

# Häusliche Gewalt

- > Beratung und Unterstützung bei Häuslicher Gewalt
- > Conseil et assistance lors de violence domestique
- > Consulenza e sostegno nei casi di violenza domestica
- > Domestic Violence Support and Advice
- > Aconselhamento e apoio em caso de violência doméstica
- > Këshillime dhe përkrahje në raste dhune shtëpiake
- > Savjetovanje i pomoć u slučaju nasilja u obitelji
- > Aile İçi Şiddete Karşı Danışmanlık ve Destek Hizmeti
- > வீட்டு வன்முறையின் போதான ஆலோசனை மற்றும் உதவிகள்
- > ການປຸກສາ ການຊ່ວຍເຫຼືອ ທີ່ເຮືອ
- > المشورة والدعم عند التعرض لعنف منزلي



HALT GEWALT

Beratung und Unterstützung  
bei Häuslicher Gewalt

**Amt für soziale Sicherheit**

Fachstelle Prävention &  
Gesundheitsförderung  
Ambassadorshof  
Riedholzplatz 3  
4509 Solothurn  
Telefon 032 627 23 11  
aso@ddi.so.ch



Fühlen Sie sich in Ihrer Beziehung nicht sicher?  
Wird Ihnen Gewalt angetan oder fühlen Sie sich bedroht?  
Sind Sie selber gewalttätig oder haben Sie Angst, nächstens Gewalt anzuwenden?

> schlagen > bedrohen > demütigen > würgen > in der Wohnung einsperren > Telefonverbot > kontrollieren > Arbeitsverbot  
> zu Sex zwingen > Geld entziehen



**Häusliche Gewalt ist strafbar. Holen Sie Hilfe und Unterstützung!**

Sie müssen sich und Ihre Kinder in Sicherheit bringen und brauchen Beratung und Unterstützung.

Frauenhaus Aargau-Solothurn (24/7)  
> **062 823 86 00**

Männer- und Väterhaus ZwüscheHalt  
> **056 552 08 70**

Ihnen wurde seelische, körperliche oder sexuelle Gewalt zugefügt. Beratung, Begleitung und Unterstützung finden Sie tagsüber bei der

Beratungsstelle Opferhilfe  
Aargau Solothurn  
> **062 835 47 90**

Sie suchen Schutz und Unterstützung:

Polizei  
> **117**  
> **112**

Sanität  
> **144**

Frauenhaus Aargau-Solothurn  
(24/7)  
> **062 823 86 00**

Männer- und Väterhaus  
ZwüscheHalt  
> **056 552 08 70**

Beratungsstelle Opferhilfe  
Aargau Solothurn  
> **062 835 47 90**

**Sie üben Gewalt aus und möchten dies ändern:**

Die Dargebotene Hand (24/7)  
> **143**

Beratungsstelle Gewalt  
Solothurn und Olten  
> **032 627 29 92**

Lernprogramm gegen  
Häusliche Gewalt  
> **079 308 84 05** Bern

**Sie brauchen Hilfe vor Ort:**

Polizeinotruf  
> **117**  
> **112**

Sie können auf jedem Polizeiposten  
eine Strafanzeige erstatten.

**Ihnen wurde Gewalt angetan und Sie  
brauchen ärztliche Pflege:**

Gehen Sie zu Ihrem Arzt oder rufen  
Sie den  
Ärztlichen Notfalldienst  
> **0848 112 112**

oder gehen Sie auf die Notfallstation  
eines Spitals  
Sanität  
> **144**

**Weitere Beratungsstellen für  
Betroffene von Häuslicher Gewalt:**

Beratungsstelle Opferhilfe  
Aargau Solothurn  
> **062 835 47 90**

Frauenhaus Aargau-Solothurn  
> **062 823 86 00**

Männer- und Väterhaus ZwüscheHalt  
> **056 552 08 70**

Frabina Beratungsstelle für Frauen  
und Männer in binationalen  
Beziehungen  
> **032 621 68 60**

Fachstelle Beziehungsfragen Kanton  
Solothurn  
> **032 622 44 33** Solothurn  
> **062 212 61 61** Olten  
> **032 652 19 22** Grenchen  
> **061 781 34 49** Breitenbach

Beratungsstelle für Frauen gegen  
Gewalt in Ehe und Partnerschaft BIF  
(Onlineberatung)

> **online.bif-frauenberatung.ch**

Die Dargebotene Hand (24/7)  
> **143**

**Sie üben Gewalt gegenüber nahe-  
stehenden Personen aus und möchten  
Ihr Verhalten ändern:**

Lernprogramm gegen Häusliche Gewalt  
> **079 308 84 05** Bern

Beratungsstelle Gewalt Solothurn und  
Olten  
> **032 627 29 92**

Die Dargebotene Hand (24/7)  
> **143**





Vous ne vous sentez pas en sécurité dans votre relation?  
Avez-vous subi des violences ou vous sentez-vous menacé(e)?  
Êtes-vous violent(e) ou avez-vous peur de recourir à la violence dans un avenir proche?

> battre > menacer > humilier > bâillonner > enfermer dans son domicile > interdire de téléphoner > contrôler > interdire de travailler > forcer à avoir des relations sexuelles > soutirer de l'argent



**La violence domestique est punissable. Obtenez de l'aide et du soutien!**

Vous devez vous mettre en sécurité avec vos enfants et avez besoin de conseils et de soutien.

Maison pour femmes Argovie Soleure (24/7)  
> **062 823 86 00**

Maison des pères et des hommes ZwüscheHalt  
> **056 552 08 70**

Des violences mentales, physiques ou sexuelles vous ont été infligées. Vous pouvez obtenir des conseils, un accompagnement et un soutien pendant la journée

Centre de conseil pour l'assistance aux victimes Argovie Soleure  
> **062 835 47 90**

Vous recherchez une protection et un soutien:

Police  
> **117**  
> **112**

Service médical  
> **144**

Maison pour femmes Argovie Soleure (24/7)  
> **062 823 86 00**

Maison des pères et des hommes ZwüscheHalt  
> **056 552 08 70**

Centre de conseil pour l'assistance aux victimes Argovie Soleure  
> **062 835 47 90**

**Vous êtes violent(e) et souhaitez que ça change:**

La Main Tendue (24/7)  
> **143**

Centre de conseil contre la violence Soleure et Olten  
> **032 627 29 92**

Programme d'apprentissage contre la violence domestique  
> **079 308 84 05** Berne

**Vous avez besoin d'aide sur place:**

Appel d'urgence de la police  
> **117**  
> **112**

Vous pouvez porter plainte à n'importe quel poste de police.

**Vous avez subi des violences et vous avez besoin de soins médicaux:**

Allez chez votre médecin ou appelez le Service d'urgence médicale  
> **0848 112 112**

ou rendez-vous au service des urgences d'un hôpital  
Service médical  
> **144**

**Autres services de conseil pour les victimes de violence domestique:**

Centre de conseil pour l'assistance aux victimes Argovie Soleure  
> **062 835 47 90**

Maison pour femmes Argovie Soleure  
> **062 823 86 00**

Maison des pères et des hommes ZwüscheHalt  
> **056 552 08 70**

Centre de conseil Frabina pour les femmes et les hommes dans des relations binationales  
> **032 621 68 60**

Service spécialisé pour les problèmes relationnels du canton de Soleure  
> **032 622 44 33** Soleure  
> **062 212 61 61** Olten  
> **032 652 19 22** Granges  
> **061 781 34 49** Breitenbach

Centre de conseil pour les femmes contre la violence dans le mariage et le concubinage BIF (conseil en ligne)  
> **online.bif-frauenberatung.ch**

La Main Tendue (24/7)  
> **143**

**Vous exercez de la violence contre des personnes de votre entourage et souhaitez changer de comportement:**

Programme d'apprentissage contre la violence domestique  
> **079 308 84 05** Berne

Centre de conseil contre la violence Soleure et Olten  
> **032 627 29 92**

La Main Tendue (24/7)  
> **143**





Non si sente al sicuro nella sua relazione?  
Subisce violenze o teme minacce?  
Ha atteggiamenti violenti o teme di ricorrere alla violenza in futuro?

> picchiare > minacciare > umiliare > strangolare > rinchiudere in casa  
> divieto di telefonare > controllare > divieto di lavorare > costrizione  
ai rapporti sessuali > sottrazione di denaro



**La violenza domestica è perseguibile per legge. Chieda aiuto e sostegno!**

Ha bisogno di un posto sicuro per sé e i suoi figli  
e necessita di consulenza e sostegno.

Rifugio per donne Argovia-Soletta (24/7)  
> **062 823 86 00**

Casa per uomini e padri ZwüscheHalt  
> **056 552 08 70**

Ha subito violenza psicologica, fisica o sessuale.  
Può ricevere consulenza, sostegno e assistenza  
ogni giorno presso

Centro di consulenza per l'assistenza alle vittime  
Argovia-Soletta  
> **062 835 47 90**

Se sta cercando protezione e  
sostegno:

Polizia  
> **117**  
> **112**

Servizio sanitario  
> **144**

Rifugio per donne  
Argovia-Soletta (24/7)  
> **062 823 86 00**

Casa per uomini e padri  
ZwüscheHalt  
> **056 552 08 70**

Centro di consulenza per  
l'assistenza alle vittime  
Argovia-Soletta  
> **062 835 47 90**

**Ricorre alla violenza e vorrebbe cambiare il suo comportamento:**

Telefono Amico (24/7)  
> **143**

Centro di consulenza sulla violenza Soletta e Olten  
> **032 627 29 92**

Programma di apprendimento contro la violenza domestica  
> **079 308 84 05** Berna

**Ha bisogno di aiuto immediato:**

Numero di emergenza della polizia  
> **117**  
> **112**

Può sporgere denuncia presso qualsiasi stazione di polizia.

**Se ha subito violenza e ha bisogno di cure mediche:**

si rechi dal suo medico, oppure si rivolga alla  
Permanenza medica  
> **0848 112 112**

oppure si rechi al pronto soccorso di un ospedale  
Servizio sanitario  
> **144**

**Altri centri di consulenza per le vittime di violenza domestica:**

Centro di consulenza per l'assistenza alle vittime Argovia-Soletta  
> **062 835 47 90**

Rifugio per donne Argovia-Soletta  
> **062 823 86 00**

Casa per uomini e padri ZwüscheHalt  
> **056 552 08 70**

Centro di consulenza per donne e uomini in relazioni binazionali  
> **032 621 68 60**

Servizio specializzato di assistenza sulle relazioni di coppia Argovia-Soletta  
> **032 622 44 33** Soletta  
> **062 212 61 61** Olten  
> **032 652 19 22** Granges  
> **061 781 34 49** Breitenbach

Consultorio per donne contro la violenza nelle relazioni (consulenza online)  
> **online.bif-frauenberatung.ch**

Telefono Amico (24/7)  
> **143**

**Se esercita violenza sulle persone a lei vicine e vorrebbe cambiare il suo comportamento:**

Programma di apprendimento contro la violenza domestica  
> **079 308 84 05** Berne

Centro di consulenza sulla violenza Soletta e Olten  
> **032 627 29 92**

Telefono Amico (24/7)  
> **143**





Don't feel safe in your relationship?  
Have you been a victim of violence or do you feel threatened?  
Are you yourself violent or are you afraid you will become violent next time?

> hitting > threatening > humiliating > choking > locked up in the apartment > forbidding telephone calls > controlling > forbidding work > forced to have sex > withdrawing money



**Domestic violence is punishable by law. Get help and support!**

If you have to get yourself and your children to safety and need advice and support.

Women's Shelter Aargau-Solothurn (24/7)  
> **062 823 86 00**

Men's and father's house ZwüscheHalt  
> **056 552 08 70**

If you have been subjected to mental, physical or sexual violence You can find advice, support and assistance during the day at the

Counselling Centre for Victim Aid  
Aargau Solothurn  
> **062 835 47 90**

If you are looking for protection and support:

Police  
> **117**  
> **112**

Ambulance  
> **144**

Women's Shelter  
Aargau-Solothurn (24/7)  
> **062 823 86 00**

Men's and father's house  
ZwüscheHalt  
> **056 552 08 70**

Counselling Centre for Victim  
Aid Aargau Solothurn  
> **062 835 47 90**

If you are violent and would like to change this:

The Offered Hand (24/7)  
> **143**

Violence Counselling Office  
Solothurn and Olten  
> **032 627 29 92**

Educational programme  
against domestic violence  
> **079 308 84 05** Bern

If you need help where you are:

Police emergency call  
> **117**  
> **112**

You can file a complaint at any police station.

If you have been the subject of violence and need medical attention:

Visit your doctor or call the emergency medical service  
> **0848 112 112**

or go to the emergency ward at a hospital  
Ambulance  
> **144**

Other counselling centres for victims of domestic violence:

Counselling Centre for Victim Aid  
Aargau Solothurn  
> **062 835 47 90**

Women's Shelter Aargau-Solothurn  
> **062 823 86 00**

Men's and father's house ZwüscheHalt  
> **056 552 08 70**

Frabina Counselling Centre for Women and Men in Binational Relationships  
> **032 621 68 60**

Relationship Questions Office,  
Canton of Solothurn  
> **032 622 44 33** Solothurn  
> **062 212 61 61** Olten  
> **032 652 19 22** Grenchen  
> **061 781 34 49** Breitenbach

Counselling Office for Women Against Violence in Marriages and Partnerships BIF (online counselling)  
> **online.bif-frauenberatung.ch**

The Offered Hand (24/7)  
> **143**

If you use violence against people close to you and would like to change your behaviour:

Educational programme against domestic violence  
> **079 308 84 05** Bern

Violence Counselling Office  
Solothurn and Olten  
> **032 627 29 92**

The Offered Hand (24/7)  
> **143**





Sente-se inseguro(a) na sua relação?  
É vítima de violência ou sente-se ameaçado(a)?  
Você próprio(a) é violento(a) ou tem medo de vir a ser violento(a) alguma vez?

- > bater > ameaçar > humilhar > apertar o pescoço > privar da liberdade
- > proibir chamadas telefónicas > controlar > proibir o trabalho
- > forçar relações sexuais > retirar dinheiro



**A violência doméstica é punível por lei. Procure ajuda e apoio!**

Precisa de um sítio seguro para si e para os seus filhos e necessita de aconselhamento e apoio.

Abrigo para Mulheres Aargau-Solothurn (24/7)  
> **062 823 86 00**

Abrigo para Homens e Pais ZwüscheHalt  
> **056 552 08 70**

Foi vítima de violência psicológica, física ou sexual.  
Pode encontrar aconselhamento, acompanhamento e apoio durante o dia no

Centro de Aconselhamento Assistência à Vítima  
Aargau Solothurn  
> **062 835 47 90**

**Procura proteção e apoio:**

Polícia  
> **117**  
> **112**

Paramédicos  
> **144**

Abrigo para Mulheres  
Aargau-Solothurn (24/7)  
> **062 823 86 00**

Abrigo para Homens e Pais  
ZwüscheHalt  
> **056 552 08 70**

Centro de Aconselhamento  
Assistência à Vítima  
Aargau Solothurn  
> **062 835 47 90**

## É violento(a) e quer mudar isso:

A mão amiga (24/7)

> **143**

Centro de Aconselhamento sobre Violência Solothurn e Olten

> **032 627 29 92**

Programa de Aprendizagem contra a Violência Doméstica

> **079 308 84 05** Berna

## Precisa de ajuda no local:

Telefone de emergência da polícia

> **117**

> **112**

Pode apresentar uma queixa-crime em qualquer esquadra da polícia.

## Foi vítima de violência e necessita de cuidados médicos:

Consulte um médico ou chame o serviço de emergência médica

> **0848 112 112**

ou dirija-se às urgências de um hospital Paramédicos

> **144**

## Outros Centros de Aconselhamento para Vítimas de Violência Doméstica:

Centro de Aconselhamento Assistência à Vítima Aargau Solothurn

> **062 835 47 90**

Abrigo para Mulheres Aargau-Solothurn

> **062 823 86 00**

Abrigo para Homens e Pais ZwüscheHalt

> **056 552 08 70**

Centro de Aconselhamento Frabina para Mulheres e Homens em Relações Binacionais

> **032 621 68 60**

Organismo especializado em questões de relacionamento

> **032 622 44 33** Solothurn

> **062 212 61 61** Olten

> **032 652 19 22** Grenchen

> **061 781 34 49** Breitenbach

Centro de Aconselhamento para Mulheres contra a Violência no Casamento e Relações BIF (aconselhamento on-line)

> **online.bif-frauenberatung.ch**

A mão amiga (24/7)

> **143**

## Exerce violência contra pessoas próximas e quer mudar o seu comportamento:

Programa de Aprendizagem contra a Violência Doméstica

> **079 308 84 05** Bern

Centro de Aconselhamento sobre Violência Solothurn e Olten

> **032 627 29 92**

A mão amiga (24/7)

> **143**





Nuk ndiheni të sigurt në marrëdhënien tuaj?  
Jeni duke u dhunuar apo ndiheni të kërcënuar?  
Mos jeni ju vetë të dhunshëm apo keni frikë se mos herën tjetër përdorni forcë?

> goditje > kërcënim > përbuzje > mbytje > mbyllur në apartament  
> ndalim telefoni > kontroll > ndalim pune > detyrim për të kryer seks  
> marrje parash



**Dhuna në familje është vepër penale. Merrni ndihmë dhe mbështetje!**

Duhet të gjeni siguri për veten dhe fëmijët tuaj  
dhe ju duhet konsulencë e mbështetje:

Streha e grave, Aargau-Solothurn (24/7)  
> **062 823 86 00**

Streha e burrave dhe e baballarëve «ZwüscheHalt»  
> **056 552 08 70**

Keni pësuar dhunë mendore, fizike apo seksuale.  
Mund të merrni konsulencë, udhëzime dhe  
mbështetje gjatë orëve të ditës te

Konsulencë për ndihmesën e viktimave  
Aargau Solothurn  
> **062 835 47 90**

Po kërkoni për mbrojtje  
dhe ndihmë:

Policia  
> **117**  
> **112**

Shërbimi mjekësor  
> **144**

Streha e grave,  
Aargau-Solothurn (24/7)  
> **062 823 86 00**

Streha e burrave dhe e  
baballarëve «ZwüscheHalt»  
> **056 552 08 70**

Qendra e konsulencës për  
ndihmën ndaj viktimave,  
Aargau Solothurn  
> **062 835 47 90**

Jeni ju që ushtroni dhunë dhe dëshironi të ndryshoni:

Dora e shtrirë (24/7)  
> **143**

Qendra e konsulencës kundër dhunës, Soloturn dhe Olten  
> **032 627 29 92**

Programi mësimor kundër dhunës në familje  
> **079 308 84 05** Bernë

Ju duhet ndihmë në vend:

Urgjenca e policisë  
> **117**  
> **112**

Mund të denonconi vepra penale në cilindo komisariat të policisë.

Jeni dhunuar dhe ju duhet kujdesi mjekësor:

Shkoni te mjeku juaj ose telefonojini Shërbimit të Urgjencës Mjekësore  
> **0848 112 112**

ose paraqituni në pavijonin e urgjencës së një spitali  
Shërbimi mjekësor  
> **144**

Qendra të tjera konsulence për viktimat e dhunës në familje:

Konsulencë për ndihmesën e viktimave Aargau-Solothurn  
> **062 835 47 90**

Streha e grave, Aargau-Solothurn  
> **062 823 86 00**

Streha e burrave dhe e baballarëve «ZwüscheHalt»  
> **056 552 08 70**

Qendra «Frabina» e konsulencës për gra dhe burra në marrëdhënie ndëretnike  
> **032 621 68 60**

Drejtoria për Marrëdhëniet e kantonit të Soloturnit  
> **032 622 44 33** Soloturn  
> **062 212 61 61** Olten  
> **032 652 19 22** Grenshen  
> **061 781 34 49** Brajtenbah

Qendra BIF e konsulencës për gratë kundër dhunës në martesë dhe partneritet (konsulencë nga interneti)  
> **online.bif-frauenberatung.ch**

Dora e shtrirë (24/7)  
> **143**

Jeni ju që ushtroni dhunë ndaj njerëzve pranë jush dhe dëshironi ta ndryshoni këtë sjellje:

Programi mësimor kundër dhunës në familje  
> **079 308 84 05** Bernë

Qendra e konsulencës kundër dhunës, Soloturn dhe Olten  
> **032 627 29 92**

Dora e shtrirë (24/7)  
> **143**





Ne osećate se sigurno u svojoj vezi?  
Da li je nad Vama počinjeno nasilje ili se osećate ugroženo?  
Da li ste i sami nasilni ili se bojite da ćete uskoro upotrebiti silu?

> tuča > pretnja > ponižavanje > gušenje > zatvaranje u stan  
> zabrana telefoniranja > kontrolisanje > zabrana bavljenja poslom  
> primoravanje na intimne odnose > oduzimanje novca

**Kućno nasilje je kažnjivo. Potražite pomoć i podršku!**



Morate sebe i svoju decu da sklonite na sigurno  
i potrebni su Vam savet i podrška:

Utočište za zlostavljane žene, Aargau-Solothurn (24/7)  
> **062 823 86 00**

Utočište za zlostavljane muževe i očeve ZwüscheHalt  
> **056 552 08 70**

Nad Vama je počinjeno psihičko, telesno ili  
seksualno nasilje. Savetovanje, nadzor i podršku  
preko dana možete naći na sledećim mestima

Savetovalište za pomoć žrtvama nasilja  
Aargau Solothurn  
> **062 835 47 90**

Zaštitu i podršku potražite  
na sledećim mestima:

Policija  
> **117**  
> **112**

Hitna medicinska pomoć  
> **144**

Utočište za zlostavljane žene,  
Aargau-Solothurn (24/7)  
> **062 823 86 00**

Utočište za zlostavljane muževe  
i očeve ZwüscheHalt  
> **056 552 08 70**

Savetovalište za pomoć žrtvama  
nasilja, Aargau Solothurn  
> **062 835 47 90**

**Praktikujete nasilje i želite da se promenite:**

Pružena ruka (24/7)  
> **143**

Savetovalište za nasilje,  
Solothurn i Olten  
> **032 627 29 92**

Obuka protiv kućnog nasilja  
> **079 308 84 05** Bern

**Potrebna Vam je pomoć na licu mesta:**

Dežurna služba policije  
> **117**  
> **112**

U svakoj policijskoj stanici možete podneti krivičnu prijavu.

**Nad Vama je počinjeno nasilje i potrebna Vam je medicinska nega:**

Posetite svog lekara ili pozovite hitnu medicinsku pomoć  
> **0848 112 112**

ili posetite stanicu za hitnu pomoć u bolnici  
Hitna medicinska pomoć  
> **144**

**Ostala savetovališta za osobe ugrožene kućnim nasiljem:**

Savetovalište za pomoć žrtvama nasilja  
Aargau Solothurn  
> **062 835 47 90**

Utočište za zlostavljane žene,  
Aargau-Solothurn  
> **062 823 86 00**

Utočište za zlostavljane muževe  
i očeve ZwüscheHalt  
> **056 552 08 70**

Frabina savetovalište za žene i muškarce u dvonacionalnim vezama  
> **032 621 68 60**

Stručni centar za pitanja međusobnih odnosa, Kanton Solothurn  
> **032 622 44 33** Solothurn  
> **062 212 61 61** Olten  
> **032 652 19 22** Grenchen  
> **061 781 34 49** Breitenbach

Savetovalište za žene protiv nasilja u braku i partnerskim odnosima BIF (onlajn savetovanje)  
> **online.bif-frauenberatung.ch**

Pružena ruka (24/7)  
> **143**

**Praktikujete nasilje prema bliskim osobama i želite da promenite svoje ponašanje:**

Obuka protiv kućnog nasilja  
> **079 308 84 05** Bern

Savetovalište za nasilje,  
Solothurn i Olten  
> **032 627 29 92**

Pružena ruka (24/7)  
> **143**







İlişkinizde kendinizi güvende hissetmiyor musunuz?  
Şiddete maruz kalıyor veya kendinizi tehdit altında mı hissediyorsunuz?  
Kendiniz şiddete meyillisiniz veya yakınlarınıza şiddet uygulamaktan mı korkuyorsunuz?

> vurmak > tehdit etmek > aşağılamak > boğmak > eve hapsetmek  
> telefon yasağı > kontrol etmek > çalışma yasağı > cinsel ilişkiye zorlamak > para gaspı

**Ev içi şiddet cezalandırılır. Yardım ve destek isteyin!**



Kendinizi ve çocuklarınızı emniyete almak istiyorsunuz ve danışmanlığa ve desteğe mi ihtiyacınız var?

Aargau-Solothurn Kadın Sığınma Evinde (7/24) bulabilirsiniz

> **062 823 86 00**

ZwüscheHalt erkek ve babalar evi

> **056 552 08 70**

Ruhsal, fiziksel veya cinsel şiddete mi maruz kalıyorsunuz? Danışmanlık, refakat ve destek hizmetini gün içerisinde

Kurbanlara yardım danışmanlık merkezi  
Aargau Solothurn

> **062 835 47 90**

**Koruma ve destek mi arıyorsunuz:**

Polis

> **117**

> **112**

Ambulans

> **144**

Aargau-Solothurn Kadın Sığınma Evi (7/24)

> **062 823 86 00**

ZwüscheHalt erkek ve babalar evi

> **056 552 08 70**

Aargau Solothurn kurbanlara yardım danışmanlık merkezi

> **062 835 47 90**

## Şiddet uyguluyor ve bu durumu değiştirmek mi istiyorsunuz:

Uzatılan El (7/24)  
> 143

Solothurn ve Olten Şiddet Danışmanlık Merkezi  
> 032 627 29 92

Ev İçi Şiddet Eğitim Programı  
> 079 308 84 05 Bern

## Yerinde yardıma mı ihtiyacınız var:

Polis İmdat  
> 117  
> 112

Her karakolda şikayette bulunabilirsiniz.

## Şiddete maruz kaldınız ve tıbbi bakıma mı ihtiyacınız var:

Doktorunuza gidin veya  
Tıbbi Acil Servisi arayın  
> 0848 112 112

veya bir hastanenin acil servisine  
başvurun  
Ambulans  
> 144

## Ev içi şiddete maruz kalanlar için diğer danışmanlık merkezleri:

Kurbanlara yardım danışmanlık merkezi  
Aargau Solothurn  
> 062 835 47 90

Aargau-Solothurn Kadın Sığınma Evi  
> 062 823 86 00

ZwüscheHalt erkek ve babalar evi  
> 056 552 08 70

İki uluslu ilişkide olan kadın ve erkekler için Frabina danışmanlık merkezi  
> 032 621 68 60

Solothurn kantonu ilişki soruları için ofisi  
> 032 622 44 33 Solothurn  
> 062 212 61 61 Olten  
> 032 652 19 22 Grenchen  
> 061 781 34 49 Breitenbach

Evlilik ve birliktelikte şiddete karşı kadınlar için BIF danışmanlık merkezi (çevrim içi danışmanlık)  
> [online.bif-frauenberatung.ch](https://online.bif-frauenberatung.ch)

Uzatılan El (7/24)  
> 143

## Yakınlarınıza şiddet uyguluyorsunuz ve bu davranışınızı değiştirmek mi istiyorsunuz:

Ev İçi Şiddet Eğitim Programı  
> 079 308 84 05 Bern

Solothurn ve Olten Şiddet Danışmanlık Merkezi  
> 032 627 29 92

Uzatılan El (7/24)  
> 143

> > >

உங்கள் உறவு நிச்சயமற்றதாக இருப்பதாக நீங்கள் கருதுகிறீர்களா?  
நீங்கள் குடும்ப வன்முறையால் பாதிக்கப்பட்டிருக்கிறீர்களா அல்லது நீங்கள்  
அச்சுறுத்தப்பட்டிருக்கிறீர்களா?  
நீங்கள் சுய வன்முறையில் ஈடுபடுகிறீர்களா அல்லது கூடிய விரைவில்  
வன்முறையைப் பயன்படுத்துவீர்கள் என்று பயப்படுகிறீர்களா?

> அடி > அச்சுறுத்து > அவமானப்படுத்து > ஏமாற்று > குடியிருப்பில் பூட்டு  
> தொலைபேசித் தடை > யாரையாவது / எதையாவது கட்டுப்படுத்து  
> வேலை தடை > பாலுறவுக்கு கட்டாயப்படுத்து > பணம் எடு

குடும்ப வன்முறை குற்றச் செயலாகும். உதவியும் ஆதரவும் பெறுங்கள்!

நீங்களும் உங்கள் குழந்தையும் ஒரு பாதுகாப்பான  
இடத்துக்குச் செல்ல வேண்டும் மற்றும் உங்களுக்கு  
ஆலோசனையும் ஆதரவும் தேவை.

ஃப்ராயன்ஹாஸ் (மகளிர் விடுதி) ஆர்காவ்-சோலோதம் (24/7)  
> **062 823 86 00**

ஆண்கள் மற்றும் தந்தையின் தங்குமிடம் ZwüscheHalt  
> **056 552 08 70**

நீங்கள் மன, உடல் அல்லது பாலியல் வன்முறையை  
அனுபவித்தீர்கள். பகல் நேரத்தில் இதன் கீழ்  
ஆலோசனையும் ஆதரவும் பெற முடியும்

பாதிக்கப்பட்டவர் உதவிக்கான ஆலோசனை மையம்  
ஆர்காவ் சோலோதம்  
> **062 835 47 90**

நீங்கள் உதவிக்காகவும்  
ஆதரவுக்காகவும் எதிர்பார்த்துக்  
கொண்டிருக்கிறீர்கள்:

காவல்துறை

> **117**

> **112**

துணைமருத்துவம்

> **144**

ஃப்ராயன்ஹாஸ் (மகளிர் விடுதி)  
ஆர்காவ்-சோலோதம் (24/7)

> **062 823 86 00**

ஆண்கள் மற்றும் தந்தையின்  
தங்குமிடம் ZwüscheHalt

> **056 552 08 70**

ஆலோசனை மையம் ஓப்ஃபர்ஹி-  
ல்ஃபி ஆர்காவ் சோலோதர்ன்

> **062 835 47 90**



HALT GEWALT

நீங்கள் வன்முறையைப் பயன்படுத்துகிறீர்கள் மற்றும் அதை மாற்ற விரும்புகிறீர்கள்:

டை டார்ஜ்போட்டீன் ஹாண்ட் (24/7)

> 143

வன்முறை ஆலோசனை மையம் சோலோதம் மற்றும் ஓல்டன்

> 032 627 29 92

குடும்ப வன்முறைக்கு எதிரான ஆய்வுத் திட்டம் பெர்ன்

> 079 308 84 05

எங்களுக்கு உடனடியாக உதவி தேவை.

காவல்துறை அவசரகாலத் தொடர்பு எண்

> 117

> 112

ஒரு குற்றப் புகாரை எந்தக் காவல் நிலையத்திலும் நீங்கள் பதிவு செய்யலாம்.

உங்களுக்குத் தீங்கிழைக்கப்பட்டது மற்றும் உங்களுக்கு மருத்துவக் கவனிப்பு தேவைப்படுகிறது:

உங்கள் மருத்துவரைப் பார்க்கவும் அல்லது அழைக்கவும்

மருத்துவ அவசரகாலச் சேவைகள்

> 0848 112 112

அல்லது மருத்துவமனையில் உள்ள அவசரப்பிரிவு அறையைப் பார்க்கவும் துணைமருத்துவம்

> 144

குடும்ப வன்முறையால் பாதிக்கப்பட்ட நபர்களுக்கான பிற ஆலோசனைச் சேவைகள்:

பாதிக்கப்பட்டவர் உதவிக்கான

ஆலோசனை மையம்

ஆர்காவ் சோலோதம்

> 062 835 47 90

ஃப்ராயன்ஹாஸ் (பெண்கள் விடுதி)

ஆர்காவ்-சோலோதம்

> 062 823 86 00

ஆண்கள் மற்றும் தந்தையின் தங்குமிடம்  
ZwüscheHalt

> 056 552 08 70

ஒரு நாட்டில் உறவுகளில் உள்ள பெண்கள் மற்றும் ஆண்களுக்கான ஃப்ராபினா ஆலோசனை மையம்

> 032 621 68 60

உறவுக்கான துறை கேண்டன் சோலோதம்

> 032 622 44 33 சோலோதம்

> 062 212 61 61 ஓல்டன்

> 032 652 19 22 கிரென்சென்

> 061 781 34 49 பிரெய்ன்டென்பாக்

திருமணம் மற்றும் கூட்டாண்மையில் வன்முறைக்கு எதிரான பெண்களுக்கான ஆலோசனை மையம் BIF (ஆன்லைன் ஆலோசனை)

> [online.bif-frauenberatung.ch](https://online.bif-frauenberatung.ch)

டை டார்ஜ்போட்டீன் ஹாண்ட் (24/7)

> 143

சம்பந்தப்பட்ட நபர்களுக்கு எதிராக நீங்கள் வன்முறையைக் கடைபிடிக்கிறீர்கள் மற்றும் உங்கள் நடத்தையை நீங்கள் மாற்றிக்கொள்ள விரும்புகிறீர்கள்:

குடும்ப வன்முறைக்கு எதிரான ஆய்வுத் திட்டம் பெர்ன்

> 079 308 84 05 பெர்ன்

வன்முறை ஆலோசனை மையம் சோலோதம் மற்றும் ஓல்டன்

> 032 627 29 92

டை டார்ஜ்போட்டீன் ஹாண்ட் (24/7)

> 143



HALT GEWALT



ብዛዕባ ዝመስረትክናኦ ዝምድና ትጠራጠራ ዶ?

ብዘቤታዊ ጎነጽ ትሳቕያ ኣለኸን ዲኸን ወይ ኣብ ልዕሌኸን ናይ ምፍርራሕ ተግባር ይፍጸም ኣሎ ድዩ? ንስኸን ንባዕልኸን ጎነጻዊ ተግባራት እትፍጽማ ዲኸን ወይ ኣብ ቀረባ መጻኢ ጎነጻዊ ተግባር ከይትፍጽማ ስግኣት ኣለኸን ዶ?

- > ምትህርራም > ምፍርራሕ > ንሰብ ምውራድ > ልግጫ > ኣብ ኣፓርታማ ምዕጻው/ምሕባስ
- > ተጠቓምነት ተሌፎን ምኽልካል > ምቀጻጻር ወይ ምብሓት ሰብ/ነገር > ካብ ስራሕ ምእጋድ
- > ንጾታዊ ርክብ ምግዳድ > ካብ ባንክ ገንዘብ ምውጻእ



ዘቤታዊ ጎነጽ ገበናዊ ተግባር እዩ። ሓገዝን ደገፍን ርኽብ!

ንዓኸንን ንደቅኸንን ውሑሕስነት ኣብ ዝህብ ቦታ ብምብኻን ምኽርን ደገፍን ከትሓታ ከድልየኸን እዩ።

መዕቁቢ ደቀንስትዮ ኣርጋው-ሶሎቲርን/Aargau-Solothurn (24/7)  
**> 062 823 86 00**

መዕቁቢ ሰብኡትን ኣቦታትን ZwüscheHalt  
**> 056 552 08 70**

ኣእምሮኣዊ፣ ኣካላውን ጾታውን ጎነጽ ኣጋጢመኸን። ኣብ ኣዋን መዓልቲ ምኽርን ደገፍን ካብ'ዚ ቀጺሉ ዝጥቀስ ኣካል ከርክብ ይከኣል

ማእከል ኣገልግሎት ስነ-ምኽሪ ንሓገዝ ግዳያት ኣርጋው ሶሎቲርን  
**> 062 835 47 90**

ሓገዝን ደገፍን ትደልዩ እንተ ሃሊኸን፡-

ፖሊስ  
**> 117**  
**> 112**

ህጹጽ ሕክምናዊ ሓገዝ  
**> 144**

መዕቁቢ ደቀንስትዮ ኣርጋው-ሶሎቲርን Aargau-Solothurn (24/7)  
**> 062 823 86 00**

መዕቁቢ ሰብኡትን ኣቦታትን ZwüscheHalt  
**> 056 552 08 70**

ማእከል ስነ-ምኽሪ ኣፕፈርሂልፊ ኣርጋው ሶሎቲርን  
Opferhilfe Aargau Solothurn  
**> 062 835 47 90**

ጉዳይ እትጥቀማ ኩንክን ነዚ ባህርይ እዚ ከትቅይራሕ ድልየት ኣለክን:-

ደይ ዳርገቡተን ሃንድ (24/7)  
> 143

ማእከል ስነ-ምኽሪ ጉዳይ ተግባራት ናይ ሶሎቲርን ከምኡውን ኣልተን

> 032 627 29 92

ፕሮግራም ትምህርቲ ጸረ-ዘቤታዊ-ጉዳይ ናይ ቦርን

> 079 308 84 05

ኣብ ዘለኹሉ ተገዝ ምስዘድልዩክን

ቀጽሪ ተሌፎን ህጹጽ ሓገዝ ናይ ፖሊስ

> 117

> 112

ናብ ዝኹን ይኹን መደበር ፖሊስ ብምኽድ ገበናዊ ክሲ ከትምስርታ ትኽእላ ኢኹን።

ስለዝተሃሰኹን ሕክምናዊ ረድኤት ኣድሊዩክን:-

ንሕክምናዊ ዶክተርክን ርኽባኣ ወይ ደውላ

ኣገልግሎታት ህጹጽ ሕክምናዊ ሓገዝ

> 0848 112 112

ወይ ደማ ኣብ ሆስፒታል ናብ ዝርከብ ክፍሊ ህጹጽ ሕክምናዊ ረድኤት ኪዳ

ህጹጽ ሕክምናዊ ሓገዝ

> 144

ብዘቤታዊ ጉዳይ ተጸላውቲ ኣብ ዝኹን ሰባት ዘተኩሩ ካልኦት ኣገልግሎታት ስነ-ምኽሪ:-

ማእከል ኣገልግሎት ስነ-ምኽሪ ንሓገዝ ግዳያት ኣርጋው ሶሎቲርን

> 062 835 47 90

መዕቁቢ ደቀንስትዮ ኣርጋው-ሶሎቲርን Aargau-Solothurn

> 062 823 86 00

መዕቁቢ ሰብኡትን ኣቦታትን ZwüscheHalt

> 056 552 08 70

ማእከል ኣገልግሎት ስነ-ምኽሪ ናይቶም ስግራ-ዜግነታዊ ዝምድና ዝመስረቱ ሰብኣይን ሰበይትን - ፍራቢና

> 032 621 68 60

ክፍሊ ሰብኣዊ ዝምድናታት ከባብያዊ ምምሕዳር ሶሎቲርን

> 032 622 44 33 ሶሎቲርን

> 062 212 61 61 ኣልተን

> 032 652 19 22 ግረንሸን

> 061 781 34 49 ብረይተንባኽ

ኣብ ሓዳርን ዝምድና ጽምዶኣዊ ምትእኻኻብን ኣብ ዝርከባ ደቀንስትዮ ዘተኩሪ ማእከል ኣገልግሎት ስነ-ምኽሪ ናይ ጸረ-ዘቤታዊ-ጉዳይ BIF (ብቐጥታ ብመርቡብ ሓበሬታ ዝወሃብ ምኽሪ)

> [online.bif-frauenberatung.ch](https://online.bif-frauenberatung.ch)

ደይ ዳርገቡተን ሃንድ (24/7)

> 143

ኣብ ልዕሊ ምሳኹም ዝምድና ዘለዎም/ወን ሰባት ጉዳይ ተግባር ከትፍጽሙ ጸኒሕኩም፡ ሕጂ ግን ባህርይኹም ከትቅይሩ ደሊኹም:-

ፕሮግራም ትምህርቲ ጸረ-ዘቤታዊ-ጉዳይ ናይ ቦርን

> 079 308 84 05 ቦርን

ማእከል ስነ-ምኽሪ ጉዳይ ተግባራት ናይ ሶሎቲርን ከምኡውን ኣልተን

> 032 627 29 92

ደይ ዳርገቡተን ሃንድ (24/7)

> 143



هل تشعر بعدم الأمان في علاقتك؟

هل تتعرض للعنف أو التهديد؟

هل أنت عنيف بطبعك أم أنك تخشى أن تكون عنيفا في المستقبل؟

هل تتعرض للضرب > التهديد > الإهانة > الخنق > الحبس في المسكن > المنع من استخدام الهاتف > التسلط > المنع عن العمل > الإكراه على ممارسة الجنس > سلب المال >

**العنف المنزلي جريمة يعاقب عليها القانون. يمكنك الحصول على المساعدة والدعم!**

تعرضت لعنف نفسي أو بدني أو جنسي. يمكنك تلقي المشورة والرعاية المرافقة والدعم على مدار اليوم لدى

مركز الاستشارات وتقديم المساعدة إلى الضحايا بمقاطعة أرجاو بمدينة سولوتورن

> 062 835 47 90

لكي تشعر أنت وطفلك بالأمان فأنت بحاجة إلى الرعاية والدعم

دار السيدات بمقاطعة أرجاو بمدينة سولوتورن

(7/24)

> 062 823 86 00

مؤسسة ZwischenHalt دار الرجال - ودار الآباء

> 056 552 08 70

للحصول على الحماية والدعم:

الشرطة

> 117

> 112

الإسعاف

> 144

دار السيدات بمقاطعة أرجاو

بمدينة- سولوتورن

(24/7)

> 062 823 86 00

مؤسسة دار الرجال - والآباء

ZwüscheHalt

> 056 552 08 70

مركز الاستشارات وتقديم المساعدة إلى

الضحايا بمقاطعة أرجاو بمدينة سولوتورن

> 062 835 47 90



أنت تمارس العنف وتود التغيير:

مؤسسة الاستشارات

Die Dargebotene Hand (24/7)

> 143

مركز استشارات العنف بمدينة سولوتورن

وأولتن

> 032 627 29 92

البرنامج التعليمي ضد العنف المنزلي

بمدينة برن

> 079 308 84 05

مركز استشارات السيدات ضد عنف الزواج  
والعلاقات التشاركية (الاستشارة أونلاين)

> [online.bif-frauenberatung.ch](http://online.bif-frauenberatung.ch)

مؤسسة الاستشارات

Die Dargebotene Hand (24/7)

> 143

تمارس العنف ضد أشخاص مقربين منك  
وترغب في تغيير سلوكك:

البرنامج التعليمي ضد العنف المنزلي

> 079 308 84 05 برن

مركز استشارات العنف بمدينة سولوتورن وأولتن

> 032 627 29 92

مؤسسة الاستشارات

Die Dargebotene Hand (24/7)

> 143

لمزيد من مراكز الاستشارات والرعاية لضحايا  
العنف المنزلي:

مركز الاستشارات وتقديم المساعدة إلى الضحايا

بمقاطعة أرجاو بمدينة سولوتورن

> 062 835 47 90

دار السيدات بمقاطعة أرجاو بمدينة سولوتورن

> 062 823 86 00

مؤسسة دار الرجال - والآباء ZwüscheHalt

> 056 552 08 70

مركز Frabina المتخصص في استشارات

العلاقات الثنائية للسيدات والرجال

> 032 621 68 60

المركز المتخصص في العلاقات بمقاطعة

سولوتورن

> 032 622 44 33 سولوتورن

> 062 212 61 61 أولتن

> 032 652 19 22 جرينشين

> 061 781 34 49 برايتنباخ

أنت بحاجة إلى المساعدة المحلية في موقعك:

شرطة الطوارئ

> 117

> 112

يمكنك تقديم شكوى جنائية في أي قسم للشرطة.

تعرضت لعنف وتحتاج إلى رعاية طبية:

عليك بالذهاب إلى طبيبك أو قم بالاتصال

بخدمة الطوارئ الطبية

> 0848 112 112

أو الذهاب إلى قسم الطوارئ في المستشفى

الإسعاف

> 144



HALT GEWALT