

Häusliche Gewalt

Beratung und Schutz für Betroffene
Hilfe für gewaltausübende Personen
Kinder und Jugendliche
Sexualisierte Gewalt
Psychische Gewalt
Stalking
Aufenthaltsrecht
Zwangsheirat und Mädchenbeschneidung

Beratung und Schutz für Betroffene

Verschiedene Stellen unterstützen Opfer von häuslicher Gewalt. Meist vertraulich und kostenlos und bei Bedarf mit Übersetzung. Es ist wichtig, Hilfe zu holen!

Wichtig zu wissen

Jeder Mensch hat ein Recht auf ein Leben ohne Gewalt. Betroffenen Personen fällt es häufig schwer, Hilfe zu suchen oder darüber zu reden. Eine Vertrauensperson, die Polizei oder eine Beratungsstelle kann weiterhelfen.

Wo finde ich Hilfe?

Bei Gefahr oder konkreter Bedrohung hilft die **Polizei** (117).

Im **Frauenhaus Aargau-Solothurn** finden Frauen mit oder ohne Kinder Schutz, Beratung und Unterkunft. Es ist 24h telefonisch erreichbar (062 823 86 00).

Hier können sich alle Betroffenen (auch Männer) beraten lassen:

Opferberatung Aargau, 062 835 47 90, www.opferberatung-ag.ch

Die Opferberatung Aargau berät und informiert Personen, die Gewalt in der Familie erleben sowie deren Angehörige. Diese Hilfe ist gratis. Zusammen mit einer Fachperson können Sie die nächsten Schritte planen. Die Mitarbeitenden unterstehen der Schweigepflicht. Das heisst, sie dürfen niemanden über die Gespräche informieren. Auch nicht die Polizei.

Anlaufstelle gegen Häusliche Gewalt, 062 550 20 20, www.ahg-aargau.ch

Die Stelle kontaktiert gewaltbetroffene Personen nach einem Polizeieinsatz und bietet Beratung an. Es können sich auch Betroffene ohne Polizeieinsatz, Familienangehörige, Nachbarn, Vorgesetzte usw. an die Stelle wenden. Die Beratung ist kostenlos und vertraulich.

Tel 143 – Die Dargebotene Hand, 143 (24h), English Hotline 0800 143 000, www.143.ch

Sorgentelefon für alle. Darüber reden hilft!

ZwüscheHalt, 056 552 08 70 (Zürich), www.zwueschehalt.ch

Der ZwüscheHalt in Zürich, Bern und Luzern bietet Unterkunft und Beratung für gewaltbetroffene Männer mit oder ohne Kinder. Es wird ein finanzieller Beitrag verlangt.

Kinder haben ein Recht auf ein Leben ohne Gewalt. Für sie gibt es spezielle Beratungsangebote. Sie finden Sie hier.

www.kinderschutz.ch/angebote/beratungs-und-meldestellen

Mehr Informationen (Links, Adressen, Broschüren, Merkblätter)

dev.hallo-aargau.ch/de/haeusliche-gewalt/beratung-und-schutz-fuer-betroffene

Hilfe für gewaltausübende Personen

Wer körperlich oder seelisch verletzt, muss die Verantwortung übernehmen und Hilfe holen. In Beratungen kann man lernen, sein Verhalten zu verändern.

Wichtig zu wissen

Haben Sie Angst, die Kontrolle zu verlieren und Ihr Gegenüber anzuschreien, zu schlagen oder zu bedrohen? Wissen Sie manchmal nicht wohin mit Ihrer Wut? Zeigen Sie Mut und holen Sie sich Hilfe.

Gewalt ist in der Schweiz verboten und wird bestraft.

Wo finde ich Hilfe?

Lernprogramm gegen Häusliche Gewalt, 062 550 20 20, www.ahg-aargau.ch

Im Lernprogramm werden Gewalt ausübende Personen angeleitet, Konflikte ohne Gewalt zu lösen. Das Angebot findet in Gruppen statt und richtet sich an Personen ab 18 Jahren. In gewissen Fällen besteht die Möglichkeit, das Lernprogramm auch einzeln zu absolvieren. Bei Bedarf kann ein Dolmetscherdienst beigezogen werden.

Tel 143 – Die Dargebotene Hand, 143 (24h), English Hotline 0800 143 000, www.143.ch

Wer sofort jemanden zum Reden braucht, kann Tel 143 – Die Dargebotene Hand kontaktieren. Es ist zu jeder Zeit jemand da. Auch in der Nacht. Das Angebot ist anonym.

Gewalt ist keine Lösung – niemals.

Mehr Informationen (Links, Adressen, Broschüren, Merkblätter)

dev.hallo-aargau.ch/de/haeusliche-gewalt/hilfe-fuer-gewaltausuebende-personen

Kinder und Jugendliche

Kinder und Jugendliche, die zu Hause Gewalt erleben, brauchen Hilfe.
Sie haben ein Recht auf ein Leben ohne Gewalt.

Wichtig zu wissen

Wenn Kinder und Jugendliche häusliche Gewalt erleben, beeinflusst dies ihre Entwicklung negativ. Dies auch dann, wenn sich die Gewalt nicht direkt gegen die Kinder und Jugendlichen richtet. Gewisse leiden still, andere zeigen unterschiedliche Symptome. Zum Beispiel: Schwierigkeiten in der Schule, Bettnässen, Kopfschmerzen, Ess- oder Schlafstörungen, Probleme im Umgang mit Gleichaltrigen oder Aggressivität.

Wo finden Kinder und Jugendliche Hilfe?

Für Kinder und Jugendliche, die zu Hause Gewalt erleben, ist es wichtig, mit einer Person ausserhalb der Familie darüber zu sprechen. Zum Beispiel: Lehrpersonen, Schulsozialarbeitende, Betreuende von Lernenden, Eltern von Freunden oder Nachbarinnen oder Nachbarn.

Die nachfolgenden Stellen beraten Kinder, Jugendliche und ihre Bezugspersonen:

- **Fachteam gegen häusliche Gewalt des Schulpsychologischen Dienstes**, 062 835 41 19, www.ag.ch/schulpsychologie
- **Kinderschutzgruppen der beiden Kantonsspitäler**, Aarau: 062 838 56 16, Baden 056 486 37 05
- **ask! – Jugendpsychologischer Dienst (ab 16 Jahren)**, Aarau und Baden, 062 832 64 40 oder online, www.beratungsdienste.ch/jpd
- **Jugend, Ehe- und Familienberatungsstellen**, Liste mit Stellen nach Bezirk unter www.jefb.ch
- **Pro Juventute**, 147 (24h), www.147.ch
Bei Pro Juventute kann 24h angerufen werden. Die Fachperson erzählt niemandem vom Gespräch. Sie hört zu und unterstützt bei der Suche nach Lösungen. Der Anruf bei Pro Juventute ist kostenlos. Es muss kein Name genannt werden. Pro Juventute kann auch per SMS, Chat oder Mail kontaktiert werden.

Mehr Informationen (Links, Adressen, Broschüren, Merkblätter)

dev.hallo-aargau.ch/de/haeusliche-gewalt/kinder-und-jugendliche

Sexualisierte Gewalt

Sexualisierte Gewalt gibt es überall: in der Öffentlichkeit, am Arbeitsplatz, im Internet, aber auch in einer Partnerschaft und der Familie. Es ist wichtig, sich nach einer Vergewaltigung medizinisch untersuchen zu lassen, auch wenn man keine Anzeige bei der Polizei erstatten will.

Was ist sexualisierte Gewalt?

Sexualisierte Gewalt meint Handlungen sexueller Art, die jemandem aufgedrängt oder aufgezwungen werden. Beispiele sind: sexuelle Belästigung oder sexuelle Übergriffe, sexuelle Nötigung, sexuelle Misshandlungen in der Kindheit, sexuelle Ausbeutung oder Vergewaltigung. Sexualisierte Gewalt findet auch im Internet statt. Beispielsweise, wenn intime Film- oder Fotoaufnahmen der Partnerin oder des Partners ohne Einwilligung auf Social Media verbreitet werden.

Sexualisierte Gewalt kommt in allen Gesellschaftsschichten und Altersgruppen vor und kann **jede** Person treffen. Sexualisierte Gewalt ist in der Schweiz verboten und wird bestraft.

Wichtig zu wissen

Die meisten Sexualdelikte werden nicht von Unbekannten verübt, sondern von Partnern und Partnerinnen, Ex-Partnern und Ex-Partnerinnen, Bekannten und Kollegen und Kolleginnen. Betroffene schämen sich häufig und leiden unter Schuldgefühlen. Es braucht Mut, sich Hilfe zu holen. Nach einer Vergewaltigung ist es aber wichtig, sich medizinisch untersuchen zu lassen. Eine Anzeige kann auch zu einem späteren Zeitpunkt bei der Polizei gemacht werden.

Wo finde ich Hilfe?

Wenn Sie oder jemand, den Sie kennen, sexualisierte Gewalt erlebt haben:

Medizinische Untersuchung

Lassen Sie sich wenn möglich **innerhalb von 72 Stunden** medizinisch untersuchen.

Frauenklinik Kantonsspital Aarau +41 62 838 50 74, Haus 8, Tellstrasse 25, Aarau

Notfallzentrum Kantonsspital Aarau +41 62 838 41 41, Haus 1, Tellstrasse 25, Aarau

Kinderspital Kantonsspital Aarau +41 62 838 49 41, Haus 9, Tellstrasse 25, Aarau

Sichern von Beweisen

- Können Sie nicht sofort eine Hausarztpraxis oder ein Krankenhaus aufsuchen, bewahren Sie Beweise wie Kleidung in einem Papiersack auf.
- Chatverläufe und SMS-Nachrichten können ebenfalls als Beweise dienen. Sichern Sie diese Daten

Zusätzliche Unterstützung

- Die Opferberatung Aargau bietet rechtliche und psychologische Hilfe.
- Sie informiert auch über Vor- und Nachteile einer Strafanzeige.
- Die Kosten für Vorsorgebehandlungen werden von der Opferhilfe übernommen, unabhängig davon, ob Sie Anzeige erstatten oder nicht.
- **Kontakt:** Opferberatung Aargau, 062 835 47 90 oder Chat, www.opferberatung-ag.ch

Mehr Informationen (Links, Adressen, Broschüren, Merkblätter)

dev.hallo-aargau.ch/de/haeusliche-gewalt/sexualisierte-gewalt

Psychische Gewalt

Psychische Gewalt beginnt oftmals schleichend. Betroffene und deren Umfeld erkennen psychische Gewalt meist während langer Zeit nicht.

Was ist psychische Gewalt?

Psychische Gewalt kann eine Form von häuslicher Gewalt sein. Sie umfasst Gewalthandlungen wie Beleidigungen, Demütigungen, Einschüchterungen, Erzeugung von Schuldgefühlen, Anschreien, Morddrohungen, Stalking, Vernachlässigung von Kindern oder älteren Menschen, eifersüchtiges Verhalten oder psychischer Terror. Auch das Zerstören von Gegenständen oder Quälen von Haustieren gehört dazu. Zur psychischen Gewalt zählen auch soziale und ökonomische Formen. Das Ausüben von Macht und Kontrolle spielt dabei eine wichtige Rolle.

- Soziale Gewalt: So wird beispielsweise einer Person verboten, sich mit Familienmitgliedern oder Freunden und Freundinnen zu treffen. Oder die Person wird kontrolliert, wenn sie sich mit Arbeitskolleginnen und -kollegen trifft.
- Ökonomische Gewalt: Einer Person wird verboten zu arbeiten oder sie wird zur Arbeit gezwungen. Ihre Finanzen werden kontrolliert, eingeschränkt oder weggenommen oder sie wird finanziell ausgebeutet.

Wichtig zu wissen

Psychische Gewalt kommt in allen Gesellschaftsschichten vor. Sie ist schwerer fassbar als körperliche Gewalt. Aber auch psychische Gewalt ist in der Schweiz verboten und wird bestraft.

Psychische Gewalt ist häufig subtiler und nach aussen weniger sichtbar als körperliche Gewalt, kann aber genauso schwerwiegende und lebensgefährdende Folgen haben. Betroffene leiden unter einem verringerten Selbstwertgefühl, unter Schlaf- und Essstörungen, Konzentrations- und Leistungsschwierigkeiten, Angstgefühlen oder Depressionen. Es ist deshalb wichtig, frühzeitig Hilfe zu holen.

Wo finde ich Hilfe?

Bei Gefahr oder konkreter Bedrohung hilft die Polizei (117).

Kostenlose Beratung und Unterstützung bieten folgende Stellen:

- **Anlaufstelle gegen Häusliche Gewalt**, 062 550 20 20, www.ahg-aargau.ch
- **Opferberatung Aargau**, 062 835 47 90 oder Chat, www.opferberatung-ag.ch
- **Tel 143** – Die Dargebotene Hand (24h), 143, www.143.ch, English-Hotline 0800 143 000
- **Frauenhaus Aargau-Solothurn**, 062 823 86 00 (24h-Helpline), www.frauenhaus-ag-so.ch
- **ZwüscheHalt**, 056 552 08 70 (Zürich), www.zwueschehalt.ch (Unterkunft für Männer mit oder ohne Kinder. Es wird ein finanzieller Beitrag verlangt)

Mehr Informationen (Links, Adressen, Broschüren, Merkblätter)

dev.hallo-aargau.ch/de/haeusliche-gewalt/psychische-gewalt

Stalking

Stalking ist eine Form von Gewalt und sehr belastend. Es ist wichtig darüber zu sprechen und sich beraten zu lassen. Nehmen Sie möglichst frühzeitig Hilfe in Anspruch!

Was ist Stalking?

In einer Partnerschaft kommt Stalking häufig während oder nach einer Trennung vor. Stalkerinnen und Stalker können aber auch aus dem näheren Umfeld stammen, wie Freundes- und Bekanntenkreis, Nachbarschaft oder Beruf.

Stalking hat viele Facetten. Beispiele sind: dauerndes Auflauern, Beobachten und Verfolgen am Wohn- oder Arbeitsort, wiederholte Kontaktaufnahme zu jeder Tages- und Nachtzeit, unerwünschtes Zusenden von Geschenken, Eindringen in die Wohnung, um auszuspionieren. Stalking findet oft online statt. Stalkende Personen nutzen dazu Instagram, TikTok, Snapchat, E-Mail, GPS-Systeme usw.

Wer ist betroffen?

Stalking kommt in allen Gesellschaftsschichten vor und kann **jede** Person treffen. In einer Partnerschaft kommt Stalking häufig während einer Trennung vor. Viele Betroffene sind in ihrem täglichen Leben stark beeinträchtigt und leiden unter Dauerstress.

Wichtig zu wissen

Stalking ist in der Schweiz verboten und wird bestraft.

Nachfolgend einige **Empfehlungen für Betroffene**:

- Ziehen Sie frühzeitig konsequent Grenzen bei unerwünschten Kontaktaufnahmen oder Nachstellungen.
- Sagen Sie der stalkenden Person deutlich und unmissverständlich, dass Sie keinen Kontakt wollen.
- Gehen Sie auf keinen Fall auf weitere Kontaktversuche ein.
- Notieren Sie Datum und Uhrzeit von allen Stalking-Vorfällen.
- Bewahren Sie Geschenke und Fotos auf.
- Machen Sie Screenshots von Nachrichten.
- Informieren Sie Freundinnen und Freunde, Nachbarinnen und Nachbarn oder Arbeitgebende.

Wo finde ich Hilfe?

Bei Gefahr oder konkreter Bedrohung hilft die Polizei (117).

Kostenlose Beratung und Unterstützung bieten folgende Stellen:

- **Opferberatung Aargau**, 062 835 47 90, www.opferberatung-ag.ch
- **Anlaufstelle gegen Häusliche Gewalt**, 062 550 20 20, www.ahg-aargau.ch

Schutz und Unterkunft:

- Im **Frauenhaus Aargau-Solothurn** finden Frauen mit oder ohne Kinder Schutz, Beratung und Unterkunft. Es ist 24h telefonisch erreichbar (062 823 86 00).
- **ZwüscheHalt**, 056 552 08 70 (Zürich), www.zwueschehalt.ch
Der ZwüscheHalt in Zürich, Bern und Luzern bietet Unterkunft und Beratung für gewaltbetroffene Männer mit oder ohne Kinder. Es wird ein finanzieller Beitrag verlangt.

Mehr Informationen (Links, Adressen, Broschüren, Merkblätter)

dev.hallo-aargau.ch/de/haeusliche-gewalt/stalking

Aufenthaltsrecht

Betroffene von häuslicher Gewalt haben häufig Angst, ihr Aufenthaltsrecht bei einer Trennung zu verlieren. Es ist wichtig, sich bei einer Beratungsstelle zu informieren. Eine Beratung gefährdet Ihr Aufenthaltsrecht nicht!

Wichtig zu wissen

Haben Sie Ihr Aufenthaltsrecht durch Heirat in der Schweiz erhalten (Familiennachzug) und erfahren häusliche Gewalt, können Sie je nach Situation auch nach einer Trennung in der Schweiz bleiben.

Ein vorübergehender Aufenthalt ausserhalb der ehelichen Wohnung (z.B. in einem Frauenhaus oder in der Wohnung von Freunden) führt nicht zum Verlust der Aufenthaltsbewilligung. Da die Rechtslage bei einer Trennung komplex und jede Situation anders ist, hilft Ihnen eine Beratung weiter.

Dazu ist es wichtig, dass es Beweise von den Gewaltvorfällen gibt. Wir empfehlen Ihnen folgendes:

- Erstellen Sie Fotos von Verletzungen, Screenshots von Drohungen oder Beschimpfungen, die Sie auf WhatsApp, Facebook usw. erhalten haben.
- Bewahren Sie die Beweise an einem sicheren Ort auf. Zum Beispiel bei einer Freundin oder am Arbeitsplatz.
- Informieren Sie einige Personen aus dem Umfeld über die Gewalt, z.B. eine Person aus dem Freundeskreis, von der Arbeit, der Nachbarschaft oder der Schule.

Wo finde ich Hilfe?

Bei Fragen zum Aufenthaltsrecht nach einer Trennung können Sie sich hier beraten lassen:

Opferberatung Aargau, 062 835 47 90 oder Chat, www.opferberatung-ag.ch

Eine Fachperson erklärt die aktuelle Rechtslage und unterstützt Sie in Ihren nächsten Schritten. Die Beratung ist kostenlos und vertraulich. Mit Übersetzung möglich.

Mehr Informationen (Links, Adressen, Broschüren, Merkblätter)

dev.hallo-aargau.ch/de/haeusliche-gewalt/aufenthaltsrecht

Zwangsheirat und Mädchenbeschneidung

Zwangsheirat und Mädchenbeschneidung sind in der Schweiz verboten. Nebst spezialisierten Fachstellen unterstützen auch Opferhilfe-Beratungsstellen.

Was ist Zwangsheirat?

Heiratet eine Person unter Druck der Familie und gegen den eigenen Willen, spricht man von Zwangsheirat. Verbleibt die Person gegen ihren Willen in einer Ehe, spricht man von Zwangsehe.

Beispiele für Zwang sind: (Mord-)Drohung, Erpressung, psychischer Druck oder körperliche Gewalt.

Nebst Frauen können auch Männer zu einer Heirat gezwungen werden. Opfer von Zwangsheirat sind häufig jünger als 18 Jahre alt.

Wichtig zu wissen

Zwangsheiraten und Zwangsehen sind in der Schweiz verboten und werden bestraft. Betroffene von Zwangsheirat befinden sich in einer extremen psychischen Belastungssituation. Für sie ist eine professionelle Hilfe oft überlebenswichtig.

Wo finde ich Hilfe?

Die folgenden Stellen beraten Betroffene und Fachpersonen vertraulich und kostenlos:

- **Opferberatung Aargau**, 062 835 47 90, www.opferberatung-ag.ch
- **Nationale Fachstelle Zwangsheirat**, Helpline 0800 800 007, www.zwangsheirat.ch

Was ist Mädchenbeschneidung?

Bei der Mädchenbeschneidung werden die weiblichen Genitalien beschnitten. Es gibt verschiedene Formen und Praktiken. Viele beschnittene Mädchen und Frauen leiden gesundheitlich und seelisch an den Folgen der Beschneidung.

Wichtig zu wissen

Mädchenbeschneidung ist in der Schweiz verboten und wird bestraft. Eltern machen sich auch dann strafbar, wenn sie die Beschneidung ihres Kindes ausserhalb der Schweiz organisieren.

Wo finde ich Hilfe?

Die folgenden Stellen beraten und unterstützen Betroffene und Fachpersonen:

- **Fachstelle Sexuelle Gesundheit Aargau**, 062 822 55 22, www.seges.ch
Die Fachstelle in Aarau berät Betroffene und Fachpersonen kostenlos und vertraulich.
- **Frauenklinik Kantonsspital Aarau**, 062 838 50 63 oder Tel. 062 838 50 70, www.ksa.ch
Beratung, gynäkologische Kontrolle, Defibulation in der Schwangerschaft. Bei Bedarf wird ein Dolmetscherdienst organisiert.
- **Caritas Schweiz**, 041 419 23 55, www.caritas.ch
Caritas Schweiz berät betroffene Familien kostenlos und vertraulich.
- **Opferberatung Aargau**, 062 835 47 90, www.opferberatung-ag.ch
Auch die Opferberatung Aargau kann unterstützen.

Mehr Informationen (Links, Adressen, Broschüren, Merkblätter)

dev.hallo-aargau.ch/de/haeusliche-gewalt/zwangsheirat-und-maedchenbeschneidung