

## Was ist Catcalling?

Bei „Catcallig“ („Katzen-rufen“) handelt es sich um eine Form der aufgezwungenen **(non-)verbalen sexuellen Belästigung** im öffentlichen Raum wie z.B. durch Hinterherrufen, Anhupen, Anpfeifen oder auch nonverbale Körpersprache wie anzügliche Blicke.

## Ich erfahre Catcalling - Was tun?

### KATZEN-Methode als Handlungsempfehlung



# K

#### Kamera

- Versuche vorsichtig und unauffällig ein **Foto, Video** oder eine **Tonaufnahme** von der Situation zu machen. Dazu zählen auch bspw. Fotos von **Autokennzeichen**. Dieses Material kann später bei der Polizei zur Dokumentation der Belästigung genutzt werden, darf jedoch nicht veröffentlicht/verbreitet werden.

# A

#### Ansprechen

- **Sprich die Person konkret an**, die dich catcalled. Mach sie auf ihr **Verhalten** aufmerksam und benenne es deutlich: Das ist sexuelle Belästigung. Versuche jedoch Fragen wie „Was soll das?“ zu vermeiden, da dies von der anderen Seite genutzt werden könnte, um mit Dir ins Gespräch zu kommen.
- Sprich die Person nur an, sofern du dich sicher dabei fühlst!

# T

#### Telefon

- **Rufe Freund\*innen oder deine Familie an**, während du in einer Catcall-Situation bist. Das kann dir Sicherheit geben und du kannst dich sofort anhand des Telefonats aus der Situation ziehen. Außerdem kann es Catcaller\*innen verunsichern und zurückweichen lassen.
- Solltest du dich in einer akuten Gefahrensituation befinden, wähle den Polizei-Notruf: **110**

# Z

#### Zeug\*innen

- **Suche dir Zeug\*innen** und sprich diese direkt an. Frage konkret nach Hilfe! Sie können dir beiseite stehen oder die Situation bei der Polizei bezeugen.

# E

#### Entfernen

- **Entferne** dich und verlasse (kommentarlos) die Situation. Es ist vollkommen okay, Catcaller\*innen zu ignorieren und weiterzugehen! Du musst dich vor niemandem rechtfertigen!

# N

#### Notieren

- **Notiere** dir zeitnah **alle Informationen**, die dir wichtig erscheinen. Dazu zählen **Namen, Ort, Autokennzeichen, konkrete Details zur Dokumentation** der Situation, etc. Dieses **Gedächtnisprotokoll** kann dir Sicherheit geben und ist auch für die Polizei relevant, falls es zu wiederholter sexueller Belästigung kommen sollte.
- Achte jedoch darauf, **dich nicht in Gefahr zu begeben!**

Achte jedoch immer darauf, **dich nicht in Gefahr zu begeben!**

Catcalling ist kein Kompliment. Catcalling ist sexuelle Belästigung.

**Du bist nicht schuld!**

- Die Situation bewusst **beobachten**:  
Manchmal genügt es schon, sich als Beobachter\*in bemerkbar zu machen, sodass Täter\*innen häufig allein aufgrund der Aufmerksamkeit, die sie auf sich ziehen, zurückschrecken.
- Zusätzlich kannst du versuchen, auf möglichst viele **Details** der Situation zu achten, um womöglich später deine Hilfe als Zeug\*in anzubieten.
- Den\*Die Täter\*in konkret **ansprechen** und auf das Fehlverhalten hinweisen:  
„Das ist sexuelle Belästigung!“, „Er\*Sie möchte nicht mit Ihnen sprechen. Bitte gehen Sie!“, etc.  
Auch hier gilt: Sprich die Person nur an, sofern du dich dabei sicher fühlst!
- Falls du dich unwohl dabei fühlst, den\*die Täter\*in anzusprechen, **interagiere mit der betroffenen Person**:  
Ein kurzer **Blickkontakt mit der betroffenen Person** kann Sicherheit vermitteln und dabei helfen, die Situation besser einzuschätzen.
- Versuche, der betroffenen Person aus der Situation zu helfen, indem du bspw. vorgibst, **befreundet zu sein**, um die betroffene Person für die gemeinsame Verabredung abzuholen.
- **Biete deine konkrete Hilfe an**, sobald ihr beide der Gefahrensituation nicht mehr ausgeliefert seid:  
Biete bspw. an, über das Erlebte zu sprechen oder auch jemanden für die betroffene Person anzurufen, in Akut-Situationen auch die Polizei.
- **Respektiere** jedoch auch, wenn die betroffene Person keinerlei Hilfeleistung in Anspruch nehmen möchte. Jede\*r geht anders mit Catcalling um und das ist auch vollkommen okay!

## Weitere Hilfsangebote:

- Das **Heimwegtelefon: 030 12074182**  
Hierbei begleitet dich eine ehrenamtliche Person telefonisch auf deinem nächtlichen Heimweg.
- **NoA** (Nummer ohne Anruf): **0157 53024990**  
Für Situationen, in denen du nach deiner Nummer gefragt wirst, jedoch nicht äußern kannst, dass du diese nicht rausgeben möchtest. Gib dann einfach **NoA** als deine Nummer weiter. Anrufe können nicht durchgestellt werden, bei Nachrichten erhält die Person jedoch die automatische Antwort, dass du dich in der Situation unwohl gefühlt hast.
- Frage in Bars oder Clubs das Personal nach **Luisa**:  
„**Ist Luisa hier?**“ ist ein Code, um bei (Angst vor) Belästigung in teilnehmenden Lokalen Hilfe zu erhalten. Mittlerweile ist immer mehr Personal diesbezüglich geschult. Suche beim Feiern gehen nach Flyern oder Hinweisen, dass die Lokalität diesbezüglich informiert ist; häufig befinden sich diese auf den Toiletten. Eine Liste mit den teilnehmenden Lokalitäten deiner Stadt findest du hier: [www.luisa-ist-hier.de](http://www.luisa-ist-hier.de)
- **Hilfetelefon Gewalt an Frauen: 0800 0116016**
- **Hilfetelefon Gewalt an Männern: 0800 1239900**
- **Polizei-Notruf: 110**

Es gibt keinen „richtigen“/„falschen“ Umgang mit Catcalling.  
**Es ist auch vollkommen okay, gar nicht zu reagieren!**

