

Häusliche Gewalt

Beratung und Unterstützung bei Häuslicher Gewalt

> > > > >

- > 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.

Zögern Sie nicht, Hilfe in Anspruch zu nehmen!



HALT GEWALT



Stadt Zürich

Fachstelle für Gleichstellung

www.stadt-zuerich.ch/gleichstellung

Beratungsstellen in der Stadt Zürich

> Opferberatung Zürich

Für Männer, Frauen, Jugendliche und Kinder
Tel. 044 299 40 50
www.obzh.ch

> BIF Beratungsstelle für Frauen

Gegen Gewalt in Ehe und Partnerschaft
Tel. 044 278 99 99
www.bif.ch

> frauenberatung sexuelle gewalt

Beratungsstelle bei sexueller und/oder häuslicher Gewalt
Tel. 044 291 46 46
www.frauenberatung.ch

> Infodona – Beratungsstelle für Migrantinnen und Migranten

Tel. 044 412 84 00

> FIZ Fachstelle Frauenhandel und Frauenmigration

Tel. 044 436 90 00
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 76 46
www.kispi.uzh.ch/kinderschutz

> Kinder- und Jugendhilfe der Stadt Zürich, Beratung in den Sozialzentren

www.stadt-zuerich.ch/sozialzentren

> Beratungsstelle kokon, Fachstellen KidsCare und Schlupfhuus

Tel. 044 545 45 40 (24 h)
www.kokon-zh.ch

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-zuerich.ch

Für Männer:

> ZwüscheHalt

Tel. 079 558 85 79
www.zwueschehalt.ch

Gewaltberatung für Männer

> mannebüro züri

Tel. 044 242 08 88
www.mannebuero.ch

Wenn Sie akut bedroht sind oder eine Anzeige erstatten möchten

> Polizeinotruf: Nummer 117

Wenn Sie dringend ärztliche Hilfe benötigen

> Ärztelefon/Ärztliche Notfallzentrale Zürich:

Tel. 044 421 21 21

> Sanitätsnotruf: Nummer 144



HALT GEWALT

Überarbeitete Version Januar 2017

Häusliche Gewalt

Conseil et assistance lors de violence domestique

> 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.

N'hésitez pas à demander de l'aide!



 **Stadt Zürich**
Fachstelle für Gleichstellung
www.stadt-zuerich.ch/gleichstellung

französisch

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
- > **BIF Centre de conseil pour les femmes**
contre les violences dans le couple
Tél. 044 278 99 99, www.bif.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
- > **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**
Tél. 044 436 90 00, 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 76 46
www.kispi.uzh.ch/kinderschutz
- > **Kinder- und Jugendhilfe / Aide aux enfants et adolescents de la ville de Zurich, auprès des centres sociaux**
www.stadt-zuerich.ch/sozialzentren
- > **kokon, Centres d'assistance Kids-Care et Schlupfhuus**
Tél. 044 545 45 40 (24 h)
www.kokon-zh.ch

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-zuerich.ch

Pour les hommes:

- > **ZwüscheHalt / Maison d'accueil pour hommes**
Tél. 079 558 85 79
www.zwueschehalt.ch

Centre de conseil pour hommes avec des problèmes de violence

- > **mannebüro züri**
Tél. 044 242 08 88
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. 044 421 21 21

- > **Sanitätsnotruf Urgences sanitaires: 144**



Häusliche Gewalt

Domestic Violence Support and Advice

> > > > >

- > 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.

Don't delay in getting the necessary help!



HALT GEWALT



Stadt Zürich

Fachstelle für Gleichstellung

www.stadt-zuerich.ch/gleichstellung

englisch

Advisory services in Zurich

> Zurich Victim Support

For men, women, adolescents and children

Phone: 044 299 40 50

www.obzh.ch

> BIF – Women's Advisory and Information Centre. Against violence in marriage and cohabitation

Phone: 044 278 99 99

www.bif.ch

> Women's Advisory Centre for victims of sexual and/or domestic violence

Phone: 044 291 46 46

www.frauenberatung.ch

> Infodona / Advice centre for migrants

Phone: 044 412 84 00

> FIZ / Advocacy and support for migrant women and victims of trafficking

Phone: 044 436 90 00

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 76 46

www.kispi.uzh.ch/kinderschutz

> Child and Youth Welfare Service, counselling available at local social welfare centres

www.stadt-zuerich.ch/sozialzentren

> kokon – advocacy and support for children and parents (KidsCare, Schlupfhaus)

Phone: 044 545 45 00 (24h)

www.kokon-zh.ch

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-zuerich.ch

For men:

> ZwüscheHalt

Tel. 079 558 85 79

www.zwueschehalt.ch

Support for men with violence issues:

> manneburo züri

Phone: 044 242 08 88

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: 044 421 21 21

> Ambulance: 144



HALT GEWALT

Überarbeitete Version Januar 2017

Häusliche Gewalt

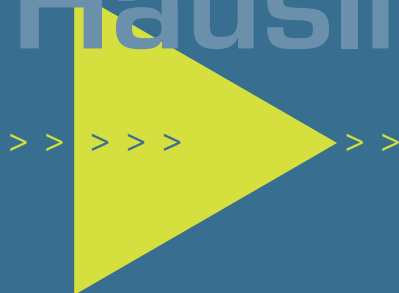
Consejo y apoyo contra la violencia doméstica

> 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 ...

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.

No dude en buscar ayuda!



HALT GEWALT



Stadt Zürich

Fachstelle für Gleichstellung

www.stadt-zuerich.ch/gleichstellung

spanisch

Centros de información en la ciudad de Zürich

- > **Opferberatung Zürich**
Para hombres, mujeres, jóvenes y niños
044 299 40 50
www.obzh.ch
- > **BIF Beratungsstelle für Frauen**
Contra la violencia en el matrimonio y la pareja
044 278 99 99
www.bif.ch
- > **Frauenberatung sexuelle gewalt**
Centro de información en casos de violencia sexual o familiar
044 291 46 46
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
044 436 90 00
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 76 46
www.kispi.uzh.ch/kinderschutz
- > **Ayuda para niños y jóvenes de la Ciudad de Zürich, Consejería en los Centros de Asistencia Social**
www.stadt-zuerich.ch/sozialzentren
- > **Centro Kokon, KidsCare y Casa de socorro (Schlupfhuus)**
Tel. 044 545 45 40 (24 hs)
www.kokon-zh.ch

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-zuerich.ch

Para Hombres (víctimas de violencia):

- > **ZwüscheHalt**
Tel. 079 558 85 79
www.zwueschehalt.ch

Consejería para hombres violentos:

- > **mannebüro züri**
Tel. 044 242 08 88
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. 044 421 21 21
- > **Urgencias médicas: 144**



HALT GEWALT

Häusliche Gewalt

வீட்டில் நடைபெறும் வன்முறைக்குள்ளானவருக்கான ஆலோசனைகளும் ஆதரவும்

> > > > > > >



HALT GEWALT



Stadt Zürich

Fachstelle für Gleichstellung

www.stadt-zuerich.ch/gleichstellung

tamil

தூரிச் நகரத்தில் உள்ள ஆலோசனை நிறுவனங்கள்

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

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

- > தூரிச் சிறுவர் வைத்தியசாலையில் உள்ள குழந்தைகள் பாதுகாப்பு பிரிவும், பாதிக்கப்பட்டோருக்கான பிரிவும்
Tel. 044 266 76 46
www.kispi.uzh.ch/kinderschutz
- > பிள்ளைகள் - மற்றும் இளைஞர்கள் உதவி தூரிச் நகரம், சமூகமையத்தில் ஆலோசனை
www.stadt-zuerich.ch/sozialzentren
- > ஆலோசனை நிலையம்: kokon, சிறப்பு நிறுவனங்கள் KidsCare உம் Schlupfhuus உம்
Tel. 044 545 45 40 (24 h)
www.kokon-zh.ch

வீட்டில் பாதுகாப்பு இல்லை என்று உணர்ந்தால் நீங்கள் உங்கள் பிள்ளைகளுடன் செல்வதற்கு இடங்கள் உள்ளன. அங்கு தொடர்ந்து உதவி கிடைக்கும். பெண்களுக்கு:
> பெண்கள் தங்குபிடம் தூரிச் Violetta
Tel. 044 350 04 04
www.frauenhaus-zuerich.ch

ஆண்களுக்கு:

- > **ZwüscheHalt**
Tel. 079 558 85 79
www.zwueschehalt.ch

வன்முறை பாதிப்புக்குள்ளான ஆண்களுக்கான ஆலோசனை:
> ஆண்கள் அலுவலகம் தூரிச்
Tel. 044 242 08 88
www.mannebuero.ch.ch

நீங்கள் கடுமையாக பலவந்தப்படுத்தப்பட்டால் அல்லது வழக்கு தொடர விரும்பினால்:

- > அவசர போலிஸ்: எண் **117**

அவசர வைத்திய உதவி தேவைப்பட்டால்:

- > வைத்திய தொலைபேசி-அவசர வைத்திய உதவிமையம் தூரிச்:
Tel. 044 / 421 21 21
- > அவசரசிகிச்சை: எண் **144**



HALT GEWALT

Überarbeitete Version Januar 2017

Häusliche Gewalt

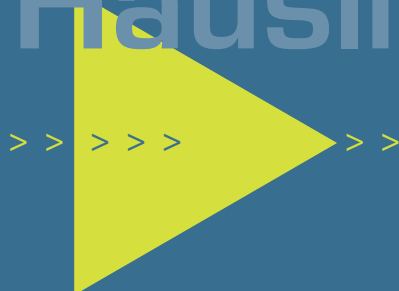
Këshillime dhe përkrahje në raste dhune shtëpiake

- > rrahja > kërcënimi > nënshtrimi > shtrëngimi në fytyrë
- > mbyllje në banesë > shkulje e flokëve > ndalim telefonimi
- > shqelmimi > shkundimi > kafshimi (pickimi) > kontrollimi
- > ndalimi për punë > detyrimi për mardhënje 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.

Mos nguroni, të kërkonit ndihmë!



HALT GEWALT



Stadt Zürich

Fachstelle für Gleichstellung

www.stadt-zuerich.ch/gleichstellung

albanisch

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
- > BIF Zyra e këshillimit për femra kundër dhunës në jetën bashkëshortore dhe partneritet
Tel. 044 278 99 99, www.bif.ch
- > këshillime për femra sa i përket dhunës seksuale, Zyre e këshillimit në rast dhunimi seksuale dhe /ose dhunës shtëpiake
Tel. 044 291 46 46
www.frauenberatung.ch
- > Infodona – Zyra e këshillimit për emigrant dhe emigrante
Tel. 044 412 84 00
- > FIZ qendra informative për femra, që janë viktimë të trafikimit dhe emigrimit
Tel. 044 436 90 00, 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 76 46
www.kispi.uzh.ch/kinderschutz
- > Ndihma për fëmijë dhe të rinjtë e qytetit Cyrih, këshillimi në qendrat sociale
www.stadt-zuerich.ch/sozialzentren
- > Zyra e këshillimit kokon, Zyrë e specializuara KidsCare & Schlupfhuus
Tel. 044 545 45 40 (24 h)
www.kokon-zh.ch

Nëse ju nuk e ndjeni më veten të sigurt në shtëpi, ka vende në të cilat 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-zuerich.ch

Për Meshkuj

- > **ZwüscheHalt**
Tel. 079 558 85 79
www.zwueschehalt.ch

këshillimi për meshkuj që e përdorin dhunën

- > **mannebüro züri**
Tel. 044 242 08 88
www.mannebuero.ch.ch

Nëse ju keni kërcime akute ose dëshironi të bëni padi:

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

Në rast nevojë urgjente për ndihmë mjekësore:

- > **Qendra urgjente mjekësore Cyrih**
Tel. 044 421 21 21
- > **Thirrja urgjente sanitare:**
Numri 144



HALT GEWALT

Überarbeitete Version Januar 2017

Häusliche Gewalt

Savjetovanje i pomoć u slučaju nasilja u porodici

> 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.

Ne oklijevajte zatražiti pomoć!

Savjetovališta u gradu Zürichu

- > **Savjetovalište za žrtve nasilja Zürich**
Za muškarce, žene, mlade i djecu
Tel. 044 299 40 50, www.obzh.ch
- > **BIF Savjetovalište za žene**
Protiv nasilja u braku i partnerstvu
Tel. 044 278 99 99, www.bif.ch
- > **Savjetovalište za žrtve seksualnog nasilja i/ili nasilja u porodici**
Tel. 044 291 46 46
www.frauenberatung.ch
- > **Infodona – Savjetovalište za migrantice i migrante**
Tel. 044 412 84 00
- > **FIZ Savjetovalište za žene žrtve trgovine ljudima i za migrantice**
Tel. 044 436 90 00
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 76 46
www.kispi.uzh.ch/kinderschutz
- > **Pomoć za djecu i mlade grada Zürich, Savjetovanje u socijalnim centrima**
www.stadt-zuerich.ch/sozialzentren
- > **Savjetovalište kokon, Stručne službe KidsCare i Schlupfhuus**
Tel. 044 545 45 40 (24 sata)
www.kokon-zh.ch

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-zuerich.ch

Za muškarce:

- > **ZwüscheHalt**
Tel. 079 558 85 79
www.zwueschehalt.ch

Savjetovalište za muškarce po pitanju nasilja:

- > **mannebüro züri**
Tel. 044 242 08 88
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. 044 421 21 21
- > **Hitna pomoć: 144**



Stadt Zürich

Fachstelle für Gleichstellung

www.stadt-zuerich.ch/gleichstellung

Häusliche Gewalt

Aile içi Şiddet konusunda Danışmanlık ve Destek

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

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.

Yardım almak için çekinmeyin!



HALT GEWALT



Stadt Zürich

Fachstelle für Gleichstellung

www.stadt-zuerich.ch/gleichstellung

türkisch

Zürich Şehri Danışmanlık Kurumları

- > **Zürich Mağdur Danışma Merkezi**
Erkekler, Kadınlar, Gençler ve Çocuklar için
Tel. 044 299 40 50, www.obzh.ch
- > **BIF Kadınlar için Danışma ve Bilgilendirme Merkezi**
Evlilik ve Beraberlikte Yaşanan Şiddete Karşı
Tel. 044 278 99 99, www.bif.ch
- > **Cinsel Şiddete Karşı Kadın Danışma Merkezi**
Cinsel ve/veya Aile içi Şiddete Karşı Danışmanlık
Tel. 044 291 46 46
www.frauenberatung.ch
- > **Infodona – Göçmenler için Danışmanlık Kurumu**
Tel. 044 412 84 00
- > **FIZ Kadın Ticareti ve Göçmen Kadınlar Danışmanlık Merkezi**
Tel. 044 436 90 00, www.fiz-info.ch

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

- > **Zürich Çocuk Hastanesi Çocuk Koruma Gurubu ve Mağdur Danışma Kurumu**
Tel. 044 266 76 46
www.kispi.uzh.ch/kinderschutz
- > **Zürich Şehri Çocuk ve Gençlik Yardım Kurumları ile Sosyal Yardım Merkezlerindeki Danışmanlık Kurumları**
www.stadt-zuerich.ch/sozialzentren
- > **Danışma Merkezi kokon, KidsCare ve Schlupfhuus Merkezleri**
Tel. 044 545 45 40 (24 saat)
www.kokon-zh.ch

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-zuerich.ch

Erkekler için:

- > **ZwüscheHalt**
Tel. 079 558 85 79
www.zwueschehalt.ch

Şiddet Uygulayan Erkekler için:

- > **mannebüro züri**
Tel. 044 242 08 88
www.mannebuero.ch

Eğer ciddi tehdit altındaysanız veya şikayette bulunmak isterseniz

- > **Polis İmdat: Telefon 117**

Acil doktor yardımına gerek duyarsanız

- > **Ärztaphon/Zürich Acil Doktor Merkezi:**
Tel. 044 421 21 21

- > **Acil Yardım (Ambulans):**
Telefon 144



Überarbeitete Version Januar 2017