



Stadt Bern



VBG
Quartierarbeit
Bern

Das Eidgenössische Büro für die
Gleichstellung von Frau und Mann
unterstützt das Projekt mit Finanzhilfen.

www.bern.ch/türantür



Stadt Bern

¿Sospechas que ocurren malos tratos en casa de tus vecin@s? Obtén orientación gratuita y confidencial sobre lo que puedes hacer. Fachstelle Häusliche Gewalt Stadt Bern (Centro especializado para violencia doméstica de la Ciudad de Berna): 031 321 63 02.

Obtén más información sobre el tema y sobre lo que TÚ puedes hacer contra la violencia doméstica en tu barrio. Participa en un taller gratuito sobre violencia doméstica junto con amig@s, vecin@s o compañer@s de trabajo de Berna Oeste. Infórmate: www.bern.ch/türantür.

Tür an Tür (Puerta con puerta) – no apartamos la vista.
Un proyecto contra la violencia doméstica en el vecindario.

tuerantuer@bern.ch
+41 79 607 43 49



www.bern.ch/türantür



¡MUESTRA VALOR, NO APARTES LA VISTA! PUEDES ACTUAR.

TÜR AN TÜR (PUERTA CON PUERTA). JUNTOS CONTRA LA VIOLENCIA DOMÉSTICA EN EL VECINDARIO.

¿Sospechas que ocurren malos tratos en casa de tus vecin@s? ¡Muestra valor, no apartes la vista! Puedes actuar.

- Obtén información sobre violencia doméstica en Internet.
- Entra en contacto con la persona afectada. Hazlo a tu manera. Tomaros un café juntos, entabla una conversación en el lavadero o invítala bajo algún pretexto a un lugar tranquilo. Asegúrate de dirigirte a la persona a solas.
- Dile que estás preocupad@. Escucha sin juzgar. Pregunta qué tipo de apoyo desearía recibir la persona afectada.
- Ofrece ayuda concreta sin ejercer presión. Podéis, p.ej., llamar juntos a los servicios de atención o acordar cómo puedes ayudar en una situación grave.
- Si no conoces a la persona lo bastante como para acercarte a ella o si no quieres hacerlo: facilítale información sobre los servicios de atención de otra manera. Puedes, p.ej., colgar los números de teléfono en la entrada del edificio o echarlos en el buzón. Utiliza los números de teléfono que aparecen en el reverso de este folleto.
- Consigue el apoyo de los expertos. Los servicios de atención a la violencia doméstica también asesoran al entorno de las personas afectadas. También puedes describir la situación y permanecer anónimo. L@s emplead@s están sujet@s al secreto profesional.
- Ponte en contacto con otr@s vecin@s. La unión hace la fuerza.
- Sé paciente. Soltar una relación violenta requiere tiempo.
- Si conoces bien a la persona maltratadora, busca el contacto

con ella. Rechazar el acto de violencia no significa rechazar a la persona que lo comete. Hay ayuda para los agresores. Fachstelle Gewalt Bern (Centro especializado en violencia Berna): 076 576 57 65.

- Participa en un taller sobre violencia doméstica, profundiza en el tema y en lo que tú puedes hacer. www.bern.ch/türantür.

¿La violencia es inminente, oyes gritos u otros ruidos sospechosos en el piso del al lado?

- Llama a la Policía si no conoces a las personas o si no quieres acercarte directamente a las personas implicadas: 117.

También puedes pedir a otr@s vecin@s que lo hagan.

- Si conoces bien a l@s vecin@s, puedes llamar a la puerta. Si quieres, puedes pedir ayuda a otr@s vecin@s de antemano. Podéis coordinaros e ir juntos. Mantente siempre fuera del piso y no lances acusaciones.
- Di que has oído algo y que estás preocupad@. También puedes hacer algo inesperado como, p.ej., pedir algo de harina o preguntar por el número de la administración de la finca.
- Despídete y vete si te sientes insegur@.

¿Violencia familiar? Podemos prestar apoyo. Gratuito y confidencial.

Fachstelle Häusliche Gewalt (Centro especializado para violencia doméstica de la Ciudad de Berna):
031 321 63 02 (horarios de oficina)

Beratungsstelle Opferhilfe Bern
(Centro de asistencia ayuda a víctimas de Berna):
031 370 30 70 (horarios de oficina)

AppElle! – línea directa de casas refugio:
031 533 03 03 (24/7)

Die Dargebotene Hand (La mano tendida):
143 (24/7)

En caso de emergencia:
Policía: 117

**¿Ha cometido actos violentos
y quiere cambiar algo?**

Fachstelle Gewalt Bern
(Centro especializado en violencia Berna):
0 765 765 765

**Programa formativo contra la violencia
en el matrimonio, la familia y la pareja:**
079 308 84 05

