

## **Das LKA Niedersachsen gibt Hinweise und Präventionstipps zum Thema Dating: Was können Sie tun, damit Ihr erstes Date gut verläuft?**

- Seien Sie nicht bei jeder neuen Bekanntschaft misstrauisch, aber seien Sie aufmerksam. Haben Sie ein komisches Gefühl bei dem, wie sich die Person benimmt, was sie sagt, wie sie mit Ihnen umgeht? Hören Sie auf Ihr Bauchgefühl, wenn es um das Verhalten Ihrer Verabredung geht.
- Wenn Sie Ihr Date im Internet kennengelernt haben: Die meisten Plattformen versprechen, dass sie für die Sicherheit der Nutzerinnen und Nutzer sorgen. Diese Sicherheit kann jedoch nicht umfassend sein, sodass Sie sich ein eigenes Urteil bilden sollten, ob Ihr Chatpartner/-in in seiner/ihrer Kommunikation authentisch und seriös rüberkommt oder irgendetwas "komisch" ist.
- Verabreden Sie sich die ersten Male an öffentlichen Orten. Das reduziert die Gefahr von Übergriffen und bietet Ihnen einen Schutzraum.
- Sagen Sie Freundinnen und Freunden, mit wem Sie sich verabreden und wohin Sie gehen. Vereinbaren Sie mit einer Vertrauensperson, dass Sie diese nach zwei Stunden anrufen und mit vorher abgesprochenen "Codewörtern" mitteilen, dass es Ihnen gut geht.
- Eine weitere Möglichkeit wäre, dass Sie über Ihr Handy für den Zeitraum des ersten Dates den Livestandort mit einer vertrauenswürdigen Person teilen, sodass diese Sie anrufen oder - wenn Sie auf die Anrufe nicht reagieren - weitere Schritte einleiten kann, wenn Ihre Wege und Aufenthaltsorte an dem Abend nicht mit Ihrem üblichen Verhalten übereinstimmen. Dazu gibt es spezielle Tracking-Apps, aber beispielsweise bietet WhatsApp diese Funktion ebenfalls.
- Bei ersten Dates mit Personen, die Sie noch nicht gut kennen, sollten Sie auf Ihren Alkoholkonsum achten und keine Drogen nehmen, die Ihre Urteilsfähigkeit, Ihre Handlungsfähigkeit oder Ihr Bewusstsein beeinträchtigen können.
- Es kann auch sein, dass Ihr Date Ihnen K.o.-Tropfen in Ihr Getränk mischt. Lassen Sie sich von Ihrem Date nur ein Getränk ausgeben, wenn Sie es direkt vom Thekenpersonal bekommen. Nehmen Sie kein offenes Getränk (Glas oder offene Flasche) von Ihrem Date an. Lassen Sie Ihr Getränk nicht irgendwo stehen, sondern trinken Sie es aus, bevor Sie beispielsweise zur Toilette oder auf die Tanzfläche gehen. Wenn Sie mit Freundinnen und Freunden unterwegs sind: Achten Sie gegenseitig auf Ihre Getränke!

## **Was können Sie tun, wenn Sie vergewaltigt wurden?**

- Zunächst einmal: Egal was Sie vorher gemacht, gesagt oder freiwillig zu sich genommen haben - Sie tragen keine Schuld! Die alleinige Verantwortung für die Tat liegt beim Täter bzw. der Täterin.
- Jede nicht gewollte sexuelle Handlung ist strafbar. Waren Sie zum Zeitpunkt der Tat nicht einwilligungsfähig, weil Ihnen beispielsweise K.o.-Tropfen verabreicht wurden oder Sie unter Alkohol- oder Drogeneinfluss gestanden haben, ist ebenfalls jede sexuelle Handlung an Ihnen strafbar.
- Wenden Sie sich an die Polizei und erstatten Sie Anzeige. Das können Sie in jeder Polizeidienststelle machen. Es gibt speziell ausgebildete Polizeibeamtinnen und -beamte, die einfühlsam und an Ihre Bedürfnisse ausgerichtet das Geschehen mit Ihnen besprechen und die Anzeige verfassen.

- Wenn möglich, duschen Sie nicht, bevor Sie zur Polizei gehen. Die Polizei wird eine Untersuchung bei einer Ärztin oder einem Arzt in die Wege leiten, bei der alle Spuren gesichert werden. Das ermöglicht es der Polizei, die Straftat besser zu beweisen.
- Das Gleiche gilt für die Kleidung, die Sie zum Zeitpunkt der Tat getragen haben: Verpacken Sie möglichst jedes Kleidungsstück ungewaschen in einer separaten Papiertüte und bewahren Sie diese auf.
- Wenn die Tat bei Ihnen zu Hause passiert ist: Lassen Sie alles so, wie es ist, damit die Polizei auch hier bestmöglich Spuren sichern kann.

### **Sie wissen noch nicht genau, ob Sie Anzeige erstatten möchten?**

- Versuchen Sie dennoch, möglichst viele Spuren zu erhalten und alle Folgen der Tat ärztlich dokumentieren zu lassen: Das Netzwerk ProBeweis besteht aus zahlreichen Kliniken sowie speziell geschulten Ärztinnen bzw. Ärzten, die alle Spuren und Verletzungen an Ihrem Körper kostenlos und gerichtsverwertbar erheben, falls Sie sich später doch für eine Anzeigeerstattung entscheiden. Die Spurensicherung erfolgt unter Wahrung der ärztlichen Schweigepflicht - solange Sie den Sachverhalt nicht zur Anzeige bringen möchten, wird nichts von dem, was Sie den Ärztinnen und Ärzten von ProBeweis erzählt haben oder von den Spuren, die bei Ihnen gesichert wurden, an Dritte weitergegeben! Den nächstgelegenen Standort von ProBeweis [finden Sie im Internet](#).

Reinigen Sie die Kleidung, die Sie bei der Tat getragen haben, nicht, sondern verpacken Sie möglichst jedes Kleidungsstück einzeln in einer Papiertüte und bewahren Sie diese auf. Das Gleiche gilt für Bettwäsche, Handtücher etc., falls die Tat in Ihrer Wohnung stattgefunden hat.

- Schreiben Sie ein Gedächtnisprotokoll über den Tatablauf. Schreiben Sie das Datum, zu dem Sie das Gedächtnisprotokoll geschrieben haben, ebenfalls nieder. Notieren Sie Informationen zu eventuellen Zeugen. Das ist eine gute Gedächtnisstütze, falls Sie später Anzeige erstatten möchten.
- Als Opfer einer Straftat haben Sie Rechte! Welche das sind, können Sie bei der Polizei [übers Internet einsehen](#).

Weitere Informationen und Beratungsangebote finden Sie auch beim [Ministerium für Soziales, Gesundheit und Gleichstellung übers Internet](#).