Gewaltschutz: Dieses Hilfezeichen sollten alle kennen

Datum	13.8.2026
Subjekt	Land Tirol
Region	Austria
Kategorie	Social services, Security, Human rights

Internationales Hilfezeichen als stiller Hilferuf, wenn Gefahr besteht: Hand heben – Daumen einklappen – Finger schließen.

- Sicher unterwegs: Broschüre bietet Frauen und Mädchen Tipps zum Schutz vor sexualisierter Gewalt
- Alle Hilfs- und Unterstützungsangebote in Tirol: www.gewaltfrei-tirol.at

Von Beschimpfungen und Demütigungen über Schlagen und Treten bis hin zu sexueller Belästigung oder Missbrauch: Gewalt hat viele Formen und kann jede und jeden treffen. Nicht immer ist sie für Außenstehende unmittelbar sichtbar. „Doch eines ist klar: Gewalt ist keine Privatsache, sondern geht uns alle an – zu jeder Jahreszeit, an jedem einzelnen Tag“, betont Landesrätin Eva Pawlata. Das Land Tirol setzt deshalb auf Information und Sensibilisierung. Die Website www.gewaltfrei-tirol.at bündelt die wichtigsten Informationen für Betroffene sowie für Menschen, die Gewalt beobachten oder vermuten – von Notrufnummern bis hin zu den tirolweiten Hilfs- und Unterstützungsangeboten. Auch Signale wie das internationale Hilfezeichen können im Ernstfall entscheidend sein: Es ermöglicht Betroffenen, unauffällig um Hilfe zu bitten. Praxisnahe Infos und Empfehlungen bietet zudem die Broschüre „Sicherheitstipps für Frauen und Mädchen zum Schutz vor sexualisierter Gewalt“ des Landes Tirol.

Einfach und unauffällig: das internationale Hilfezeichen

Das internationale Hilfezeichen besteht aus drei einfachen Handbewegungen: Hand heben – Daumen einklappen – Finger über den Daumen schließen. Damit können Betroffene rasch und zugleich unauffällig signalisieren, dass sie sich in Gefahr befinden – persönlich ebenso wie beispielsweise während eines Videoanrufs. Wer das Hilfezeichen wahrnimmt, sollte Zivilcourage zeigen: Besteht unmittelbare Gefahr, ist die Polizei unter 133 zu verständigen. Je nach Situation kann vorsichtig und diskret Kontakt mit der betroffenen Person aufgenommen und Hilfe angeboten werden. Wer unsicher ist, wie in einer konkreten Situation am besten geholfen werden kann, kann sich jederzeit auch selbst an eine Hilfs- oder Beratungseinrichtung wenden.

Rund um das internationale Hilfezeichen lancierte das Land Tirol im Vorjahr anlässlich der „16 Tage gegen Gewalt an Frauen“ eine Sensibilisierungskampagne – bestehend aus 1.400 orangen Jutetaschen mit einer Informationskarte, die tirolweit an Frauenschutz- und Frauenberatungseinrichtungen verteilt wurden, sowie einem Videoclip auf Social Media.

Tipps für Frauen und Mädchen zum Schutz vor sexualisierter Gewalt

Wie können sich Mädchen und Frauen verhalten, wenn sie bei Dunkelheit alleine auf dem Weg nach Hause sind oder verfolgt werden? Wie kann gegen jemanden vorgegangen werden, der einem zu nahekommt? Wer sind die AnsprechpartnerInnen bei sexueller Belästigung am Arbeitsplatz? Diese Fragen beantwortet die Broschüre „Sicherheitstipps für Frauen und Mädchen zum Schutz vor

sexualisierter Gewalt“ , die gemeinsam mit ExpertInnen des Vereins Frauen gegen VerGEWALTigung sowie der Landespolizeidirektion Tirol erarbeitet wurde. Die Broschüre steht als Download zur Verfügung oder kann über die Website des Landes als Druckversion bestellt werden.

www.gewaltfrei-tirol.at: Plattform zum Thema Gewalt

Auf www.gewaltfrei-tirol.at können Hilfs- und Unterstützungsangebote gezielt nach Region, Personengruppe und Thema gefiltert werden. Darüber hinaus finden auch Menschen, die Gewalt beobachten oder vermuten, sowie Angehörige Informationen dazu, wie sie Betroffene unterstützen können. Ergänzend bietet die Plattform rechtliche Informationen und Wissenswertes zu Opferrechten – etwa zum Betretungs- und Annäherungsverbot, zur Prozessbegleitung oder dazu, wo und wie Anzeige erstattet werden kann.

„Wer Gewalt erlebt, soll wissen: Es gibt Hilfe und Unterstützung. Holen Sie sich Hilfe. Und wer Gewalt beobachtet oder vermutet, kann etwas tun: Schauen Sie hin, bieten Sie Unterstützung an und holen Sie sich Rat, wenn Sie unsicher sind, wie Sie helfen können“, appelliert LR^{in} Pawlata.

https://www.tirol.gv.at/presse/meldungen/meldung/gewaltschutz-dieses-hilfezeichen-sollten-alle-kennen