beidebaselgegengewaltanfrauen.ch

16 TAGE GEGEN GEWALT AN FRAUEN 25.11.–10.12



STOPP DIGITALE GEWALT!

Rahmenprogramm
25.11.2026 Foyer Public, Theater Basel
10.12.2026 HEK (Haus der Elektronischen Künste)

25. NOVEMBER - 10. DEZEMBER
GEMEINSAM GEGEN GEWALT AN FRAUEN

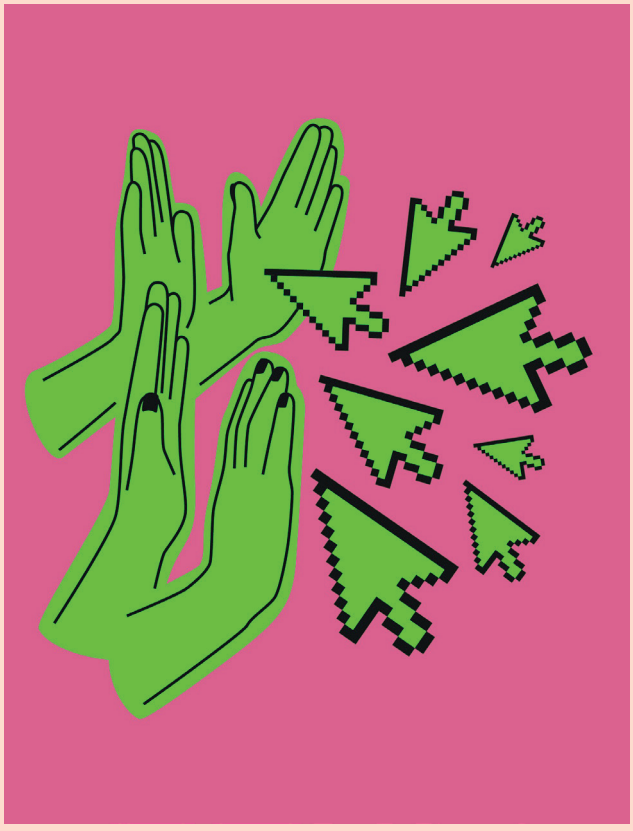
Die Kampagne «16 Tage gegen Gewalt an Frauen*» beginnt jährlich am 25. November, dem Internationalen Tag gegen Gewalt an Frauen, und dauert 16 Tage bis zum 10. Dezember, dem Internationalen Tag der Menschenrechte. Auch die Aktionsgruppe „Beide Basel gegen Gewalt an Frauen“ beteiligt sich mit verschiedenen Aktionen und Veranstaltungen. Mit unseren Aktionen, die während dieser 16 Tage stattfinden, sollen sich Menschen jeden Alters, Geschlechts und jeder Nationalität unkompliziert und direkt angesprochen fühlen.

Mehr Infos zu den diesjährigen Aktionen unter: https://beidebaselgegengewaltanfrauen.ch/

FOKUSTHEMA 2026 DIGITALE GESCHLECHTSSPEZIFISCHE GEWALT

DIGITALE GEWALT IST ECHTE GEWALT!

Digitale Technologien sind aus unserem Alltag nicht mehr wegzudenken. Wir kommunizieren über Messenger und soziale Medien, teilen Bilder, arbeiten online und organisieren einen grossen Teil unseres Lebens digital.
Doch digitale Räume und Technologien können auch missbraucht werden, um Menschen zu belästigen, einzuschüchtern, zu kontrollieren oder zu bedrohen. Die Folgen sind fatal.



Digitale Gewalt ist keine neue, von anderen Gewaltformen losgelöste Gewalt aber eine besonders destruktive Art der Gewaltanwendung. Digitale Technologien werden als Mittel, Raum oder Verstärkung geschlechtsspezifischer Gewalt missbraucht. Bekannt sind etwa Belästigung, sexualisierte Gewalt, psychische Gewalt Überwachung und Kontrolle.
Das Digitale verändert vor allem Ausmass, Dauerhaftigkeit, Reichweite und teilweise die Unsichtbarkeit dieser Gewalt.
Betroffen sind insbesondere Frauen und geschlechtliche Minderheiten. Gewalt kann sich gegen Menschen richten, weil sie einem bestimmten Geschlecht zugeordnet werden oder nicht den binären Geschlechternormen entsprechen.

Digitale Gewalt ist nicht von der «realen Welt» getrennt. Was online geschieht, kann das Sicherheitsgefühl, die psychische Gesundheit, soziale Beziehungen, die Arbeit und die gesellschaftliche Teilhabe von Betroffenen schwerwiegend beeinträchtigen.

DAS DIGITALE IST REAL.

GESCHLECHTSSPEZIFISCHE DIGITALE GEWALT

Digitale Gewalt zeigt sich in sehr unterschiedlichen Situationen. Durch hasserfüllte Kommentare und wiederholte Angriffe, durch Doxxing, Cyberstalking oder digitale Überwachung sowie durch sexualisierte Bilder und Inhalte ohne Einwilligung. Auch KI-generierte sexuelle Deepfakes können eine Form bildbasierter sexualisierter Gewalt sein.

ZWEI RÄUME DIGITALER GEWALT

Digitale Gewalt findet in unterschiedlichen Kontexten statt. Unterscheiden lassen sich insbesondere der öffentliche Raum, in dem die Tatperson häufig unbekannt ist, und intime Beziehungen (digitale Beziehungsgewalt), in denen die Tatperson bekannt ist. Diese Trennung ist jedoch nicht eindeutig: Digitale und physische Gewalt können ineinandergreifen und Tatpersonen zwischen den verschiedenen Räumen wechseln.

Im öffentlichen digitalen Raum können Personen von Hate Speech, Cybermobbing oder koordinierten Angriffen betroffen sein. Persönliche Informationen können veröffentlicht werden, um eine Person auch ausserhalb des digitalen Raums Angriffen auszusetzen. Sexualisierte Gewalt kann zudem durch unerwünschte Nachrichten, Bilder oder heimliche Aufnahmen ausgeübt werden.
Besonders häufig betroffen sind Frauen, die sich öffentlich äussern, etwa Politikerinnen, Journalistinnen, Wissenschaftlerinnen und Aktivistinnen. Digitale Angriffe können dabei nicht nur die betroffene Person einschüchtern oder zum Schweigen bringen, sondern auch andere Personen davon abhalten, sich öffentlich zu äussern.

In Paar- und Ex-Paarbeziehungen steht insbesondere Coercive Control (Zwangskontrolle) im Zentrum. Digitale Technologien können dabei genutzt werden, um eine Partnerperson oder Ex-Partnerperson zu überwachen, zu kontrollieren, einzuschüchtern oder sozial zu isolieren. Digitale Gewalt ist dabei häufig keine eigenständige neue Gewaltform, sondern erweitert bereits bestehende Gewalt in einer Beziehung um digitale Mittel.
Besonders nach einer Trennung können digitale Technologien zur weiteren Kontrolle und Überwachung eingesetzt werden.

Die Grenze zwischen digitaler und analoger Gewalt ist fliessend. Digitale Gewalt kann konkrete Folgen im realen Leben haben. Verbreitete Bilder können berufliche oder soziale Konsequenzen auslösen, zu Belästigung am Wohnort führen oder die Bewegungsfreiheit und das Sicherheitsgefühl einer Person einschränken.

DIGITALE GEWALT IST NICHTS NEUES.
ES IST DIESELBE PATRIARCHALE GEWALT ABER MIT NEUEN WERKZEUGEN.
WAS SICH ÄNDERT: DAS AUSMASS, DIE DAUERHAFTIGKEIT, DIE REICHWEITE.
WAS SICH NICHT ÄNDERT: WER UNTER IHR LEIDET, WER SIE AUSÜBT – UND DIE MACHTVERHÄLTNISSE, DIE SIE ERMÖGLICHEN.

Mehr Infos zu den 16 Tagen sowie zum Thema unter: https://www.16tage.ch/

ZUGANG ZU HILFE UND SCHUTZ BEI DIGITALER GEWALT

Menschen, die digitale Gewalt erleben, brauchen Unterstützung, die ihre Situation ernst nimmt und ihnen Zugang zu Schutz und Hilfe ermöglicht. Betroffene entscheiden selbst, welche Form der Unterstützung für sie passt. Spezialisierte Stellen können informieren, beraten und begleiten, ohne Entscheidungen an ihrer Stelle zu treffen.

Wenn es die Situation zulässt, sollten Beweise gesichert werden, bevor Inhalte gelöscht werden. Datierte Screenshots, Nachrichten, Links und Bestätigungen von Meldungen können für spätere Schritte wichtig sein. Bei sexualisierten Darstellungen von Minderjährigen gilt hingegen: Inhalte nicht speichern oder weiterleiten, sondern direkt die zuständigen Behörden oder eine spezialisierte Stelle kontaktieren.

Digitale Gewalt darf nicht als «nur im Internet» verharmlost werden. Sie kann psychische, soziale, berufliche und auch physische Folgen haben. Für Betroffene ist wichtig, nicht allein zu bleiben und sich an eine Vertrauensperson oder eine Beratungsstelle wenden zu können.

SOFORTMASSNAHMEN BEI DIGITALER GEWALT & CYBERSTALKING

Fühlst du dich online beobachtet, verfolgt oder unter Druck gesetzt? Das kannst du sofort tun:

1. Konten sichern

Passwörter ändern (sicheres Gerät), 2FA aktivieren, fremde Geräte abmelden, Standortfreigaben stoppen, Familienfreigaben und geteilte Abos verlassen.

2. Bildschirmsperre neu setzen

Neuer Gerätecode, den niemand kennt. Face-/Touch-ID prüfen: nur dein Gesicht, dein Finger.

3. Beweise sichern

Screenshots mit Datum & Uhrzeit. Nichts löschen. Sicher & verschlüsselt ablegen: Safe withyou auf with-you.ch.

4. Handy prüfen: Wer hat Zugriff?

iPhone: Einstellungen → Datenschutz & Sicherheit → Sicherheitscheck.
Android: myaccount.google.com → Sicherheitscheck.

5. Konto-Hintertüren schliessen

Wiederherstellungs-Mail/-Nummer und Mail-Weiterleitungen prüfen. Alles Fremde entfernen.

6. Sichtbarkeit in SoMe einschränken

Profile auf TikTok, Instagram, Facebook & Co. auf „privat“ stellen, Follower ausmisten, Standort in Posts und Stories ausschalten.

7. Updates installieren

System und Apps aktualisieren → schliesst Sicherheitslücken.

8. Tracker aufspüren

Gratis-App AirGuard installieren, 30-60 Minuten laufen lassen. Findet AirTags & Co. Auch Tasche, Jacke und Auto absuchen.

9. Im Zweifel: Fachperson beiziehen

Lass Handy und Konten von einer Fachstelle prüfen und absichern.

ES BRAUCHT UNS ALLE

Digitale Gewalt ist reale Gewalt. Sie kann Betroffene überall erreichen und weit über den digitalen Raum hinauswirken.
Betroffene tragen keine Schuld. Sie haben ein Recht auf Schutz, Unterstützung und darauf, selbst über die nächsten Schritte zu entscheiden.

Hinschauen, zuhören, ernst nehmen und unterstützen – digitale Gewalt geht uns alle an.

• OPFERHILFE BEIDER BASEL
Kostenlose und vertrauliche Beratung für gewaltbetroffene Personen und deren Umfeld.
Tel. 061 205 09 10 / https://opferhilfe-beiderbasel.ch/

• TEL. 142 - NATIONALE OPFERHILFE-NUMMER
kostenlos, 24 Stunden am Tag, in den Landessprachen.

• HATEHELP - BERATUNGSSTELLE BEI DIGITALER GEWALT
Erstberatungen für erwachsene Personen, die digitale Gewalt erleben
https://hatehelp.ch/

• TECH AGAINST VIOLENCE (TAV)
Spezialisierte Begleitung zu digitaler Gewalt in Beziehungen
techagainstviolence.ch

• WITH-YOU UND IHRE APP SAFE WITH-YOU
Plattform und App zur Unterstützung von Gewaltbetroffenen digitaler Gewalt
with-you.ch

• KINDERSCHUTZ SCHWEIZ / CLICKANDSTOP
Um Inhalte mit Minderjährigen zu melden
kinderschutz.ch / clickandstop.ch

• FRAUENHAUS BEIDER BASEL
Tel. 061 681 66 33
https://frauenhaus-basel.ch/

• HEILSARMEE FRAUENHAUS REGION BASEL
Tel. 061 302 85 15
https://heilsarmee.ch/angebot/frauenhaus-heilsarmee/

@BEIDEBASELGEGENGEWALTANFRAUEN

Instagram: Beide Basel gegen Gewalt an Frauen