

Häusliche Gewalt

U N T E R S T Ü T Z :

Trauen Sie sich, über häusliche Gewalt zu sprechen

Wenn man häuslicher Gewalt ausgesetzt ist, so ist es wichtig darüber zu sprechen und sich unterstützt zu fühlen. Das ist der erste Schritt hin zu einer Veränderung.

Ob es nun anonym über Telefon oder auf einer Website ist, oder aber persönlich mit jemandem aus seinem Umfeld oder einer Fachperson – es ist wichtig, über seine Situation zu sprechen, wenn man häuslicher Gewalt ausgesetzt ist. Je nach Situation gibt es unterschiedliche Möglichkeiten, wie und wo man auf ein offenes Ohr und wertvolle Unterstützung zählen kann.

DIE DARGEBOTENE HAND – 143

Die Dargebotene Hand ist ein 24-Stunden-Sorgentelefon, das auch via E-Mail kontaktiert werden kann.



SIPE-ZENTREN

Die Opferhilfe-Beratungsstellen bieten in jeder Region des Kantons Ehe- und Paarberatung durch Fachpersonen an.



ASSOCIATION VALAISANNE DE MÉDIATION

Mediation oder Vermittlung kann bei der Beilegung eines Konflikts helfen.



INTEGRATIONSDELEGIERTE

Für ausländische Personen, welche die Hilfsstrukturen wahrscheinlich weniger gut kennen, kann es oftmals noch schwieriger sein, über häusliche Gewalt zu sprechen.



SOZIALPÄDAGOGEN UND -PÄDAGOGINNEN, LEHRPERSONEN, SCHULISCHE MEDIATOREN UND MEDIATORINNEN

Die Fachleute aus dem Bereich Bildung und Jugend können Jugendliche, die häuslicher Gewalt ausgesetzt sind, unterstützen. Sie können ihnen helfen zu verstehen, was bei ihnen zu Hause passiert und ihnen dabei helfen, sich selbst zu schützen.

