



HILFREICHE HINWEISE & TIPPS

EINBRUCH

EINFÜHRUNG

Liebe Lesende,

in unserer Beratungsarbeit erleben wir, wie belastend es sein kann, von einem Einbruch betroffen zu sein. Das Zuhause sollte als privater Wohnbereich ein sicherer Rückzugsort sein. Ein Einbruch hinterlässt nicht nur sichtbare Spuren in Ihrem Zuhause, sondern kann auch psychisch belastend sein.

Um Sie zu unterstützen, haben wir in diesem Flyer wesentliche Hinweise und Tipps zusammengestellt.

Vereinbaren Sie gern einen Beratungstermin bei uns. Wir unterstützen Sie bei der Klärung Ihrer persönlichen Anliegen.

ÜBER DIE OPFERHILFE HAMBURG

Wir bieten professionelle Beratung für Betroffene von Gewalttaten und schweren Unfällen. Unser Team besteht aus psychologischen und ärztlichen Psychotherapeut:innen. Wir unterstützen Sie, nach einem traumatischen Erlebnis Ihr psychisches Gleichgewicht wiederzufinden.

Unser Beratungsangebot umfasst:

- Unterstützung in Krisen
- Psychologische Beratung
- Stabilisierung
- Information

Wir beraten:

- Erwachsene ab 18 Jahren, die im Laufe ihres Lebens von einer Straftat oder einem Unfall betroffen waren
- Bezugspersonen sowie Zeug:innen einer Straftat
- vertraulich und unterliegen der Schweigepflicht
- kostenfrei und auf Wunsch anonym

Wir unterstützen Sie:

- in aktuellen Krisen
- beim Umgang mit psychischen, sozialen und rechtlichen Folgen von Gewalt (Hinweis: dies ersetzt keine juristische Beratung)
- durch Informationen zu therapeutischen Behandlungswegen und Traumatherapie
- durch gezielte Weiterverweisung an andere Unterstützungsangebote und Einrichtungen

KONTAKT

Rufen Sie uns gern während unserer Telefonzeit unter **040 / 38 19 93** an. Persönliche Beratungen sind nach einem telefonischen Erstkontakt möglich. Wir bieten keine Beratung per E-Mail an.



OPFERHILFE HAMBURG E.V.

- 📍 Paul-Neumann Platz 2-4 • 22765 Hamburg
- 📞 040 / 38 19 93
- 📠 040 / 389 57 86
- ✉️ mail@opferhilfe-hamburg.de
- 🏠 www.opferhilfe-hamburg.de

HINTERGRUND

Einbrüche passieren meist, wenn niemand zuhause ist, tagsüber und unter der Woche. Es kann zum Diebstahl von Wertsachen, Zerstörung, Wühlen in den Schränken und Verschmutzung kommen. Das eigene Sicherheitsgefühl kann durch die Bedrohung von außen verletzt werden, wenn jemand in den persönlichen Rückzugsraum der eigenen Wohnung eindringt. Betroffene machen häufig die Erfahrung, dass Ihre Belastung aus dem Umfeld nicht ernst genommen wird. Sich den eigenen Bereich zurückzuerobern und sich wieder sicher zu fühlen ist eine Aufgabe, die Zeit braucht. Scheuen Sie sich nicht, sich dabei Unterstützung zu suchen. Zudem stehen Aufgaben wie das Aufräumen, die Meldung an die Versicherung und oftmals Reparaturmaßnahmen an.

PSYCHISCHE FOLGEN

Viele Betroffene trauern um den Verlust von Wertgegenständen oder lieb gewonnenen Gegenständen. Darüber hinaus belastet viele, dass die einbrechende Person intimste Dinge gesehen und angefasst hat. Viele fühlen sich zuhause nicht mehr sicher und geborgen. Die psychischen Folgen können unterschiedlich sein, z.B.

- Angst
- Alpträume
- Schwierigkeiten allein zu sein
- Vermeidung des Ortes
- Schreckhaftigkeit
- Depressive Symptome
- Unruhe

HANDLUNGSEMPFEHLUNGEN

Akut:

1. Melden Sie den Einbruch sofort bei Polizei und Versicherung. Verändern Sie nichts und fassen Sie nichts an, bis die Polizei eintrifft.
2. Überprüfen Sie die Sicherung Ihrer Wohnung (Fenstersicherung, Schlösser etc.).
3. Lassen Sie entwendete Sparbücher, EC- und Kreditkarten, SIM-Karten, Online-Banking oder ähnliches sperren. Zentrale gebührenfreie Sperr-Rufnummer: **116 116**
4. Melden Sie den Einbruch mit dem polizeilichen Aktenzeichen der Versicherung.
5. Falls Sie nicht allein sein wollen, nehmen sie Kontakt mit Familie, Freund:innen, Nachbar:innen auf.

Im Verlauf:

1. Erstellen Sie eine detaillierte Liste der gestohlenen Gegenstände.
2. Sprechen Sie mit Fachleuten, um die richtigen Maßnahmen zu ergreifen und Ihre Wohnung/Ihr Haus zu sichern. Sie können sich bei der Polizei beraten lassen. Es kann helfen, Dinge in der Wohnung zu verändern (z.B. Möbel umstellen).
3. Es kann helfen, Dinge in der Wohnung zu verändern, um sich so den eigenen Raum zurückzuerobern, z.B.: Möbel umstellen, Wände neu streichen, umdekorieren.

Wir empfehlen Ihnen professionelle Unterstützung. Nutzen Sie die Möglichkeit einer kostenfreien persönlichen Beratung. Wir unterstützen Sie dabei, sich stabiler zu fühlen und Ihren Alltag wieder bewältigen zu können. In den Gesprächen können Sie sich entlasten und Kraft sammeln. Wir nehmen Sie ernst und richten uns nach Ihren Anliegen und Bedürfnissen. Möglichkeit einer kostenfreien persönlichen Beratung, um Ihre Situation in aller Ruhe zu besprechen und nächste Schritte zu planen. Wir stehen Ihnen gerne zur Seite!

RECHTLICHES

§ 244 StGB Wohnungseinbruchdiebstahl

(1) 3. ... einen Diebstahl begeht, bei dem er zur Ausführung der Tat in eine Wohnung einbricht, einsteigt, mit einem falschen Schlüssel oder einem anderen nicht zur ordnungsgemäßen Öffnung bestimmten Werkzeug eindringt oder sich in der Wohnung verborgen hält.

(2) Der Versuch ist strafbar.

Haftungsausschluss: Die Inhalte dieses Flyers wurden von der Opferhilfe Hamburg sorgfältig zusammengestellt. Für die Richtigkeit, Vollständigkeit und Aktualität der Inhalte können wir jedoch keine Gewähr übernehmen.