

በትዳር ዉስጥ መደባደብ ካለ ምን ይደረግ፣ ቤተሰብና በጓደኝነት ካብሮ መኖር?

እዚህ በበርን ካንቶን ዉስጥ እርዳታና ድጋፍ ያገኛሉ።

- በጓደኝነት ካብረው በሚኖሩበት ወይም ቤተሰብዎ ዉስጥ ደህንነት ካይሰማዎትም?
- በርስዎ ላይ ድብደባ ይደርሳል?
- ፍርሃት ይሰማዎታል ወይ?

እርዳታ ለመጠየቅ ወደኋላ ካይበሉ!

- እርስዎስ ካንዳንድ ጊዜ ተደባዳቢ ነዎት ወይ?

ምክር የሚሰጥበት መስሪያ ቤት ይሂዱ!

አስቸኳይ ለሆነ ጉዳይ እርዳታ

ቀንና ሌሊት
ላስቸኳይ ነገር የፖሊስ ተሌፎን፡
ተሌ. 117
Polizeinotruf: Tel. 117

ለሚያስቸኩል የሕክምና እርዳታ

ቀንና ሌሊት
አስቸኳይ የሐኪም ተሌፎን/አምቡላንስ Sanitätsnotruf/Ambulanz
ተሌ. 144
 ሴት የቤት ሐኪም / ወንድ የቤት ሐኪም ላስቸኳይ ሐኪም ሴት/ ላስቸኳይ ሐኪም ወንድ መረጃ: Tel. 1811
 ባደጋ ጊዜ አጠገብዎ የሚገኝ ሆስፒታል በግቢያ በር

ስምዎ ሳይታወቅ አስቸጋሪ ለሆኑ ሁኔታዎች ምክር የሚሰጥበት እንዲሁም መረጃዎችና ሙሉ ስዊዘርላንድ ዉስጥ ያሉትን አድራሻዎች ይሰጣሉ

ቀንና ሌሊት
ተሌ. 143
የምትጋብዝ እጅ
Die Dargebotene Hand
 ስምዎ ሳይገለጽ ምክር በስልክ / በሜይል / ቻት www.143.ch

ተሌ. 147
Pro Juventute (ለልጆችና ለወጣቶች የተዘጋጁ ድርጅት)
 ስም ሳይገለጽ ምክር መስጠት + ለልጆችና ለወጣቶች እርዳታ በስልክ / በሜይል / ቻት www.147.ch

የሴቶች ቤቶችና ጉዳት ለደረሰባቸው ምክር የሚሰጥባቸው መስሪያ ቤቶች

የደህንነት ጥበቃ፣ ችግር ሲፈጠር ጣልቃ መግባት፣ በቤት ዉስጥ ጥቃት ለደረሰባቸው ማረፊያ ቤትና ምክር መስጠት፣ ለልጆችና ለቃቂዎች (የማይክፈልበት፣ ስምዎ ሳይገለጽ እንዲሁም ምስጢር የመጠበቅ ግዴታ ባለባቸው አዋቂዎች)

የሴቶች ቤት በርን
Frauenhaus Bern, 031 332 55 33
info@frauenhaus-bern.ch, www.frauenhaus-bern.ch
 ለሴቶች፣ ለወጣቶችና ለልጆች

ምክር መስጫ መስሪያ ቤት ለተጠቁ እርዳታ በርን
Beratungsstelle Opferhilfe Bern
 Seftigenstrasse 41, 3007 Bern, 031 370 30 70
beratungsstelle@opferhilfe-bern.ch
www.opferhilfe-bern.ch ለሴቶች፣ ለወንዶች፣ ለልጆች

LANTANA የግብረሰጋዊ ጥቃት ለደረሰባቸው የባለሙያዎች እርዳታ መስሪያ ቤት
Fachstelle Opferhilfe bei sexueller Gewalt
 Aarberggasse 36, 3011 Bern, 031 313 14 00
info@lantana-bern.ch, www.lantana-bern.ch

ምክር የሚሰጥበት መስሪያ ቤት ለተጠቁ እርዳታና የሴቶች ቤት የቢል ካክባቢ
Beratungsstelle Opferhilfe und Frauenhaus Region Biel
 Kontrollstrasse 12, 2503 Biel, 032 322 03 44
info@solfemmes.ch, www.solfemmes.ch
 ለሴቶች፣ ለወጣቶችና ለልጆች

ምክር መስጫ መስሪያ ቤት ለተጠቁ እርዳታ ቢል
Beratungsstelle Opferhilfe Biel
 Silbergasse 4, 2502 Biel, 032 322 56 33
beratungsstelle@opferhilfe-biel.ch
www.opferhilfe-biel.ch ለወንዶችና ለልጆች

የሴቶች ቤት ቱን-በርነር ኦበርላንድ
Frauenhaus Thun – Berner Oberland
 033 221 47 47, info@frauenhaus-thun.ch
www.frauenhaus-thun.ch
 ለሴቶች፣ ለወጣቶችና ለልጆች

VISTA የግብረሰጋዊና በመኖሩበት ቤት ጥቃት ለደረሰባቸው የባለሙያዎች እርዳታ የሚሰጥበት መስሪያ ቤት
Fachstelle Opferhilfe bei sexueller und häuslicher Gewalt, Bälliz 49, 3600 Thun, 033 225 05 60
info@vista-thun.ch, www.vista-thun.ch

ቤት ዉስጥ ጥቃት ለደረሰባቸው፣ በበርን ከተማ የባለሙያዎች መስሪያ ቤት

የቤት ዉስጥ ድብደብ የባለሙያዎች መስሪያ ቤት
Fachstelle Häusliche Gewalt
 የአዋቂዎችና ልጆች ደህንነት ጥበቃ ጽሕፈት ቤት
 Amt für Erwachsenen- und Kinderschutz
 Predigergasse 10, Postfach 3399, 3001 Bern
 031 321 63 02, fhg@bern.ch, www.bern.ch
 ደህ የባለሙያዎች መስሪያ ቤት በበርን ከተማ ዉስጥ ለሚኖሩ ጉዳት ለደረሰባቸው ሴቶችና ወንዶች ሳያስከፍል ምክር ይሰጣል እንዲሁም ችግር ሲፈጠር ጣልቃ ይገባል።

ከግብረሰጋዊ ጥቃት በኋላ

ቀንና ሌሊት
ኢንዘል ስፒታል በርን፣ የዩኒቨርሲቲ ክሊኒክ የሴቶች ጤና ጥበቃ
Inselspital Bern, Universitätsklinik für Frauenheilkunde, Theodor-Kocher-Haus, Friedbühlstrasse 19, 3010 Bern, 031 632 10 10
 ምርመራና የሕክምና እርዳታ በካንድ ሴት ሐኪም፣ ምኞትዎ ከሆነ ከህግ ሕክምና ኢንስቲትዩት ጋር ተባብሮ አስቀድሞ ማስረጃዎች መሰብሰብ (የሚቻል ከሆነ የተጠቀሙበትን ልብሶችና የዉስጥ ልብሶችዎን ያምጡ)። ሐኪሞቹ ምስጢር የመጠበቅ ግዴታ አለባቸው።

የካንቶን ፖሊስ ሴቶች ግኑኝነት የሚፈጥሩበት መስሪያ ቤት
Kontaktstelle für Frauen
 031 332 77 77 (መልእክት የሚቀበል ተሌፎን)
 ከግብረሰጋ ጥቃት በኋላ የክስ ማመልከቻ ለማቅረብ፣ ከስራ ጊዜያት ውጭም ቢሆን። ካንድ የፖሊስ ባልደረባ ወዲያው መልሳ ትድውላለች።

ከግብረሰጋዊና/ወይም አካላዊ ጥቃት በኋላ

የህግ ሕክምና ኢንስቲትዩት IRM
Institut für Rechtsmedizin IRM
 Bühlstrasse 20, 3012 Bern, 031 631 84 11
 (የስራ ሰዓታት) በፖሊስ በኩል ሁልጊዜ የሚገኙ የቅጣት ማመልከቻ ባያቀርቡም እንኳን በምርመራው ሌሎች ክሊኒኮች እንዲሳተፉ ማድረግ። እዚህ IRM ዉስጥ በግል ለመመርመር ቢፈለግ ምርመራ ካይደረግም።

ከአካላዊ ጥቃት በኋላ
MAG በቤት ውስጥና በሌላ ጉዳይ ጥቃት ለደረሰባቸው ሕክምና ለማግኘት መጀመሪያ የሚኬድበት
MAG Medizinische Anlaufstelle für häusliche und andere Gewaltopfer
 City Notfall (ላስቸኳይ ሁኔታ-ማእከል), Schanzenstrasse 4A, 3008 Bern, 031 326 20 00
info@citynotfall.ch, www.citynotfall.ch
 ልዩ ችሎታ ባላቸው ሐኪሞች ምርመራና ሕክምና፣ ፍላጎትዎ ከሆነ ማስረጃዎችን አስቀድሞ መሰብሰብ፣ መመዝገብና በተቻለ መጠንም የተጠቁትን ከሚረዱ ጋር ማገናኘት።

በኢሚግሬሽን መስክ ምክር የሚሰጥባቸው መስሪያ ቤቶች

በጓደኝነት ካብረው በሚኖሩበትና በቤተሰብዎ ዉስጥ ችግር ቢያጋጥምዎት፣ እነዚህ የሚከተሉት ቦታዎች የስነ ኣስምሮኦዊ፣ ማሕበራዊና/ ወይም ሕጋዊ ምክር ይሰጣሉ፣ ለምሳሌ መለያየት/ መፋታት፣ ጥቃት ወ.ዘ.ተ.። ካንዳንድ ጊዜ ኣነስ ያለ ዋጋ ይከፈልበታል።

frabina የተለያዩ ዜግነት ያላቸው ካብረው በጓደኝነት የሚኖሩ ሴቶችና ወንዶችን ምክር የሚሰጥበት መስሪያ ቤት
Beratungsstelle für Frauen und Männer in binationalen Beziehungen
 Kapellenstrasse 24, 3011 Bern, 031 381 27 01
info@frabina.ch, www.frabina.ch
 ፍራቢና በካካል ተገኝተውና በተሌፎን በተለያዩ ቋንቋዎች መረጃና ምክር ይሰጣል።

ISA የውጭ ኣገር ዜጎችን ለሚመለከት ጥያቄዎች መረጃዎች የሚገኝበት መስሪያ ቤት/ ከሕብረተሰቡ ጋር መቀላቀልን በሚመለከት መጀመሪያ የሚኬድበት
Informationsstelle für Ausländerinnen- und Ausländerfragen / Ansprechstelle Integration
 • Speichergasse 29, 3011 Bern
 • Farbweg 11, 3400 Burgdorf
 • Thunstettenstrasse 40, 4900 Langenthal
 መረጃዎችና ምክር በ 10 የተለያዩ ቋንቋዎች 031 310 12 72, beratung@isabern.ch, www.isabern.ch

የቤት ዉስጥ ድብደባ!
 የበርን የቤት ዉስጥ ድብደባን የሚቃወም ጣልቃ ገቢ መስሪያ ቤት **Berner Interventionsstelle gegen Häusliche Gewalt**

ሕጋዊ ምክር የሚሰጥበት መስሪያ ቤት



Infra Bern

ሴቶች ምክር የሚያገኙበት መስሪያ ቤት
Frauenberatungsstelle
Flurstrasse 26b, 3014 Bern, 031 311 17 95
info@infrabern.ch, www.infrabern.ch
ከሴቶች ለሴቶች መረጃና ሕጋዊ ምክር መስጫ



የሴቶች መገናኛ ማእከል ካንቶን ቦርጎ

Frauenzentrale Kanton Bern FZBE
Zeughausgasse 14, 3011 Bern, 031 311 72 02
sekretariat@frauenzentralebern.ch
www.frauenzentralebern.ch



የሴቶች ማህበር ቦርጎና ኦበርላንድ

Frauenverband Berner Oberland
Untere Hauptgasse 14, 3600 Thun
033 222 42 66, fbo.thun@bluewin.ch
ሕጋዊ ምክር፣ ቁጠባዊ ምክር

ለተደባዳቢ ሰዎች ምክር (ወንዶች፣ ሴቶች፣ ወጣቶች)



የቤት ውስጥ ድብድብን በመቃወም የቦርጎ ጣልቃ ገቢ ጽሕፈት ቤት

Berner Interventionsstelle gegen Häusliche Gewalt, 079 308 84 05, info.big@pom.be.ch
www.be.ch/gewalt-beenden (የጻፈውን ቋንቋ ገጽ) የቤት ውስጥ ድብድብን በመቃወም ጣልቃ የሚገባው የቦርጎ መስሪያ ቤት፣ ዝቅተኛ በሆነ ዋጋ ከዚህ በፊት ለደብዳቤ ሰዎች ወይም በሚቀጥሉት ጊዜያት ልደብዳቤ እንዲሁ ብለው ለሚፈሩ ግለሰቦች ምክር ለመስጠት ዝግጁ ነው። ይህ የምክር አሰጣጥ እንዲተላለፍው በጋራ ነው (የቤት ውስጥ ድብድብን የሚቃወም የትምህርት ፕሮግራም፣ ቤተሰብን በጋራ ጥንት አብረው መኖር)። በዚህ ነገር ለተነኩ ሴቶች፣ ወጣቶችና የውጭ አገር ቋንቋ ተናጋሪ ለሆኑ በተናጠል ይሰጣል።



ድብድብን የሚመለከት የባለሙያ ምክር መስሪያ ቤት ቦርጎ

Fachstelle Gewalt Bern
Seilerstrasse 25, 3001 Bern
የድብድብ ምክር መስጠት ፈጣን መገናኛ፡
0 765 765 765, info@fachstellengewalt.ch
www.fachstellengewalt.ch
ለተደባዳቢ ወንዶች፣ ሴቶች እንዲሁም ወጣቶች ምክር የሚሰጡ። ምክር የሚሰጥባቸው በታዎች ቦርጎና ቢል ውስጥ። በሚስጢርና ስም ሳይጠቀስ።

ሱስ + ድብድብ



የቦርጎ ጤንነት የሱስ ምክር ሰጪዎች፣ ጤንነትን መንከባከብ፣ መከላከልና የግብረሰጋ ግንኙነት ትምህርት

Berner Gesundheit Suchtberatung, Gesundheitsförderung, Prävention und Sexualpädagogik
የማይከፈልበት ስልክ ቁጥር 0800 070 070
www.bernergesundheit.ch
የሱስ ችግር ላለበት ምክርና ቴሌ-ፒ ለመስጠት ዝግጁ ነው። ዝግጁቴ የተዘጋጀው ላዋቂዎች፣ ለወጣቶችና ለወላጆቻቸው ወይም ለሚያሳድጋቸው ሰዎች ተብሎ ነው። የምክር አሰጣጡ አገባብ በተናጠል፣ በጥንድ፣ ቤተሰብ- እንዲሁም በማህበር መነጋገር ነው።

- **ማእከል Bern:**
Eigerstrasse 80, 3007 Bern
031 370 70 70, bern@beges.ch
- **ማእከል Jura bernois – Seeland:**
Zentralstrasse 63a, 2502 Biel
032 329 33 70, biel@beges.ch
- **ማእከል Oberland:**
Aarestrasse 38B, 3600 Thun
033 225 44 00, thun@beges.ch
- **ማእከል Emmental – Oberaargau:**
Bahnhofstrasse 90, 3400 Burgdorf
034 427 70 70, burgdorf@beges.ch

ልጆችና ወጣቶች



የካንቶን ቦርጎ ያስተዳዳሪ ምክር መስጫ ለመከላከል፣ ምክር ለመስጠት፣ ቴሌ-ፒና የልማድ እውቀት ሪፖርት



የካንቶን ቦርጎ ያስተዳዳሪ ምክር መስጫ ለመከላከል፣ ምክር ለመስጠት፣ ቴሌ-ፒና የልማድ እውቀት ሪፖርት

Erziehungsberatung des Kantons Bern

- **Bern:** 031 633 41 41, eb.bern@erz.be.ch
- **Biel** (የጻፈውን ቋንቋ ገጽ): 031 636 15 20, eb.biel@erz.be.ch
- **Biel** (የፈረንሳይኛ ቋንቋ ገጽ): 031 635 95 95, spe.bienne@erz.be.ch
- **Burgdorf:** 031 635 52 52, eb.burgdorf@erz.be.ch
- **Interlaken/Oberland-Ost:** 031 635 36 50, eb.interlaken@erz.be.ch
- **Ittigen:** 031 635 99 25, eb.ittigen@erz.be.ch
- **Köniz:** 031 635 24 50, eb.koeniz@erz.be.ch
- **Langenthal:** 031 636 15 70, eb.langenthal@erz.be.ch
- **Langnau i.E.:** 031 636 15 60, eb.langnau@erz.be.ch
- **Moutier:** 032 493 27 78, spe.moutier@erz.be.ch
- **Spiez:** 031 635 99 00, eb.spiez@erz.be.ch
- **Tavannes + St. Imier:** 031 636 16 86, spe.tavannes@erz.be.ch
- **Thun:** 031 635 58 58, eb.thun@erz.be.ch

ተጨማሪ ያስተዳዳሪ ምክር ሰጪ ማእከላት ለማግኘት ከፈለጉ በሚቀጥሉት የኢንተርኔት አድራሻዎች ያገኛሉ
www.erz.be.ch > Erziehungsberatungsstellen



ቀንና ሌሊት የልጆች ደህንነት ጥበቃ ማህበር፣ የሕክምና የዩኒቨርሲቲ- የልጆች ክሊኒክ፣ Inselspital Bern

Kinderschutzgruppe, Medizinische Universitäts-Kinderklinik, Inselspital Bern
Freiburgstrasse, 3010 Bern, 031 632 21 11
ልጆች ላይ ግፍ ደደርሳል ተብሎ የሚጠረጠር ከሆነ ልጁን፣ የሚያሳድጉትን ግለሰቦች እንዲሁም ባለሙያዎቹን ይመክራል ከዛም አልፎ ማጣራት ያደረጋል ለምሳሌ ልጁ ደረጃውን የጠበቀ የመጀመሪያ ጥያቄዎች ይጠየቃል ወይም የሕክምና ምርመራ ይደረጋል።



ቀንና ሌሊት ባስቸኳይ ልጅን የሚቀበል ማህበር KINOSCH

Kindernotaufnahmegruppe KINOSCH
ሽሎስማተ የባለ ሙያዎች ማእከል ወጣቶችና ቤተሰብ
Schlossmatt Kompetenzzentrum Jugend und Familie
Huberstrasse 30, Postfach, 3000 Bern 5
የመቀበያ ማጣርያ፡ 031 381 77 81
kinosch@schlossmatt-bern.ch
www.schlossmatt-bern.ch
ዕድሜያቸው ከ 6 እስከ 14 ዓመት ለሆኑ ልጆች ለአስቸኳይና አደጋ ሆነ ሁኔታት ላይ ላሉ ተንከባካቢዎች ያሉበት መኖሪያና አርዳታ ይሰጣል።



ቀንና ሌሊት ባስቸኳይ ወጣቶችን የሚቀበል ማህበር NAG

Notaufnahmegruppe für Jugendliche NAG
ሽሎስማተ የባለ ሙያዎች ማእከል ወጣቶችና ቤተሰብ
Schlossmatt Kompetenzzentrum für Jugend und Familie
Buchserstrasse 44, 3006 Bern
የመቀበያ ማጣርያ፡ 031 381 79 07
nag@schlossmatt-bern.ch, www.schlossmatt-bern.ch
ዕድሜያቸው ከ 14 እስከ 20 ዓመት ለሆኑ ወጣቶች ለአስቸኳይና አደጋ ሆነ ሁኔታዎች ላይ ላሉ ተንከባካቢዎች ያሉበት መኖሪያና አርዳታ ይሰጣል።



ቀንና ሌሊት ለልጆችና ለአዋቂዎች የደህንነት ጥበቃ ጽሕፈት ቤት KESB

Kindes- und Erwachsenenschutzbehörden KESB
መላው ካንቶን ውስጥ ያሉትን 11 ወረዳዎች ውስጥ የመገናኛ አድራሻዎች ለማግኘት ይመልከቱ
www.be.ch/kesb
ልጆችና የአዋቂዎች ደህንነት ጥበቃ ጽሕፈት ቤቶች (KESB) ሰነድ ግለሰብ የሚሰጣቸውን የአደጋ መረጃ ያጠናቀቁ እንዲሁም ለሚጠቁትና ለተደባዳቢ ሰዎች ተገቢ የሆነ ምክር ያቀርባሉ። በዚህ ለሚነኩ ልጆች ጥበቃ የሚያስፈልግ ከሆነም ተጨማሪ አርምጃ ያስፈልግ እንደሆነ ያጠናቀቁ። እነዚህ ጽሕፈት ቤቶች በወረዳ ፖሊስ ማእከል (ተሌፎን 117/112) ቀስቃሽነት ስራቸውን ከስራ ሰዓታት ውጭም ቢሆን ሁልጊዜ ለመስራት የተዘጋጁ ናቸው።

በቤተሰብ ውስጥ አዛውንቶችን ማጎባቀልና ችላ ማለት ሲኖር



በቦርጎ የአዛውንቶች፣ መንከባከብ ብና የቤት ውስጥ ጥያቄዎችን አቤቱታ ሰሚ Bernische Ombudsstelle für Alters-, Betreuungs- und Heimfragen

Zinggstrasse 16, 3007 Bern, 031 372 27 27
info@ombudsstellebern.ch, www.ombudsstellebern.ch
ይህ አቤቱታ ሰሚ፣ ግጭት ሲፈጠር ወይ ደግሞ አቤት ውስጥ እንክብካቤና አርዳታ በሚመለከት ድንበር መጣስ ሲኖር፣ በነጻ ሕጋዊ ምክር ይሰጣል እንዲሁም ማስታረቅና ግንኙነትና ደጋብዛል።



ነጻ የሆነ የአዛውንትን አቤቱታ ሰሚ Unabhängige Beschwerdestelle für das Alter UBA

UBA | 0848 00 13 13, info@uba.ch, www.uba.ch
በአዛውንት ላይ ጥቃት ሲኖር፣ ለተጠቁ፣ ለአከባቢያቸውና ለባለሙያዎች ምክርና ድጋፍ መስጠት።

አጠቃላይ መረጃ



የማህበራዊ አገልግሎት Sozialdienst

ለግላዊ፣ ቁጠባዊና ቤተሰባዊ ችግሮችን በሚመለከት አጠቃላይ መረጃና ምክር። ምክር አሰጣጡ ከክፍያ ነጻ እና ምስጢሩን የጠበቀ ነው። የሚመለከተውን ማህበራዊ አገልግሎት አድራሻና ስልክ ቁጥር በሚኖሩበት አገር አስተዳደር ውስጥ ያገኛሉ።

ይህን ያስቸኳይ ሁኔታዎች ጽሑፍ በ 19 ቋንቋዎች ተጽፎ ቀርቧል። ተጨማሪ ግልባጭ ከፈለጉ በሚቀጥለው አድራሻ ማግኘት ይችላሉ።

Polizei- und Militärdirektion des Kantons Bern
Generalsekretariat
Berner Interventionsstelle gegen Häusliche Gewalt
Kramgasse 20, 3011 Bern

031 633 50 33
info.big@pom.be.ch
www.be.ch/big