



## Estes centros ajudam

Em casos de violência doméstica é importante ter ajuda! Existem vários centros que dão informações, aconselhamento e apoio. Normalmente, são confidenciais e frequentemente gratuitos e com serviço de tradução, caso necessário. Os centros abaixo indicados estão disponíveis para ajudar.

### Numa emergência

- Polícia: 112 / Ambulância: 144
- Casas abrigo: AppElle! (24/7 – linha verde permanente), 031 533 03 03
- Urgência hospitalar: Nas urgências, prestam ajuda em caso de lesões e sem necessidade de marcação prévia
- Urgência psiquiátrica: Lista com centros de acolhimento, por regiões, em [www.psy.ch](http://www.psy.ch)

Aqui, encontra mais informações sobre ajuda em caso de urgência.

### Aconselhamento para mulheres e crianças

Confidencial e gratuito. Com possibilidade de tradução.

- Cantão de Berna: Opferhilfe Bern, 031 370 30 70, [www.opferhilfe-bern.ch](http://www.opferhilfe-bern.ch) (DE | FR)
- Região de Biel: Solidarité Femmes, 032 322 03 44, [www.solfemmes.ch](http://www.solfemmes.ch) (DE | FR)  
oder Centre LAVI, 032 322 56 33, [www.opferhilfe-biel.ch](http://www.opferhilfe-biel.ch) (DE | FR)
- Região de Thun-BO: Vista, 033 225 05 60, [www.vista-thun.ch](http://www.vista-thun.ch) (DE)
- Cidade de Berna: Fachstelle Häusliche Gewalt, 031 321 63 02, [www.bern.ch/fhg](http://www.bern.ch/fhg) (DE)
- Casas abrigo: AppElle! (24/7 – linha verde permanente), 031 533 03 03

### Aconselhamento para todas as pessoas

Confidencial e gratuito. Com possibilidade de tradução.

- Cantão de Berna: Opferhilfe Bern, 031 370 30 70, [www.opferhilfe-bern.ch](http://www.opferhilfe-bern.ch) (DE | FR)
- Cidade de Berna: Fachstelle Häusliche Gewalt, 031 321 63 02, [www.bern.ch/fhg](http://www.bern.ch/fhg) (DE)
- Dargebotene Hand: Aconselhamento permanente 24/7, tel. 143, [www.143.ch](http://www.143.ch) (DE | FR)



## Crianças e jovens

Crianças e jovens em situação familiar difícil podem dirigir-se, de dia ou de noite, a Pro Juventute para conversar. Por telefone, chat, SMS ou e-mail.

- Pro Juventute: Aconselhamento confidencial e gratuito permanente 24/7, tel. 147, [www.147.ch](http://www.147.ch) (DE | FR)

O abrigo de emergência Pluto providencia abrigo, proteção e segurança em situações de emergência a pessoas com idades compreendidas entre os 14 e os 23 anos. Gratuitamente.

- Abrigo de emergência Pluto: 078 247 24 44, [www.pluto-bern.ch](http://www.pluto-bern.ch)

Em caso de suspeita de violência sexual e física contra crianças até aos 16 anos, o grupo de proteção da infância (Kinderschutzgruppe) oferece avaliações e aconselhamento a particulares e especialistas.

- Aglomerado de Protecção Infantil Inselspital (Kinderschutzgruppe Inselspital): 031 632 94 86, [www.kinderklinik.insel.ch/de/unser-angebot/kinderschutz](http://www.kinderklinik.insel.ch/de/unser-angebot/kinderschutz) (DE)

## Violência na prestação de cuidados e sobre idosos

Pessoas que sejam vítimas de agressões por parte de familiares prestadores de cuidados podem encontrar apoio aqui. De forma confidencial e gratuita.

- Provedoria para questões relacionadas com idosos, cuidados e lares de idosos: 031 372 27 27, [www.ombudsstellebern.ch](http://www.ombudsstellebern.ch)
- Centros de aconselhamento de apoio à vítima: ver acima em Aconselhamento
- Dargebotene Hand: Aconselhamento 24h/7, Tel. 143, [www.143.ch](http://www.143.ch)

Pessoas idosas também podem encontrar aqui ajuda confidencial e gratuita para conflitos:

- UBA Unabhängige Beratungsstelle für das Alter: 0848 00 13 13, [www.uba.ch](http://www.uba.ch)



## Ajuda médica e conservação de provas

O serviço City Notfall da cidade de Berna é especializado em lesões e conservação de provas em casos de violência doméstica. O exame é confidencial. A polícia só é informada, quando a pessoa lesionada assim o deseja. Quem for submetida/o a tratamento noutra local, deve solicitar ao profissional de saúde que documente as provas de violência.

- Centro de acolhimento médico para vítimas: City Notfall Bern, 031 326 20 00, Schanzenstrasse 4a, 3008 Bern, [www.citynotfall.ch/de/postparc-bern](http://www.citynotfall.ch/de/postparc-bern) (DE)
- Médico de família ou urgências do hospital mais próximo

## Violência sexual

- Mulheres e crianças a partir de 16 anos: Inselspital Bern, Universitätsklinik für Frauenheilkunde, 031 632 10 10, Friedbühlstrasse 19, Theodor-Kocher Haus, 3010 Bern, [www.frauenheilkunde.insel.ch/de/sexuelle-gewalt-gegen-frauen](http://www.frauenheilkunde.insel.ch/de/sexuelle-gewalt-gegen-frauen) (DE)
- Homens e outros afetados com mais de 16 anos: Universitäres Notfallzentrum Inselspital Bern, 031 632 24 02, Freiburgstrasse 16c, 3010 Bern, [www.notfallzentrum.insel.ch](http://www.notfallzentrum.insel.ch) (DE)
- Auxílio a vítimas de violência sexual: Lantana, 031 313 14 00, [www.lantana-bern.ch](http://www.lantana-bern.ch) (DE)

## Aconselhamento de agressores

Confidencial. Com possibilidade de tradução.

- Centro de intervenção contra violência doméstica de Berna (Berner Interventionsstelle gegen Häusliche Gewalt): 079 308 84 05, [www.be.ch/gewalt-beenden](http://www.be.ch/gewalt-beenden) (DE | FR)
- Centro técnico para casos de violência (Fachstelle Gewalt): 0 765 765 765, [www.fachstellegewalt.ch](http://www.fachstellegewalt.ch) (DE)

## Outros centros de acolhimento

No website do centro Berner Interventionsstelle gegen Häusliche Gewalt encontra uma lista de outros centros aos quais pode recorrer. Por exemplo, em caso de dúvidas sobre migração, apoio em caso de abuso de substâncias aditivas, apoio legal ou apoio em situações familiares difíceis (lista em alemão e francês).



Kanton Bern  
Canton de Berne

**hallo-bern.ch**  
**salut-berne.ch**

**Mais informações (links, endereços, fichas de informação,  
brochuras)**

[www.hallo-bern.ch/pt/haeusliche-gewalt/diese-stellen-helfen](http://www.hallo-bern.ch/pt/haeusliche-gewalt/diese-stellen-helfen)

**hallo-bern.ch**

Informações para um bom começo no novo lugar de residência  
Violência doméstica / Estes centros ajudam