

## KORUMA MERKEZLERİ

Artık evde kendinizi güvende hissetmiyorsanız aşağıdaki kurumlardan yardım ve destek alabilirsiniz.

### KADINLAR İÇİN

**Frauenhaus Zürich Violetta**  
044 350 04 04 • [www.frauenhaus-zhv.ch](http://www.frauenhaus-zhv.ch)

**Frauenhaus Winterthur**  
052 213 08 78 • [www.frauenhaus-winterthur.ch](http://www.frauenhaus-winterthur.ch)

**Frauenhaus und Beratungsstelle Zürcher Oberland**  
044 994 40 94 • [www.frauenhaus-zuercher-oberland.ch](http://www.frauenhaus-zuercher-oberland.ch)

### ÇOCUKLAR VE GENÇLER İÇİN

**Schlupfhuus**  
043 268 22 66 • [www.schlupfhuus.ch](http://www.schlupfhuus.ch)

**Mädchenhaus**  
044 341 49 45 • [www.maedchenhaus.ch](http://www.maedchenhaus.ch)

### ERKEKLER İÇİN

**ZwüscheHalt**  
079 558 85 79 • [www.zwueschehalt.ch](http://www.zwueschehalt.ch)

## UZMAN POLİS MERKEZLERİ

**Kantonspolizei Zürich • Fachstelle Häusliche Gewalt**  
044 295 98 60 • [fachstelle.hg@kapo.zh.ch](mailto:fachstelle.hg@kapo.zh.ch)

**Stadtpolizei Zürich • Fachstelle Häusliche Gewalt**  
044 411 64 12 • [fachstelle.hg@zuerich.ch](mailto:fachstelle.hg@zuerich.ch)

**Stadtpolizei Winterthur • Fachstelle Häusliche Gewalt**  
052 267 64 69 • [fachstelle.hg@win.ch](mailto:fachstelle.hg@win.ch)

## DANIŞMANLIK MERKEZLERİ

Danışmanlık merkezleri kişisel ve yasal konularla ilgili sizi bilgilendirir ve destek sağlar. Danışmanlık hizmeti gizlilik esasına bağlı kalınarak gerçekleşir ve şiddet mağdurları için ücretsizdir.

### ŞİDDET MAĞDURLARI İÇİN

**Opferberatung Zürich, für Männer, Frauen, Jugendliche und Kinder**  
044 299 40 50 • [www.obzh.ch](http://www.obzh.ch)

**BIF Beratungsstelle für Frauen, gegen Gewalt in Ehe und Partnerschaft**  
044 278 99 99 • [www.bif-frauenberatung.ch](http://www.bif-frauenberatung.ch)

**Frauenberatung sexuelle Gewalt**  
044 291 46 46 • [www.frauenberatung.ch](http://www.frauenberatung.ch)

**Beratungsstelle Frauen-Nottelefon, Opferhilfe für Frauen und weibliche Jugendliche**  
052 213 61 61 • [www.frauennottelefon.ch](http://www.frauennottelefon.ch)

**Kinderschutzgruppe und Opferberatungsstelle des Kinderspitals Zürich**  
044 266 76 46 • [www.kinderschutzgruppe.ch](http://www.kinderschutzgruppe.ch)

**Verein KOKON - Fachstelle KidsCare, Krisenintervention und Opferhilfe für Kinder und Jugendliche**  
044 545 45 40 • [www.kokon-zh.ch](http://www.kokon-zh.ch)

**Fachstelle OKey & KidsPunkt, Beratungsstelle für Kinder und Jugendliche**  
052 245 04 04 • [www.okeywinterthur.ch](http://www.okeywinterthur.ch)

### ŞİDDET UYGULAYAN KIŞİLER İÇİN

**mannebüro züri**  
044 242 08 88 • [www.mannebuero.ch](http://www.mannebuero.ch)

**Fachberatung Häusliche Gewalt**  
079 741 17 00 • [www.fbhg.ch](http://www.fbhg.ch)

**KONFLIKT.GEWALT.**  
078 778 77 80 • [www.konflikt-gewalt.ch](http://www.konflikt-gewalt.ch)

**BİZ SİZİN İÇİN VARIZ.  
BİZE BAŞVURUN, SİZE YARDIM  
EDELİM. HEM ŞİMDİ HEM  
DAHA SONRA.**

**YAKININIZDAKİ KARAKOLDA VEYA  
POLİS ACİL HATTINDA ☎117**

## KANTONSPOLIZEI ZÜRICH

Präventionsabteilung  
IST - Interventionsstelle gegen Häusliche Gewalt  
Postfach  
8021 Zürich  
[www.stopp-häusliche-gewalt.ch](http://www.stopp-häusliche-gewalt.ch)

044 295 98 25  
[ist@kapo.zh.ch](mailto:ist@kapo.zh.ch)



**AİLE  
İÇİ ŞİDDETE  
HAYIR**



**BİZİ ARAYIN. SİZE YARDIM EDELİM.  
HEM ŞİMDİ HEM DAHA SONRA. ☎117**  
[stopp-häusliche-gewalt.ch](http://stopp-häusliche-gewalt.ch)



# AİLE İÇİ ŞİDDET YASAKTIR!

Aile içi şiddetin binbir yüzü vardır. Aile içi şiddet dendiğinde akla sadece bedensel şiddet, sürmekte olan veya sona ermiş bir ilişkinin ardından birinin diğerini sapık gibi takip etmesi gelmemelidir. Aile içinde veya akrabalarınızla yaşadığınız sorunlar da aile içi şiddettir. Sıkıntı yaşadığınız insanlarla mutlaka aynı çatı altında yaşıyor olmanız gerekmez.

Aile içi şiddet için örnekler:

- hakaret, tehdit, göz korkutma veya aşağılama
- takip, sarkıntılık veya gözetleme
- tokat, tekme, boğazını sıkma veya herhangi bir cismi üzerine fırlatma
- cinsel ilişkiye zorlama
- eve hapsedme
- aile ve arkadaşlarla ilişki kurulmasını denetleme veya yasaklama
- zorla evlendirilme
- eve para bırakmama veya maaşını elinden alma

## Koruma tedbirleri – Şiddetten Koruma Kanunu

Polis şiddete maruz kalan kişiyi şiddet uygulayan kişiden korumak amacıyla aşağıdaki acil tedbirleri 14 gün süreyle uygulamaya sokma yetkisine sahiptir.

- Evden uzaklaştırma

- Mağdur ve yakınlarıyla görüşme, konuşma yasağı
- Mağdurun bulunduğu mekanlara girme yasağı (Örn.: ev, iş yeri, iş veya okula gidilen yollar)

Tehlikenin devam ediyor olması halinde mağdur kişi mahkeme yoluyla bu koruma tedbirlerinin en fazla 3 ay olmak üzere süresinin uzatılmasını talep edebilir. Mağdurlara danışmanlık eden kurumlar bu konuda yardım sağlarlar.

# ŞİDDET ALTINDA MI YA ŞIYORSUNUZ?

Her insanın şiddete maruz kalmadan yaşamaya hakkı vardır, sizin de!

Aile içi şiddete maruz kalıyorsanız, suskunluğunuzu bozmak zor da olsa yardım talebinde bulunmanız önemli bir konudur. Polise veya bir danışmanlık merkezine başvurup yardım istemek büyük cesaret ister. Ama bunu yine de yapmalısınız ki anlayışla karşılanarak, size güvence ve bu sıkıntıdan kurtulma fırsatı verilebilsin. Ne kadar erken davranırsanız o kadar iyi edersiniz.

## Aile içi şiddet mağduru olarak ne yapabilirim?

- Acil bir durumda polisi arayın (☎117) veya yakınınızdaki karakola gidip şikayetçi olun. Polis size hemen yardım ve koruma sağlayacaktır.
- Bir mağdur danışma merkezine gidin. Burada kişisel ve yasal konularla ilgili bilgi ve danışmanlık hizmeti alabilirsiniz. Bu danışmanlık hizmetleri ücretsiz ve gizlilik esasına bağlı kalınarak verilir.
- Güvendiğiniz bir kişiyle konuşun, sırrınızı açıklayın. Bu kişi size destek olabilir ve acil durumlarda gerektiğinde polisi çağırıp yardım sağlayabilir.
- Kişisel eşyalarınızı (Örn.: nüfus cüzdanı, oturma izni belgesi, banka hesap kartı) güvenli bir yerde tutmalısınız.
- Çocuklarınızla acil bir durumda ne yapmaları gerektiğini söylemelisiniz.
- İhtiyacınız olabilecek tüm bilgi ve adresleri [www.stopp-häusliche-gewalt.ch](http://www.stopp-häusliche-gewalt.ch) adlı internet sayfasında bulabilirsiniz.

# ŞİDDET Mİ UYGULADINIZ?

Kontrolünüzü kaybedip karşınızdaki insana bağıra-çağınızdan, ona vurmaya yelteneceğinizden veya tehdit edeceğinizden endişeleniyor musunuz? Kimi zaman sinirlenip ne yapacağınızı bilemediğiniz anlar oluyor mu?

Eşler arasında da, aile içinde de şiddetin bahanesi olamaz! Daha fazla geç olmadan cesaretinizi toplayın ve sorumluluk üstlenin.

## Kişileri şiddetle tehdit ediyor veya şiddete başvuruyorsam ne yapabilirim?

- Şiddete başvuran kişilere danışmanlık hizmeti veren bir danışmanlık merkezinden yardım ve destek alın.
- Güvendiğiniz bir kişiyle duygularınızı ve şiddetle ilgili sorunlarınızı paylaşın.
- Strese girdiğinizde ve kavga durumunda ortamı terk etmeniz yararlı olacaktır. Kontrolü yitirmeye başladığınızı hissettiğiniz anda örneğin evi terk edin. Dışarıda dolaşmaya çıkın veya bir arkadaşınızı arayın.
- Bir doktordan veya bir psikoloji uzmanından yardım alın.
- İhtiyacınız olabilecek tüm bilgi ve adresleri [www.stopp-häusliche-gewalt.ch](http://www.stopp-häusliche-gewalt.ch) adlı internet sayfasında bulabilirsiniz.

# MAĞDURLARA YARDIM EDİN!

Aile içi şiddete maruz kalan birilerini mi gördünüz veya farkına vardınız? Veya maruz kalan biri sizden yardım mı istedi? Komşunuz sık sık yüksek sesle kavga ediyor ve bu sizi endişelendiriyor mu? Ne yapmanız gerektiğini bilemediğiniz anlar oluyor mu? Bu gibi durumlar ağır bir yük haline gelebilir. Tanımadığınız insanların aile içi özel durumlarına müdahale etmek büyük cesaret ister. Her şeye rağmen yardım edebilmek çok önemlidir. Çok geç olmadan cesaretinizi gösterin: Ne kadar erken davranırsanız o kadar iyi edersiniz.

## Bir üçüncü şahıs olarak ne yapabilirim?

- Mağdur olan kişiyi ciddiye alın ve anlamaya çalışın, ona anlayış gösterin ve özellikle de sabırlı olun.
- Kendinizi anlamsızca tehlikeye atmayın. Acil bir durumda polisi arayın (☎117).
- Şiddet mağduru kişiyle sadece tek başınayken konuşun.
- Şiddet mağduru kişilere aile içi şiddetin yasak olduğunu, ancak meydana gelmesi halinde de yardım alabilecekleri yerler olduğunu anlatın.
- Mağdur olan kişiye nereden yardım ve destek alabileceğini gösterin.
- Mağdur danışma merkezleri bu gibi durumlarda size de yardımcı olabilir.
- İhtiyacınız olabilecek tüm bilgi ve adresleri [www.stopp-häusliche-gewalt.ch](http://www.stopp-häusliche-gewalt.ch) adlı internet sayfasında bulabilirsiniz.