



Mitmachaktion „Wir brechen das Schweigen“ – zum Internationalen Tag gegen Gewalt an Frauen

Der Aktionsfilter

Mit unserem Aktionsfilter erstellen Sie in wenigen Schritten ein Selfie oder Video für Ihre Story oder Ihren Feed und zeigen Solidarität mit gewaltbetroffenen Frauen, indem Sie das #SchweigenBrechen. Der diesjährige Filter visualisiert einen Regler, der von mehreren Personen gemeinsam angeschoben wird – als Symbol für gesellschaftliches Engagement und viele vereinte Stimmen gegen Gewalt an Frauen.

Sie finden den Filter unter den folgenden Links:

Instagram: www.aktion.hilfetelefon.de/igfilter

Facebook: www.aktion.hilfetelefon.de/fbfilter

Bitte beachten Sie, dass diese Links nur via Smartphone und mit der aktuellen Instagram- bzw. Facebook-App nutzbar sind.

Alternativ können Sie den Filter auch manuell auswählen.

So gehen Sie dazu auf Instagram vor:

1. Öffnen Sie die Instagram-App auf Ihrem Smartphone und wählen Sie den Kameramodus.
2. Wählen Sie den Story- oder Reel-Modus aus und scrollen Sie durch die Filter, bis der Suchmodus erscheint.
3. Suchen Sie nach „Hilfetelefon“ und wählen Sie den #SchweigenBrechen-Filter aus.
4. Schieben Sie den Lautstärkeregel nach rechts und erstellen Sie Ihr persönliches Selfie und/oder Reel und posten Sie es in Ihrer Story.
5. Sie können Ihren Beitrag auch abspeichern und diesen dann im Instagram-Feed oder auf anderen Plattformen wie z.B. X veröffentlichen.
6. Bitte erwähnen Sie in Ihrem Beitrag das [@hilfetelefontgegenfrauen](https://www.instagram.com/hilfetelefontgegenfrauen) und nutzen Sie stets den Hashtag #SchweigenBrechen.

So finden Sie unseren Aktionsfilter auf Facebook:

1. Öffnen Sie die Facebook-App auf Ihrem Smartphone, wählen Sie „Story erstellen“ aus und tippen Sie auf das Kamerasymbol.
2. Wählen Sie die Option „Weitere Effekte“ aus und suchen Sie den Aktionsfilter unter dem Keyword „Hilfetelefon“.
3. Aktivieren Sie den Aktionsfilter, schieben Sie den Lautstärkeregel nach rechts und nehmen Sie ein Foto oder Video auf.
4. Posten Sie das Ergebnis in Ihrer Facebook-Story und/oder Ihrem Feed.
5. Bitte erwähnen Sie in Ihrem Beitrag das [@hilfetelefontgegenfrauen](https://www.facebook.com/hilfetelefontgegenfrauen) und nutzen Sie stets den Hashtag #SchweigenBrechen.

Sie haben die Möglichkeit, sowohl die Frontkamera für Selfies als auch die Rückkamera Ihres Smartphones zu nutzen.

Wenn Sie ein bestehendes Medium mit dem Filter verwenden möchten, klicken Sie auf den Button „Medien hinzufügen“. Nun haben Sie die Möglichkeit, ein Foto oder Video aus Ihrer Galerie auszuwählen (bei iOS nur Videos) und den Filter anzuwenden.

