



**Wenn Beziehungen  
untragbar werden...**

Unterstützt durch die Europäische Kommission von der Generaldirektion Justiz, Freiheit und Sicherheit im Rahmen des Daphne III Programms. Koordiniert von Zoom – Gesellschaft für prospektive Entwicklungen e.V., Göttingen.



Die Veröffentlichung gibt ausschließlich die Sicht der Autorinnen und Autoren wieder. Die Europäische Kommission ist nicht für den Inhalt des Dokuments verantwortlich und kann nicht für eine mögliche Nutzung der hier enthaltenen Information zur Verantwortung gezogen werden.

Dieses Projekt wurde zusätzlich gefördert von:

BUNDESKANZLERAMT  ÖSTERREICH

BUNDESMINISTERIN  
FÜR FRAUEN UND ÖFFENTLICHEN DIENST

Wir danken folgenden Einrichtungen für ihre Unterstützung: Frauen beraten Frauen, 24-Stunden Frauennotruf der Stadt Wien, Verein Wiener Frauenhäuser und Wiener Interventionsstelle gegen Gewalt in der Familie.

Autorinnen:

Sandra Messner (ZSW)

Helga Amesberger (IKF)

Birgitt Haller (IKF)



Layout: Ines Hentschel

Druck: Paul Gerin GmbH & Co KG, A-2120 Wolkersdorf

Wien, Februar 2013

## ... KÖNNEN SIE ETWAS TUN!

---

Viele ältere Frauen leben in Beziehungen. Manche davon sind partnerschaftlich, geprägt von gegenseitigem Respekt und Wertschätzung füreinander. Andere ältere Frauen leben in Beziehungen, die im Laufe der Zeit untragbar geworden sind, einige waren es von Beginn an. Diese älteren Frauen hatten und haben viel zu tragen. Etwas dagegen zu tun ist oftmals schwierig oder sogar unvorstellbar.



Veränderungen im Leben sind meist mit großen Ängsten und starken Zweifeln verbunden, ob auch tatsächlich die richtige Entscheidung getroffen wird. Das geht wahrscheinlich vielen Menschen so, allerdings fällt es im höheren Alter noch einmal schwerer, Gewohntes zu verlassen und ‚neu zu beginnen‘: Man hat sich an die eigene Lebenssituation gewöhnt, sich wahrscheinlich etwas ‚geschaffen‘, das man nicht gerne zurücklässt, eventuell haben sich gesundheitliche Beschwerden eingestellt, die manches nicht mehr ermöglichen, und so weiter und so fort.

Daraus ergibt sich ein Verbleiben im Gewohnten, obwohl man sich nicht mehr wohl fühlt und eigentlich eine Veränderung wünscht.

In dieser Situation – eine Veränderung ihrer Lebenssituation zu wollen, aber aus verschiedenen Gründen dennoch im Gewohnten zu bleiben – befinden sich auch viele ältere Frauen, die der Gewalt ihres Ehemannes/Partners ausgesetzt sind. Vorliegende Broschüre soll diese Frauen ermutigen und unterstützen, diese

oftmals auch krankmachende und gefährliche Situation hinter sich zu lassen.<sup>1</sup>

Aus dieser Situation herauszugehen meint nicht zwingend, sich vom gewalttätigen Beziehungspartner für immer zu trennen bzw. sich scheiden zu lassen. Der Weg, das eigene Leben zu verändern, kann sich sehr unterschiedlich gestalten. So kann Klarheit über die Situation ein erster Schritt sein, mit jemandem darüber zu sprechen ein weiterer, sich an eine Beratungsstelle zu wenden ein anderer, und es gibt natürlich auch die Möglichkeit einer Trennung auf Zeit bzw. einer endgültigen Trennung vom Beziehungspartner. Welcher Schritt auch immer aktuell gerade der Beste ist, diese Broschüre soll Sie dabei unterstützen.

Die Überschriften eines jeden Abschnitts in dieser Broschüre geben ‚typische‘ Aussagen älterer Frauen, die in Fraueneinrichtungen Hilfe und Unterstützung such(t)en, wieder. Meist sind sie aus der Perspektive der Frau formuliert, manchmal auch aus der des gewalttätigen Mannes, alle liefern sie Begründungen, warum eine Veränderung der aktuell untragbaren Situation vermeintlich unmöglich ist.

Die jeweils daran anschließende Textpassage versucht diesen Aussagen etwas entgegen zu halten, den Blickwinkel zu wechseln und im besten Fall Impulse für eine Veränderung zu geben.



---

<sup>1</sup> Den Autorinnen ist bewusst, dass Gewalt auch in lesbischen Beziehungen stattfindet. Diesen Frauen soll die vorliegende Broschüre ebenfalls eine Unterstützung sein.

## **‚... aber er schlägt mich ja nicht.‘**

---

Viele Menschen glauben, dass Gewalt erst dann beginnt, wenn man geschlagen wird. Deshalb fühlen sich viele Frauen, die in ihrer Beziehung keine körperliche Gewalt erleben, auch nicht angesprochen, wenn es um das Thema ‚Gewalt in Beziehungen‘ geht.

Gewalt gegen Frauen beginnt aber nicht erst bei körperlicher Gewalt. So können zum Beispiel Drohungen, Demütigungen, Beschimpfungen oder auch beharrliches Schweigen des Beziehungspartners das Leben genauso stark beeinträchtigen wie geschlagen zu werden.

Es gibt ganz verschiedene Formen von Beziehungsgewalt an (älteren) Frauen:<sup>2</sup>

### **Seelische Gewalt** meint

- Drohungen wie ‚Ich bringe dich um‘, ‚Ich bringe mich um‘, ‚Du wirst schon noch sehen...‘
- Beschimpfungen/Beleidigungen wie ‚Du Trampel‘, ‚Hure‘, ...,
- Ausgelacht-Werden
- ‚Bestrafung‘ durch Schweigen
- ungefragtes Benützen bzw. Wegnehmen von persönlichen Gegenständen

---

<sup>2</sup> Vgl dazu: Gewalt erkennen. Fragen und Antworten zu Gewalt an älteren Menschen, eine Broschüre des Bundesministeriums für Arbeit, Soziales und Konsumentenschutz, Wien.

- Kontrolle und ständige Beobachtung – jeder Schritt der Frau wird verfolgt
- Isolation von anderen Menschen, z.B. durch das Wegsperrern des Telefons oder die Abnahme des Wohnungs- bzw. Haustürschlüssels
- Freiheitsentzug durch Eingesperrt-Werden
- Vereinsamung durch Allein-gelassen-Werden

und bei pflegebedürftigen Frauen meint seelische Gewalt z.B. auch:

- die Einschränkung der Bewegungsmöglichkeiten, weil ‚etwas passieren könnte‘
- das Aussortieren von Kleidung/persönlichen Gegenständen ohne Absprache
- das Vorenthalten von Lieblingsspeisen oder -getränken
- oder das Verwehren von täglichen kleinen notwendigen Hilfestellungen (wie z.B. Abstützen beim Stiegensteigen, Hilfe beim in die Dusche Steigen, etc.)

**Körperliche Gewalt** meint die bewusste Zufügung eines körperlichen Schmerzes durch den Partner, was auch zu körperlichen Verletzungen und im schlimmsten Fall zum Tod führen kann.

Ist die Frau pflegebedürftig und wird sie vom Partner gepflegt, so können noch weitere Dimensionen körperlicher Beziehungsgewalt auftreten, wie z.B.

- heftiges Zerren an den Haaren beim Kämmen
- heftiges Niederdrücken in einen Stuhl oder ins Bett
- Anbinden an den Stuhl oder an das Bett

- Darreichung nicht mundgerecht portionierter oder zu kalter bzw. zu heißer Speisen
- hastiges oder ungeduldiges Eingeben von Speisen und Getränken oder auch
- eigenmächtiges Überdosieren von Medikamenten zur Ruhigstellung.

**Sexuelle Gewalt** meint jeden Zwang zu sexuellen Handlungen gegen den Willen der Frau und reicht von sexueller Nötigung bis zur Vergewaltigung (vaginal, anal, oral). Sexuelle Gewalt meint auch sexuelle Belästigung durch sexuelle Bemerkungen bzw. Handlungen, die die subjektive Grenze der Frau überschreiten, wie z.B.



- das Berühren intimer Körperteile
- anzügliche Gespräche
- das Erzählen anzüglicher Witze
- das Zeigen pornografischer Bilder/Filme oder
- mit Blicken fixiert/taxiert zu werden
- aber auch die Abwertung des gealterten Körpers und der Vergleich mit jüngeren und schöneren Frauen

**Finanzielle Gewalt** meint

- die Abnahme des selbst verdienten Geldes/der eigenen Pension bzw. des Pflegegeldes, sodass die Frau darüber nicht mehr verfügen kann oder
- bei nur einem Einkommen/einer Pension in der Partnerschaft kein Geld für eigene Bedürfnisse zu erhalten
- das Wegnehmen bzw. der selbstverständliche und ungefragte Gebrauch von Wertgegenständen
- das Fälschen der Unterschrift oder

- die ohne Einwilligung erfolgte Auflösung z.B. der Wohnung oder auch des Sparbuchs

Beziehungsgewalt findet meist nicht nur in einer, sondern in mehreren Formen statt. So geht jede Form der Gewalt auch immer mit seelischer Gewalt einher. Kombinationen von zwei und mehreren Gewaltformen sind also häufig.

***Gewalt in der Beziehung kann in seelischer, körperlicher, sexueller und finanzieller Form ausgeübt werden!***



## **‚Wenn er keinen Alkohol trinkt, ist er eh ganz nett ...‘**

---

ist eine Aussage, die (ältere) Frauen in Beratungseinrichtungen ebenfalls sehr häufig tätigen.

Oft wird der Beziehungspartner ausschließlich im alkoholisierten Zustand gewalttätig. Das ruft Gefühle wie Angst, Schmerz, Unsicherheit hervor und die Frau hat ständig Sorge, nicht zu wissen, wann er wieder betrunken sein wird und ‚zuschlägt‘. Die betroffenen Frauen leben demnach immer mit dem Risiko, erneut der Gewalt ausgesetzt zu sein. Diese Situation ist, abgesehen von der körperlichen Gewalt, auch emotional sehr belastend und kann krank machen.

***Nicht der Alkohol ist ‚schuld‘ an der Gewalt, die Verantwortung trägt die Person, die Gewalt ausübt.***

## **„Wenn man es schon so lange ausgehalten hat, dann gewöhnt man sich daran.“**

---

sagen viele ältere Frauen in der Beratungssituation. Stimmt. In langandauernden Beziehungen, in denen Gewalt ausgeübt wird, gewöhnen sich viele Frauen an ihre Situation und glauben manchmal auch, dass das normal sei. Sie haben sich damit abgefunden. Das ist ein Grund, nicht darüber zu sprechen.

Viele Frauen, die in gewalttätigen Beziehungen leben, haben Möglichkeiten gefunden, damit zu überleben. Manchmal gelingt es ihnen sogar, sich vor den Gewalttaten zu schützen bzw. ihnen zu entkommen.

Dennoch ist es ein Leben in Angst. Die Frauen wissen nicht, wann er wieder zuschlägt oder losschreit. Sie werden mit ihren Gefühlen nicht ernst genommen, oftmals verlacht, ihre (körperlichen) Grenzen werden nicht respektiert. Diese Frauen können ihr Leben nicht nach ihren Vorstellungen ausrichten. All das löst enormen Stress aus und ist gesundheitsgefährdend.



Manche Frauen wünschen sich trotz der scheinbaren ‚Gewöhnung‘ sehr stark, dass der Mann gesagt bekommt, mit der Gewalt aufhören zu müssen. Gewalttätige Männer ändern sich aber nicht ‚einfach so‘. Zu lange haben sie mit ihrem Verhalten Bestätigung erfahren und zu gering ist der Druck, sich verändern zu müssen. Das bedeutet, dass die Frauen aktiv für die von ihnen gewünschte Verbesserung ihrer aktuellen Lebenssi-

tuation eintreten müssen. Von den gewalttätigen Männern ist da nichts zu erwarten.

Frauen, die Gewalt erleben, werden in jedem Fall seelisch, nicht selten auch körperlich verletzt. Körper und Seele halten zwar viel aus, an Verletzungen werden sich Körper und Seele dennoch nie ganz gewöhnen. Das heißt, es bleiben nicht sichtbare Verletzungsspuren, die bei anhaltenden Gewaltvorfällen auch nicht heilen können.

***Das Ertragen von Gewalt zieht gesundheitliche Beeinträchtigungen bzw. körperliche wie seelische Erkrankungen nach sich.***

## **„Ohne mich kommt er ja nicht zurecht.“**

---

Viele ältere Frauen haben tatsächlich ihr ganzes Beziehungsleben hindurch die Familie versorgt und den Haushalt geführt. Die Männer sind in die Arbeit gegangen und haben meist keinen Beitrag zur Haus- und Versorgungsarbeit geleistet. Jetzt, im Alter, mit der Pensionierung, sind die Männer zu Hause, aber die Arbeitsaufteilung bleibt in den meisten Fällen gleich. Das bedeutet jedoch nicht, dass die Frauen die Gewalttaten des Mannes weiter ertragen müssen, weil der Mann sonst nicht unterstützt und versorgt würde.



Manche Männer sind mittlerweile pflegebedürftig und brauchen (intensive) Betreuung, die häufig ebenfalls die Partnerin abdeckt.

Es gibt Betreuungseinrichtungen, die Menschen im Alter dabei unterstützen, ihr Leben zu meistern. Diese Hilfe kann, wann immer der Mann Unterstützung braucht, vollständig von einer anderen Person erbracht werden. Für die Versorgung des Mannes muss demnach nicht zwingend die Beziehungspartnerin aufkommen.

***Pflege und Versorgung des Partners können auch andere, nicht der Familie zugehörige Personen gut übernehmen.***

## **Mein Mann sagt: ‚Du kannst ohne mich nicht leben.‘**

---

Viele ältere Frauen äußern, dass sie sich vom gewalttätigen Beziehungspartner nicht trennen können, weil er immer für alles zuständig war und alles erledigt hat. Sie glauben, sie können ihr Leben nicht alleine meistern. Auf die Frage, ob ihnen denn ihr Partner gesagt habe, sie könnten ohne ihn nicht leben, antworten viele: ‚Ja, eigentlich recht oft‘ oder ‚Ja, täglich‘. Das ist ein Versuch, den Frauen ihr Selbstwertgefühl zu nehmen, damit sie sich klein und machtlos und vom Mann abhängig fühlen. Nach ständiger Wiederholung dieser Aussage, möglicherweise noch verstärkt durch Isolation und strenge Kontrolle, glauben die Frauen irgendwann selber daran, nichts zu können und alleine nicht lebensfähig zu sein.

Doch diese Frauen haben in den meisten Fällen das Leben der gesamten Familie geregelt und sie tun es häufig nach wie vor: Sie sind es, die den Haushalt organisieren, zuerst die Kinder und später oftmals andere Familienangehörige pflegten und pflegen. Sie sind es, die trotz der Gewalttätigkeit des Mannes versuchen, ein einigermaßen ‚normales‘ Leben aufrecht zu erhalten. Sie sind es, die enorme Stärke, Energie und Durchhaltevermögen beweisen. Warum sollen sie nicht auch ihr eigenes Leben organisieren können?

Spezielle Beratungseinrichtungen, die Unterstützung anbieten, finden sich im Anhang.

***Wer eine Familie versorgen kann, kann auch für sich selbst sorgen!***

## **„Aber ich will mich nicht scheiden lassen, ich will nur meine Ruhe!“**

---

sagen viele ältere Frauen in den Beratungen. Eine Scheidung ist auch nicht zwingend notwendig. Wichtig ist, die für Sie richtige Entscheidung zu treffen. Das braucht Zeit, Ruhe und einfühlsame Menschen, die Sie dabei unterstützen.

Es gibt z.B. die Möglichkeit, sich auf Zeit vom Partner zu trennen oder eine Wochenendbeziehung zu führen oder getrennte Wohnsitze zu nehmen. Es gibt natürlich auch die Möglichkeit, sich räumlich überhaupt nicht vom Partner zu trennen, sondern z.B. die Nutzung des Hauses oder der Wohnung aufzuteilen, um die Situation zu verbessern.

Manchen Frauen wäre es wichtig, dass jemand den Mann auffordert, mit der Gewalt aufzuhören. Sie glauben, dann könnten sie endlich zur Ruhe kommen. Dieser Wunsch wird selten erfüllt, führt aber auch in den meisten Fällen nicht zum angestrebten Erfolg. Gewalttätige Männer ändern sich nicht ‚von selbst‘ oder ‚auf Befehl‘. Wenn Frauen eine Veränderung wollen, müssen sie selbst aktiv werden.

***Um zur Ruhe zu kommen, brauchen Sie ausreichend Zeit. Die Unterstützung von einfühlsamen Menschen kann Ihnen dabei helfen.***

## **„Ich will niemandem zur Last fallen.“**

---

Diese Sorge, die viele ältere Frauen in Beratungen äußern, überrascht nicht. Frauen sind es nicht gewöhnt, dass man sich um sie kümmert und sie umsorgt. Bislang war meist das genaue Gegenteil der Fall: Sie umsorgten zuerst die eigenen Kinder, den Partner und im späteren Leben häufig auch noch andere Familienmitglieder wie die zu pflegenden Eltern, Enkelkinder etc. Das bedeutet, die Frauen waren immer diejenigen, die unterstützten und darauf achteten, niemandem zur Last zu fallen. Die Vorstellung, nun selber Unterstützung zu benötigen und anzunehmen, ist für viele ältere Frauen deshalb undenkbar.

Von jemandem, wenn auch nur eine Zeitlang, Unterstützung zu brauchen, macht natürlich auch abhängig und kann deshalb Gefühle der Angst wie des Versagt-Habens auslösen. Deshalb ist es wichtig, die Balance zu wahren zwischen Hilfe annehmen und dort, wo es möglich ist, auch wieder selbständig zu leben.

Beratungseinrichtungen können dabei helfen – Adressen finden sich im Anhang.

***In schwierigen Lebensphasen ist es gut, Unterstützung von anderen anzunehmen!***

## **„Was würden denn da die Familie und die Nachbarn sagen, wenn ich mich jetzt scheiden lasse?“**

---

Diese Frage stellen sich viele ältere Frauen bei dem Gedanken, sich von ihrem gewalttätigen Partner trennen zu wollen. Vielen dieser Frauen ist es gelungen, die Gewalttaten des Partners vor den Nachbarinnen und Nachbarn wie vor den Familienmitgliedern zu verheimlichen. Scham, aber auch Angst vor den Konsequenzen spielen dabei eine große Rolle. Bei anderen ist die Gewalttätigkeit des Partners bekannt, aber die Frauen finden keine Unterstützung für eine Trennung. Gründe dafür können das Gefühl der Überforderung oder Angst vor dem Gewalttäter sein. Zusätzlich ist es für das Umfeld und für die betroffenen Frauen oftmals wichtig, das Bild von der ‚heilen Familie‘ aufrecht zu erhalten. Eine Trennung würde diese Welt zerstören.



Viele Frauen sprechen deshalb nie mit irgendjemandem über ihre Gewalterfahrungen in der Beziehung. Andere versuchen sich dem Umfeld mitzuteilen. Leider wird aber diesen Frauen oftmals kein Verständnis entgegengebracht und keine Unterstützung angeboten. Kommentare wie zum Beispiel ‚Das kann ich mir nicht vorstellen‘ oder ‚Dein Mann ist doch immer nett‘ sind dabei immer wieder zu hören. Die Folgen sind häufig Rückzug, Verstummen und Vereinsamung der Frauen.

Hier ist einerseits wichtig, dass vertraute Personen über die Übergriffe Bescheid wissen, dass die betroffenen Frauen ein Bewusstsein für das Unrecht der Gewalt entwickeln und so den



Mut aufbringen, der Gewalt etwas entgegenzusetzen. Nur so kann den Frauen von außen, vom Umfeld Unterstützung zuteilwerden.

Andererseits hilft es den betroffenen Frauen zu wissen, dass es vielen anderen ähnlich ergeht, sie nicht für das gewalttätige Verhalten des Partners verantwortlich sind und sie seine Gewalt nicht aushalten müssen. In Österreich gibt es auch rechtliche Schutzmaßnahmen und Schutzeinrichtungen, die eine Trennung erleichtern sollen. All dieses Wissen könnte es den betroffenen Frauen einfacher machen, sich ihrem Umfeld anzuvertrauen und Unterstützung zu bekommen. Auch die Sorge, was denn das Umfeld im Falle einer Trennung sagen würde, wäre damit zumindest kleiner.

***Beziehungsgewalt haben gerade viele ältere Frauen ihr Leben lang als ein Tabuthema erlebt. Dieses Tabu ist aber dabei sich aufzulösen. Und Ehescheidungen sind mittlerweile ‚normal‘ geworden.***

## „Ich hab’ ja keine eigene Pension ...“

---

Viele Frauen erzählen, dass sie sich von ihrem gewalttätigen Beziehungspartner gerne trennen würden, aber keine eigene Pension bekommen und deshalb dann kein eigenes Geld zur Verfügung hätten. Bestärkt wird dies meist von den Männern, die den Frauen jeglichen Anspruch auf ihr eigenes Geld, das gemeinsame Vermögen usw. absprechen.

Es gibt Frauen, die haben tatsächlich keine eigenen Pensionsansprüche, weil sie nie einer Erwerbsarbeit nachgegangen sind. Andere haben nur eine sehr geringe Pension zur Verfügung. Manche Frauen wissen nicht, ob und wenn ja, in welcher Höhe sie Pensionsansprüche erworben haben. Um diese Frage zu klären, können Sie sich an Ihren zuständigen Pensionsversicherungsträger wenden und eine Aufstellung Ihrer Versicherungszeiten anfordern. Dort können Sie außerdem überprüfen lassen, ob die Voraussetzungen für eine Pension erfüllt sind bzw. erfüllt werden können. Für Sie zuständig ist jener Versicherungsträger, bei dem innerhalb der letzten 15 Jahre die meisten Versicherungszeiten erworben wurden. Ist das bei Ihnen nicht klar, dann wenden Sie sich direkt an den Hauptverband der Pensionsversicherungsanstalt unter der Telefonnummer 05 03 03 oder an eine der hinten genannten Beratungsstellen. Die sind Ihnen bei der Klärung dieser Frage ebenfalls behilflich.

**ACHTUNG:** Haben Sie im Laufe Ihres Lebens (auch) im Ausland gearbeitet, dann haben Sie möglicherweise auch daraus Versicherungszeiten und damit Pensionsansprüche erworben.

Haben Sie aufgrund keiner oder zu kurzer Erwerbstätigkeit keinen Anspruch auf eine Pension, dann können Sie unter bestimmten Voraussetzungen eine Bedarfsorientierte Mindestsicherung erhalten. Für grundlegende Fragen zur Bedarfsorientierten Mindestsicherung steht Ihnen kostenlos das Sozialtelefon des Bundesministeriums für Arbeit, Soziales und Konsumentenschutz unter 0800 / 20 16 11 (Montag, Dienstag, Mittwoch und Freitag von 8 bis 12 Uhr, Donnerstag von 8 bis 16 Uhr) zur Verfügung.

***Auch wenn Sie kein eigenes Einkommen/keine Pension beziehen, sind Sie nicht zur Gänze von Ihrem Mann abhängig. Es gibt Möglichkeiten der Unterstützung.***

## Mein Mann sagt: ‚Dir steht gar nichts zu.‘

---

Frauen haben häufig die Sorge, sich schon deshalb nicht scheiden lassen zu können, weil sie ja überhaupt kein Geld hätten. Womöglich würden dann die Kinder für sie sorgen müssen. Das stimmt so aber nicht.

Wenn Sie kein oder nur ein sehr geringes Einkommen bzw. keinen eigenen Pensionsanspruch haben, aber den Haushalt für Ihren Ehemann und sich führen, ist Ihr Mann Ihnen gegenüber zum Unterhalt verpflichtet. Das gilt auch nach einer Trennung. Im Fall einer Scheidung ist die Situation komplizierter, vor allem müssen Sie bei einer einvernehmlichen Scheidung beachten, dass Sie nur dann einen Anspruch auf Unterhalt haben, wenn dies bei der Scheidung vereinbart wurde.

Anders als in einer Ehe steht Ihnen im Rahmen einer Lebensgemeinschaft kein Unterhalt vom Partner zu.

Jedenfalls ist eine rechtliche Beratung in Unterhaltssachen wichtig, wenn Sie sich trennen oder scheiden lassen wollen. Die im Anhang angeführten Beratungsstellen helfen Ihnen dabei weiter und können Sie an entsprechende Adressen vermitteln.

***Eine Scheidung bedeutet nicht, alles zu verlieren und auf andere angewiesen zu sein.***

## **„Der lässt sich doch nie scheiden.“**

---

Viele Frauen meinen in Beratungen, dass sie über eine Scheidung nicht einmal nachzudenken bräuchten, weil ihr Mann damit nie einverstanden wäre. Es gibt aber verschiedene Arten der Scheidung und nicht bei allen muss der Partner zustimmen. Sie können z.B. eine Scheidungsklage einbringen, weil Ihr Mann Ihnen gegenüber gewalttätig und die Ehe daher zerrüttet ist. Einer solchen sogenannten strittigen Scheidung wegen Verschuldens kann sich der Beklagte nicht entziehen. Möglich ist auch eine Scheidung wegen Zerrüttung der Ehe, ohne die Gewalttätigkeiten zu thematisieren. Das setzt voraus, dass die häusliche Gemeinschaft seit mindestens drei Jahren aufgehoben ist, wofür bereits eine Trennung von Tisch und Bett ausreicht – Sie müssen also nicht aus der gemeinsamen Wohnung/dem Haus ausziehen.

Scheidungsberatung wird an den Bezirksgerichten und von speziellen Beratungsstellen angeboten.

Übrigens: Falls Sie glauben, sich eine Scheidung nicht leisten zu können, ist es möglich, bei Gericht Verfahrenshilfe zu beantragen. Im Rahmen der Verfahrenshilfe können Ihre Kosten für eine Rechtsanwältin/einen Rechtsanwalt übernommen werden und Sie von der Zahlung der Gerichtsgebühr und ähnlichen Ausgaben befreit werden.

***Eine Scheidung kann erzwungen werden, auch wenn das unter Umständen eine gewisse Wartezeit erfordert.***

## **,Wenn ich noch jung wäre, dann würde ich einfach gehen, aber jetzt ...'**

---

sagen viele ältere Frauen. Ganz allgemein ist eine Trennung immer schwierig. Wenn man dann schon so lange verheiratet ist, sich an vieles gewöhnt und sich sogar mit den Gewalttaten abgefunden hat, wenn man sich etwas aufgebaut und liebevoll gewonnen hat, wenn man möglicherweise bereits gesundheitlich beeinträchtigt ist, dann wird es noch einmal undenkbarer, den gewalttätigen Partner zu verlassen. Auch die Strategien des Partners halten Frauen von diesem Schritt ab: So versuchen viele gewalttätige Männer die Verantwortung für die Gewalt der Frau zuzuschieben, sie manipulieren die Wahrnehmung der Frau, sie leugnen oder verharmlosen die Gewalttat, sie drohen mit Mord oder Selbstmord, sollte es tatsächlich zu einer Trennung kommen. Das macht Angst, weshalb der Wunsch nach einer Trennung wieder aufgegeben wird.

Doch für eine Veränderung des Lebens ist es nie zu spät, denn jeder Mensch hat das Recht auf ein gewaltfreies Leben. Und so gibt es, auch wenn man bereits sehr lange verheiratet ist, Möglichkeiten, sich vom gewalttätigen Partner zu trennen, um das Leben gewaltfrei, nach den eigenen Vorstellungen und Wünschen zu gestalten. Gemeinsam mit spezialisierten Beratungseinrichtungen können ältere Frauen, die sich von ihren gewalttätigen Männern trennen wollen, überlegen, wie sie diesen Schritt in dem für sie richtigen Tempo und entsprechend ihren Vorstellungen umsetzen können.

Einrichtungen, die Hilfe anbieten, finden sich im Anhang.

***Es ist nie zu spät für eine Veränderung im Leben!***

## **„Und was kann ich tun?“**

---

Diese Frage stellen sich viele ältere Frauen, deren Beziehung untragbar geworden ist und die sich deshalb eine Veränderung wünschen. Die Unsicherheit ist gut nachvollziehbar. Es ist nicht leicht zu wissen, was man genau möchte und welchen Weg man dafür wählen muss. Das herauszufinden braucht Zeit und eine tragfähige Unterstützung von anderen Personen.

Also, was können Sie tun:

➤ **Sich dem unmittelbaren Umfeld anvertrauen**

Es kann – in einem ersten Schritt – sehr hilfreich sein, jemandem aus Ihrer unmittelbaren Umgebung (Kinder, Verwandte, Bekannte, Freundinnen oder Nachbarinnen) über die Gewalt und über Ihre Sorgen zu erzählen und mit dieser Person oder mit diesen Personen gemeinsam zu überlegen, welche Veränderungen Sie gerne hätten und was dazu notwendig ist. Voraussetzung dafür ist ein vertrauensvolles Verhältnis zu diesen Personen.

➤ **Anonyme und kostenlose telefonische Unterstützung in Fraueneinrichtungen**

Außerdem gibt es die Möglichkeit, sich telefonisch und anonym an eine Helpline oder an eine Frauenberatungsstelle zu wenden, um mit den Mitarbeiterinnen Ihre Situation und Ihre Wünsche zu besprechen.

➤ **Persönliche Beratung in einer Fraueneinrichtung**

Sie können auch in einer Frauenberatungsstelle einen Termin für ein persönliches Gespräch vereinbaren und Ihre Fragen dann vor Ort klären. In einem oder mehreren Treffen

können Sie in Ruhe, in Ihrem individuellen Tempo und Ihren Wünschen entsprechend eine gute Lösung finden.

➤ **Polizei**

Die Möglichkeit, die Polizei zu rufen, wenn Sie sich bedroht fühlen oder wenn Sie sich bereits in einer akut gefährlichen Situation befinden, besteht natürlich immer. Empfehlenswert ist, sich den Polizei-Notruf (133) in das Telefon oder Handy einzuspeichern, denn in der Hektik vergisst man manchmal Dinge, die man üblicherweise weiß.

Die Polizei hat die Möglichkeit, den Mann aus der Wohnung wegzuweisen und ihm zu verbieten, 14 Tage lang die Wohnung zu betreten. Hat die Polizei dem Mann gegenüber eine solche Wegweisung ausgesprochen, werden Sie so schnell wie möglich von einer Mitarbeiterin der Interventionsstelle bzw. des Gewaltschutzzentrums in Ihrem Bundesland kontaktiert. Diese bieten Ihnen kostenlose Beratung und Begleitung an und unterstützen Sie bei allen weiteren Schritten.

➤ **Vorübergehender Schutz in einem Frauenhaus**

Frauenhäuser sind Einrichtungen für Frauen, die von ihrem Partner misshandelt oder bedroht werden. Das bedeutet, dass Sie dort für eine bestimmte Zeit wohnen und Schutz vor der Gewalt finden können. Außerdem gibt es psychosoziale und rechtliche Beratung. Den Schutz im Frauenhaus erhalten Sie auch dann, wenn Sie trotz eines von der Polizei ausgesprochenen Betretungsverbotes Angst haben, weiterhin im Haus/in der Wohnung zu leben.

***Es gibt mehrere Möglichkeiten, was Sie tun können. Eine gute Entscheidung braucht jedenfalls ausreichend Zeit!***



## **Mein Mann sagt: ‚Dir glaubt sowieso keiner.‘**

---

Das ist eine Behauptung, die gewalttätige Männer häufig aufstellen, um ihrer Partnerin Angst zu machen und um sie vor allem davon abzuhalten, mit jemandem über die Gewalttaten zu sprechen.

***Aber das stimmt nicht! Mitarbeiterinnen von Frauen-einrichtungen werden Ihnen zuhören und Sie dabei unterstützen, den für Sie besten Weg zu gehen!***

**FOLGENDE EINRICHTUNGEN sind auf das Thema  
GEWALT GEGEN FRAUEN spezialisiert und  
bieten HILFE UND UNTERSTÜTZUNG**

**österreichweit:**

**Frauenhelpline gegen Männergewalt**

Eine österreichweite kostenlose und anonyme Telefon-Helpline für Frauen, die von Beziehungsgewalt betroffen sind.

Beratungen werden (nach Terminvereinbarung) auch in verschiedenen Fremdsprachen angeboten: Arabisch (العربية اللغة), Bosnisch (Bosanski), Englisch (English), Kroatisch (Hrvatski), Polnisch (Polski), Russisch (Русский), Serbisch (Srpski), Türkisch (Turkçe)

Tel.: 0800/222 555 (täglich 0-24 Uhr)

**Frauen beraten Frauen Online-Beratung**

Über die Homepage besteht die Möglichkeit einer Online-Beratung (E-Mailberatung).

[www.frauenberatenfrauen.at](http://www.frauenberatenfrauen.at)

## **in Wien:**

### **24-Stunden Frauennotruf der Stadt Wien**

Diese Einrichtung ist eine Kriseninterventionsstelle für Frauen, die von körperlicher, psychischer und/oder sexualisierter Gewalt betroffen sind. Das Angebot ist anonym und kostenlos. Über die Homepage kann Kontakt zum Frauennotruf-Forum hergestellt werden, das dem Austausch von Gewaltbetroffenen sowie Angehörigen und FreundInnen über das Internet dient. Tel.: 01/71719 (täglich 0-24 Uhr) [www.frauennotruf.wien.at](http://www.frauennotruf.wien.at)

### **Wiener Interventionsstelle gegen Gewalt in der Familie**

Die Wiener Interventionsstelle ist eine Informations- und Beratungseinrichtung für Opfer familiärer Gewalt.

Tel.: 01/585 32 88

1070 Wien, Neubaugasse 1/3

Mo-Fr (werktags): 8.30-20.00 Uhr

Sa (werktags): 8.30-13.00 Uhr

[www.interventionsstelle-wien.at](http://www.interventionsstelle-wien.at)

### **Verein Wiener Frauenhäuser**

Die Frauenhäuser richten ihr Angebot an Frauen und deren Kinder, die von Beziehungsgewalt betroffen sind und eine vorübergehende Wohnmöglichkeit benötigen. Darüber hinaus bietet eine ambulante Beratungsstelle Unterstützung und Beratung für Frauen, die den Schutz eines Frauenhauses nicht brauchen.

Frauenhausnotruf: 05 77 22 (täglich 0-24 Uhr)

[www.frauenhaeuser-wien.at](http://www.frauenhaeuser-wien.at)

Frauenberatungsstelle: Tel.: 01/512 38 39

Mo-Do: 9.00-13.00 Uhr, Mo und Do: 15.00-19.00 Uhr,

Fr: 9.00-12.00 Uhr

### **Frauen beraten Frauen**

Eine Beratungsstelle für Frauen aller Altersgruppen, die sich mit verschiedenen Themen wie z.B. Gewalt oder Scheidung/Trennung auseinandersetzen wollen bzw. sich dazu beraten lassen möchten.

Tel.: 01/587 67 50

Mo und Mi: 9.30-12.30 Uhr, Di und Do: 13.00-16.00 Uhr

1060 Wien, Lehárgasse 9/2/17

[www.frauenberatenfrauen.at](http://www.frauenberatenfrauen.at)

### **Lila Tip – Lesbenberatung**

Lila Tip ist eine umfassende Beratungs- und Infostelle in der Rosa Lila Villa.

Tel.: 01/586 81 50

1060 Wien, Linke Wienzeile 102

Mo, Mi und Fr: 17.00-20.00 Uhr

E-Mail: [lesbenberatung@villa.at](mailto:lesbenberatung@villa.at)

[www.villa.at/lilatip/modules/news/](http://www.villa.at/lilatip/modules/news/)

### **Kraftwerk gegen sexuelle Gewalt an Frauen mit Lernschwierigkeiten**

Kraftwerk ist ein Bereich des Vereins Ninlil.

Tel.: 01/714 39 39

1110 Wien, Hauffgasse 3-5/4. Stock (barrierefrei zugänglich)

Mo und Mi: 10.00-13.00 Uhr

Di und Do: 13.00-16.00 Uhr

### **Kriseninterventionszentrum**

bietet telefonische und persönliche Beratung in Krisen und bei drohender Gewalt.

Tel.: 01/406 95 95

Mo-Fr: 10.00-17.00 Uhr

## **Sozialpsychiatrischer Notdienst und mobiler Krisendienst**

Ein Angebot der Psychosozialen Dienste Wien (PSD), das eine rasche Hilfeleistung für Personen mit einer psychischen Erkrankung anbietet.

Tel.: 01/313 30 (0-24 Uhr)

## **im Burgenland:**

### **Gewaltschutzzentrum Burgenland**

Tel.: 03352/314 20

Mo-Fr: 9.00-13.00 Uhr

Do: 17.00-20.00 Uhr

7400 Oberwart, Steinamangerer Straße 4/1. Stock

E-Mail: burgenland@gewaltschutz.at

www.gewaltschutz.at

### **Frauenhaus Burgenland Eisenstadt**

Tel.: 02682/612 80

E-Mail: info@frauenhaus-burgenland.at

www.frauenhaus-burgenland.at

### **Frauen-, Mädchen- und Familienberatungsstelle Oberwart**

Tel. 03352/338 55

Mo-Mi und Fr: 8.00-12.00 Uhr

Do: 11.00-12.00 Uhr und nach Vereinbarung

7400 Oberwart, Prinz Eugen-Straße 12

E-Mail: info@frauenberatung-oberwart.at

www.frauenberatungsuebgbld.at

### **Frauen-, Mädchen- und Familienberatungsstelle Güssing**

Tel.: 03322/430 01

Mo-Mi und Fr: 8.00-12.00 Uhr

Do: 8.00-09.00 Uhr und nach Vereinbarung

7540 Güssing, Marktplatz 9/4

E-Mail: info@frauenberatung-guessing.at

www.frauenberatungsuebgbld.at

### **Frauen und Familienberatung ‚Der Lichtblick‘**

Tel.: 02167/33 38

Mo-Do: 9.00-12.00 Uhr

Do: 15.00-18.00 Uhr

Beratungsgespräche finden nach Terminvereinbarung statt und sind auch außerhalb der Öffnungszeiten möglich.

7100 Neusiedl am See, Obere Hauptstraße 27/1/12

E-Mail: [office@der-lichtblick.at](mailto:office@der-lichtblick.at)

[www.der-lichtblick.at](http://www.der-lichtblick.at)

### **Frauenservicestelle Mattersburg**

Tel.: 02626/62670

Mo-Do: 8.00-16.00 Uhr

Fr: 8.00-13.00 Uhr

Beratungen sind nach telefonischer Anmeldung auch außerhalb der Öffnungszeiten und am Abend möglich.

7210 Mattersburg, Brunnenplatz 3/2

E-Mail: [fsst.dietuer@aon.at](mailto:fsst.dietuer@aon.at)

<http://www.frauenservicestelle.org>

### **Gewaltberatung der Caritas in Eisenstadt, Oberpullendorf und Oberwart**

nach Vereinbarung

Anmeldung unter 0676/837 30-312

Hotline: 0820/439 258 (14 ct/min)

## **in Kärnten:**

### **Gewaltschutzzentrum Kärnten**

Tel.: 0463/590 290

Mo und Do: 9.00-20.00 Uhr

Di, Mi, Fr: 9.00-15.00 Uhr und nach Vereinbarung

9020 Klagenfurt, Radetzkystraße 9

E-Mail: [info@gsz-ktn.at](mailto:info@gsz-ktn.at)

[www.gsz-ktn.at](http://www.gsz-ktn.at)

### **Frauenhaus Klagenfurt**

Tel.: 0463/449 66

E-Mail: [beratung@frauenhaus-klagenfurt.at](mailto:beratung@frauenhaus-klagenfurt.at)

[www.frauenhaus-klagenfurt.at](http://www.frauenhaus-klagenfurt.at)

### **Frauenhaus Lavanttal Wolfsberg**

Tel.: 04352/369 29

E-Mail: [lavanttaler.frauenhaus@aon.at](mailto:lavanttaler.frauenhaus@aon.at)

### **Frauenhaus Villach**

Tel.: 04242/310 31

E-Mail: [hilfe@frauenhaus-villach.at](mailto:hilfe@frauenhaus-villach.at)

[www.frauenhaus-villach.at](http://www.frauenhaus-villach.at)

### **Frauenhaus Spittal a.d. Drau**

Tel.: 04762/613 86

E-Mail: [frauenhaus.spittal@aon.at](mailto:frauenhaus.spittal@aon.at)

[www.frauenhilfe-spittal.at](http://www.frauenhilfe-spittal.at)

### **Belladonna Frauen- und Familienberatung Klagenfurt Zentrum für Frauenkommunikation und Frauenkultur**

Tel.: 0463/511 248

9020 Klagenfurt, Villacher Ring 21/2



E-Mail: [frauenberatung.belladonna@aon.at](mailto:frauenberatung.belladonna@aon.at)  
[www.frauenberatung-belladonna.sid.at](http://www.frauenberatung-belladonna.sid.at)

### **Frauen- und Familienberatung Klagenfurt**

KÖF-Kärnten

Tel.: 0463/514 945

9020 Klagenfurt, Kumpfgasse 23-25

E-Mail: [frauenundfamilienberatung@sid.at](mailto:frauenundfamilienberatung@sid.at)

[www.frauenundfamilienberatung.sid.at](http://www.frauenundfamilienberatung.sid.at)

### **Frauenberatung Villach**

Tel.: 04242/246 09

9500 Villach, Peraustraße 23

E-Mail: [info@frauenberatung-villach.at](mailto:info@frauenberatung-villach.at)

[www.frauenberatung-villach.at](http://www.frauenberatung-villach.at)

### **Frauen- und Familienberatung WIFF**

Tel.: 04232/4750 oder 0676/694 33 19

9100 Völkermarkt, Herzog-Bernhard-Platz 13

E-Mail: [wiff.vk@aon.at](mailto:wiff.vk@aon.at)

### **Frauenservice- und Familienberatungsstelle Wolfsberg**

Tel.: 04352/526 19

9400 Wolfsberg, Johann-Offner-Straße 1

E-Mail: [office@fraueninfo.at](mailto:office@fraueninfo.at)

[www.fraueninfo.at](http://www.fraueninfo.at)

### **Lichtblick - Mädchen-, Frauen- und Familienberatung**

Tel.: 04276/298 29

9560 Feldkirchen, Heftgasse 3/EG

E-Mail: [office@lichtblick-fe.at](mailto:office@lichtblick-fe.at)

[www.lichtblick-fe.at](http://www.lichtblick-fe.at)

## **Oberkärntner Mädchen- und Frauenberatung**

Tel.: 04762/359 94

9800 Spittal a.d. Drau, Lutherstraße 3/4

E-Mail: [frauenhaus@frauenhilfe-spittal.at](mailto:frauenhaus@frauenhilfe-spittal.at)

[www.frauenhilfe-spittal.at](http://www.frauenhilfe-spittal.at)

## **in Niederösterreich:**

### **Gewaltschutzzentrum NÖ – St. Pölten**

Tel.: 02742/319 66

Mo, Di, Do, Fr: 9.00-17.00 Uhr

Mi: 14.00-17.00 Uhr

3100 St. Pölten, Kremsergasse 37/1. Stock,

E-Mail: [office.st.poelten@gewaltschutzzentrum-noe.at](mailto:office.st.poelten@gewaltschutzzentrum-noe.at)

[www.gewaltschutzzentrum.at/noe/](http://www.gewaltschutzzentrum.at/noe/)

### **Gewaltschutzzentrum NÖ – Wiener Neustadt**

Tel: 02622/243 00

Mo, Do, Fr: 9.00-14.00 Uhr

Di: 14.00-16.00 Uhr

2700 Wiener Neustadt, Bahngasse 14/2/6

E-Mail: [office.wr.neustadt@gewaltschutzzentrum-noe.at](mailto:office.wr.neustadt@gewaltschutzzentrum-noe.at)

### **Gewaltschutzzentrum NÖ - Zwettl**

Tel.: 02822/53 003

Mo, Do, Fr: 8.00-12.00 Uhr

Di: 14.00-16.00 Uhr

3910 Zwettl, Landstraße 42/1

E-Mail: [office.zwettl@gewaltschutzzentrum-noe.at](mailto:office.zwettl@gewaltschutzzentrum-noe.at)

### **Gewaltschutzzentrum NÖ – Amstetten**

Tel.: 02742/319 66

Di: 9.00-12.00 Uhr

3300 Amstetten, Hauptplatz 21

E-Mail: [office.amstetten@gewaltschutzzentrum-noe.at](mailto:office.amstetten@gewaltschutzzentrum-noe.at)

### **Gewaltschutzzentrum NÖ – Regionalstelle Krems**

Termin nach Vereinbarung unter 02742/ 319 66

oder 02822/53003

## **Gewaltschutzzentrum NÖ – Büro Wien Mitte**

Termin nach Vereinbarung unter 02742/319 66  
oder 02622/243 00

## **Frauenhaus Amstetten**

Tel.: 07472/665 00  
E-Mail: frauenhaus.amstetten@aon.at  
www.frauenhaus-amstetten.at

## **Frauennotwohnung Gmünd**

Tel.: 02852/203 57  
E-Mail: office@fbwv.at  
www.fbwv.at

## **Frauenhaus Mistelbach**

Tel.: 02572/5088  
E-Mail: frauenhaus.mistelbach@kolping.at

## **Frauenhaus Neunkirchen**

Tel.: 02635/689 71 oder 0676/539 27 90  
E-Mail: frauenhaus.nk@utanet.at  
www.frauenhaus-neunkirchen.at

## **Frauenhaus Wr. Neustadt**

Tel.: 02622/880 66  
E-Mail: frauenhaus@wendepunkt.or.at  
www.frauenhaus-wienerneustadt.at

## **Beratungsstelle für Migrantinnen St. Pölten**

Tel.: 02742/366 514

**Frauenberatung Waldviertel**  
**Zwettl, Gmünd, Waidhofen a.d. Thaya und Horn**

Tel.: 02822/522 71

E-Mail: office@fbwv.at

www.fbwv.at

3910 Zwettl, Galgenbergerstraße 2

Tel.: 02852/203 57

3950 Gmünd, Weitraer Straße 46

Tel.: 02842/522 73

3830 Waidhofen a.d. Thaya, Bahnhofstraße 34

Tel.: 0664/168 97 09

3580 Horn, Adolf Fischergasse 1/3

E-Mail: eeckhart@fbwv.at

**Frauenberatung Lilith Krems**

Tel.: 02732/855 55

3500 Krems, Spitalgasse 2

E-Mail: lilith.krems@aon.at

www.lilith-frauenberatung-krems.at

**Frauen für Frauen**

**Frauenberatungs- und Bildungszentrum**  
**Hollabrunn, Mistelbach, Stockerau**

Tel.: 02952/2182

2020 Hollabrunn, Dechant Pfeiferstraße 3

Tel.: 02572/207 42

2130 Mistelbach, Franz-Josef-Straße 37

Tel.: 02266/653 99

2000 Stockerau, Eduard-Rösch-Straße 56

E-Mail: frauenberatung@frauenfuerfrauen.at

www.frauenfuerfrauen.at

**Frauenberatung Mostviertel  
Amstetten, Scheibbs**

Tel.: 07472/632 97

3300 Amstetten, Hauptplatz 21

Tel.: 07472/632 97

3270 Scheibbs, Bahnhofstraße 4

E-Mail: [info@frauenberatung.co.at](mailto:info@frauenberatung.co.at)

[www.frauenberatung.co.at](http://www.frauenberatung.co.at)

**Frauen- und Familienberatungsstelle Cassandra**

Tel.: 02236/420 35

2340 Mödling, Franz-Skribany-Gasse 1

E-Mail: [kassandra@inode.at](mailto:kassandra@inode.at)

[www.frauenberatung-kassandra.at](http://www.frauenberatung-kassandra.at)

**Freiraum Frauenberatungsstelle Neunkirchen**

Tel.: 02635/611 25

2620 Neunkirchen, Wienerstraße 4/9 (Am Plätzl)

E-Mail: [freiraumfrauen@frauenberatung-freiraum.at](mailto:freiraumfrauen@frauenberatung-freiraum.at)

[www.frauenberatung-freiraum.at](http://www.frauenberatung-freiraum.at)

**Frauzentrum St. Pölten**

**Frauen- und Mädchenberatungsstelle**

Tel.: 0676/309 47 73

3100 St. Pölten, Linzerstraße 16

E-Mail: [office@frauen-zentrum.at](mailto:office@frauen-zentrum.at)

[www.frauen-zentrum.at](http://www.frauen-zentrum.at)

**Frauenwohnheim St. Pölten**

Tel.: 0676/880 44 582

3100 St. Pölten, Stephan-Burger-Gasse 13

E-Mail: [frauenwohngruppe@emmaus.at](mailto:frauenwohngruppe@emmaus.at), [www.emmaus.at](http://www.emmaus.at)

### **Haus der Frau St. Pölten**

Tel.: 02742/366 514

E-Mail: hausderfrau.st.poelten@pgv.at

www.frauenhaus-stpoelten.at

### **Niederösterreichisches Frauentelefon**

Beratung in tschetschenischer und russischer Sprache (Mo 14.00-16.00 Uhr), in türkischer Sprache (Do 14.00-16.00 Uhr),

in serbokroatischer Sprache (Fr 14.00-16.00 Uhr)

Rechtsberatung: Di 9.00-12.00 Uhr, Fr 14.00-16 Uhr

Tel.: 0800 800 810

Mo, Mi-Fr: 10.00-14.00 Uhr

Di: 12.00-14.00 Uhr

### **Niederösterreichisches Hilfswerk**

#### **Kinder, Jugend & Familie**

Tel. 02742/906 00

3100 St. Pölten, Ferstlergasse 4

E-Mail: service@noe.hilfswerk.at

### **Sozialhilfezentrum Mödling**

#### **Frauenhaus**

Tel.: 02236/465 49

E-Mail: frh.moedl@frauenhaus-moedling.kabsi.at

### **Undine Frauenberatung und Frauenwohngemeinschaft**

Tel.: 02252/255 036

2500 Baden, Elisabethstraße 35/2

E-Mail: frauenberatung@undine.at

www.undine.at

## **Wendepunkt Frauen- und Familienberatungsstelle**

Tel.: 02622/825 96

2700 Wiener Neustadt, Neunkirchnerstraße 65a

E-Mail: [frauenberatung@wendepunkt.or.at](mailto:frauenberatung@wendepunkt.or.at)

[www.frauenberatung-wienerneustadt.at](http://www.frauenberatung-wienerneustadt.at)



## **in Oberösterreich:**

### **Gewaltschutzzentrum OÖ**

Tel.: 0732/607 760

Mo-Fr: 9.00-13.00 Uhr

Di und Do: 9.00-20.00 Uhr und nach Vereinbarung

4020 Linz, Stockhofstraße 40/Wachreinerergasse 2

E-Mail: [ooe@gewaltschutzzentrum.at](mailto:ooe@gewaltschutzzentrum.at)

[www.gewaltschutzzentrum.at/ooe/](http://www.gewaltschutzzentrum.at/ooe/)

### **Frauenhaus Innviertel**

Tel.: 07752/717 33

Mo-Fr: 8.00-16.00 Uhr

Rund um die Uhr tel. erreichbar!

E-Mail: [office@frauenhaus-innviertel.at](mailto:office@frauenhaus-innviertel.at)

[www.frauenhaus-innviertel.at](http://www.frauenhaus-innviertel.at)

### **Frauenhaus Linz**

Tel.: 0732/606 700

Mo-Fr: 8.00-20.00 Uhr

Sa: 10.00-16.00 Uhr

Außerhalb der Öffnungszeiten Rufbereitschaft – Aufnahme rund um die Uhr

E-Mail: [office@frauenhaus-linz.at](mailto:office@frauenhaus-linz.at)

[www.frauenhaus-linz.at](http://www.frauenhaus-linz.at)

### **Frauenhaus Steyr**

Tel.: 07252/877 00

Mo-Fr: 8.00-16.00 Uhr

in Notfällen rund um die Uhr!

4400 Steyr, Wehrgrabengasse 83

E-Mail: [office@frauenhaus-steyr.at](mailto:office@frauenhaus-steyr.at)

[www.frauenhaus-steyr.at](http://www.frauenhaus-steyr.at)

### **Frauenhaus Vöcklabruck**

#### **Verein ‚Haus für Frauen in Not im Bezirk Vöcklabruck‘**

Tel.: 07672/227 22

Mo und Mi: 9.00-20.00 Uhr

Di: 9.00-16.00 Uhr

Do und Fr: 9.00-15.00 Uhr

4840 Vöcklabruck, Stelzhammerstraße 17

E-Mail: [office@frauenhaus-voecklabruck.at](mailto:office@frauenhaus-voecklabruck.at)

[www.frauenhaus-voecklabruck.at](http://www.frauenhaus-voecklabruck.at)

### **Frauennotruf Vöcklabruck**

Tel.: 07672/227 22

rund um die Uhr

E-Mail: [office@frauenhaus-voecklabruck.at](mailto:office@frauenhaus-voecklabruck.at)

[www.frauenhaus-voecklabruck.at](http://www.frauenhaus-voecklabruck.at)

### **Frauenhaus Wels**

Tel.: 07242/678 51

rund um die Uhr

4600 Wels, Rablstraße 14

E-Mail: [kontakt@frauenhaus-wels.at](mailto:kontakt@frauenhaus-wels.at)

[www.frauenhaus-wels.at](http://www.frauenhaus-wels.at)

### **Autonomes Frauenzentrum**

Tel.: 0732/602 200

Mo-Fr: 8.00-12.00 Uhr

Mo-Do: 13.00-16.00 Uhr

Beratungstermine nach Vereinbarung

4020 Linz, Starhembergstraße 10, Ecke Mozartstraße, 2. Stock

E-Mail: [hallo@frauenzentrum.at](mailto:hallo@frauenzentrum.at)

[www.frauenzentrum.at/wp/](http://www.frauenzentrum.at/wp/)

### **Frauenberatungsstelle BABSİ Freistadt**

Tel.: 07942/721 40 oder 07942/732 63

Mo-Fr: 7.00-12.00 Uhr

Nachmittags- und Abendtermine nach Vereinbarung

4240 Freistadt, Ledererstraße 5

E-Mail: [babsi.freistadt@aon.at](mailto:babsi.freistadt@aon.at)

[www.babsi-frauenberatungsstelle.at](http://www.babsi-frauenberatungsstelle.at)

### **Frauenberatungsstelle BABSİ Traun**

Tel.: 07229/625 33

Mo-Fr: 7.30-12.00 Uhr und 13.00-15.00 Uhr,

Mi: 7.30-12.00 Uhr und 13.00-18.00 Uhr

Rechtsberatung nach telefonischer Vereinbarung am Freitag

4050 Traun, Heinrich Gruber-Straße 9/II

E-Mail: [babsi.traun@aon.at](mailto:babsi.traun@aon.at)

[www.babsi-frauenberatungsstelle.at](http://www.babsi-frauenberatungsstelle.at)

### **berta Kirchdorf a. d. Krems**

#### **Beratung für Frauen und Mädchen**

Tel.: 07582/517 67

Mo, Di, Mi: 9.00-12.00 Uhr

Di: 14.00-18.00 Uhr

Do: 14.00-17.00 Uhr

Beratungen auch außerhalb dieser Zeiten möglich.

4560 Kirchdorf an der Krems, Pfarrhofgasse 2

E-Mail: [office@frauenberatung-kirchdorf.at](mailto:office@frauenberatung-kirchdorf.at)

[www.frauenberatung-kirchdorf.at](http://www.frauenberatung-kirchdorf.at)

### **Frauenberatungsstelle Inneres Salzkammergut**

Tel.: 06132/213 31

4820 Bad Ischl, Bahnhofstraße 14

E-Mail: [frauenberatung@sozialzentrum.at](mailto:frauenberatung@sozialzentrum.at)

[www.frauenberatung-skg.at](http://www.frauenberatung-skg.at)

**Frau für Frau  
Infozentrum Braunau**

Tel.: 07722/646 50  
Di, Mi: 15.00-17.00 Uhr  
Do: 15.00-18.00 Uhr  
5280 Braunau, Stadtplatz 6  
E-Mail: fffrau@aon.at  
www.fraufuerfrau.at

**Frauenberatung Perg**

Tel.: 07262/544 84  
Mo-Mi: 9.00-14.00 Uhr, Do: 13.00-18.00 Uhr  
Beratungstermine auch außerhalb dieser Zeiten möglich.  
4320 Perg, Dr.-Schober-Straße 23 (1.Stock)  
E-Mail: office@frauenberatung-perg.at  
www.frauenberatung-perg.at

**Frauenberatungsstelle Wels**

Tel.: 07242/452 93  
Mo-Fr: 9.00-17.00 Uhr  
4600 Wels, Rablstraße 16  
E-Mail: frauenberatung@frauenhaus-wels.at oder  
frauenberatungsstelle.wels@liwest.at

**Frauentreff Rohrbach**

Tel.: 07289/6655  
Mo-Fr: 8.00-12.00 Uhr,  
Mi: 8.00-12.00 Uhr und 13.00-17.00 Uhr  
4150 Rohrbach, Stadtplatz 16/2  
E-Mail: office@frauentreff-rohrbach.at  
www.frauentreff-rohrbach.at

**INSEL Scharnstein  
Mädchen- und Frauenzentrum**

Tel.: 07615/7626

Mo-Fr: 8.00-12.00 Uhr

Sonstige Termine nach Vereinbarung

4644 Scharnstein, Grubbachstraße 6

E-Mail: vereininsel@aon.at

www.verein-insel.at

**NORA Beratung für Frauen & Familien Mondsee**

Tel.: 06232/222 44

Mo: 18.00-20.00 Uhr, Mi: 10.00-12.00 Uhr

Juristin: jeden 4. Freitag 16.00-18.00 Uhr (Voranmeldung!)

5310 Mondsee, Dr. Franz Müller Straße 3 (rückwärtiger Eingang)

E-Mail: nora.mondseeland@gmx.at

www.nora-beratung.at

**Krisenintervention – Krisentelefon und Krisenzimmer  
(EXIT-sozial)**

Tel.: 0732/719 719 (rund um die Uhr)

**Pro Mente Oberösterreich**

Kriseninterventionszentrum Linz und Steyr Tel.: 0732/2177

Psychosozialer Notdienst: 0732/651 015 (rund um die Uhr)

**Servicestelle der Caritas für Pflegende Angehörige**

Raum Linz und Grieskirchen

Tel.: 0676/877 62 440

## **in Salzburg:**

### **Frauennotruf Salzburg**

Tel.: 0662/881 100

5020 Salzburg, Paracelsusstraße 12

E-Mail: [beratungsstelle@frauennotruf-salzburg.at](mailto:beratungsstelle@frauennotruf-salzburg.at)

[www.frauennotruf-salzburg.at](http://www.frauennotruf-salzburg.at)

### **Gewaltschutzzentrum Salzburg**

#### **Interventionsstelle**

Tel.: 0662/870 100

Mo-Mi: 8.30-16.00 Uhr

Do: 8.30-19.30 Uhr

Fr: 8.30-13.30 Uhr

5020 Salzburg, Paris-Lodron-Straße 3a

E-Mail: [office.salzburg@gewaltschutzzentrum.at](mailto:office.salzburg@gewaltschutzzentrum.at)

[www.gewaltschutzzentrum.eu](http://www.gewaltschutzzentrum.eu)

### **Frauenhaus Salzburg**

Tel.: 0662/458 458

E-Mail: [office@frauenhaus-salzburg.at](mailto:office@frauenhaus-salzburg.at)

[www.frauenhaus-salzburg.at](http://www.frauenhaus-salzburg.at)

### **Frauenhaus Pinzgau**

Tel.: 06582/743 021

E-Mail: [frauenhaus@aon.at](mailto:frauenhaus@aon.at)

[www.frauenhaus-pinzgau.at](http://www.frauenhaus-pinzgau.at)

### **Frauenhaus Hallein**

Tel.: 06245/802 61

E-Mail: [hausmirjam@aon.at](mailto:hausmirjam@aon.at)

## **in der Steiermark:**

### **Gewaltschutzzentrum Steiermark**

Tel.: 0316/774 199

Mo-Do: 8.00-16.00 Uhr, Fr: 8.00-13.00 Uhr

in dringenden Fällen tel. wochentags bis 22.00 Uhr

8020 Graz, Granatengasse 4/2. Stock

E-Mail: [office@gewaltschutzzentrum.at](mailto:office@gewaltschutzzentrum.at)

[www.gewaltschutzzentrum-steiermark.at](http://www.gewaltschutzzentrum-steiermark.at)

### **Außenstelle Gewaltschutzzentrum Feldbach (INNOVA Frauen- und Mädchenberatung)**

Tel.: 0316/774 199

Mo: 9.00-17.00 Uhr

8330 Feldbach, Hauptplatz 30/2.Stock

E-Mail: [frauenberatung@innova.or.at](mailto:frauenberatung@innova.or.at)

### **Außenstelle Gewaltschutzzentrum Hartberg (Frauenberatung Hartberg)**

Tel.: 0316/774 199

Di: 9.30-17 Uhr

8230 Hartberg, Grazerstraße 3

### **Außenstelle Gewaltschutzzentrum Leibnitz**

Tel.: 0316/774 199

Di: 9.30-14.30 Uhr

8430 Leibnitz, Dechant-Thaller-Straße 39/1.Stock

### **Außenstelle Gewaltschutzzentrum Leoben (Beratungszentrum LIBIT)**

Tel.: 0316/774 199

Di: 9.45-17.00 Uhr

8700 Leoben, Vordernbergerstraße 7

**Frauenhaus Graz**

Tel.: 0316/429 900

E-Mail: [graz@frauenhaeuser.at](mailto:graz@frauenhaeuser.at)

[www.frauenhaeuser.at](http://www.frauenhaeuser.at)

**Frauenschutzzentrum Kapfenberg****Verein WILDROSEN. Frauenhaus und Beratung**

Tel.: 03862/279 99

E-Mail: [office@frauenschutzzentrum.at](mailto:office@frauenschutzzentrum.at)

**Akzente Voitsberg****Information und Beratung für Frauen und Mädchen**

Tel.: 03142/930 30

Mo-Do: 8.00-14.00 Uhr, Fr: 8.00-12.00 Uhr

8570 Voitsberg, Bahnhofstraße 20

E-Mail: [office@akzente.or.at](mailto:office@akzente.or.at), [www.akzente.or.at](http://www.akzente.or.at)

**Beratungsstelle Tara bei sexueller Gewalt**

Tel.: 0316/318 077

8010 Graz, Haydngasse 7/EG/1

E-Mail: [office@taraweb.at](mailto:office@taraweb.at), [www.taraweb.at](http://www.taraweb.at)

**Frauenservice Graz**

Tel.: 0316/716 022

8020 Graz, Lendplatz 38

E-Mail: [office@frauenservice.at](mailto:office@frauenservice.at)

[www.frauenservice.at](http://www.frauenservice.at)



### **INNOVA Frauen- und Mädchenberatung Feldbach**

Tel.: 03152/395 54 DW 54

Mo-Fr: 08.00-12.30 Uhr

Di: 13.30-15.30 Uhr

8330 Feldbach, Hauptplatz 30/2

E-Mail: frauenberatung@innova.or.at

### **INNOVA Frauen- und Mädchenberatung Weiz**

Tel.: 0699/166 646 05

Mo: 8.00-12.30 Uhr und 13.00-15.00 Uhr

Termine nach Vereinbarung!

8160 Weiz, Franz-Pichler-Straße 17, Jugendzentrum AREA 52

E-Mail: frauenberatung@innova.or.at

### **novum Zentrum für FRAUEN und MÄDCHEN Murau und Spielberg**

Tel: 0664/885 003 77

Di: 14.00-16:00 Uhr

Do: 8.30-11.30 Uhr

8724 Spielberg, Marktplatz 1

Mi: 14.00-16.00 Uhr

Fr: 8.30-11.30 Uhr

8850 Murau, Heiligenstatt 2

E-Mail: office@novum.co.at

www.novum.co.at

### **verein-freiraum Leibnitz**

Tel.: 03452/202 00

8430 Leibnitz, Karl-Morre-Gasse 11

E-Mail: jakomini@verein-freiraum.at oder

surma@verein-freiraum.at,

www.verein-freiraum.at

## in Tirol:

### **Gewaltschutzzentrum Tirol - Innsbruck**

Tel.: 0512/571 313

Mo-Mi: 9.00-13.00 Uhr

Do: 9.00-20.00 Uhr

Fr: 9.00-13.00 Uhr

Termine nach Vereinbarung

6020 Innsbruck, Museumstraße 27/3

E-Mail: [office@gewaltschutzzentrum-tirol.at](mailto:office@gewaltschutzzentrum-tirol.at)

[www.gewaltschutzzentrum-tirol.at](http://www.gewaltschutzzentrum-tirol.at)

### **Gewaltschutzzentrum Tirol - Landeck**

Tel.: 0664/257 17 67

Di: 10.00-16.00 Uhr, Termine nach Vereinbarung

6500 Landeck, Schulhausplatz 7, Alter Widum

E-Mail: [office@gewaltschutzzentrum-tirol.at](mailto:office@gewaltschutzzentrum-tirol.at)

[www.gewaltschutzzentrum.at](http://www.gewaltschutzzentrum.at)

### **Gewaltschutzzentrum Tirol - Kitzbühel**

Tel.: 0664/450 71 05

Mi: 10.00-16.00 Uhr, Termine nach Vereinbarung

6370 Kitzbühel, Hornweg 28

E-Mail: [office@gewaltschutzzentrum-tirol.at](mailto:office@gewaltschutzzentrum-tirol.at)

[www.gewaltschutzzentrum.at](http://www.gewaltschutzzentrum.at)

### **Autonomes Tiroler Frauenhaus**

Tel.: 0512/342 112 od. 0512/272 303

Stadtbüro: 6020 Innsbruck, Mitterweg 25a

E-Mail: [office@tirolerfrauenhaus.at](mailto:office@tirolerfrauenhaus.at)

[www.tirolerfrauenhaus.at](http://www.tirolerfrauenhaus.at)

**BASIS - Zentrum für Frauen im Außerfern  
Frauen- und Familienberatung**

Tel.: 05672/726 04  
6600 Reutte, Planseestraße 6  
E-Mail: [office@basis-beratung.net](mailto:office@basis-beratung.net)  
[www.basis-beratung.net](http://www.basis-beratung.net)

**Courage Innsbruck  
PartnerInnen-, Familien- und Sexualberatungsstelle**

Tel.: 0699/166 166 63  
6020 Innsbruck, Bozner Platz 1/4. Stock  
E-Mail: [innsbruck@courage-beratung.at](mailto:innsbruck@courage-beratung.at)  
[www.courage-beratung.at](http://www.courage-beratung.at)

**Elele** (unterstützt Migrantinnen bei Gewalt)

Tel: 0512/562 929  
Beratungshotline: 0650 690 60 55  
6020 Innsbruck, Bruneckerstraße 2d (Europahaus)  
E-Mail: [office@migration.cc](mailto:office@migration.cc)  
[www.migration.cc/elele](http://www.migration.cc/elele)

**Evita Mädchen- und Frauenberatungsstelle Kufstein**

Tel.: 05372/636 16  
6330 Kufstein, Oberer Stadtplatz 6/2. Stock  
E-Mail: [evita@kufnet.at](mailto:evita@kufnet.at)  
[www.evita-frauenberatung.at](http://www.evita-frauenberatung.at)

**Frauen gegen VerGEWALTigung**

Tel.: 0512/574 416  
Frauenhelpline: 0800/222 555 (24 h erreichbar)  
6020 Innsbruck, Sonnenburgstraße 5  
E-Mail: [office@frauen-gegen-vergewaltigung.at](mailto:office@frauen-gegen-vergewaltigung.at)  
[www.frauen-gegen-vergewaltigung.at](http://www.frauen-gegen-vergewaltigung.at)

**Frauen im Brennpunkt**

Tel.: 0512/587 608

6020 Innsbruck, Marktgraben 16/III

E-Mail: frauenberatung@fib.at

www.fib.at

**Frauzentrum Osttirol****Beratung für Mädchen und Frauen**

Tel.: 04852/671 93

9900 Lienz, Schweizergasse 26

E-Mail: info@frauenzentrum-osttirol.at

www.frauzentrum-osttirol.at

**Initiative Frauen helfen Frauen**

Tel.: 0512/580 977

6020 Innsbruck, Museumstraße 10

E-Mail: info@fhf-tirol.at

www.fhf-tirol.at

**Stiftung Nothburgaheim****Altenwohn- und Pflegeheim**

Tel.: 0512/9398

6020 Innsbruck, Kapuzinergasse 4a

E-Mail: nothburgastube@nothburgaheim.at

www.nothburgaheim.at

## **in Vorarlberg:**

### **IfS-Gewaltschutzstelle Vorarlberg**

Tel.: 05 1755 535

6800 Feldkirch, Johannitergasse 6

E-Mail: [gewaltschutzstelle@ifs.at](mailto:gewaltschutzstelle@ifs.at)

[www.ifs.at/gewaltschutzsstelle.html](http://www.ifs.at/gewaltschutzsstelle.html)

### **IfS-FrauennotWohnung Dornbirn**

Tel.: 05572/293 04 (rund um die Uhr)

E-Mail: [frauennotwohnung@ifs.at](mailto:frauennotwohnung@ifs.at)

### **FEMAIL FrauenInformationszentrum Vorarlberg**

Tel.: 05522/310 02 - 0

6800 Feldkirch, Marktgasse 6

E-Mail: [info@femail.at](mailto:info@femail.at)

[www.femail.at](http://www.femail.at)

**Folgende weitere Einrichtungen können Ihnen zusätzlich eine Unterstützung sein:**

**bundesweit:**

**Hauptverband der Pensionsversicherungsanstalt**

Tel.: 05 03 03

**Kostenloses Sozialtelefon zur Bedarfsorientierten Mindestsicherung**

Tel.: 0800/20 16 11

**Pro Senectute Österreich**

Tel.: 01/479 61 61

1130 Wien, Amalienstraße 28/6

E-Mail: buero@prosenectute.at

www.prosenectute.at

**in Wien:**

**Fonds Soziales Wien – Pflege und Betreuung**

bietet Informationen und Beratung sowohl zu Pflege und Betreuung zu Hause als auch zu stationären Wohn- und Pflegeeinrichtungen.

Tel.: 01/24 5 24 (täglich 8-20 Uhr)

**Impressum:**

Institut für Konfliktforschung

Lisztstraße 3, 1030 Wien

Tel.: 01/713 16 40

[www.ikf.ac.at](http://www.ikf.ac.at) oder [www.ipwow.org](http://www.ipwow.org)

ZVR 177611523

**MIND**  
THE GAP!

**VERBESSERTER  
INTERVENTIONEN  
BEI PARTNERGEWALT  
GEGEN  
ÄLTERE FRAUEN**

**Gewaltschutzzentrum Tirol**

Museumstraße 27/3  
6020 Innsbruck

Tel.: 0512/571 313

E-Mail: [office@gewaltschutzzentrum-tirol.at](mailto:office@gewaltschutzzentrum-tirol.at)

[www.gewaltschutzzentrum-tirol.at](http://www.gewaltschutzzentrum-tirol.at)

