

Opfer einer Straftat - Die ersten 48 Stunden: Was Sie jetzt tun müssen

Die ultimative Checkliste für Opfer von Straftaten

Sie sind **Opfer einer Straftat** geworden? Die **ersten 48 Stunden** nach einer Straftat sind entscheidend für Ihre Sicherheit, Ihre Gesundheit und Ihre späteren Rechtsansprüche. Diese **ultimative Checkliste** zeigt Ihnen **Schritt für Schritt, was Sie als Opfer einer Straftat tun müssen**.

Als **Fachanwältin für Strafrecht** und spezialisierte **Opferanwältin** habe ich diese Checkliste basierend auf jahrelanger Erfahrung in der **Opfervertretung** erstellt. **Jede Minute zählt** – befolgen Sie diese **ersten Schritte nach einer Straftat** systematisch.

Sofortmaßnahmen in den ersten Minuten

✅ Schritt 1: Sicherheit gewährleisten (0-30 Minuten)

Ihre Sicherheit hat oberste Priorität:

- 🚒 **Notruf 110** bei akuter Gefahr oder laufender Straftat
- 🚑 **Notruf 112** bei Verletzungen oder medizinischen Notfällen
- 🚪 **Sichere Umgebung** aufsuchen (nicht allein bleiben)
- 👤 **Vertrauensperson** kontaktieren (Familie, Freunde)
- 🚫 **Tatort verlassen** wenn möglich (außer bei Verkehrsunfällen)

⚠️ **Wichtig:** Bei **häuslicher Gewalt** oder **Stalking** zunächst sichere Unterkunft suchen!

✅ Schritt 2: Medizinische Versorgung (0-2 Stunden)

Dokumentation beginnt mit der **medizinischen Versorgung**:

- 🏥 **Arzt/Krankenhaus** aufsuchen (auch bei "kleinen" Verletzungen)
- 📄 **Verletzungen dokumentieren** lassen (Attest, Fotos)
- 💊 **Behandlung** nicht aus Kostengründen ablehnen
- 💊 **Medikamente** und Behandlungsplan befolgen
- 📁 **Alle medizinischen Unterlagen** sammeln und aufbewahren

💡 **Praxistipp:** Auch psychische Folgen sind dokumentationspflichtig – scheuen Sie sich nicht vor psychologischer Hilfe.

Die ersten 24 Stunden: Beweise sichern und Anzeige erstatten

✅ Schritt 3: Beweise sofort sichern (0-24 Stunden)

Beweise können schnell verschwinden – handeln Sie schnell:

📷 **Foto-Dokumentation:**

- **Eigene Verletzungen** aus verschiedenen Winkeln
- **Tatort** und Umgebung (falls zugänglich)
- **Beschädigte Gegenstände** oder Kleidung
- **Spurensicherung** vor Reinigung/Reparatur

Digitale Beweise:

- **Screenshots** von bedrohlichen Nachrichten
- **Chat-Verläufe** und E-Mails sichern
- **Anruflisten** und Voicemails aufbewahren
- **Social Media Posts** des Täters dokumentieren

Zeugen identifizieren:

- **Kontakt Daten** von Zeugen sammeln
- **Aussagebereitschaft** erfragen
- **Schriftliche Notizen** zu Zeugenaussagen machen

Schritt 4: Strafanzeige erstatten (innerhalb 24 Stunden)

Die Anzeige ist Ihr Recht – nutzen Sie es:

Wo Anzeige erstatten:

- **Polizeistation** Ihres Vertrauens
- **Online-Anzeige** (bei weniger schweren Fällen)
- **Staatsanwaltschaft** (bei schweren Straftaten)
- **Über Ihren Anwalt** (empfohlen)

Was Sie zur Anzeige mitbringen:

- **Personalausweis** oder Pass
- **Medizinische Unterlagen** und Atteste
- **Beweisfotos** und Dokumente
- **Zeugen-Kontakt Daten**
- **Tatzeit** und **-ort** so genau wie möglich

Wichtige Rechte bei der Anzeige:

- **Vernehmungsbegleitung** durch Vertrauensperson
- **Aussageverweigerung** bei familiären Beziehungen
- **Dolmetscher** bei Sprachproblemen
- **Anwaltskontakt** vor der Vernehmung

24-48 Stunden: Opferrechte aktivieren

✅ Schritt 5: Opferanwalt kontaktieren (24-48 Stunden)

Ihre Rechte als Opfer sind komplex – holen Sie sich professionelle Hilfe:

📞 Warum Sie sofort einen Opferanwalt brauchen:

- **Opferrechte** sind oft unbekannt und verfallen
- **Fristen** für wichtige Anträge sind kurz
- **Vernehmungen** erfordern rechtliche Vorbereitung
- **Entschädigungsansprüche** müssen früh gesichert werden

👤 Was ein Opferanwalt für Sie tut:

- **Nebenklage** beantragen (wenn möglich)
- **Akteneinsicht** ermöglichen
- **Vernehmungsbegleitung** organisieren
- **Schmerzensgeld** und **Schadensersatz** vorbereiten
- **Opferentschädigung** nach OEG beantragen

💰 Kostenübernahme oft möglich:

- **Prozesskostenhilfe** bei geringem Einkommen
- **Beiordnung** bei schweren Straftaten
- **Rechtsschutzversicherung** prüfen
- **Opferentschädigungsgesetz (OEG)**

✅ Schritt 6: Psychosoziale Unterstützung organisieren

Vergessen Sie nicht Ihre psychische Gesundheit:

🧠 Sofortige Hilfe:

- **Opfernotruf** 116 006 (kostenlos, rund um die Uhr)
- **Weißer Ring** (bundesweite Opferhilfe)
- **Frauennotruf** bei geschlechtsspezifischer Gewalt
- **Nummer gegen Kummer** für Kinder und Jugendliche

🧑🏻 Langfristige Betreuung:

- **Trauma-Therapeut** kontaktieren
- **Psychosoziale Prozessbegleitung** beantragen
- **Opferberatungsstelle** in Ihrer Nähe finden
- **Selbsthilfegruppen** für Betroffene

Checkliste für spezielle Straftaten

Bei Verkehrsunfällen zusätzlich:

- **Unfallstelle absichern** (Warndreieck, Warnblinker)
- **Polizei rufen** (auch bei "kleinen" Unfällen)
- **Unfallgegner-Daten** vollständig aufnehmen
- **Versicherung informieren** (eigene und Gegner)
- **Skizze anfertigen** und **Fotos** aus allen Winkeln

Bei häuslicher Gewalt zusätzlich:

- **Sicherheitsplan** erstellen (Fluchtweg, Notgepäck)
- **Gewaltschutzgesetz** nutzen (Kontakt- und Näherungsverbot)
- **Frauenhaus** kontaktieren (auch als Mann möglich)
- **Vertrauenspersonen** über die Situation informieren
- **Wichtige Dokumente** an sicherem Ort aufbewahren

Bei Cyberkriminalität zusätzlich:

- **Screenshots** aller relevanten Inhalte
- **Browser-Verlauf** nicht löschen
- **Passwörter ändern** und **2-Faktor-Authentifizierung** aktivieren
- **Soziale Medien** auf Privat stellen
- **Spezialisierte Beratungsstellen** kontaktieren

Was Sie unbedingt vermeiden sollten

Häufige Fehler von Opfern:

-  **Tatort "aufräumen"** oder Spuren beseitigen
-  **Beweise löschen** oder wegwerfen
-  **Mit dem Täter** über die Tat sprechen
-  **Vorschnelle Verzichtserklärungen** unterschreiben
-  **Ohne Anwalt** mit Versicherungen verhandeln
-  **Medizinische Behandlung** aus Kostengründen ablehnen
-  **Isolation** – sich von Freunden und Familie zurückziehen
-  **Allein zur Polizei** gehen (Vernehmungsbegleitung nutzen)

Ihre Rechte als Opfer einer Straftat im Überblick

Wichtige Opferrechte, die Sie kennen sollten:

Informationsrechte:

- **Verfahrensstand** erfahren
- **Termine** rechtzeitig mitgeteilt bekommen
- **Entscheidungen** des Gerichts erhalten

Teilnahmerechte:

- **Nebenklage** in schweren Fällen
- **Vernehmungsbegleitung** durch Vertrauensperson
- **Dolmetscher** bei Sprachproblemen

Schutzrechte:

- **Schutz der Privatsphäre**
- **Vermeidung von Konfrontationen** mit dem Täter
- **Psychosoziale Prozessbegleitung**

Entschädigungsrechte:

- **Schmerzensgeld** und **Schadensersatz**
- **Opferentschädigung** nach OEG
- **Verdienstaufschlag** und Behandlungskosten

Hilfe und Beratung: Wichtige Kontakte

Notrufnummern:

- **110** - Polizei (Notruf)
- **112** - Feuerwehr/Rettungsdienst
- **116 006** - Hilfetelefon für Opfer (kostenlos, 24/7)

Beratungstelefone:

- **08000 116 016** - Hilfetelefon Gewalt gegen Frauen
- **0800 22 55 530** - Hilfetelefon Gewalt an Männern
- **116 111** - Nummer gegen Kummer (Kinder/Jugendliche)

Wichtige Organisationen:

- **Weißer Ring** - Bundesweite Opferhilfe
- **bff** - Bundesverband Frauenberatungsstellen
- **BAG** - Bundesarbeitsgemeinschaft Täterarbeit

Fazit: Schnelles Handeln sichert Ihre Rechte

Die **ersten 48 Stunden nach einer Straftat** sind entscheidend für:

- **Ihre Sicherheit** und Gesundheit
- **Beweissicherung** für das Strafverfahren
- **Aktivierung Ihrer Opferrechte**
- **Sicherung von Entschädigungsansprüchen**

Merken Sie sich: Als **Opfer einer Straftat** haben Sie umfangreiche Rechte – aber Sie müssen sie aktiv geltend machen. **Zögern Sie nicht, professionelle Hilfe** in Anspruch zu nehmen.

Ihre Expertin für Opferrechte

Als **Dr. Anja Riemann-Uwer, Fachanwältin für Strafrecht** und spezialisierte **Opferanwältin**, stehe ich Ihnen in dieser schweren Zeit zur Seite. Mit meiner einzigartigen Spezialisierung auf **Opfervertretung** (nicht Beschuldigtenverteidigung) und als **zugelassene Rechtsanwältin am Internationalen Strafgerichtshof** Sorge ich dafür, dass Ihre Rechte optimal durchgesetzt werden.

Meine Qualifikationen:

- **Partnerin bei SCHULTE.Rechtsanwälte**
- **Zertifizierte Nebenklage- und Opferschutzvertreterin**
- **Opferanwältin beim Weißen Ring**
- **Bundesweite Tätigkeit** von vier Standorten

Kontaktieren Sie mich sofort über WhatsApp: 📞 0171 / 58 600 62 🌐 www.anwalt-nebenklage.com 📍 Düsseldorf • Krefeld • Mönchengladbach • Leipzig

„Sie sind nicht allein. Ihre Rechte sind meine Mission.“

Dieser Artikel dient der allgemeinen Information und ersetzt keine individuelle Rechtsberatung. Bei konkreten Fragen kontaktieren Sie bitte umgehend eine spezialisierte Opferanwältin.

© Alle Rechte vorbehalten von Dr. Anja Riemann-Uwer, LL. M., Kaiser-Wilhelm-Ring 43a, 40545 Düsseldorf