

Hinsehen Zuhören Hilfe holen!

Bürgerinnen und Bürger im Landkreis Cham zeigen Haltung
gegen sexualisierte und häusliche Gewalt.



Für eine Gesellschaft, in der alle gleichberechtigt, selbstbestimmt und frei von Gewalt leben können!

Wenn Sie selbst Gewalt erleben, wenn Sie Gewalt beobachten oder vermuten: Schauen Sie nicht weg! Lassen Sie sich beraten! Holen Sie Hilfe! Für sich – für andere!

Hilfe rund um die Uhr

Polizei / Notruf	110 / 112
Bundesweites Hilfetelefon	116 016 hilfetelefon.de
Gewalt gegen Frauen	(In 18 Sprachen verfügbar)

Hilfe vor Ort

Frauen-Notruf	(09971) 79699
Caritasverband für den Landkreis Cham e.V.	(Rund um die Uhr)
Fachberatungsstelle für gewaltbetroffene Frauen* und ihre Kinder	(09971) 9948017
Diakonisches Werk Cham-Regen	
WEISSER RING	
Opfertelefon	116 006
Außenstelle Cham	0151 55164641

Frauenhäuser und Mönnerschutzwohnungen

Autonomes Frauenhaus Regensburg	(0941) 28002520
Frauen- und Kinderschutz- haus Regensburg	(0941) 5999389
Männerschutzwohnung Riposo Nürnberg	(0911) 2354137
ADAMI – Schutzwohnung für Männer Augsburg	(0821) 3156 486

**landkreis-cham.de/gleichberechtigung-
schuetzt-vor-gewalt**



Landkreis Cham, Gleichstellungsstelle • Rachelstraße 6, 93413 Cham
Mit freundlicher Unterstützung der Gleichstellungsstelle für Frauen
der Landeshauptstadt München. www.gleichberechtigung-schuetzt-vor-gewalt.de