 55 Min.

Übung: EX 3.1, EX 3.2

Quiz: 5 Fragen, 70 % zum Bestehen



Kofinanziert von der
Europäischen Union

FIRE • Financial Resilience • Modul 3: Ihre Rechte und Hilfsangebote

Finanziert von der Europäischen Union. Die geäußerten Ansichten und Meinungen entsprechen jedoch ausschließlich denen des Autors bzw. der Autoren und spiegeln nicht zwingend die der Europäischen Union oder der italienischen Nationalagentur Erasmus+ INDIRE wider. Weder die Europäische Union noch die Bewilligungsbehörde können für sie verantwortlich gemacht werden.



Wichtige Begriffe

Die Wörter aus Lektion L3.1, einfach erklärt.

Recht

Ein Schutz, den Ihnen das Gesetz gibt. Niemand darf ihn Ihnen rechtmäßig nehmen, auch nicht Ihr Partner.

Richtlinie

Ein EU-Gesetz. Jedes EU-Land muss die Regeln bis zu einem festen Datum in sein eigenes Recht umsetzen.

Istanbul-Konvention

Ein Vertrag des Europarats zur Verhütung und Bekämpfung von Gewalt gegen Frauen und häuslicher Gewalt.

Schutzanordnung

Ein Gericht oder eine Behörde ordnet an: Der Täter muss sich von Ihnen, Ihrer Wohnung und Ihrem Umfeld fernhalten.

Rechtliche Abhilfe

Was das Recht anbietet, um ein Unrecht auszugleichen, z. B. eine Schutzanordnung oder Schadensersatz.



Rechte stehen Ihnen zu

WAS EIN RECHT IST

Ein Recht ist ein Schutz, den Ihnen das Gesetz gibt. Es ist kein Gefallen. Niemand, auch kein Partner, darf es Ihnen rechtmäßig nehmen.

Rechte sind dazu da, genutzt zu werden.



Kofinanziert von der
Europäischen Union

FIRE • Financial Resilience • Modul 3: Ihre Rechte und Hilfsangebote

Finanziert von der Europäischen Union. Die geäußerten Ansichten und Meinungen entsprechen jedoch ausschließlich denen des Autors bzw. der Autoren und spiegeln nicht zwingend die der Europäischen Union oder der italienischen Nationalagentur Erasmus+ INDIRE wider. Weder die Europäische Union noch die Bewilligungsbehörde können für sie verantwortlich gemacht werden.



Rechte wirken auf zwei Ebenen

Bei wirtschaftlicher Gewalt schützt Sie das Recht auf zwei Arten.



Europäisches Recht

EU-Recht und internationale Verträge setzen Standards, die jedes Land erfüllen muss.



Nationales Recht

Jedes Land macht daraus Schutz, Hilfsangebote und rechtliche Wege, die Sie nutzen können.



Wissen verändert etwas

Wenn Sie Ihre Rechte kennen, sehen Sie, wann eine Grenze überschritten ist. Sie können es benennen und Schutz verlangen.

Was das europäische Recht sagt

Mehrere europäische und internationale Gesetze schützen Frauen vor Gewalt, auch vor wirtschaftlicher Gewalt.

Gesetz	Was es regelt
Richtlinie (EU) 2024/1385	Das erste EU-Gesetz zur Bekämpfung von Gewalt gegen Frauen und häuslicher Gewalt. Die EU-Länder müssen es bis Juni 2027 umsetzen.
Istanbul-Konvention	Ein Vertrag des Europarats. Die Staaten müssen Gewalt gegen Frauen verhindern, Frauen schützen und Täter verfolgen.
Opferschutzrichtlinie 2012/29/EU	Mindestrechte für alle Opfer von Straftaten in der EU: Information, Unterstützung, Schutz und Beteiligung am Verfahren.
CEDAW	Die UN-Frauenrechtskonvention gegen jede Form der Diskriminierung von Frauen. Sie ist die Grundlage vieler dieser Gesetze.

In Ihrem Land kann es weitere Regeln geben. Eine Beratungsstelle sagt Ihnen, was für Sie gilt.

Wirtschaftliche Gewalt steht im Gesetz



Die Istanbul-Konvention und die Richtlinie (EU) 2024/1385 sagen beide: Häusliche Gewalt umfasst auch wirtschaftliche Gewalt. Das ist echte Gewalt, keine private Geldfrage.

- Häusliche Gewalt kann körperlich, sexuell, psychisch oder wirtschaftlich sein
- Sie kann zwischen Partnern oder Ex-Partnern passieren, ob sie zusammenleben oder nicht



So schützen die Partnerländer Sie

Europäische Standards werden durch nationales Recht wirksam. Hier sind drei Beispiele.



Italien: Codice Rosso

Gesetz 69/2019, der „Rote Code“:
Polizei, Staatsanwaltschaft und
Gerichte handeln schneller bei
häuslicher und
geschlechtsspezifischer Gewalt.



Deutschland: Gewaltschutzgesetz

Ein Gericht kann dem Täter verbieten,
sich Ihnen zu nähern, und Ihnen die
gemeinsame Wohnung zuweisen.



Portugal: Gesetz 112/2009

Wenn Sie häusliche Gewalt anzeigen,
gibt Ihnen dieses Gesetz den Status
als Opfer, mit Rechten auf Schutz und
Unterstützung.

Gesetze ändern sich. Prüfen Sie das Tool „Ihre Rechte kennen“ oder fragen Sie eine Stelle vor Ort.



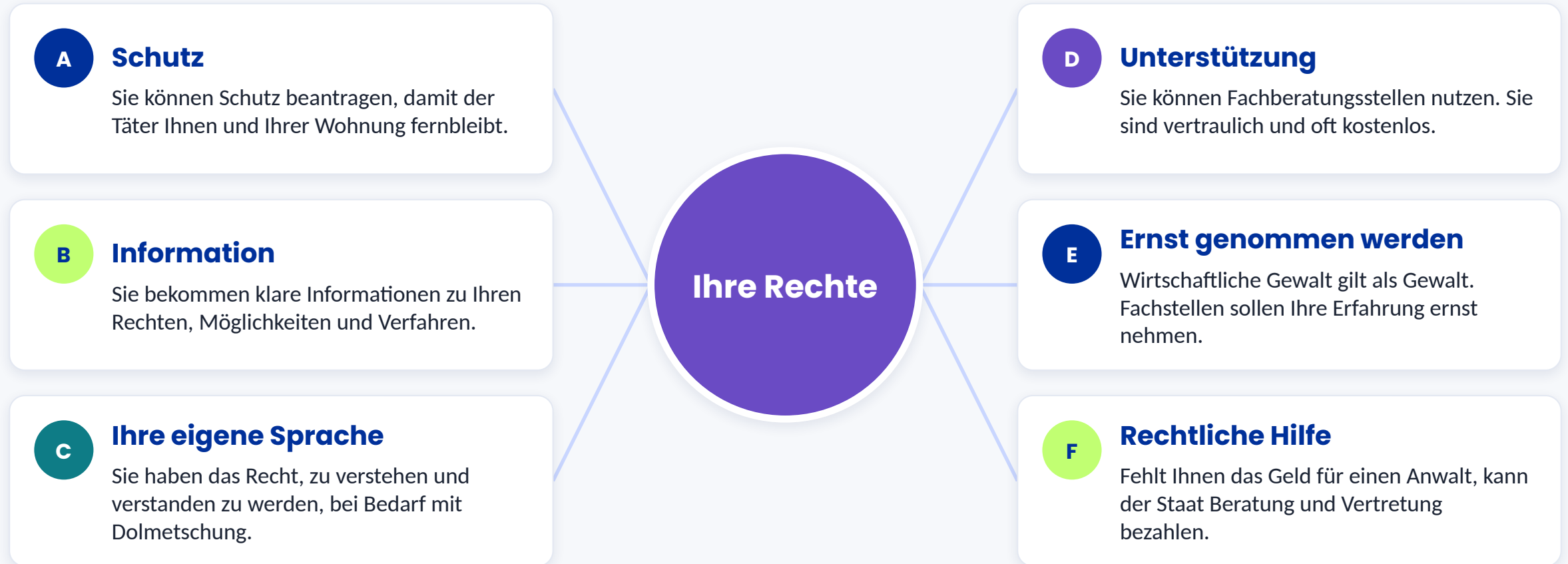
Kofinanziert von der
Europäischen Union

FIRE • Financial Resilience • Modul 3: Ihre Rechte und Hilfsangebote

Finanziert von der Europäischen Union. Die geäußerten Ansichten und Meinungen entsprechen jedoch ausschließlich denen des Autors bzw. der Autoren und spiegeln nicht zwingend die der Europäischen Union oder der italienischen Nationalagentur Erasmus+ INDIRE wider. Weder die Europäische Union noch die Bewilligungsbehörde können für sie verantwortlich gemacht werden.



Was diese Rechte für Sie bedeuten



Rechte für jede Frau

Opferrechte hängen nicht von Ihrem Pass ab.



Egal, welche Nationalität

In der EU gelten Opferrechte ohne Diskriminierung, auch unabhängig vom Aufenthaltsstatus.



Aufenthalt hängt am Partner

Hängt Ihre Aufenthaltserlaubnis von Ihrem Partner ab? Fragen Sie eine Beratungsstelle nach einem eigenständigen Aufenthaltsrecht.



In Ihrer Sprache

Sie können eine Dolmetschung verlangen, wenn Sie Anzeige erstatten oder an einem Verfahren teilnehmen.



Kofinanziert von der
Europäischen Union

FIRE • Financial Resilience • Modul 3: Ihre Rechte und Hilfsangebote

Finanziert von der Europäischen Union. Die geäußerten Ansichten und Meinungen entsprechen jedoch ausschließlich denen des Autors bzw. der Autoren und spiegeln nicht zwingend die der Europäischen Union oder der italienischen Nationalagentur Erasmus+ INDIRE wider. Weder die Europäische Union noch die Bewilligungsbehörde können für sie verantwortlich gemacht werden.



Rechte auf dem Papier, Rechte im Alltag

Ein Recht schützt Sie nur, wenn Sie es erreichen. Das steht oft im Weg, und das hilft.



Was im Weg steht

- Nicht wissen, dass es das Recht gibt
- Angst vor dem Täter oder vor der Polizei
- Sprachbarrieren
- Der Gedanke, dass es Geld kostet



Was hilft

- Klare, einfache Informationen
- Eine Fachberatungsstelle an Ihrer Seite
- Dolmetschung oder Beratung in Ihrer Sprache
- Beratungs- und Prozesskostenhilfe bei wenig Einkommen, kostenlose Fachberatung



Haben Sie es verstanden?

Versuchen Sie, diese Fragen mit eigenen Worten zu beantworten.



Was ist ein Recht? Erklären Sie es mit eigenen Worten.



Welche zwei Gesetze sagen, dass häusliche Gewalt auch wirtschaftliche Gewalt umfasst?



Nennen Sie ein nationales Gesetz aus Italien, Deutschland oder Portugal und was es regelt.



Nennen Sie drei Rechte, die Sie in der Praxis einfordern können.



Kofinanziert von der
Europäischen Union

FIRE - Financial Resilience - Modul 3: Ihre Rechte und Hilfsangebote

Finanziert von der Europäischen Union. Die geäußerten Ansichten und Meinungen entsprechen jedoch ausschließlich denen des Autors bzw. der Autoren und spiegeln nicht zwingend die der Europäischen Union oder der italienischen Nationalagentur Erasmus+ INDIRE wider. Weder die Europäische Union noch die Bewilligungsbehörde können für sie verantwortlich gemacht werden.



Zum Weiterlernen

Sie möchten mehr wissen? Diese Angebote sind kostenlos und vertrauenswürdig.



Richtlinie (EU) 2024/1385 (EUR-Lex)

<https://eur-lex.europa.eu/eli/dir/2024/1385/oj>



Europarat: die Istanbul-Konvention

<https://www.coe.int/en/web/istanbul-convention>



Opferschutzrichtlinie 2012/29/EU (EUR-Lex)

<https://eur-lex.europa.eu/eli/dir/2012/29/oj>



Kofinanziert von der
Europäischen Union

FIRE - Financial Resilience - Modul 3: Ihre Rechte und Hilfsangebote

Finanziert von der Europäischen Union. Die geäußerten Ansichten und Meinungen entsprechen jedoch ausschließlich denen des Autors bzw. der Autoren und spiegeln nicht zwingend die der Europäischen Union oder der italienischen Nationalagentur Erasmus+ INDIRE wider. Weder die Europäische Union noch die Bewilligungsbehörde können für sie verantwortlich gemacht werden.



L3.1 Das Wichtigste

Merken Sie sich diese fünf Punkte für die nächste Lektion.



Ein Recht ist ein Schutz, der Ihnen zusteht, kein Gefallen, den man Ihnen nehmen kann.



EU-Recht und Istanbul-Konvention benennen wirtschaftliche Gewalt als Gewalt.



Italien, Deutschland und Portugal haben Gesetze mit echtem Schutz.



Sie haben ein Recht auf Schutz, Information, Unterstützung und Ihre Sprache.



Opferrechte gelten unabhängig von Nationalität und Aufenthaltsstatus.



Jetzt in die Praxis

Schließen Sie die Lektion auf der FIRE-Lernplattform oder in Ihrer Gruppe ab.



INTERAKTIVE AKTIVITÄT

**Welches Gesetz
regelt was?**

Auf der Plattform • etwa 10
Minuten



ÜBUNG 3.1

**Welche Rechte
gelten?**

20 Min. • Allein



REFLEXION 3.2

**Warum Rechte
ungenutzt bleiben**

15 Min. • In der Gruppe •
Privat: Nur Sie sehen Ihre
Antworten



QUIZ ZUR LEKTION

**5 Multiple-
Choice-Fragen**

70 % zum Bestehen • beliebig
oft wiederholbar



Kofinanziert von der
Europäischen Union

FIRE • Financial Resilience • Modul 3: Ihre Rechte und Hilfsangebote

Finanziert von der Europäischen Union. Die geäußerten Ansichten und Meinungen entsprechen jedoch ausschließlich denen des Autors bzw. der Autoren und spiegeln nicht zwingend die der Europäischen Union oder der italienischen Nationalagentur Erasmus+ INDIRE wider. Weder die Europäische Union noch die Bewilligungsbehörde können für sie verantwortlich gemacht werden.



LEKTION 3.2 • 60 MIN.

Rechte bei Wohnung, Arbeit und Kredit

Hinweis zum Inhalt: In dieser Lektion geht es darum, wie Täter Wohnung, Arbeit und Schulden zur Kontrolle nutzen. Machen Sie Pausen, wann immer Sie möchten.

IN DIESER LEKTION

- Ihre Rechte an Wohnung und gemeinsamem Vermögen
- Ihre Rechte bei der Arbeit und auf fairen Lohn
- Ihre Rechte bei Kredit und Schulden
- Mythen der Täter und die Fakten

Modul 3 • Ihre Rechte und Hilfsangebote



L3.2 Lernziele

Am Ende dieser Lektion können Sie:



Ihre Rechte an der Wohnung und am gemeinsamen Vermögen beschreiben



Ihre Rechte bei der Arbeit erklären, auch das Recht auf gleichen Lohn



Erklären, wie Sie Schulden in Ihrem Namen prüfen und anfechten



Verbreitete Mythen durch Ihre echten Rechte ersetzen

DIESE LEKTION

L3.2

Dauer: 60 Min.

Übung: EX 3.3, EX 3.4

Quiz: 5 Fragen, 70 % zum Bestehen



Kofinanziert von der
Europäischen Union

FIRE • Financial Resilience • Modul 3: Ihre Rechte und Hilfsangebote

Finanziert von der Europäischen Union. Die geäußerten Ansichten und Meinungen entsprechen jedoch ausschließlich denen des Autors bzw. der Autoren und spiegeln nicht zwingend die der Europäischen Union oder der italienischen Nationalagentur Erasmus+ INDIRE wider. Weder die Europäische Union noch die Bewilligungsbehörde können für sie verantwortlich gemacht werden.



Wichtige Begriffe

Die Wörter aus Lektion L3.2, einfach erklärt.

Gemeinsames Vermögen

Werte, die in einer Beziehung entstanden sind, z. B. Ersparnisse, eine Wohnung oder ein Geschäft.

Diskriminierung

Schlechtere Behandlung wegen Ihrer Person, z. B. weil Sie eine Frau sind oder schwanger.

Entgelttransparenz

Klare, offene Informationen über Löhne. So werden unfaire Unterschiede zwischen Frauen und Männern sichtbar.

Erzwungene Schulden

Schulden in Ihrem Namen: Sie wurden dazu gedrängt, oder jemand machte sie ohne Ihr Wissen oder Einverständnis.

Bonitätsauskunft

Eine Übersicht über Kredite, Kreditkarten und Zahlungen unter Ihrem Namen, z. B. von der SCHUFA.

Basiskonto

Ein einfaches Bankkonto für alltägliche Zahlungen. In der EU haben Menschen mit legalem Aufenthalt ein Recht darauf.

Ihre Rechte an der Wohnung

Täter sagen oft, die Partnerin habe „kein Recht“ auf die Wohnung. Das Gesetz schützt mehr als nur Eigentum.



Rechte in der Wohnung

In vielen EU-Ländern haben Sie als Bewohnerin ein Recht, dort zu bleiben, auch wenn die Wohnung auf seinen Namen läuft.



Rechte am Vermögen

Was Sie zusammen aufgebaut haben, wird bei einer Trennung oft fair geteilt. Es gehört nicht automatisch ihm.



Kein Aussperren

Ein Partner darf Sie meist nicht einfach hinauswerfen oder aussperren. Es gibt Regeln und Stellen, die helfen.



Sicher wohnen

Wenn Sie gehen müssen, helfen Frauenhäuser und Beratungsstellen bei der Suche nach einer sicheren Unterkunft.



Kofinanziert von der
Europäischen Union

FIRE • Financial Resilience • Modul 3: Ihre Rechte und Hilfsangebote

Finanziert von der Europäischen Union. Die geäußerten Ansichten und Meinungen entsprechen jedoch ausschließlich denen des Autors bzw. der Autoren und spiegeln nicht zwingend die der Europäischen Union oder der italienischen Nationalagentur Erasmus+ INDIRE wider. Weder die Europäische Union noch die Bewilligungsbehörde können für sie verantwortlich gemacht werden.



Beispiel: die gemeinsame Wohnung in Deutschland



In Deutschland kann ein Gericht nach dem Gewaltschutzgesetz Ihnen die gemeinsame Wohnung zur alleinigen Nutzung zuweisen, auch wenn sie ihm gehört oder er sie gemietet hat.

- Gehört oder mietet nur er die Wohnung, gilt das nur befristet
- Sie müssen die Wohnung innerhalb von drei Monaten schriftlich verlangen
- Eine Frauenberatungsstelle kann Ihnen beim Antrag helfen



Ihre Arbeit, Ihre Entscheidung

DAS RECHT AUF ARBEIT

Kein Partner darf Ihnen rechtlich verbieten, zu arbeiten oder zu lernen. Sie entscheiden selbst.

Wenn Sie keine EU-Bürgerin sind, kann Ihre Aufenthaltserlaubnis eigene Regeln zur Arbeit haben.



Kofinanziert von der
Europäischen Union

FIRE • Financial Resilience • Modul 3: Ihre Rechte und Hilfsangebote

Finanziert von der Europäischen Union. Die geäußerten Ansichten und Meinungen entsprechen jedoch ausschließlich denen des Autors bzw. der Autoren und spiegeln nicht zwingend die der Europäischen Union oder der italienischen Nationalagentur Erasmus+ INDIRE wider. Weder die Europäische Union noch die Bewilligungsbehörde können für sie verantwortlich gemacht werden.



Ihre Rechte als Arbeitnehmerin

Diese Rechte gelten, egal was ein Partner sagt oder will.



Keine Diskriminierung

EU-Recht und nationales Recht schützen Sie bei der Arbeit vor Benachteiligung wegen Geschlecht, Schwangerschaft oder Mutterschaft.



Gleicher Lohn

Frauen und Männer müssen für gleiche oder gleichwertige Arbeit gleich bezahlt werden.



Mutterschutz und Vertrag

Sie haben Rechte auf Mutterschutz, einen schriftlichen Vertrag, Kündigungsfristen und faire Behandlung. Kennen Sie Ihre Rechte im Job.

Fairer und offener Lohn

Die EU-Entgelttransparenzrichtlinie (EU) 2023/970 macht Löhne sichtbar.

Was die Richtlinie sagt	Was das für Sie bedeutet
Sie können Auskunft zum Lohn verlangen	Sie können nach Ihrem Lohn fragen und nach dem Durchschnittslohn für gleiche Arbeit, nach Geschlecht.
Gehaltsspanne vor der Einstellung	Arbeitgeber müssen Bewerberinnen den Lohn nennen. Sie dürfen nicht nach Ihrem früheren Lohn fragen.
Bericht zur Lohnlücke	Größere Arbeitgeber müssen ihre Lohnlücke zwischen Frauen und Männern melden und unfaire Lücken beheben.

Die EU-Länder mussten diese Regeln bis Juni 2026 umsetzen. Prüfen Sie, was in Ihrem Land gilt.

Ihre Rechte rund ums Geld

Kredite und Schulden sind häufige Mittel wirtschaftlicher Gewalt. Diese Rechte schützen Sie.



Ein eigenes Bankkonto

In der EU hat jede Person mit legalem Aufenthalt im Land ein Recht auf ein Basiskonto.



Gleicher Zugang zu Krediten

Sie können in Ihrem eigenen Namen einen Kredit beantragen. Man darf Sie nicht ablehnen, nur weil Sie eine Frau sind.



Schulden ohne Ihr Einverständnis

Schulden, die ohne Ihre Zustimmung in Ihrem Namen gemacht wurden, können Sie anfechten. Fachstellen helfen dabei.



Kofinanziert von der
Europäischen Union

FIRE • Financial Resilience • Modul 3: Ihre Rechte und Hilfsangebote

Finanziert von der Europäischen Union. Die geäußerten Ansichten und Meinungen entsprechen jedoch ausschließlich denen des Autors bzw. der Autoren und spiegeln nicht zwingend die der Europäischen Union oder der italienischen Nationalagentur Erasmus+ INDIRE wider. Weder die Europäische Union noch die Bewilligungsbehörde können für sie verantwortlich gemacht werden.



Schulden in Ihrem Namen prüfen und anfechten

Wenn Sie wissen, was auf Ihren Namen läuft, können Sie Missbrauch erkennen und stoppen.

1



Unterlagen holen

Fragen Sie Ihre Bank nach Kontoauszügen. Fordern Sie Ihre Bonitätsauskunft an: Das Datenschutzrecht gibt Ihnen dieses Recht.

2



Fehler markieren

Notieren Sie jeden Kredit, jede Karte und jeden Vertrag, dem Sie nicht zugestimmt haben oder von dem Sie nichts wussten.

3



Widersprechen

Schreiben Sie an den Kreditgeber oder die Bank. Eine Schuldnerberatung hilft Ihnen beim Brief.

4



Neu anfangen

Schuldnerberatung und, wenn nötig, ein offizielles Entschuldungsverfahren helfen Ihnen, wieder auf die Beine zu kommen.



Kofinanziert von der
Europäischen Union

FIRE - Financial Resilience - Modul 3: Ihre Rechte und Hilfsangebote

Finanziert von der Europäischen Union. Die geäußerten Ansichten und Meinungen entsprechen jedoch ausschließlich denen des Autors bzw. der Autoren und spiegeln nicht zwingend die der Europäischen Union oder der italienischen Nationalagentur Erasmus+ INDIRE wider. Weder die Europäische Union noch die Bewilligungsbehörde können für sie verantwortlich gemacht werden.



Mythen und Fakten zu Ihren Rechten

Täter bauen darauf, dass Frauen ihre Rechte nicht kennen. Jeder Mythos ist ein Mittel der Kontrolle.



Mythos

- „Die Wohnung läuft auf mich, du hast keine Rechte.“
- „Ich kann dir verbieten zu arbeiten.“
- „Allein bekommst du keinen Kredit.“
- „Die Schulden laufen auf dich, also sind es deine.“
- „Als Ausländerin hast du hier keine Rechte.“



Ihr echtes Recht

- Das Wohnen dort kann Ihnen Rechte geben; ein Gericht kann ihn zum Auszug verpflichten
- Niemand darf Ihnen rechtlich verbieten, zu arbeiten oder zu lernen
- Sie können Konto und Kredit in Ihrem eigenen Namen beantragen
- Schulden ohne Ihre Zustimmung können Sie anfechten
- Opferrechte und Frauenhäuser gibt es unabhängig von Ihrer Nationalität



Haben Sie es verstanden?

Versuchen Sie, diese Fragen mit eigenen Worten zu beantworten.



Die Wohnung läuft auf den Namen des Partners. Welche Rechte kann eine Frau trotzdem haben?



Darf ein Partner einer Frau rechtlich verbieten zu arbeiten? Warum oder warum nicht?



Was können Sie nach der EU-Entgelttransparenzrichtlinie verlangen?



Was können Sie gegen Schulden tun, die ohne Ihre Zustimmung in Ihrem Namen gemacht wurden?

Zum Weiterlernen

Sie möchten mehr wissen? Diese Angebote sind kostenlos und vertrauenswürdig.



Entgelttransparenzrichtlinie (EU) 2023/970 (EUR-Lex)

<https://eur-lex.europa.eu/eli/dir/2023/970/oj>



Ihr Europa: ein Bankkonto eröffnen

https://europa.eu/youreurope/citizens/consumers/financial-products-and-services/bank-accounts-eu/index_en.htm



Kofinanziert von der
Europäischen Union

FIRE • Financial Resilience • Modul 3: Ihre Rechte und Hilfsangebote

Finanziert von der Europäischen Union. Die geäußerten Ansichten und Meinungen entsprechen jedoch ausschließlich denen des Autors bzw. der Autoren und spiegeln nicht zwingend die der Europäischen Union oder der italienischen Nationalagentur Erasmus+ INDIRE wider. Weder die Europäische Union noch die Bewilligungsbehörde können für sie verantwortlich gemacht werden.



L3.2 Das Wichtigste

Merken Sie sich diese fünf Punkte für die nächste Lektion.



Wohnung und gemeinsames Vermögen können Ihnen Rechte geben, egal was er sagt.



Niemand darf Ihnen rechtlich verbieten, zu arbeiten oder zu lernen.



Gleicher Lohn und faire Behandlung bei der Arbeit sind Ihr Recht.



Sie können ein Konto und einen Kredit in Ihrem eigenen Namen haben.



Schulden ohne Ihre Zustimmung können Sie anfechten, mit Unterstützung.



Jetzt in die Praxis

Schließen Sie die Lektion auf der FIRE-Lernplattform oder in Ihrer Gruppe ab.



INTERAKTIVE AKTIVITÄT

Mythos oder echtes Recht?

Auf der Plattform • etwa 10
Minuten



ÜBUNG 3.3

Verweigerte Rechte benennen

22 Min. • Zu zweit



REFLEXION 3.4

Wissen ist Macht

15 Min. • In der Gruppe •
Privat: Nur Sie sehen Ihre
Antworten



QUIZ ZUR LEKTION

5 Multiple- Choice-Fragen

70 % zum Bestehen • beliebig
oft wiederholbar



Kofinanziert von der
Europäischen Union

FIRE • Financial Resilience • Modul 3: Ihre Rechte und Hilfsangebote

Finanziert von der Europäischen Union. Die geäußerten Ansichten und Meinungen entsprechen jedoch ausschließlich denen des Autors bzw. der Autoren und spiegeln nicht zwingend die der Europäischen Union oder der italienischen Nationalagentur Erasmus+ INDIRE wider. Weder die Europäische Union noch die Bewilligungsbehörde können für sie verantwortlich gemacht werden.



LEKTION 3.3 • 55 MIN.

Beratung und Unterstützung

Hinweis zum Inhalt: In dieser Lektion geht es um Hilfe bei Gewalt. Gehen Sie in Ihrem Tempo vor und machen Sie Pausen, wann immer Sie möchten.

IN DIESER LEKTION

- Welche Arten von Hilfe es gibt
- Was passiert, wenn Sie sich bei einem Hilfetelefon melden
- Wie Sie sicher Kontakt aufnehmen
- Wie Sie rechtliche Hilfe bekommen, oft kostenlos

Modul 3 • Ihre Rechte und Hilfsangebote



L3.3 Lernziele

Am Ende dieser Lektion können Sie:



Vier Arten von Hilfsangeboten nennen



Beschreiben, was ein Hilfetelefon tut



Einen sicheren Weg planen, eine Stelle zu kontaktieren



Erklären, wie Sie rechtliche Hilfe finden, oft kostenlos

DIESE LEKTION

L3.3

Dauer: 55 Min.

Übung: EX 3.5, EX 3.6

Quiz: 5 Fragen, 70 % zum Bestehen



Kofinanziert von der
Europäischen Union

FIRE • Financial Resilience • Modul 3: Ihre Rechte und Hilfsangebote

Finanziert von der Europäischen Union. Die geäußerten Ansichten und Meinungen entsprechen jedoch ausschließlich denen des Autors bzw. der Autoren und spiegeln nicht zwingend die der Europäischen Union oder der italienischen Nationalagentur Erasmus+ INDIRE wider. Weder die Europäische Union noch die Bewilligungsbehörde können für sie verantwortlich gemacht werden.



Wichtige Begriffe

Die Wörter aus Lektion L3.3, einfach erklärt.

Hilfetelefon

Ein kostenloser, vertraulicher Dienst per Telefon, Chat oder SMS. Er hört zu, berät und vermittelt Hilfe vor Ort.

Frauenhaus

Ein sicherer Wohnort für Frauen und ihre Kinder, die ein gewalttätiges Zuhause verlassen müssen.

Vertraulich

Privat. Was Sie erzählen, wird ohne Ihr Einverständnis nicht weitergegeben, außer in seltenen Fällen großer Gefahr.

Frauenberatungsstelle

Eine Fachstelle für Frauen mit Beratung sowie rechtlicher und praktischer Unterstützung, oft kostenlos.

Beratungs- und Prozesskostenhilfe

Staatliche Hilfe: Sie zahlt Beratung oder Vertretung durch eine Anwältin, wenn Sie es sich nicht leisten können.

Schnellausstieg-Button

Ein Knopf auf vielen Hilfe-Websites. Er schließt die Seite sofort und öffnet eine harmlose Seite.



Welche Hilfe es gibt

Sie nehmen so viel Hilfe an, wie Sie brauchen. Die meisten Fachstellen für Frauen sind kostenlos und vertraulich.



Hilfetelefone

Telefon, Chat und SMS, oft Tag und Nacht und in vielen Sprachen. Sie können anonym bleiben.



Beratung und Frauenhäuser

Frauenberatungsstellen bieten Beratung, rechtliche und praktische Hilfe. Frauenhäuser bieten sicheres Wohnen für Frauen und Kinder.



Rechts- und Geldberatung

Rechtshilfe, Schuldnerberatung und Finanzberatung helfen Ihnen, Ihre Möglichkeiten zu verstehen und zu handeln. Viele davon sind kostenlos.



Gespräche und Gruppen

Beraterinnen und Gruppen von Frauen mit ähnlichen Erfahrungen helfen Ihnen, wieder Selbstvertrauen zu finden.

Was ein Hilfetelefon tut



Sicher Kontakt aufnehmen

Kontrolliert jemand Ihr Handy oder Ihren Computer? Ein paar einfache Schritte machen den ersten Kontakt sicher.

1



Sicheren Moment wählen

Melden Sie sich, wenn und wo niemand mithören oder Ihre Nachrichten lesen kann.

2



Sicheren Weg nutzen

Nutzen Sie ein Handy oder einen Computer, dem Sie vertrauen, z. B. in der Bücherei. Schreiben Sie per Chat oder SMS, wenn Anrufen nicht sicher ist.

3



Spuren schützen

Surfen Sie im privaten Modus und löschen Sie den Verlauf. Viele Hilfe-Websites haben einen Schnellausstieg-Button.

4



Nächsten Schritt besprechen

Lassen Sie sich von der Stelle zum nächsten Schritt führen, in einem Tempo, das sich sicher anfühlt.



Kofinanziert von der
Europäischen Union

FIRE - Financial Resilience - Modul 3: Ihre Rechte und Hilfsangebote

Finanziert von der Europäischen Union. Die geäußerten Ansichten und Meinungen entsprechen jedoch ausschließlich denen des Autors bzw. der Autoren und spiegeln nicht zwingend die der Europäischen Union oder der italienischen Nationalagentur Erasmus+ INDIRE wider. Weder die Europäische Union noch die Bewilligungsbehörde können für sie verantwortlich gemacht werden.



Sie entscheiden, was als Nächstes passiert



Sie müssen vor dem Anruf nicht wissen, was Sie wollen. Sie können einfach Fragen stellen. Eine Beratungsstelle entscheidet nicht für Sie.

- Sie können anonym bleiben
- Sie können das Gespräch jederzeit beenden
- Sie können später wieder anrufen



So bekommen Sie rechtliche Hilfe

Rechtliche Hilfe wirkt oft teuer und beängstigend. Für Frauen, die Gewalt erleben, ist vieles davon kostenlos.



Staatliche Rechtshilfe

Können Sie keinen Anwalt bezahlen, kann der Staat Beratung und Vertretung zahlen. Die Regeln sind je nach Land verschieden.



Opferhilfe

Frauenberatungsstellen und Opferhilfe geben kostenlose rechtliche Informationen und helfen Ihnen zu handeln.



Begleitung auf dem Weg

Eine Beraterin kann Sie begleiten, wenn Sie Anzeige erstatten, einen Antrag stellen oder vor Gericht gehen.

Eine Anwältin oder Beratungsstelle sagt Ihnen, was für Sie gilt.



Kofinanziert von der
Europäischen Union

FIRE • Financial Resilience • Modul 3: Ihre Rechte und Hilfsangebote

Finanziert von der Europäischen Union. Die geäußerten Ansichten und Meinungen entsprechen jedoch ausschließlich denen des Autors bzw. der Autoren und spiegeln nicht zwingend die der Europäischen Union oder der italienischen Nationalagentur Erasmus+ INDIRE wider. Weder die Europäische Union noch die Bewilligungsbehörde können für sie verantwortlich gemacht werden.



Giulia findet die richtige Tür

FALLBEISPIEL • ITALIEN

Giulia



Was passiert ist

Giulia (aus Modul 1) suchte im Internet nach Hilfe und fand das nationale Hilfetelefon gegen Gewalt in Italien. Sie hatte Angst zu sprechen, also nutzte sie zuerst den anonymen Chat. Man hörte ihr zu. Man erklärte ihr: Die Schulden in ihrem Namen kann sie anfechten, und sie hat Rechte am gemeinsamen Geschäft.

Was sich verändert hat

Ein Antigewaltzentrum vor Ort gab ihr kostenlose Rechts- und Geldberatung. Es half ihr, Unterstützung zu beantragen, z. B. das Reddito di Libertà für Frauen, die sich aus Gewalt lösen.

DENKEN SIE DARÜBER NACH

- Warum war der Chat ein guter erster Schritt?
- Welche Rechte lernte Giulia kennen?
- Was hat ein sicherer Kontakt bewirkt?

Ein sicherer Kontakt kann ein ganzes Netz an Hilfe öffnen.



Kofinanziert von der
Europäischen Union

FIRE • Financial Resilience • Modul 3: Ihre Rechte und Hilfsangebote

Finanziert von der Europäischen Union. Die geäußerten Ansichten und Meinungen entsprechen jedoch ausschließlich denen des Autors bzw. der Autoren und spiegeln nicht zwingend die der Europäischen Union oder der italienischen Nationalagentur Erasmus+ INDIRE wider. Weder die Europäische Union noch die Bewilligungsbehörde können für sie verantwortlich gemacht werden.



Häufige Ängste und was stimmt

Viele Frauen wissen, dass es Hilfe gibt, nutzen sie aber nie. Oft halten Ängste sie zurück.

A Häufige Ängste

- „Hilfe kostet Geld.“
- „Vielleicht muss ich ausziehen, oder sie rufen die Polizei.“
- „Frauen wie mir glaubt niemand.“
- „Mein Deutsch ist nicht gut genug.“

B Was stimmt

- Die meisten Fachstellen für Frauen sind kostenlos
- Sie entscheiden, was Sie als Nächstes tun
- Wirtschaftliche Gewalt gilt als echte Gewalt
- Viele Hilfetelefone sprechen mehrere Sprachen

Wo Sie Hilfe finden

Diese Angebote sind kostenlos und vertraulich. Sie erklären Ihre Möglichkeiten und vermitteln Hilfe vor Ort.

ITALIEN

1522

1522 Hilfetelefon gegen Gewalt und Stalking

Kostenlos, rund um die Uhr. Auf Italienisch, Englisch, Französisch, Spanisch, Arabisch, Deutsch. Auch Chat und App.

kostenlos • rund um die Uhr

DEUTSCHLAND

116 016

Hilfetelefon Gewalt gegen Frauen

Kostenlos, anonym, rund um die Uhr. Dolmetscherinnen in vielen Sprachen und Gebärdensprache. Chat (täglich 12 – 20 Uhr) und E-Mail auf Deutsch.

kostenlos • rund um die Uhr

PORTUGAL

800 202 148

Informationsdienst für Betroffene häuslicher Gewalt

Kostenlos, rund um die Uhr, vertraulich: Information und Vermittlung. Auch SMS an 3060 oder E-Mail violencia@cig.gov.pt.

kostenlos • rund um die Uhr

IN DER GANZEN EU

116 006

Hilfetelefon für Opfer von Straftaten (wo verfügbar)

EU-Nummer für Opfer von Straftaten. Aktiv in Deutschland und Portugal. In Italien kein Dienst unter 116 006: 1522 anrufen, in Gefahr 112.



Im Notfall rufen Sie 112 an.



Kofinanziert von der Europäischen Union

FIRE • Financial Resilience • Modul 3: Ihre Rechte und Hilfsangebote

Finanziert von der Europäischen Union. Die geäußerten Ansichten und Meinungen entsprechen jedoch ausschließlich denen des Autors bzw. der Autoren und spiegeln nicht zwingend die der Europäischen Union oder der italienischen Nationalagentur Erasmus+ INDIRE wider. Weder die Europäische Union noch die Bewilligungsbehörde können für sie verantwortlich gemacht werden.



Haben Sie es verstanden?

Versuchen Sie, diese Fragen mit eigenen Worten zu beantworten.



Nennen Sie vier Arten von Hilfsangeboten.



Was tut ein Hilfetelefon, wenn Sie sich dort melden?



Nennen Sie zwei sichere Wege, eine Stelle zu kontaktieren, wenn jemand Ihr Handy kontrolliert.



Wo bekommen Sie rechtliche Hilfe, wenn Sie keinen Anwalt bezahlen können?



Kofinanziert von der
Europäischen Union

FIRE - Financial Resilience - Modul 3: Ihre Rechte und Hilfsangebote

Finanziert von der Europäischen Union. Die geäußerten Ansichten und Meinungen entsprechen jedoch ausschließlich denen des Autors bzw. der Autoren und spiegeln nicht zwingend die der Europäischen Union oder der italienischen Nationalagentur Erasmus+ INDIRE wider. Weder die Europäische Union noch die Bewilligungsbehörde können für sie verantwortlich gemacht werden.



Zum Weiterlernen

Sie möchten mehr wissen? Diese Angebote sind kostenlos und vertrauenswürdig.



WAVE-Netzwerk: Hilfsangebote für Frauen in ganz Europa

<https://wave-network.org/>



**Kofinanziert von der
Europäischen Union**

FIRE • Financial Resilience • Modul 3: Ihre Rechte und Hilfsangebote

Finanziert von der Europäischen Union. Die geäußerten Ansichten und Meinungen entsprechen jedoch ausschließlich denen des Autors bzw. der Autoren und spiegeln nicht zwingend die der Europäischen Union oder der italienischen Nationalagentur Erasmus+ INDIRE wider. Weder die Europäische Union noch die Bewilligungsbehörde können für sie verantwortlich gemacht werden.



L3.3 Das Wichtigste

Merken Sie sich diese fünf Punkte für die nächste Lektion.



Hilfe hat viele Formen: Hilfetelefon, Beratung, Frauenhaus, Rechtshilfe, Gruppen.



Ein Hilfetelefon hört zu, erklärt Ihre Möglichkeiten und vermittelt Hilfe vor Ort.



Sichere Momente, sichere Wege und privates Surfen machen den Kontakt sicher.



Es gibt Rechtshilfe und kostenlose Opferhilfe, und jemand kann Sie begleiten.



Sie bestimmen, was Sie erzählen und was als Nächstes passiert.



Jetzt in die Praxis

Schließen Sie die Lektion auf der FIRE-Lernplattform oder in Ihrer Gruppe ab.



INTERAKTIVE AKTIVITÄT

Der sicherste erste Schritt

Auf der Plattform • etwa 10
Minuten



ÜBUNG 3.5

Den Weg zur Hilfe planen

22 Min. • Zu zweit



REFLEXION 3.6

Hürden abbauen

15 Min. • In der Gruppe •
Privat: Nur Sie sehen Ihre
Antworten



QUIZ ZUR LEKTION

5 Multiple- Choice-Fragen

70 % zum Bestehen • beliebig
oft wiederholbar



Kofinanziert von der
Europäischen Union

FIRE • Financial Resilience • Modul 3: Ihre Rechte und Hilfsangebote

Finanziert von der Europäischen Union. Die geäußerten Ansichten und Meinungen entsprechen jedoch ausschließlich denen des Autors bzw. der Autoren und spiegeln nicht zwingend die der Europäischen Union oder der italienischen Nationalagentur Erasmus+ INDIRE wider. Weder die Europäische Union noch die Bewilligungsbehörde können für sie verantwortlich gemacht werden.



LEKTION 3.4 • 55 MIN.

Für sich eintreten und Hilfe suchen

Hinweis zum Inhalt: In dieser Lektion geht es um Sicherheitsplanung. Machen Sie Pausen, wann immer Sie möchten, und erzählen Sie nur, was Sie möchten.

IN DIESER LEKTION

- Ihr Kreis der Unterstützung
- Orte im Alltag, die helfen können
- Schritt für Schritt Hilfe suchen
- Ein praktischer Sicherheitsplan

Modul 3 • Ihre Rechte und Hilfsangebote



L3.4 Lernziele

Am Ende dieser Lektion können Sie:



Die Menschen und Stellen in einem Unterstützungsnetz nennen



Orte im Alltag erkennen, die eine erste Tür zur Hilfe sein können



Die vier Schritte beschreiben, um Hilfe zu suchen



Die wichtigsten Teile eines Sicherheitsplans aufzählen

DIESE LEKTION

L3.4

Dauer: 55 Min.

Übung: EX 3.7, EX 3.8

Quiz: 5 Fragen, 70 % zum Bestehen



Kofinanziert von der
Europäischen Union

FIRE • Financial Resilience • Modul 3: Ihre Rechte und Hilfsangebote

Finanziert von der Europäischen Union. Die geäußerten Ansichten und Meinungen entsprechen jedoch ausschließlich denen des Autors bzw. der Autoren und spiegeln nicht zwingend die der Europäischen Union oder der italienischen Nationalagentur Erasmus+ INDIRE wider. Weder die Europäische Union noch die Bewilligungsbehörde können für sie verantwortlich gemacht werden.



Wichtige Begriffe

Die Wörter aus Lektion L3.4, einfach erklärt.

Unterstützungsnetz

Die Menschen und Stellen um Sie herum, die helfen können: Freundinnen, Familie, Fachleute und andere Frauen.

Unterstützung unter Frauen

Unterstützung durch andere Frauen, die Ähnliches erlebt haben.

Fürsprache

Für die eigenen Rechte eintreten oder anderen helfen, gehört zu werden.

Fürsprecherin

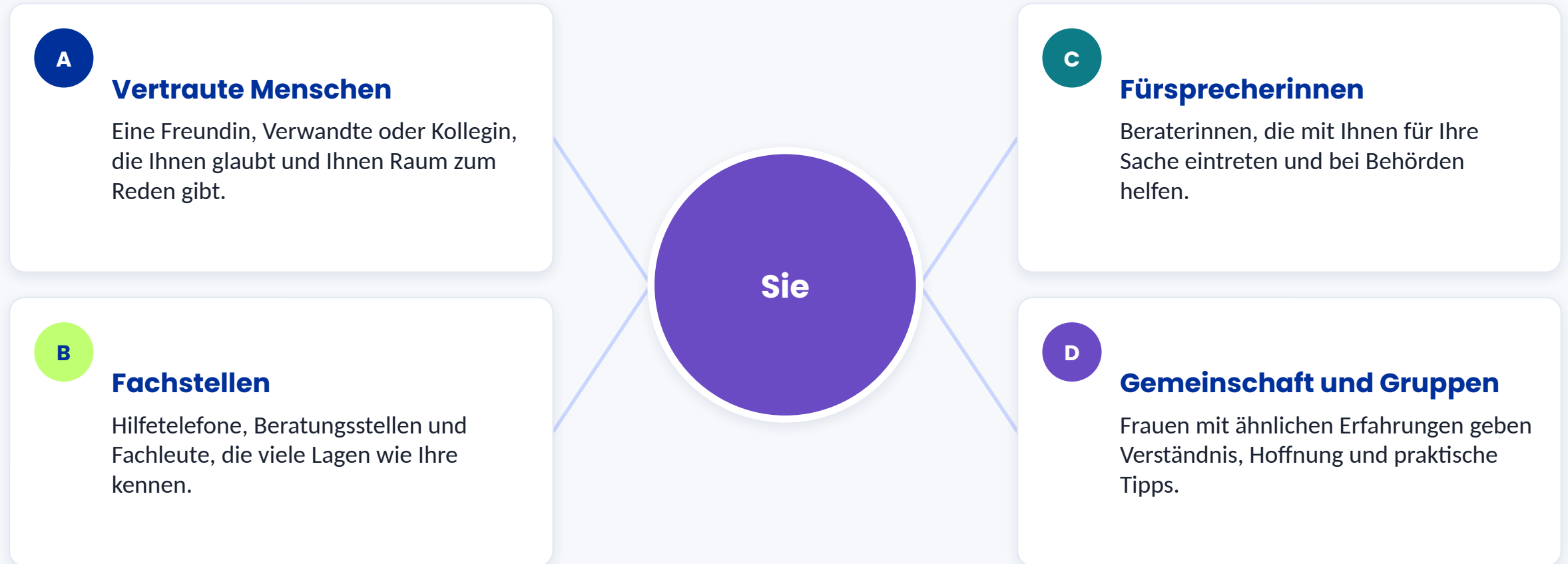
Eine Beraterin, die mit Ihnen für Ihre Sache eintritt und Ihnen bei Ämtern und Behörden hilft.

Sicherheitsplan

Praktische Vorbereitung für Ihre Sicherheit, in Ruhe nach und nach aufgebaut, ob Sie bleiben oder gehen.



Ihr Kreis der Unterstützung

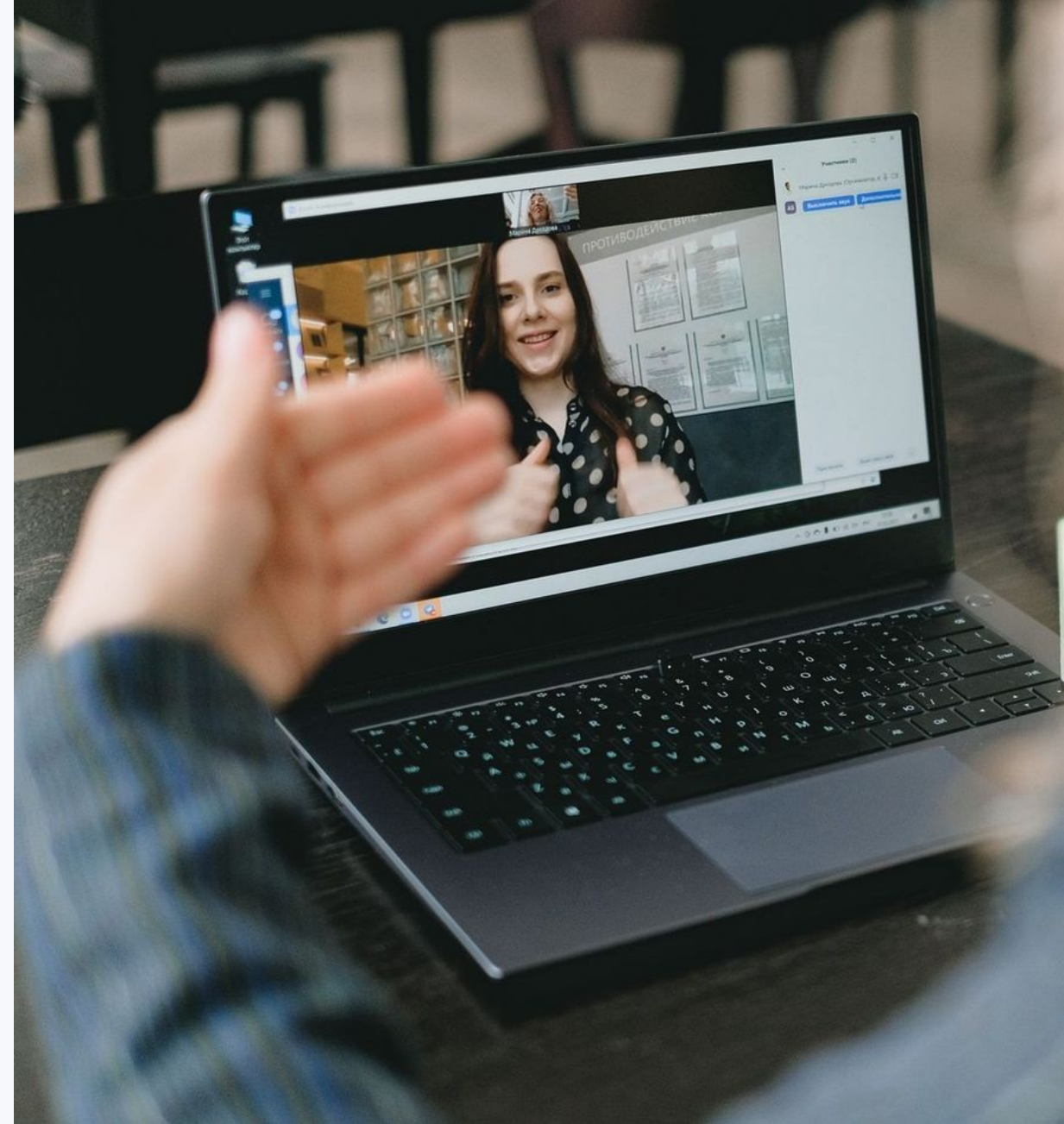


Um Hilfe bitten ist eine Stärke

SIE SIND NICHT ALLEIN

Um Hilfe zu bitten ist eine Stärke. Niemand sollte wirtschaftliche Gewalt allein tragen, und Sie müssen es auch nicht.

Hilfe kann nah oder fern sein, auch per Telefon oder Videoanruf.



Kofinanziert von der
Europäischen Union

FIRE • Financial Resilience • Modul 3: Ihre Rechte und Hilfsangebote

Finanziert von der Europäischen Union. Die geäußerten Ansichten und Meinungen entsprechen jedoch ausschließlich denen des Autors bzw. der Autoren und spiegeln nicht zwingend die der Europäischen Union oder der italienischen Nationalagentur Erasmus+ INDIRE wider. Weder die Europäische Union noch die Bewilligungsbehörde können für sie verantwortlich gemacht werden.



Was die Scham sagt und was stimmt

Scham lässt viele Frauen schweigen. So können Sie ihr antworten.



Was die Scham sagt

- „Ich sollte das allein schaffen.“
- „Die Leute könnten mich verurteilen.“
- „Es ist meine Schuld.“
- „Nichts kann sich ändern.“



Was stimmt

- Jeder Mensch braucht manchmal Unterstützung
- Fachstellen haben schon vielen Frauen in Ihrer Lage geholfen
- Gewalt ist nie Ihre Schuld
- Ein sicherer Kontakt kann ein ganzes Netz an Hilfe öffnen



Kofinanziert von der
Europäischen Union

FIRE • Financial Resilience • Modul 3: Ihre Rechte und Hilfsangebote

Finanziert von der Europäischen Union. Die geäußerten Ansichten und Meinungen entsprechen jedoch ausschließlich denen des Autors bzw. der Autoren und spiegeln nicht zwingend die der Europäischen Union oder der italienischen Nationalagentur Erasmus+ INDIRE wider. Weder die Europäische Union noch die Bewilligungsbehörde können für sie verantwortlich gemacht werden.



Türen zur Hilfe im Alltag

Hilfe gibt es nicht nur in Fachstellen. Viele Orte im Alltag können ein sicherer erster Kontakt sein.



Gesundheit

Ärztinnen, Pflegekräfte, Hebammen und Apotheken können ein vertraulicher erster Kontakt sein und Hilfe vermitteln.



Schule und Sozialdienste

Lehrkräfte und Sozialarbeiterinnen können Ihnen und Ihren Kindern helfen. Sie kennen die Angebote vor Ort.



Gemeinschaft vor Ort

Stadtteilzentren, Büchereien und vertraute Glaubens- oder Kulturgruppen bieten sichere Räume und Informationen.



Arbeitsplatz

Manche Arbeitgeber bieten vertrauliche Unterstützung. Eine vertraute Kollegin kann Teil Ihres Netzes sein.

Schritt für Schritt Hilfe suchen

Hilfe suchen ist ein Weg, kein großer Sprung. Bei jedem Schritt behalten Sie die Kontrolle.

1



Erkennen

Annehmen, dass das, was passiert, falsch ist und dass Sie Hilfe verdienen.

2



Sich melden

Einen sicheren Kontakt aufnehmen: eine vertraute Person oder eine vertrauliche Stelle.

3



Planen

Gemeinsam einen Plan machen für Ihre Sicherheit, Ihr Geld und Ihre nächsten Schritte.

4



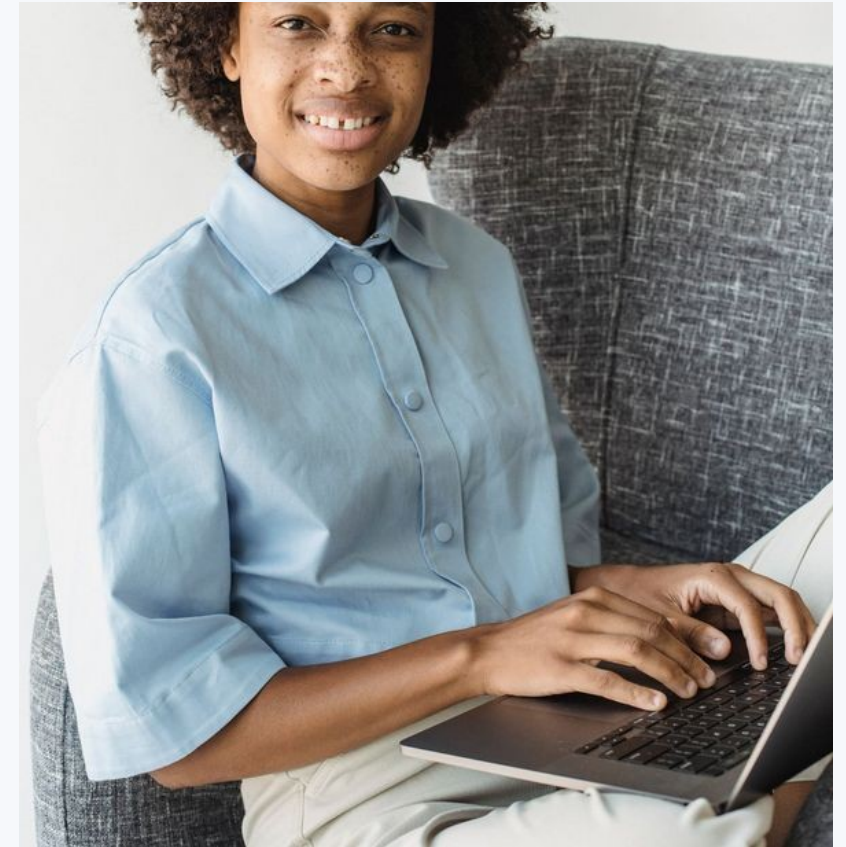
Handeln und dranbleiben

Schritte in Ihrem eigenen Tempo gehen, mit Unterstützung um Sie herum.

Was ist ein Sicherheitsplan?



Ein Sicherheitsplan ist praktische Vorbereitung. Er hilft, ob Sie bleiben oder gehen. Bauen Sie ihn in Ruhe nach und nach auf und bewahren Sie ihn dort auf, wo nur Sie herankommen.



Kofinanziert von der
Europäischen Union

FIRE • Financial Resilience • Modul 3: Ihre Rechte und Hilfsangebote

Finanziert von der Europäischen Union. Die geäußerten Ansichten und Meinungen entsprechen jedoch ausschließlich denen des Autors bzw. der Autoren und spiegeln nicht zwingend die der Europäischen Union oder der italienischen Nationalagentur Erasmus+ INDIRE wider. Weder die Europäische Union noch die Bewilligungsbehörde können für sie verantwortlich gemacht werden.



Checkliste für den Sicherheitsplan

Wählen Sie, was zu Ihrem Leben passt. Ergänzen Sie Punkt für Punkt, wenn es sicher ist.

Bereich	Was Sie tun können
Kontakte	Nummern von Hilfetelefonen sicher speichern oder auswendig lernen. Eine Vertrauensperson haben, die Sie jederzeit anrufen können.
Dokumente	Kopien wichtiger Dokumente, z. B. Ausweis und Bankunterlagen, an einem sicheren Ort aufbewahren.
Geld	Ein Konto auf Ihren Namen eröffnen oder sich darüber informieren. Notgeld zurücklegen, wenn das sicher möglich ist.
Sicherer Ort	Wissen, wohin Sie schnell gehen könnten, wenn es nötig ist.
Kommunikation	Ein unauffälliges Zeichen vereinbaren, um Hilfe zu holen. Privat surfen und die Schnellausstieg-Buttons kennen.

Haben Sie es verstanden?

Versuchen Sie, diese Fragen mit eigenen Worten zu beantworten.



Wer kann zu einem Unterstützungsnetz gehören?



Nennen Sie zwei Orte im Alltag, an denen Sie um Hilfe bitten könnten.



Was sind die vier Schritte, um Hilfe zu suchen?



Nennen Sie drei Dinge, die zu einem Sicherheitsplan gehören können.

L3.4 Das Wichtigste

Merken Sie sich diese fünf Punkte für die nächste Lektion.



Ihr Netz: vertraute Menschen, Fachstellen, Fürsprecherinnen und andere Frauen.



Arztpraxis, Schule, Treffpunkte im Viertel und Arbeitsplatz können erste Türen sein.



Hilfe suchen geht Schritt für Schritt: erkennen, melden, planen, handeln.



Ein Sicherheitsplan hilft Ihnen, sich vorzubereiten, ob Sie bleiben oder gehen.



Um Hilfe zu bitten ist eine Stärke. Gewalt ist nie Ihre Schuld.



Jetzt in die Praxis

Schließen Sie die Lektion auf der FIRE-Lernplattform oder in Ihrer Gruppe ab.



INTERAKTIVE AKTIVITÄT

Meine Hilfekarte

Auf der Plattform • etwa 10
Minuten



ÜBUNG 3.7

Gemeinsam den Plan erstellen

22 Min. • Zu zweit



REFLEXION 3.8

Hilfe als Stärke

15 Min. • In der Gruppe •
Privat: Nur Sie sehen Ihre
Antworten



QUIZ ZUR LEKTION

5 Multiple- Choice-Fragen

70 % zum Bestehen • beliebig
oft wiederholbar



Kofinanziert von der
Europäischen Union

FIRE • Financial Resilience • Modul 3: Ihre Rechte und Hilfsangebote

Finanziert von der Europäischen Union. Die geäußerten Ansichten und Meinungen entsprechen jedoch ausschließlich denen des Autors bzw. der Autoren und spiegeln nicht zwingend die der Europäischen Union oder der italienischen Nationalagentur Erasmus+ INDIRE wider. Weder die Europäische Union noch die Bewilligungsbehörde können für sie verantwortlich gemacht werden.



Hier finden Sie Hilfe

Diese Angebote sind kostenlos und vertraulich. Sie können für sich selbst oder für eine Person anrufen, die Sie unterstützen.

ITALIEN

1522

1522 Hilfetelefon gegen Gewalt und Stalking

Kostenlos, rund um die Uhr. Auf Italienisch, Englisch, Französisch, Spanisch, Arabisch, Deutsch. Auch Chat und App.

kostenlos • rund um die Uhr

DEUTSCHLAND

116 016

Hilfetelefon Gewalt gegen Frauen

Kostenlos, anonym, rund um die Uhr. Dolmetscherinnen in vielen Sprachen und Gebärdensprache. Chat (täglich 12 –20 Uhr) und E-Mail auf Deutsch.

kostenlos • rund um die Uhr

PORTUGAL

800 202 148

Informationsdienst für Betroffene häuslicher Gewalt

Kostenlos, rund um die Uhr, vertraulich: Information und Vermittlung. Auch SMS an 3060 oder E-Mail violencia@cig.gov.pt.

kostenlos • rund um die Uhr

IN DER GANZEN EU

116 006

Hilfetelefon für Opfer von Straftaten (wo verfügbar)

EU-Nummer für Opfer von Straftaten. Aktiv in Deutschland und Portugal. In Italien kein Dienst unter 116 006: 1522 anrufen, in Gefahr 112.



Im Notfall rufen Sie 112 an.



Kofinanziert von der Europäischen Union

FIRE • Financial Resilience • Modul 3: Ihre Rechte und Hilfsangebote

Finanziert von der Europäischen Union. Die geäußerten Ansichten und Meinungen entsprechen jedoch ausschließlich denen des Autors bzw. der Autoren und spiegeln nicht zwingend die der Europäischen Union oder der italienischen Nationalagentur Erasmus+ INDIRE wider. Weder die Europäische Union noch die Bewilligungsbehörde können für sie verantwortlich gemacht werden.



Zusammenfassung des Moduls

Was Sie nach Modul 3 können

- ✓ Sie kennen EU- und nationale Gesetze, die Sie vor wirtschaftlicher Gewalt schützen.
- ✓ Sie kennen Ihre Rechte bei Wohnung, Arbeit, Lohn und Kredit.
- ✓ Sie wissen, welche Hilfe es gibt, was sie leistet und wie Sie sie sicher erreichen.
- ✓ Sie können Schritt für Schritt ein Unterstützungsnetz und einen Sicherheitsplan aufbauen.
- ✓ Um Hilfe zu bitten ist eine Stärke. Gewalt ist nie Ihre Schuld.

IM NÄCHSTEN MODUL

In Modul 4 geht es um die seelische Last wirtschaftlicher Gewalt und um Bewältigung, Selbstvertrauen und innere Stärke für Ihren Weg.

Machen Sie das Abschlussquiz (70 % zum Bestehen) und erhalten Sie Zertifikat und Badge für Modul 3.



ENDE VON MODUL 3

Danke, dass Sie mit FIRE gelernt haben

Weiter auf der FIRE-Lernplattform: fire.elnlab.eu



**Kofinanziert von der
Europäischen Union**

Finanziert von der Europäischen Union. Die geäußerten Ansichten und Meinungen entsprechen jedoch ausschließlich denen des Autors bzw. der Autoren und spiegeln nicht zwingend die der Europäischen Union oder der italienischen Nationalagentur Erasmus+ INDIRE wider. Weder die Europäische Union noch die Bewilligungsbehörde können für sie verantwortlich gemacht werden. Projekt 2025-1-IT02-KA210-ADU-000354693