



Kanton Bern
Canton de Berne

hallo-bern.ch
salut-berne.ch

Häusliche Gewalt

Diese Stellen helfen

Was ist häusliche Gewalt?

Beratung und Schutz für Betroffene

Hilfe für Gewalt ausübende Personen

Kinder

Sexualisierte Gewalt

Aufenthaltsrecht

Stalking

Zwangsheirat und Mädchenbeschneidung

hallo-bern.ch

Informationen für einen guten Start am neuen Wohnort

Häusliche Gewalt



Diese Stellen helfen

Es ist wichtig, bei häuslicher Gewalt Hilfe zu holen! Verschiedene Stellen informieren, beraten und unterstützen. In der Regel vertraulich und oft kostenlos und bei Bedarf mit Übersetzung. Nachstehende Stellen helfen.

Im Notfall

- Polizei: 112 / Ambulanz: 144
- Frauenhäuser: AppElle! (24h/7-Hotline), 031 533 03 03
- Notaufnahme Spital: Die Notaufnahme hilft bei Verletzungen ohne Voranmeldung
- Psychiatrischer Notfall: Liste mit Anlaufstellen nach Regionen unter www.psy.ch

Hier gibt es weitere Informationen zu Hilfe in Notfällen.

Beratung für Frauen und Kinder

Vertraulich und kostenlos. Mit Übersetzung möglich.

- Kanton Bern: Opferhilfe Bern, 031 370 30 70, www.opferhilfe-bern.ch
- Region Biel: Solidarité Femmes, 032 322 03 44, www.solfemmes.ch oder Centre LAVI, 032 322 56 33, www.opferhilfe-biel.ch
- Region Thun-BO: Vista, 033 225 05 60, www.vista-thun.ch
- Stadt Bern: Fachstelle Häusliche Gewalt, 031 321 63 02, www.bern.ch/fhg
- Frauenhäuser: AppElle! (24h/7-Hotline), 031 533 03 03

Beratung für alle Personen

Vertraulich und kostenlos. Mit Übersetzung möglich.

- Kanton Bern: Opferhilfe Bern, 031 370 30 70, www.opferhilfe-bern.ch
- Stadt Bern: Fachstelle Häusliche Gewalt, 031 321 63 02, www.bern.ch/fhg
- Dargebotene Hand: Beratung 24h/7, Tel. 143, www.143.ch

Kinder und Jugendliche

Kinder und Jugendliche mit schwierigen familiären Situation können sich Tag und Nacht bei Pro Juventute zum Reden melden. Per Telefon, Chat, Text-Nachricht oder Mail.

- Pro Juventute: Vertrauliche und kostenlose Beratung 24h/7, Tel. 147, www.147.ch

Bei Verdacht auf sexuelle sowie körperliche Gewalt an Kindern bis 16 Jahre bietet die Kinderschutzgruppe des Inselspitals Abklärungen sowie Beratungen für Privat- und Fachpersonen.

- Kinderschutzgruppe Inselspital: 031 632 94 86,
www.kinderklinik.insel.ch/de/unser-angebot/kinderschutz

Medizinische Hilfe und Spurensicherung

Der City Notfall der Stadt Bern ist spezialisiert für Verletzungen und Spurensicherung nach körperlicher Gewalt. Die Untersuchung ist vertraulich. Die Polizei wird nur informiert, wenn die verletzte Person dies möchte. Wer sich anderswo ärztlich behandeln lässt, sollte die Arztperson bitten, die Spuren der Gewalt zu dokumentieren.

- Medizinische Anlaufstelle für Gewaltopfer: City Notfall Bern, 031 326 20 00,
Schanzenstrasse 4a, 3008 Bern, www.citynotfall.ch/de/postparc-bern
- Hausarztpraxis oder Notfall nächstes Spital

Sexualisierte Gewalt

- Frauen und Mädchen ab 16 Jahren: Inselspital Bern, Universitätsklinik für Frauenheilkunde, 031 632 10 10, Friedbühlstrasse 19, Theodor-Kocher Haus, 3010 Bern, www.frauenheilkunde.insel.ch/de/sexuelle-gewalt-gegen-frauen
- Männliche und weitere Betroffene ab 16 Jahren: Universitäres Notfallzentrum Inselspital Bern, 031 632 24 02, Freiburgstrasse 16c, 3010 Bern, www.notfallzentrum.insel.ch
- Opferhilfe nach sexualisierter Gewalt: Lantana, 031 313 14 00, www.lantana-bern.ch

Beratung für Gewalt ausübende Personen

Vertraulich. Mit Übersetzung möglich.

- Berner Interventionsstelle gegen Häusliche Gewalt: 079 308 84 05,
www.be.ch/gewalt-beenden
- Fachstelle Gewalt: 0 765 765 765, www.fachstelligewalt.ch



Kanton Bern
Canton de Berne

hallo-bern.ch
salut-berne.ch

Weitere Anlaufstellen

Auf der Webseite der Berner Interventionsstelle gegen Häusliche Gewalt sind weitere Stellen aufgeführt, die helfen. Bspw. bei Fragen aus dem Bereich Migration, Suchtberatung, Rechtsberatung oder Beratung in schwierigen familiären Situationen (Liste auf Deutsch und Französisch).

Mehr Informationen (Links, Adressen, Broschüren, Merkblätter)

www.hallo-bern.ch/de/haeusliche-gewalt/diese-stellen-helfen

hallo-bern.ch

Informationen für einen guten Start am neuen Wohnort
Häusliche Gewalt



Was ist häusliche Gewalt?

Häusliche Gewalt ist Gewalt in der Familie oder Partnerschaft. Sie verletzt körperlich und seelisch. Häusliche Gewalt hat verschiedene Formen. Häusliche Gewalt ist in der Schweiz verboten.

Was ist häusliche Gewalt?

Häusliche Gewalt ist Gewalt in der Familie oder Partnerschaft: Zwischen verheirateten Personen oder Personen, die ein Paar sind oder waren. Unabhängig davon, ob sie zusammenleben. Aber auch Gewalt zwischen Eltern und Kindern oder zwischen Geschwistern ist häusliche Gewalt.

Häusliche Gewalt kann zu psychischen und psycho-somatischen Erkrankungen führen. Häusliche Gewalt gefährdet zudem die gesunde und soziale Entwicklung von Kindern.

Wer ist betroffen?

Alle Menschen können von häuslicher Gewalt betroffen sein: junge und alte Menschen, Personen mit und ohne Schweizer Pass, reiche und arme Familien. Viele Menschen leiden in der Schweiz unter Gewalt in der Familie oder Partnerschaft. Es ist wichtig, dass Betroffene sich Hilfe holen.

Verschiedene Formen

Es gibt verschiedene Formen von häuslicher Gewalt: Körperliche, psychische, sexuelle und wirtschaftliche Gewalt. Oft kommen verschiedene Gewaltformen gleichzeitig vor. Zum Beispiel: Dauernd beschimpfen, Kontakte verbieten, einsperren, stossen, kontrollieren, zu Sex zwingen, Geld wegnehmen, verbieten eine Sprache zu lernen, Kinder vernachlässigen. Auch Drohungen sind häusliche Gewalt.

Häusliche Gewalt ist verboten

Häusliche Gewalt ist verboten. Sie wird strafrechtlich verfolgt. Erfährt die Polizei von häuslicher Gewalt, muss sie ermitteln. Auch wenn die Person, die die Gewalt erlebt hat, dies nicht will.

Mehr Informationen (Links, Adressen, Broschüren, Merkblätter)

www.hallo-bern.ch/de/haeusliche-gewalt/was-ist-haeusliche-gewalt

Beratung und Schutz für Betroffene

Verschiedene Stellen unterstützen Opfer von häuslicher Gewalt. Meist vertraulich und kostenlos. Auch das Umfeld kann Hilfe suchen.

Im Notfall

Im Notfall: Polizei alarmieren (Tel. 112).

Im Frauenhaus finden Frauen und Kinder Schutz. Unter der Hotline AppElle! antwortet Tag und Nacht eine Fachperson (Tel. 031 533 03 03).

Weitere Notfallnummern sind hier aufgeführt.

Beratung durch die Opferhilfe

Die Opferhilfe-Beratungsstellen beraten und informieren Personen, die Gewalt in der Familie erleben. Diese Hilfe ist gratis. Zusammen mit der Fachperson kann man die nächsten Schritte planen.

Die Mitarbeitenden unterstehen der Schweigepflicht. Das heisst sie dürfen niemanden über die Gespräche informieren. Auch nicht die Polizei.

Opferhilfe für Frauen und Kinder

- Kanton Bern: Opferhilfe Bern, 031 370 30 70, www.opferhilfe-bern.ch
- Region Biel: Solidarité Femmes, 032 322 03 44, www.solfemmes.ch oder Centre LAVI, 032 322 56 33, www.opferhilfe-biel.ch
- Region Thun-BO: Vista, 033 225 05 60, www.vista-thun.ch
- Frauenhäuser: AppElle! (24h/7-Hotline), 031 533 03 03

Opferhilfe für alle Personen

- Opferhilfe Bern: 031 370 30 70, www.opferhilfe-bern.ch
- Dargebotene Hand: 24h/7 Beratung, Tel. 143, www.143.ch

Mehr Informationen (Links, Adressen, Broschüren, Merkblätter)

www.hallo-bern.ch/de/haeusliche-gewalt/beratung-und-schutz-fuer-betroffene



Hilfe für Gewalt ausübende Personen

Wer körperlich oder seelisch verletzt, muss die Verantwortung übernehmen und Hilfe holen. In Beratungen kann man lernen, sein Verhalten zu verändern.

Wo finde ich Hilfe?

Im Berner Lernprogramm gegen Häusliche Gewalt lernt man, Konflikte ohne Gewalt zu lösen. Das Angebot richtet sich an Erwachsene. Mit Übersetzung möglich. Das erste Gespräch ist kostenlos.

Wer sofort jemanden zum Reden braucht, kann die Dargebotene Hand kontaktieren (Telefon, Text-Nachricht, Chat, Mail). Es ist zu jeder Zeit jemand da. Auch in der Nacht. Man kann sich auch melden, ohne den Namen zu nennen (anonym).

Auch die Fachstelle Gewalt bietet Gewaltberatungen an.

Mehr Informationen (Links, Adressen, Broschüren, Merkblätter)

www.hallo-bern.ch/de/haeusliche-gewalt/hilfe-fuer-gewalt-ausuebende-personen

Kinder

Kinder, die zu Hause Gewalt erleben, brauchen Hilfe.

Häusliche Gewalt hat Folgen für Kinder

Wenn Kinder zu Hause häusliche Gewalt erleben, beeinflusst dies ihre Entwicklung negativ. Dies auch dann, wenn sich die Gewalt nicht direkt gegen die Kinder richtet. Gewisse Kinder leiden still, andere zeigen unterschiedliche Symptome. Zum Beispiel: Schwierigkeiten in der Schule, Bettnässen, Kopfschmerzen, Ess- oder Schlafstörungen, Probleme im Umgang mit anderen Kindern oder Aggressivität.

Diese Stellen unterstützen Kinder

Die Beratungsstellen der Opferhilfe beraten Kinder, wenn diese häusliche Gewalt erleben. Hier gibt es mehr Informationen zur Opferhilfe.

Die Erziehungsberatung des Kantons Bern unterstützt Kinder in der gesunden Entwicklung. Kinder und Jugendliche finden dort Hilfe, zum Beispiel bei familiären Konflikten.

Was können Kinder tun?

Für Kinder, die zu Hause Gewalt erleben, ist es wichtig, mit einer Person ausserhalb der Familie darüber zu sprechen. Zum Beispiel: Lehrpersonen, Schulsozialarbeit, Eltern von Freunden oder Nachbarn.

Bei Pro Juventute kann Tag und Nacht angerufen werden. Die Fachperson erzählt niemandem vom Gespräch. Sie hört zu und unterstützt bei der Suche nach Lösungen. Der Anruf bei Pro Juventute ist kostenlos. Es muss kein Name genannt werden. Pro Juventute kann auch per SMS, Chat oder Mail kontaktiert werden.

Mehr Informationen (Links, Adressen, Broschüren, Merkblätter)

www.hallo-bern.ch/de/haeusliche-gewalt/kinder



Sexualisierte Gewalt

Sexuelle Übergriffe gibt es auch in einer Partnerschaft und der Familie. Sexualisierte Gewalt ist eine Form von häuslicher Gewalt. Sie kann bei der Polizei angezeigt werden. Auch wenn man keine Anzeige bei der Polizei machen will: Es ist wichtig, sich nach dem Übergriff medizinisch untersuchen zu lassen.

Medizinische Hilfe

Das Inselspital Bern führt vertrauliche Behandlungen durch.

- Die Ärztin oder der Arzt informiert niemanden.
- Die Gewalt wird dokumentiert. Die Spuren werden 15 Jahre aufbewahrt.
- Die Dokumente können später der Polizei gegeben werden. Es sind wichtige Beweismittel.
- Die Ärztin oder der Arzt kann mit der Opferhilfe vernetzen.

Zwischen der Gewalt und dem Untersuch

- Nicht duschen und nicht waschen – auch die Hände nicht.
- Wenn möglich nicht auf die Toilette gehen.
- Kleider nicht waschen, zum Untersuch mitbringen.

Rechtliche und psychologische Beratung

Die Opferhilfe-Beratungsstellen können rechtliche und psychologische Unterstützung geben. Sie kennen die Antworten auf viele Fragen. Hier finden Sie Unterstützung.

Anzeige bei der Polizei

Die Polizei hat Erfahrung mit Anzeigen wegen sexualisierter Gewalt. Befragungen werden von einer Person des gleichen Geschlechts durchgeführt. Die Anzeige kann auf dem Polizeiposten eingereicht werden. Man kann eine Vertrauensperson oder eine Fachperson von der Opferhilfe mitnehmen.

Ausserhalb der Bürozeiten erreicht man die Polizei über den Notruf 112. Frauen können zudem hier eine Nachricht hinterlassen. Eine Polizistin ruft umgehend zurück.

- Kantonspolizei Kontakttelefon für Frauen: 031 332 77 77 (Telefonbeantworter)



Kanton Bern
Canton de Berne

hallo-bern.ch
salut-berne.ch

Mehr Informationen (Links, Adressen, Broschüren, Merkblätter)

www.hallo-bern.ch/de/haeusliche-gewalt/sexualisierte-gewalt

hallo-bern.ch

Informationen für einen guten Start am neuen Wohnort

Häusliche Gewalt



Aufenthaltsrecht

Es ist wichtig, sich persönlich beraten zu lassen! Ein Gespräch bei der Opferhilfe führt nie zum Verlust des Aufenthaltsrechts. Das Gespräch ist vertraulich. Die Opferhilfe informiert niemanden.

Aufenthaltsrecht bei Trennung wegen häuslicher Gewalt

Ist eine Person gestützt auf eine Heirat in der Schweiz und erfährt sie häusliche Gewalt, kann sie je nach Situation auch nach der Trennung in der Schweiz bleiben. Jede Situation ist anders. Es ist deswegen wichtig, sich beraten zu lassen. Die Opferhilfe-Beratungsstelle kann unterstützen: Eine Fachperson erklärt die aktuelle Rechtslage und unterstützt die betroffene Person in ihren nächsten Schritten. Die Beratung ist kostenlos und vertraulich. Mit Übersetzung möglich.

Gewalt dokumentieren

Es ist wichtig, dass es Beweise gibt von der Gewalt. Zum Beispiel: Fotos von Verletzungen, Screenshots von Drohungen oder Beschimpfungen auf WhatsApp, Facebook etc. Die Beweise sollten an einem sicheren Ort aufbewahrt werden. Zum Beispiel bei einer Freundin oder am Arbeitsplatz. Es ist zudem gut, wenn einige Personen aus dem Umfeld über die Gewalt Bescheid wissen. Zum Beispiel eine Person aus dem Freundeskreis, von der Arbeit, der Nachbarschaft oder der Schule.

Mehr Informationen (Links, Adressen, Broschüren, Merkblätter)

www.hallo-bern.ch/de/haeusliche-gewalt/aufenthaltsrecht



Stalking

Stalking ist eine Form von Gewalt und sehr belastend. Es ist wichtig darüber zu sprechen und sich beraten zu lassen.

Was ist Stalking?

Stalking meint übermässiges Beobachten, Kontaktieren, Verfolgen und Belästigen einer Person. Dies gegen den Willen der gestalkten Person. Tatpersonen sind oft Personen aus dem Umfeld (ex-Partner/-innen), aber auch Fremde.

Zum Beispiel: Versenden von einer Vielzahl SMS, Mails und anderen Nachrichten, Auflauern am Arbeitsplatz oder Zuhause, Telefonterror, ungewollte Geschenke, Erkundigungen im Umfeld der Person.

Stalking kann die Gesundheit des Opfers körperlich und psychisch beeinträchtigen.

Gewalt dokumentieren

Es ist wichtig, dass das Stalking belegt werden kann. Zum Beispiel Ein Tagebuch über die einzelnen Stalking-Handlungen führen (bspw. Geschenke, Zettel, Anrufen), das Umfeld informieren (Nachbarn, Freunde, Arbeitsgeber) und Screenshots / Fotos von Nachrichten machen (WhatsApp, Facebook, etc.).

Unterstützung suchen

Die Opferhilfe-Beratungsstelle kann unterstützen. Eine Fachperson kann die rechtliche Situation abklären und unterstützt die betroffene Person in ihren nächsten Schritten. Personen aus der Stadt Bern können sich an die Fachstelle Häusliche Gewalt und Stalking wenden

Mehr Informationen (Links, Adressen, Broschüren, Merkblätter)

www.hallo-bern.ch/de/haeusliche-gewalt/stalking



Zwangsheirat und Mädchenbeschneidung

Zwangsheirat und Mädchenbeschneidung sind in der Schweiz verboten. Nebst spezialisierten Fachstellen unterstützen auch Opferhilfe-Beratungsstellen.

Was ist Zwangsheirat?

Heiratet eine Person unter Druck der Familie und gegen den eigenen Willen, spricht man von Zwangsheirat. Die Ehe kann als ungültig erklärt werden. Auch haben Personen die freie Wahl, ob sie in einer Ehe bleiben oder sich trennen wollen. Verbleiben sie gegen ihren Willen in einer Ehe, spricht man von Zwangsehe.

Beispiele für Zwang sind: Drohung, Erpressung, psychischer Druck oder körperliche Gewalt.

Zwangsheiraten und Zwangsehen sind in der Schweiz verboten.

Hilfe

Die nationale Fachstelle zwangsheirat.ch berät Betroffene und Fachpersonen vertraulich und kostenlos: Helpline 0800 800 007 / info@zwangsheirat.ch

Was ist Mädchenbeschneidung?

Bei der Mädchenbeschneidung werden die weiblichen Genitalien beschnitten. Es gibt verschiedene Formen und Praktiken. Viele beschnittene Mädchen und Frauen leiden gesundheitlich und seelisch an den Folgen der Beschneidung.

Mädchenbeschneidung ist verboten. Eltern machen sich auch dann strafbar, wenn sie die Beschneidung ihres Kindes ausserhalb der Schweiz organisieren.

Hilfe

Das Netzwerk gegen Mädchenbeschneidung informiert und vernetzt mit Schlüsselpersonen. Caritas Schweiz berät betroffene Familien kostenlos und vertraulich: 042 419 23 55 / beratung@maedchenbeschneidung.ch

Auch Opferhilfe-Beratungsstellen können unterstützen.

Mehr Informationen (Links, Adressen, Broschüren, Merkblätter)

www.hallo-bern.ch/de/haeusliche-gewalt/zwangsheirat-und-maedchenbeschneidung