

# Häusliche Gewalt

- > **Beratung und Unterstützung bei Häuslicher Gewalt**
- > **Conseil et assistance lors de violence domestique**
- > **Domestic Violence Support and Advice**
- > **Consejo y apoyo contra la violencia doméstica**
- > வீட்டில் நடைபெறும் வன்முறைக்குள்ளானவருக்கான ஆலோசனைகளும் ஆதரவும்
- > **Këshillime dhe përkrahje në raste dhune shtëpiake**
- > **Savjetovanje i pomoć u slučaju nasilja u porodici**
- > **Aile içi Şiddet konusunda Danışmanlık ve Destek**



**HALT GEWALT**

Unterstützungs-  
angebote in der  
Stadt Zürich



**Stadt Zürich**

Fachstelle für Gleichstellung

Herausgeberin:

Fachstelle für Gleichstellung

der Stadt Zürich

Stadthausquai 17, Postfach

8022 Zürich

Gestaltung:

design-visuel, mägi wuhrmann

Druck:

Buchmann Druck AG

September 2019



- > > > >
- > schlagen > bedrohen > demütigen > würgen
- > in der Wohnung einsperren > an den Haaren reissen
- > verbieten zu telefonieren > treten > schütteln
- > beißen > kontrollieren > verbieten zu arbeiten
- > zu Sex zwingen > Geld entziehen ...

Niemand hat das Recht, Ihnen Gewalt anzutun – auch nicht der Ehemann/die Ehefrau, (Ex-)Partnerinnen und -partner oder andere Familienangehörige. Gewalt beeinträchtigt das Wohlbefinden, schadet der Gesundheit und hat auch Auswirkungen auf die Kinder.

Es gibt Beratungsstellen, die Sie unterstützen und mit Ihnen gemeinsam nach Lösungen suchen (Adressen siehe Rückseite).

**Zögern Sie nicht, Hilfe in Anspruch zu nehmen!**

- > **117** Polizeinotruf
- > **144** Sanitätsnotruf
- > **044 299 40 50**  
Opferberatung Zürich
- > **044 350 04 04**  
Frauenhaus Zürich  
Violetta
- > **044 278 99 99**  
BIF Beratungsstelle für  
Frauen – gegen Gewalt in  
Ehe und Partnerschaft
- > **044 291 46 46**  
frauenberatung sexuelle  
gewalt

## Wenn Kinder betroffen sind

- > **044 545 45 40 (24h)**  
Beratungsstelle kokon für Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene
- > **044 266 71 11 oder 044 266 76 46**  
Kinderschutzgruppe und Opferberatungsstelle des Kinderspitals Zürich

## Information und Beratung für Migrantinnen und Migranten

- > **044 412 84 00**  
Infodona – Beratungsstelle für Migrantinnen und Migranten
- > **044 436 90 00**  
FIZ Fachstelle Frauenhandel und Frauenmigration

## Beratungsstellen in der Stadt Zürich

- > **Opferberatung Zürich**  
Für Männer, Frauen, Jugendliche und Kinder  
Tel. 044 299 40 50  
[www.obzh.ch](http://www.obzh.ch)
- > **BIF Beratungsstelle für Frauen**  
Gegen Gewalt in Ehe und Partnerschaft  
Tel. 044 278 99 99  
[www.bif-frauenberatung.ch](http://www.bif-frauenberatung.ch)
- > **frauenberatung sexuelle gewalt**  
Beratungsstelle bei sexueller und/oder häuslicher Gewalt  
Tel. 044 291 46 46  
[www.frauenberatung.ch](http://www.frauenberatung.ch)
- > **Infodona – Beratungsstelle für Migrantinnen und Migranten**  
Tel. 044 412 84 00
- > **FIZ Fachstelle Frauenhandel und Frauenmigration**  
Beratungsstelle für Migrantinnen  
Tel. 044 436 90 00, [www.fiz-info.ch](http://www.fiz-info.ch)

Auch Ihre Kinder brauchen Schutz vor Gewalt. Bei diesen Stellen erhalten Sie Unterstützung.

- > **Kinderschutzgruppe und Opferberatungsstelle des Kinderspitals Zürich**  
Tel. 044 266 71 11  
oder 044 266 76 46  
[www.kispi.uzh.ch/opferberatungsstelle](http://www.kispi.uzh.ch/opferberatungsstelle)
- > **Beratungsstelle kokon für Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene**  
Tel. 044 545 45 40 (24 h)  
[www.kokon-zh.ch](http://www.kokon-zh.ch)
- > **Kinder- und Jugendhilfe der Stadt Zürich**, Beratung in den Sozialzentren  
[www.stadt-zuerich.ch/sozialzentren](http://www.stadt-zuerich.ch/sozialzentren)

Wenn Sie sich zuhause nicht mehr sicher fühlen, gibt es Orte, wo Sie mit Ihren Kindern hingehen können. Dort wird man Ihnen weiter helfen.

- Für Frauen:
- > **Frauenhaus Zürich Violetta**  
Tel. 044 350 04 04  
[www.frauenhaus-zhv.ch](http://www.frauenhaus-zhv.ch)

Für Männer:

- > **ZwüscheHalt**  
Tel. 079 558 85 79  
[www.zwueschehalt.ch](http://www.zwueschehalt.ch)

## Gewaltberatung für Männer

- > **mannebüro züri**  
Tel. 044 242 08 88  
[www.mannebuero.ch](http://www.mannebuero.ch)

Wenn Sie akut bedroht sind oder eine Anzeige erstatten möchten

- > **Polizeinotruf: Nummer 117**

Wenn Sie dringend ärztliche Hilfe benötigen

- > **Ärztephon/Ärztliche Notfallzentrale Zürich:**  
Tel. 0800 33 66 55
- > **Sanitätsnotruf: Nummer 144**



français



> frapper > menacer > humilier > étrangler > enfermer à la maison > tirer les cheveux > interdire de téléphoner > donner des coups de pied > secouer > mordre > contrôler > interdire de travailler > contraindre à des rapports sexuels > confisquer l'argent...

Personne n'a le droit d'être violent avec vous. Que ce soit votre mari/femme, votre (ex-)partenaire ou d'autres membres de la famille. La violence entrave votre bien-être, porte préjudice à votre santé et a des répercussions sur vos enfants.

Il existe des services de conseil qui vous aident et cherchent avec vous les meilleures solutions (voir adresses au verso).

**N'hésitez pas à demander de l'aide!**

- > **117 Police**
- > **144 Urgences sanitaires**
- > **044 299 40 50**  
Opferberatung / Conseils aux victimes d'infractions Zurich
- > **044 350 04 04**  
Frauenhaus / Maison d'accueil pour femmes Violetta
- > **044 278 99 99**  
BIF Centre de conseil pour les femmes – contre les violences dans le couple
- > **044 291 46 46**  
frauenberatung sexuelle gewalt / Centre de conseil pour les femmes contre les violences sexuelles

Lorsque les enfants sont concernés:

- > **044 545 45 40 (24 h)**  
Beratungsstelle kokon für Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene
- > **044 266 71 11 ou 044 266 76 46**  
Kinderschutzgruppe/Groupe de protection de l'enfance et de conseil aux victimes de l'Hôpital pour enfants de Zurich

Informations et conseils pour les migrantes et migrants:

- > **044 412 84 00**  
Infodona – Centre de conseil pour migrantes et migrants
- > **044 436 90 00**  
FIZ Centre d'assistance aux migrantes et aux victimes de la traite des femmes

Centres de conseil de la ville de Zurich:

- > **Opferberatung / Conseils aux victimes d'infractions Zurich**  
pour hommes, femmes, adolescents et enfants  
Tél. 044 299 40 50, [www.obzh.ch](http://www.obzh.ch)
- > **BIF Centre de conseil pour les femmes**  
contre les violences dans le couple  
Tél. 044 278 99 99, [www.bif-frauenberatung.ch](http://www.bif-frauenberatung.ch)
- > **frauenberatung sexuelle gewalt**  
Centre de conseil pour les femmes contre les violences sexuelles et/ou domestiques. Tél. 044 291 46 46  
[www.frauenberatung.ch](http://www.frauenberatung.ch)
- > **Infodona – centre de conseil pour migrantes et migrants**  
Tél. 044 412 84 00
- > **FIZ Centre d'assistance aux migrantes et aux victimes de la traite des femmes**  
Beratungsstelle für Migrantinnen  
Tél. 044 436 90 00, [www.fiz-info.ch](http://www.fiz-info.ch)

Vos enfants doivent également être protégés en cas de violence. Ces centres vous aideront:

- > **Kinderschutzgruppe / Groupe de protection de l'enfance et de conseil aux victimes de l'Hôpital pour enfants de Zurich**  
Tél. 044 266 71 11/044 266 76 46  
[www.kispi.uzh.ch/opferberatungsstelle](http://www.kispi.uzh.ch/opferberatungsstelle)
- > **Beratungsstelle kokon für Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene**  
Tél. 044 545 45 40 (24 h)  
[www.kokon-zh.ch](http://www.kokon-zh.ch)
- > **Kinder- und Jugendhilfe / Aide aux enfants et adolescents de la ville de Zurich, auprès des centres sociaux**  
[www.stadt-zuerich.ch/sozialzentren](http://www.stadt-zuerich.ch/sozialzentren)

Lorsque vous ne vous sentez plus en sécurité à la maison, il existe des lieux où vous pouvez aller avec vos enfants et où vous obtiendrez de l'aide.

Pour les femmes:

- > **Frauenhaus / Maison d'accueil pour femmes Violetta** Tél. 044 350 04 04  
[www.frauenhaus-zhv.ch](http://www.frauenhaus-zhv.ch)

Pour les hommes:

- > **ZwüscheHalt / Maison d'accueil pour hommes**  
Tél. 079 558 85 79  
[www.zwueschehalt.ch](http://www.zwueschehalt.ch)

Centre de conseil pour hommes avec des problèmes de violence

- > **mannebüro züri**  
Tél. 044 242 08 88  
[www.mannebuero.ch](http://www.mannebuero.ch)

Lorsque vous êtes menacé ou souhaitez porter plainte:

- > **Polizeinotruf / Police numéro 117**

Lorsque vous avez absolument besoin d'aide médicale:

- > **Ärztliche Notfallzentrale Urgences médicales:**  
Tél. 0800 33 66 55

- > **Sanitätsnotruf Urgences sanitaires: 144**





- > hitting > threatening > humiliating > choking
- > confining you to the home > pulling hair > banning telephone calls > kicking > shaking > biting > controlling
- > withholding money > forbidding you to go out to work
- > forcing you to have sex against your will...



Nobody has the right to be violent towards you; that includes your husband/wife, your current or former partner, or any other family member. Violence can have a major impact on your well-being, it can be a danger to your health and also affect your children.

An advisory service is available to offer support and work together with you to find the necessary solutions to any issues you may have (see reverse for addresses).

**Don't delay in getting the necessary help!**

englisch

- > **117 Police**
- > **144 Ambulance**
- > **044 299 40 50**  
Opferberatung  
Zurich Victim Support
- > **044 350 04 04**  
Frauenhaus Zurich Violetta  
Zurich Women's Refuge
- > **044 278 99 99**  
BIF / Women's Advisory  
and Information Centre  
Against violence in  
marriage and cohabitation
- 044 291 46 46**  
frauenberatung sexuelle  
gewalt  
Women's Advisory Centre –  
against sexual violence

If children are involved, call:

- > **044 545 45 40 (24h)**  
Beratungsstelle kokon für Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene
- > **044 266 71 11**  
**044 266 76 46**  
Kinderschutzgruppe  
Child Protection and Victim Support Team at the Zurich Children's Hospital

Information and advice for migrants

- > **044 412 84 00**  
Infodona – Advice centre for migrants
- > **044 436 90 00**  
FIZ – Advocacy and support for migrant women and victims of trafficking

Advisory services in Zurich

- > **Zurich Victim Support**  
For men, women, adolescents and children  
Phone: 044 299 40 50  
[www.obzh.ch](http://www.obzh.ch)
- > **BIF – Women's Advisory and Information Centre. Against violence in marriage and cohabitation**  
Phone: 044 278 99 99  
[www.bif-frauenberatung.ch](http://www.bif-frauenberatung.ch)
- > **Women's Advisory Centre for victims of sexual and/or domestic violence**  
Phone: 044 291 46 46  
[www.frauenberatung.ch](http://www.frauenberatung.ch)
- > **Infodona / Advice centre for migrants**  
Phone: 044 412 84 00
- > **FIZ / Advocacy and support for migrant women and victims of trafficking**  
Beratungsstelle für Migrantinnen  
Phone: 044 436 90 00, [www.fiz-info.ch](http://www.fiz-info.ch)

Your children also need protection from violence. The following centres offer the appropriate support and advice:

- > **Child Protection and Victim Support Team at the Zurich Children's Hospital**  
Phone: 044 266 71 11  
044 266 76 46  
[www.kispi.uzh.ch/opferberatungsstelle](http://www.kispi.uzh.ch/opferberatungsstelle)
- > **Beratungsstelle kokon für Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene**  
Phone: 044 545 45 40 (24h)  
[www.kokon-zh.ch](http://www.kokon-zh.ch)
- > **Child and Youth Welfare Service, counselling available at local social welfare centres**  
[www.stadt-zuerich.ch/sozialzentren](http://www.stadt-zuerich.ch/sozialzentren)

If you no longer feel safe in your home, there are places you can go with your children. Contact the following for further help:

- For women:
- > **Zurich Women's Refuge Violetta**  
Phone: 044 350 04 04  
[www.frauenhaus-zhv.ch](http://www.frauenhaus-zhv.ch)

For men:

- > **ZwüscheHalt**  
Tel. 079 558 85 79  
[www.zwueschehalt.ch](http://www.zwueschehalt.ch)

Support for men with violence issues:

- > **mannebüro züri**  
Phone: 044 242 08 88  
[www.mannebuero.ch](http://www.mannebuero.ch)

If you are being severely threatened or need to file a report:

- > **Police: 117**

If you require urgent medical attention:

- > **Ärztliche Notfallzentrale  
Emergency Medical Centre**  
Phone: 0800 33 66 55

- > **Ambulance: 144**





- > Golpear > amenazar > humillar > estrangular
- > encerrar en la vivienda > tirar de los cabellos
- > prohibir llamar por teléfono > patear > sacudir
- > morder > controlar > prohibir trabajar > obligar al sexo > privar de dinero ...



**HALT GEWALT**

Nadie tiene derecho a ejercer violencia contra usted. Ni el marido, ni la mujer, ni la (ex) pareja, ni ningún otro miembro de la familia. La violencia altera el bienestar, perjudica la salud y repercute en los niños.

Existen centros de información, en donde usted puede ser asistido en la búsqueda de una solución (Direcciones en el dorso).

**No dude en buscar ayuda!**

- > **117** Polizeinotruf,  
Teléfono de urgencias de la policía
- > **144** Sanitätsnotruf  
Teléfono de urgencias médicas
- > **044 299 40 50**  
Consejería a las víctimas de maltrato, Zürich
- > **044 350 04 04**  
Casa para mujeres Violetta (Frauenhaus)
- > **044 278 99 99**  
BIF Centro de consejería para mujeres-contr la violencia en el matrimonio y la pareja
- > **044 291 46 46**  
Consejería para la mujer en violencia sexual

## Quando los niños son los afectados:

- > **044 545 45 40 (24h)**  
Beratungsstelle kokon für Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene
- > **044 266 71 11**  
**044 266 76 46**  
Grupo de protección para niños y centro de información para las víctimas del Hospital de niños de Zürich

## Información y Consejería para migrantes

- > **044 412 84 00**  
Infodona - Centro de Consejería para hombres y mujeres migrantes
- > **044 436 90 00**  
FIZ - Centro de apoyo para víctimas de trata de mujeres

## Centros de información en la ciudad de Zúrich

- > **Opferberatung Zürich**  
Para hombres, mujeres, jóvenes y niños  
044 299 40 50  
[www.obzh.ch](http://www.obzh.ch)
- > **BIF Beratungsstelle für Frauen**  
Contra la violencia en el matrimonio y la pareja  
044 278 99 99  
[www.bif-frauenberatung.ch](http://www.bif-frauenberatung.ch)
- > **Frauenberatung sexuelle gewalt**  
Centro de información en casos de violencia sexual o familiar  
044 291 46 46  
[www.frauenberatung.ch](http://www.frauenberatung.ch)
- > **Infodona - Centro de Consejería para hombres y mujeres migrantes**  
044 412 84 00
- > **FIZ - Centro de apoyo para víctimas de trata de mujeres**  
Beratungsstelle für Migrantinnen  
044 436 90 00, [www.fiz-info.ch](http://www.fiz-info.ch)

Sus hijos también necesitan ser protegidos contra la violencia. En los siguientes centros usted recibirá apoyo:

- > **Grupo de protección para niños y centro de consulta para víctimas del Hospital de niños de Zürich**  
044 266 71 11 / 044 266 76 46  
[www.kispi.uzh.ch/opferberatungsstelle](http://www.kispi.uzh.ch/opferberatungsstelle)
- > **Beratungsstelle kokon für Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene**  
Tel. 044 545 45 40 (24 hs)  
[www.kokon-zh.ch](http://www.kokon-zh.ch)
- > **Ayuda para niños y jóvenes de la Ciudad de Zürich, Consejería en los Centros de Asistencia Social**  
[www.stadt-zuerich.ch/sozialzentren](http://www.stadt-zuerich.ch/sozialzentren)

Si no se siente segura/o en casa, existen sitios a los que puede acudir con sus hijos. Allí la/o podrán asistir:

- Para mujeres:
- > **Frauenhaus Zürich Violetta**  
Tel. 044 350 04 04  
[www.frauenhaus-zhv.ch](http://www.frauenhaus-zhv.ch)

Para Hombres (víctimas de violencia):

- > **ZwüscheHalt**  
Tel. 079 558 85 79  
[www.zwueschehalt.ch](http://www.zwueschehalt.ch)

Consejería para hombres violentos:

- > **mannebüro züri**  
Tel. 044 242 08 88  
[www.mannebuero.ch.ch](http://www.mannebuero.ch.ch)

En caso de amenaza urgente o que usted desee asentar una denuncia:

- > **Número de urgencias de la policía: 117**

Si necesita asistencia médica urgente:

- > **Ärztephon/Centro de urgencias médicas de Zürich:**  
Tel. 0800 33 66 55
- > **Urgencias médicas: 144**



> > > > >

> > > >

> அடித்தல், பயமுறுத்தல், தாழ்மைப்படுத்தல், கழுத்தை நெரித்தல், வீட்டிற்குள் அடைத்தல், தலைமுடியை இழுத்தல், தொலைபேசித்தடை, உதைத்தல், குலுக்குதல், கடித்தல், கட்டுப்படுத்தல், வேலைக்கு செல்வதை தடுத்தல், பாலுறவுக்கு கட்டாயப்படுத்தல், பணத்தை பறித்தல்....



உங்களை வன்முறை தாக்குதலுக்குள்ளாக்குவதற்கு யாருக்கும் உரிமை இல்லை – உங்கள் கணவரோ/மனைவியோ கடந்தகால துணைவியோ – துணைவரோ அல்லது குடும்ப உறுப்பினரோ யாருக்கும் உரிமை இல்லை. வன்முறை நலவாழ்வை, ஆரோக்கியத்தை பாதிப்பதோடு பிள்ளைகளிலும் பாதிப்பை ஏற்படுத்துகிறது.

பாதிக்கப்பட்டவர்களுடன் இணைந்து தீர்வு காண்பதற்கு ஆலோசனை நிறுவனங்கள் உள்ளன. [முகவரிகள் அடுத்த பக்கத்தில்]

உதவியை பெற தயங்க வேண்டாம்!

tamil

- > **117** அவசரப் போலிஸ்
- > **144** அவசரசிகிச்சை
- > **044 299 40 50**  
பாதிக்கப்பட்டோருக்கான ஆலோசனை சூரிச்
- > **044 350 04 04**  
பெண்கள் தங்குமிடம் சூரிச் Violetta
- > **044 278 99 99**  
BIF பெண்களுக்கான ஆலோசனை நிலையம் – கணவராலும், துணைவராலும் ஏற்படும் வன்முறைக்கு எதிரான
- > **044 291 46 46**  
பாலியல் வன்முறைக்குள்ளான பெண்களுக்கான ஆலோசனை

பிள்ளைகள் பாதிக்கப்பட்டால்

> **044 545 45 40 (24h)**  
Beratungsstelle kokon für Kinder,  
Jugendliche und junge Erwachsene

> **044 266 71 11 / 044 266 76 46**  
சூரிச் சிறுவர்  
வைத்தியசாலையில்  
உள்ள குழந்தைகள்  
பாதுகாப்பு பிரிவும்,  
பாதிக்கப்பட்டோருக்கான  
பிரிவும்

வெளிநாட்டவருக்கான தகவலும்  
ஆலோசனையும்

> **044 412 84 00**  
Infodona – வெளிநாட்டவரு –  
க்கான ஆலோசனை நிலையம்

> **044 436 90 00**  
சிறப்பு நிறுவனம் பெண்களை  
கடத்துதலும் பெண்கள்  
இடம்பெயர்வும்

சூரிச் நகரத்தில் உள்ள ஆலோசனை  
நிறுவனங்கள்

- > பாதிக்கப்பட்டோருக்கான ஆலோசனை  
சூரிச்  
ஆண்கள், பெண்கள், இளைஞர்கள்  
மற்றும் பிள்ளைகள்  
Tel. 044 299 40 50, [www.obzh.ch](http://www.obzh.ch)
- > பெண்களுக்கான ஆலோசனை நிலையம்  
கணவராலும், துணைவராலும் ஏற்படும்  
வன்முறைக்கு எதிரான Tel. 044 278 99 99  
[www.bif-frauenberatung.ch](http://www.bif-frauenberatung.ch)
- > பாலியல் வன்முறைக்குள்ளான  
பெண்களுக்கான ஆலோசனை  
பாலியல் வன்முறை வீட்டில் நடைபெறும்  
வன்முறைக்குள்ளானவருக்கான  
ஆலோசனை நிலையம்  
Tel. 044 291 46 46  
[www.frauenberatung.ch](http://www.frauenberatung.ch)
- > வெளிநாட்டவருக்கான ஆலோசனை  
நிலையம்  
Tel. 044 412 84 00
- > **FIZ** சிறப்பு நிறுவனம் பெண்களை  
கடத்துதலும் பெண்கள் இடம்பெயர்வும்  
Beratungsstelle für Migrantinnen  
Tel. 044 436 90 00, [www.fiz-info.ch](http://www.fiz-info.ch)

உங்கள் பிள்ளைகளுக்கும் வன்முறையில் இருந்து  
பாதுகாப்பு தேவை. கீழே உள்ள நிறுவனங்களில்  
ஆதரவை பெறலாம்:

- > சூரிச் சிறுவர் வைத்தியசாலையில்  
உள்ள குழந்தைகள் பாதுகாப்பு பிரிவும்,  
பாதிக்கப்பட்டோருக்கான பிரிவும்  
Tel. 044 266 71 11 / 044 266 76 46  
[www.kispi.uzh.ch/opferberatungsstelle](http://www.kispi.uzh.ch/opferberatungsstelle)
- > **Beratungsstelle kokon für Kinder,  
Jugendliche und junge Erwachsene**  
Tel. 044 545 45 40 (24 h)  
[www.kokon-zh.ch](http://www.kokon-zh.ch)
- > பிள்ளைகள் – மற்றும் இளைஞர்கள் உதவி  
சூரிச் நகரம், சமூகமையத்தில் ஆலோ –  
சனை  
[www.stadt-zuerich.ch/sozialzentren](http://www.stadt-zuerich.ch/sozialzentren)
- வீட்டில் பாதுகாப்பு இல்லை என்று உணர்ந்தால்  
நீங்கள் உங்கள் பிள்ளைகளுடன் செல்வதற்கு  
இடங்கள் உள்ளன. அங்கு தொடர்ந்து உதவி  
கிடைக்கும். பெண்களுக்கு:
  - > பெண்கள் தங்குமிடம் சூரிச்  
Violetta  
Tel. 044 350 04 04  
[www.frauenhaus-zhv.ch](http://www.frauenhaus-zhv.ch)

ஆண்களுக்கு:

> **ZwüscheHalt**  
Tel. 079 558 85 79  
[www.zwueschehalt.ch](http://www.zwueschehalt.ch)

வன்முறை பாதிப்புக்குள்ளான  
ஆண்களுக்கான ஆலோசனை:

- > ஆண்கள் அவ்வலகம் சூரிச்  
Tel. 044 242 08 88  
[www.mannebuero.ch.ch](http://www.mannebuero.ch.ch)

நீங்கள் கடுமையாக  
பலவந்தப்படுத்தப்பட்டால் அல்லது வழக்கு  
தொடர விரும்பினால்:

> அவசர போலிஸ்: எண் **117**

அவசர வைத்திய உதவி தேவைப்பட்டால்:

> வைத்திய தொலைபேசி:-அவசர வைத்திய  
உதவிமையம் சூரிச்:  
Tel. 0800 33 66 55

> அவசரசிகிச்சை: எண் **144**



HALT GEWALT



- > rrahja > kërcënimi > nënshtrimi > shtrëngimi në fyt
- > mbyllje në banesë > shkulje e flokëve > ndalim telefonimi
- > shqelmimi > shkundimi > kafshimi (pickimi) > kontrollimi
- > ndalimi për punë > detyrimi për marrdhënie seksuale
- > marrja e parave ...



Askush nuk ka të drejtë të ju shkaktoj dhunë. As dhe bashkëshorti/ bashkëshortja ,ose (ish) partnerja dhe partneri ose ndonjë anëtar tjetër i familjes. Dhuna ndikon në mirëqenie e dëmton shëndetin dhe ndikon të fëmijët.

Ekzistojnë Zyra këshillimi të cilat ju ndihmojnë, dhe së bashku me ju kërkojnë mundësi për zgjidhje. (Adresat shiko faqen mbrapa)

**Mos nguroni, të kërkonit ndihmë!**

- > **117 Polizeinotruf / Thirrja urgjente në polici**
- > **144 Sanitätsnotruf / Thirrja urgjente sanitare**
- > **044 299 40 50**  
Këshillime për viktime në Cyrih
- > **044 350 04 04**  
Shtëpia për femra në Cyrih  
Violetta
- > **044 278 99 99**  
BIF Zyra e këshillimit për femra – kundër dhunës në jetën bashkëshortore dhe partneritet
- > **044 291 46 46**  
këshillime për femra sa i përket dhunës seksuale

## Në qoftë së fëmijët janë të prekur

- > **044 545 45 40 (24h)**  
Beratungsstelle kokon für Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene
- > **044 266 71 11/266 76 46**  
Grupi për mbrojtjen e fëmijëve dhe zyra e këshillimit për viktime të spitalit të fëmijëve Cyrih

## Informata dhe këshillime për emigrant dhe emigrante

- > **044 412 84 00**  
Infodona – Zyra e këshillimit për emigrant dhe emigrante
- > **044 436 90 00**  
FIZ qendra informative për femra, që janë viktime të trafikimit dhe emigrimit

## Zyrat e këshillimit në qytetin e Cyrihut

- > **Zyra e këshillimit për viktime Cyrih për meshkuj, femra, të rinjtë dhe fëmijë**  
Tel. 044 299 40 50, [www.obzh.ch](http://www.obzh.ch)
- > **BIF Zyra e këshillimit për femra kundër dhunës në jetën bashkëshortore dhe partneritet**  
Tel. 044 278 99 99  
[www.bif-frauenberatung.ch](http://www.bif-frauenberatung.ch)
- > **këshillime për femra sa i përket dhunës seksuale, Zyre e këshillimit në rast dhunimi seksual dhe /ose dhunës shtëpiake**  
Tel. 044 291 46 46, [www.bif.ch](http://www.bif.ch)
- > **Infodona – Zyra e këshillimit për emigrant dhe emigrante**  
Tel. 044 412 84 00
- > **FIZ qendra informative për femra, që janë viktime të trafikimit dhe emigrimit**  
Beratungsstelle für Migrantinnen  
Tel. 044 436 90 00, [www.fiz-info.ch](http://www.fiz-info.ch)

Edhe fëmijëve tuaj ju nevojitet mbrojtja nga dhuna. Përkrahje do të keni të këto zyra:

- > **Grupi për mbrojtjen e fëmijëve dhe zyra e këshillimit për viktime të spitalit të fëmijëve Cyrih**  
Tel. 044 266 71 11/044 266 76 46  
[www.kispi.uzh.ch/opferberatungsstelle](http://www.kispi.uzh.ch/opferberatungsstelle)
- > **Beratungsstelle kokon für Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene**  
Tel. 044 545 45 40 (24 h)  
[www.kokon-zh.ch](http://www.kokon-zh.ch)
- > **Ndihma për fëmijë dhe të rinjë e qytetit Cyrih, këshillimi në qendrat sociale**  
[www.stadt-zuerich.ch/sozialzentren](http://www.stadt-zuerich.ch/sozialzentren)

Nëse ju nuk e ndjeni më veten të sigurt në shtëpi, ka vende në të cillat ju dhe fëmijët tuaj mund të shkoni. Aty do të ju ndihmojnë më tutje:

- Për Femra
- > **Shtëpia për femra në Cyrih Violetta**  
Tel. 044 350 04 04  
[www.frauenhaus-zhv.ch](http://www.frauenhaus-zhv.ch)

Për Meshkuj  
> **ZwüscheHalt**  
Tel. 079 558 85 79  
[www.zwueschehalt.ch](http://www.zwueschehalt.ch)

këshillimi për meshkuj që e përdorin dhunën

- > **mannebüro züri**  
Tel. 044 242 08 88  
[www.mannebuero.ch.ch](http://www.mannebuero.ch.ch)

Nëse ju keni kërcnime akute ose dëshironi të bëni padi:

- > **Thirrja urgjente në polici: Numri 117**

Në rast nevojë urgjente për ndihmë mjekësore:

- > **Qendra urgjente mjekësore Cyrih**  
Tel. 0800 33 66 55
- > **Thirrja urgjente sanitare: Numri 144**



> > > >

> udarci > prijetnje > ponižavanje > davljenje > zaključavanje u stanu > čupanje za kosu > zabrana telefoniranja > udarci nogom > protresanje > ugrizi > kontroliranje > zabrana rada > prisiljavanje na spolni odnos > oduzimanje novca ...

Nitko nema pravo nad Vama vršiti nasilje, pa tako ni Vaš suprug ili supruga, Vaš bivši ili sadašnji partner ili partnerica. Isto vrijedi i za druge članove porodice. Nasilje štetno djeluje na Vaše raspoloženje, ugrožava Vaše zdravlje i negativno utječe na Vašu djecu.

Postoje savjetovališta koja Vam mogu pomoći i zajedno sa Vama potražiti rješenja za situaciju u kojoj se nalazite (adrese pogledati na poledini).

**Ne oklijevajte zatražiti pomoć!**

- > **117** Policija
- > **144** Hitna pomoć
- > **044 299 40 50**  
Savjetovalište za žrtve nasilja Zürich
- > **044 350 04 04**  
Sigurna kuća za žene Zürich Violeta
- > **044 278 99 99**  
BIF Savjetovalište za žene – protiv nasilja u braku i u partnerstvu
- > **044 291 46 46**  
Savjetovanje za žene žrtve seksualnog nasilja

## Ako su djeca žrtve nasilja:

Beratungsstelle kokon für Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene

- > **044 266 71 11**  
**044 266 76 46**

Grupa za zaštitu djece i savjetovalište za djecu žrtve nasilja Dječje bolnice Zürich

## Informacije i savjetovanja za migrante i migrantice

- > **044 412 84 00**

Infodona – Savjetovalište za migrantice i migrante

- > **044 436 90 00**

FIZ Savjetovalište za žene žrtve trgovine ljudima i za migrantice

## Savjetovališta u gradu Zürichu

- > **Savjetovalište za žrtve nasilja Zürich**  
**Za muškarce, žene, mlade i djecu**  
Tel. 044 299 40 50, [www.obzh.ch](http://www.obzh.ch)

- > **BIF Savjetovalište za žene**  
**Protiv nasilja u braku i partnerstvu**  
Tel. 044 278 99 99  
[www.bif-frauenberatung.ch](http://www.bif-frauenberatung.ch)

- > **Savjetovalište za žrtve seksualnog nasilja i/ili nasilja u porodici**  
Tel. 044 291 46 46  
[www.frauenberatung.ch](http://www.frauenberatung.ch)

- > **Infodona – Savjetovalište za migrantice i migrante**  
Tel. 044 412 84 00

- > **FIZ Savjetovalište za žene žrtve trgovine ljudima i za migrantice**  
Beratungsstelle für Migrantinnen  
Tel. 044 436 90 00  
[www.fiz-info.ch](http://www.fiz-info.ch)

I Vašoj djeci je potrebna zaštita od nasilja. Za pomoć se možete obratiti sljedećim institucijama:

- > **Grupa za zaštitu djece i Savjetovalište za djecu žrtve nasilja Dječje bolnice Zürich**  
Tel. 044 266 71 11/044 266 76 46  
[www.kispi.uzh.ch/opferberatungsstelle](http://www.kispi.uzh.ch/opferberatungsstelle)

- > **Beratungsstelle kokon für Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene**  
Tel. 044 545 45 40 (24 sata)  
[www.kokon-zh.ch](http://www.kokon-zh.ch)

- > **Pomoć za djecu i mlade grada Züricha, Savjetovanje u socijalnim centrima**  
[www.stadt-zuerich.ch/sozialzentren](http://www.stadt-zuerich.ch/sozialzentren)

Ako se kod kuće više ne osjećate sigurno, postoje mjesta gdje se zajedno sa svojom djecom možete skloniti i gdje će Vam biti pružena daljnja pomoć:

Za žene:

- > **Frauenhaus Zürich Violetta**  
Tel. 044 350 04 04  
[www.frauenhaus-zhv.ch](http://www.frauenhaus-zhv.ch)

Za muškarce:

- > **ZwüscheHalt**  
Tel. 079 558 85 79  
[www.zwueschehalt.ch](http://www.zwueschehalt.ch)

Savjetovalište za muškarce po pitanju nasilja:

- > **mannebüro züri**  
Tel. 044 242 08 88  
[www.mannebuero.ch.ch](http://www.mannebuero.ch.ch)

Ako ste neposredno ugroženi ili ako želite podnijeti prijavu protiv nasilja:

- > **Policija: 117**

Ako hitno trebate liječničku pomoć:

- > **Centrala za hitne liječničke konzultacije**  
Tel. 0800 33 66 55

- > **Hitna pomoć: 144**



> > > > >

> > > >

> dayak atmak > tehdit etmek > aşağılamak  
> boğazını sıkmak > eve kapatmak > saçlarını çekmek  
> telefon etmeyi yasaklamak > tekmelemek >  
sarsmak > ısırarak > kontrol etmek > çalışmayı yasak-  
lamak > cinsel ilişkiye zorlamak > parasını kesmek...

> 117 Polis İmdat

> 144 Acil Yardım  
(Ambulans)

> 044 299 40 50  
Zürich Mağdur Danışma  
Merkezi

> 044 350 04 04  
Kadın Sığınma Evi Zürich  
Violetta

> 044 278 99 99  
BIF Kadınlar için Danışma  
ve Bilgilendirme Merkezi  
- Evlilik ve Beraberlikte  
Yaşanan Şiddete Karşı

> 044 291 46 46  
Cinsel Şiddete Karşı Kadın  
Danışma Merkezi



Hiç kimse size karşı şiddet kullanma hakkına sahip değildir – bunlar koca/karı, ya da daha önce birlikte yaşanan aile üyeleri olsa bile. Şiddet ruhsal bütünlüğü ve sağlığı bozar, ayrıca çocukları olumsuz etkiler.

Size destek olabilecek ve sizinle birlikte çözümler arayacak danışmanlık merkezleri bulunmaktadır (adresleri arka sayfada bulabilirsiniz).

**Yardım almak için çekinmeyin!**

## Eğer çocuklar etkilenmiş ise:

### > 044 545 45 40 (24 saat)

Beratungsstelle kokon für Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene

### > 044 266 71 11

### 044 266 76 46

Zürich Çocuk Hastanesi Çocuk Koruma Grubu ve Mağdur Danışma Kurumu

## Göçmenler için Bilgilendirme ve Danışmanlık:

### > 044 412 84 00

Infodona – Göçmenler için Danışmanlık Kurumu

### > 044 436 90 00

FIZ Kadın Ticareti ve Göçmen Kadınlar Danışmanlık Merkezi

## Zürich Şehri Danışmanlık Kurumları

### > Zürich Mağdur Danışma Merkezi

Erkekler, Kadınlar, Gençler ve Çocuklar için  
Tel. 044 299 40 50, [www.obzh.ch](http://www.obzh.ch)

### > BIF Kadınlar için Danışma ve Bilgilendirme Merkezi

Evlilik ve Beraberlikte Yaşanan Şiddete Karşı. Tel. 044 278 99 99, [www.bif-frauenberatung.ch](http://www.bif-frauenberatung.ch)

### > Cinsel Şiddete Karşı Kadın Danışma Merkezi

Cinsel ve/veya Aile içi Şiddete Karşı Danışmanlık  
Tel. 044 291 46 46  
[www.frauenberatung.ch](http://www.frauenberatung.ch)

### > Infodona – Göçmenler için Danışmanlık Kurumu

Tel. 044 412 84 00

### > FIZ Kadın Ticareti ve Göçmen Kadınlar Danışmanlık Merkezi

Beratungsstelle für Migrantinnen  
Tel. 044 436 90 00, [www.fiz-info.ch](http://www.fiz-info.ch)

Çocuklarınızın da Şiddete Karşı korunması gerekir. Aşağıdaki adreslerden destek alabilirsiniz:

### > Zürich Çocuk Hastanesi Çocuk Koruma Gurubu ve Mağdur Danışma Kurumu

Tel. 044 266 71 11/ 044 266 76 46  
[www.kispi.uzh.ch/opferberatungsstelle](http://www.kispi.uzh.ch/opferberatungsstelle)

### > Beratungsstelle kokon für Kiinder, Jugendliche und junge Erwachsene

Tel. 044 545 45 40 (24 saat)  
[www.kokon-zh.ch](http://www.kokon-zh.ch)

### > Zürich Şehri Çocuk ve Gençlik Yardım Kurumları ile Sosyal Yardım Merkezlerindeki Danışmanlık Kurumları

[www.stadt-zuerich.ch/sozialzentren](http://www.stadt-zuerich.ch/sozialzentren)

Eğer evinizde kendinizi artık güvende hissetmiyorsanız, çocuklarınızla birlikte sığınabileceğiniz yerler vardır. Oralarda size gerekli yardım yapılır:

Kadınlar için

### > Kadın Sığınma Evi Zürich Violetta

Tel. 044 350 04 04  
[www.frauenhaus-zhv.ch](http://www.frauenhaus-zhv.ch)

Erkekler için:

### > ZwüscheHalt

Tel. 079 558 85 79  
[www.zwueschehalt.ch](http://www.zwueschehalt.ch)

Şiddet Uygulayan Erkekler için:

### > mannebüro züri

Tel. 044 242 08 88  
[www.mannebuero.ch.ch](http://www.mannebuero.ch.ch)

Eğer ciddi tehdit altındaysanız veya şikayette bulunmak isterseniz

### > Polis İmdat: Telefon 117

Acil doktor yardımına gerek duyarsanız

### > Ärztophon/Zürich Acil Doktor Merkezi:

Tel. 0800 33 66 55

### > Acil Yardım (Ambulans): Telefon 144



HALT GEWALT



**Stadt Zürich**  
Fachstelle für Gleichstellung

- # Häusliche Gewalt
- > **Beratung und Unterstützung bei Häuslicher Gewalt**
  - > **Conseil et assistance lors de violence domestique**
  - > **Domestic Violence Support and Advice**
  - > **Consejo y apoyo contra la violencia doméstica**
  - > வீட்டில் நடைபெறும் வன்முறைக்குள்ளானவருக்கான ஆலோசனைகளும் ஆதரவும்
  - > **Këshillime dhe përkrahje në raste dhune shtëpiake**
  - > **Savjetovanje i pomoć u slučaju nasilja u porodici**
  - > **Aile içi Şiddet konusunda Danışmanlık ve Destek**

Diese Broschüre kann bezogen werden bei:

Fachstelle für Gleichstellung  
Stadt Zürich  
Stadthausquai 17, Postfach  
8022 Zürich

Tel. 044 412 48 68  
[gleichstellung@zuerich.ch](mailto:gleichstellung@zuerich.ch)  
[www.stadt-zuerich.ch/gleichstellung](http://www.stadt-zuerich.ch/gleichstellung)

