

# Awareness in der O-Phase: Sicherheit und Respekt für alle!

Die O-Phase ist eine aufregende Zeit, in der **neue Freundschaften** geschlossen und unvergessliche Erinnerungen geschaffen werden. Es ist aber auch eine Zeit, in der viel gefeiert wird und in der wir **besonders wachsam und aufmerksam mit unseren Mitmenschen** sein müssen. Deswegen gibt es hier eine kurze Übersicht zu relevanten Themen für eine sichere O-Woche:

The O-Phase (orientation phase in the first week of the semester) is an exciting time when **new friendships** are made and unforgettable memories are created. But it's also a time when there's a lot of partying and when we need to be **extra vigilant and attentive with those around us**. Therefore, here is a brief overview of relevant topics for a safe O-week:

# Sexualisierte Übergriffe

## Sexual Assault

Jede\*r hat das Recht, eine sichere O-Phase ohne sexualisierte Übergriffe zu erleben. Es ist wichtig, **Grenzen zu kommunizieren und zu respektieren** und sicherzustellen, dass jede Interaktion einvernehmlich ist. Schweigen heißt nein, „Ich weiß nicht“ heißt nein, **nur „ja“ heißt ja!** Wenn euch etwas passiert oder ihr etwas beobachtet, ruft die **Störmeldezentrale unter +49 (0)551 / 39-1171** und die **Polizei unter 110**.

Everyone has the right to experience a safe O-phase without sexual assault. It is important to **communicate and respect boundaries** and ensure that **every interaction is consensual**. Silence means no, "I don't know" means no, because **only "yes" means yes!** If something happens to you or you observe something, call the **incident reporting center at +49 (0)551 / 39-1171** and the **police at 110**.

# K.O.-Tropfen

## Knock-out-drops

K.O.-Tropfen sind farb- und geschmacklose Substanzen, die zu Bewusstlosigkeit und Gedächtnisverlust führen. Leider kam es in den letzten Jahren immer wieder zu sexualisierten Übergriffen unter Einfluss von K.O.-Tropfen. Schützt euch, indem ihr eure Getränke nicht unbeaufsichtigt lasst und keine Getränke von Fremden annehmt.

Knock-out-drops are colorless and tasteless substances that cause unconsciousness and memory loss. Unfortunately, sexual assaults under the influence of K.O.-drops have occurred repeatedly in recent years. Protect yourself by not leaving your drinks unattended and by not accepting drinks from strangers.



Der Konsum von Alkohol sollte immer **freiwillig** geschehen. Keine Person sollte gezwungen werden, mehr zu trinken, als sie möchte. **Respektiert die Entscheidungen anderer**, ob sie trinken möchten oder nicht und **hilft euch gegenseitig**, falls es doch mal ein Gläschen zu viel geworden ist.

The consumption of alcohol should always be **voluntary**. No person should be forced to drink more than they would like. **Respect other people's decisions** about whether or not to drink and **help each other** if you do have one too many.

# Erzwungener Konsum

## Forced consume

# Awareness & Ansprechbarkeit

## Awareness and responsiveness

Jede O-Phase hat ein **Awarenesskonzept** und **Awarenessteams** mit geschulten Awarenesspersonen, die euch gerne weiterhelfen. Sie achten auf eure **Sicherheit und einen respektvollen Umgang**. Sprecht sie an, wenn ihr Hilfe benötigt oder etwas beobachtet habt.

Every O-Phase has an **awareness concept** and **awareness teams** with trained awareness people who are happy to help you. They take care of your **safety and respectful interaction**. Talk to them if you need help or have observed something.

# Tipps für Sicherheit und Respekt

## Tips for safety and respect

- **Kommunikation:** Sprecht offen über Grenzen und stellt sicher, dass alle Beteiligten mit einer Situation einverstanden sind.
- **Communication:** Talk openly about boundaries and make sure everyone is comfortable with a situation.
- **Nachhauseweg:** Geht nach Veranstaltungen nicht alleine nach Hause und passt aufeinander auf. Verabredet, euch beieinander zu melden, wenn ihr zuhause angekommen seid.
- **Going home:** Do not go home alone after events and take care of each other. Arrange to check in with each other when you get home.
- **Notruf:**  
Störmeldezentrale: +49 (0)551 / 39-1171  
Polizei: 110
- **Emergency call:**  
Emergency call center: +49 (0)551 / 39-1171  
Police: 110.
- Wenn etwas nicht stimmt, vertraut eurem Bauchgefühl und sucht Hilfe.
- If something is wrong, trust your intuition and seek help.

# Gemeinsam für Sicherheit

Together for safety

Lasst uns gemeinsam dafür  
sorgen, dass die O-Phase  
sicher und respektvoll bleibt.  
**Achtet aufeinander,  
unterstützt euch gegenseitig  
und seid für eure  
Kommiliton\*innen da.**

Wir wünschen euch einen  
wunderbaren Start in euer  
neues Studium!

Let's work together to keep  
O-Phase safe and respectful.  
**Be aware of each other,  
support each other and be  
there for your fellow students.**

We wish you a wonderful start  
into your new student life!

**asta**

Uni Göttingen