

HINSEHEN! HANDELN! HILFE HOLEN!

Nein heißt Nein!

- Bei körperlichen Übergriffen an euch oder anderen, sagt deutlich Nein!
- Unterstützt einander, ohne euch selbst zu gefährden!
- Gemeinsam gegen Gewalt, Homo- und Trans*phobie, Rassismus und Sexismus!

Achtet auf Euch!

- Zum Schutz vor K.O. Tropfen - behaltet eure Getränke in der Hand!
- Lebensgefahr! Nehmt nicht Viagra und Poppers (oder andere Drogen) zusammen!
- Trinkt ausreichend Wasser zwischendurch!

Grundsätzlich: Bleibt zusammen!



Notruf 110 bei:



Gewaltvorfällen



sexuellen
Übergriffen



Beleidigungen

Was ihr tun könnt:

- Für euch selbst: Macht auf eure Lage aufmerksam, fragt oder ruft nach Hilfe, holt andere dazu, sprecht die Securitydienste an, ruft die Polizei!
- Für Andere: Seid laut und ruft die Polizei. Bringt euch nicht selbst in Gefahr! Bleibt bis zum Eintreffen der Polizei vor Ort. Merkt euch Täter*in und Tathergang.



Notruf 112 bei:



Alkohol-
missbrauch



Drogen-
missbrauch



Kreislauf-
problemen

Was ihr tun könnt:

- Für euch selbst: Trinkt Wasser, geht in den Schatten, setzt euch hin, fragt nach Hilfe.
- Für Andere: Laut ansprechen, Bewusstsein und Atmung kontrollieren, Beine hoch lagern, Wasser zu trinken geben, Hilfe holen.

Polizei:

Jede*r kann bei der Polizei Anzeige erstatten!
Dies ist auch online möglich:
www.hamburg.de/onlinewache

Für Vorfälle im LGBT*IQ Bereich sind in Hamburg zusätzlich auch die „Cops4Colours“ zuständig.

Kontakt: Christine Osbahr
Tel.: 040/428 670 324 oder 0176/428 528 48

Auch danach:

Wenn du zu geschockt bist, oder dich nicht getraut hast, gleich Hilfe zu holen, oder zur Polizei zu gehen:
Es ist auch nach einem Übergriff oder Angriff möglich und wichtig, sich Hilfe zu holen oder Anzeige zu erstatten.
Wir unterstützen dich, wir helfen dir, melde dich bei uns!

jlz@lesbenverein-hamburg.de
info@mhc-jugendarbeit.de
LSBTI@polizei.hamburg.de

HARD



CARE

NOTFALL - KIT