



Kanton Bern  
Canton de Berne

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

# Notfälle und Beratungsstellen

Notfallnummern

Beratungsstellen

**hallo-bern.ch**

Informationen für einen guten Start am neuen Wohnort  
Notfälle und Beratungsstellen

# Notfallnummern

Notfallnummern sind jeden Tag während 24 Stunden erreichbar. Die Kurznummern (3 Stellen) sind immer kostenlos. Für die anderen Nummern bezahlt man in der Regel den normalen Telefontarif.

## Allgemeine Notrufnummer: 112

Unter dieser Nummer erreicht man die Notrufzentrale der Polizei. Je nach Art des Notfalls informiert die Polizei auch andere Stellen (z.B. Feuerwehr).

## Polizei: 117

Unter dieser Nummer erreicht man die Notrufzentrale der Polizei.

## Feuerwehr: 118

Unter dieser Nummer erreicht man die Einsatzzentrale der Feuerwehr.

## Erste Hilfe / Rettungsdienst: 144

Unter dieser Nummer erreicht man die Einsatzzentrale des Rettungsdienstes. Die Nummer 144 sollte nur gewählt werden, wenn man sofort Hilfe und einen Krankenwagen benötigt oder man die Situation nicht einschätzen kann (z.B. nach einem Unfall). Bei anderen medizinischen Problemen kontaktiert man zuerst einen Hausarzt / eine Hausärztin. Ausserhalb der Öffnungszeiten haben immer einige Hausärzte Notfalldienst. Wer Notfalldienst hat, erfährt man über den Anrufbeantworter des Hausarztes oder in der regionalen Presse. Man kann auch die kantonale Notfallnummer 0900 576 747 (Achtung: kostenpflichtig, 1.98 pro Minute) wählen. Dort erhält man medizinische Beratung und wird an die richtige, nächstgelegene Stelle (Arzt, Krankenhaus) weitergeleitet. Es ist auch möglich, selber eine Notfallstation (Krankenhaus/Notfallpraxis) aufzusuchen.

## Notfallapotheken

Es gibt regionale Notfallapotheken, bei denen man Medikamente auch ausserhalb der regulären Öffnungszeiten besorgen kann. Diese Apotheken erheben Gebühren für den Notfall (Nacht- bzw. Dienstzuschlag). Die Leistungen der Notfallapotheke müssen in der Regel sofort und in bar bezahlt werden.



## **Notfallzahnarzt**

Bei Zahnunfällen oder Zahnschmerzen sind Notfallzahnärzte auch ausserhalb der regulären Öffnungszeiten im Dienst. Bei Behandlungen zwischen 20.00 und 07.00 Uhr wird ein Zuschlag erhoben. Beim Anruf kann man sich nach dem genauen Betrag erkundigen. Die Bezahlung der Leistungen erfolgt üblicherweise in bar.

## **Gift-Notruf: 145**

Falls man etwas Giftiges geschluckt hat oder vermutet, etwas Giftiges geschluckt zu haben, helfen Ärzte und Fachpersonen unter dieser Nummer. Sie erklären, was bei einer Vergiftung zu tun ist. Bei lebensbedrohlichen Zuständen sollte man aber sofort die Nummer 144 wählen. Auf der Internetseite finden sich umfangreiche Informationen zum Thema Gift/Vergiftung.

## **Beratung für Erwachsene: 143**

Das "Telefon 143" (Dargebotene Hand) ist für Personen, die mit jemandem über ihre Probleme, egal welcher Art, sprechen möchten (in Deutsch, Französisch, Italienisch). Man kann in Krisensituationen aber auch bei allen anderen Schwierigkeiten und Sorgen anrufen. Das Gespräch ist vertraulich und anonym. Auf Wunsch erhält man auch Informationen über geeignete weitere Hilfsangebote. Es ist auch eine Kontaktaufnahme per Mail oder Chat möglich.

## **Beratung für Kinder / Jugendliche: 147**

Das "Telefon 147" ist für Kinder und Jugendliche, die mit jemandem über ihre Probleme, egal welcher Art, sprechen möchten (in Deutsch, Französisch, Italienisch). Man kann in Krisensituationen aber auch bei allen anderen Schwierigkeiten und Sorgen anrufen. Rund um die Uhr sind Fachpersonen erreichbar. Das Gespräch ist vertraulich und anonym. Es ist auch eine Kontaktaufnahme per Mail, SMS oder Chat möglich.

## **Elternnotruf: 0848 35 45 55**

Beim Elternnotruf beraten Fachleute Eltern oder andere Personen bei Erziehungsfragen. Sie helfen weiter, wenn man sich im Umgang mit Kindern überfordert oder überlastet fühlt oder sich Sorgen um das eigene oder ein anderes Kind macht. Man kann sich auch an den Elternnotruf wenden, wenn man befürchtet, dass das eigene oder ein anderes Kind Opfer von psychischer/physischer Misshandlung ist. Das Gespräch ist vertraulich und auf Wunsch anonym. Es ist auch eine Kontaktaufnahme per Mail möglich. Bei medizinischen Fragen kann der Elternnotruf nicht weiterhelfen.



Kanton Bern  
Canton de Berne

hallo-bern.ch  
salut-berne.ch

## **Häusliche Gewalt (Frauen) 24h-Hotline AppElle! 031 533 03 03**

Die Frauenhäuser in Bern, Biel und Thun bieten rund um die Uhr Beratung und Unterstützung für Frauen, die von häuslicher Gewalt betroffen sind. Auch Angehörige und Fachleute können sich an die Stelle wenden. Das Gespräch ist vertraulich und auf Wunsch anonym. Die Kontaktaufnahme ist auch per Mail möglich. Ausführliche Informationen zum Thema häusliche Gewalt, auch für betroffene Männer, und Kontaktdaten von weiteren Anlauf- und Beratungsstellen finden sich im Kapitel Partnerschaft und Kinder > Konflikte.

### **Mehr Informationen (Links, Adressen, Broschüren, Merkblätter)**

[www.hallo-bern.ch/th/notfaelle-und-beratungsstellen/notfallnummern](http://www.hallo-bern.ch/th/notfaelle-und-beratungsstellen/notfallnummern)

hallo-bern.ch

Informationen für einen guten Start am neuen Wohnort  
Notfälle und Beratungsstellen



## Beratungsstellen

Einige Beratungsstellen beantworten allgemeine Fragen, andere sind spezialisiert auf bestimmte Themen oder Lebensbereiche. Das Angebot ist je nach Wohnregion unterschiedlich. In der Regel ist eine erste Beratung kostenlos, oft auch weitere Beratungen. Verschiedene Stellen bieten auch Beratungen in Fremdsprachen an.

### Allgemeine Beratungsstellen

Die regionalen Ansprechstellen Integration (AI) sind zentrale Beratungsstellen für Migrantinnen und Migranten. Die Mitarbeitenden beantworten allgemeine Fragen rund um den Alltag in der Schweiz und helfen, spezialisierte Beratungsstellen zu finden. Ausserdem beraten sie Personen bei der Suche nach geeigneten Deutsch- oder Französischkursen und Integrationsangeboten. Nach Vereinbarung sind Beratungen (am Telefon oder persönlich) in verschiedenen Sprachen möglich. Man kann auch spontan vorbeigehen, erste Informationen abholen und wenn nötig einen Termin vereinbaren. Die Auskünfte und die Beratungen sind kostenlos. Daneben gibt es allgemeine Beratungsstellen, die Beratungen in einer bestimmten Fremdsprache anbieten oder für eine bestimmte Wohnregion zuständig sind. Bei der Wohngemeinde oder den regionalen Ansprechstellen Integration (AI) kann man sich nach solchen Beratungsstellen erkundigen. Zusätzlich sind auch Migrantenvereine ein guter Ort, um erste Informationen in der eigenen Sprache zu erhalten.

### Gemeindeverwaltung / Stadtverwaltung

In vielen Situationen ist die Verwaltung des eigenen Wohnorts (Gemeindeverwaltung, Stadtverwaltung) eine gute erste Anlaufstelle. Die Mitarbeitenden können Fragen oft direkt beantworten oder sonst eine geeignete Beratungsstelle empfehlen. Alle Gemeinden im Kanton Bern haben eine eigene Internetseite. Dort findet man Kontaktdaten, Öffnungszeiten und weitere Informationen, teilweise auch Listen mit Beratungs- und Integrationsangeboten in der Region.



## Spezialisierte Beratungsstellen

Im Kanton Bern gibt es ein breites Angebot an Beratungsstellen, die sich auf ein bestimmtes Thema oder einen bestimmten Lebensbereich spezialisiert haben. Dazu gehören zum Beispiel:

- Alter,
- Arbeit, Bildung
- Aufenthalt,
- Ehe/Scheidung, Erziehung, Familie,
- Finanzen (Schulden/ Budget),
- Gesundheit, psychische Probleme, Säuglingspflege, Schwangerschaft,
- häusliche Gewalt,
- Integration,
- Sexualität,
- Sucht,
- soziale Fragen.

Das Angebot ist je nach Wohnregion unterschiedlich. Wenn in einer Region ein Angebot nicht vorhanden ist, gibt es meistens eine zentrale Beratungsstelle in Bern, Thun oder Biel. Erste Beratungen sind in der Regel kostenlos. Die Kontaktdaten von einigen Beratungsstellen sind in den einzelnen Themenbereichen auf [hallo-bern.ch](https://hallo-bern.ch) aufgeführt. Man kann sich auch an die regionalen Ansprechstellen Integration (AI) oder die Wohngemeinde wenden und nach geeigneten Beratungsstellen fragen. Wer noch nicht gut Deutsch oder Französisch spricht, sollte sich vor dem Besuch der Beratungsstelle über Übersetzungsmöglichkeiten informieren. Es kann sein, dass Beratungen in anderen Sprachen angeboten werden, dass die Beratungsstelle eine Übersetzerin oder einen Übersetzer organisiert oder dass man gebeten wird, selber jemanden mitzubringen.



## Unentgeltliche Rechtsberatung

Im Auftrag des Kantons Bern führt der Bernische Anwaltsverband (BAV) Rechtsberatungsstellen. Diese beraten alle Einwohnerinnen und Einwohner des Kantons Bern kostenlos bei rechtlichen Fragen (Kurzberatungen). In regelmässigen Abständen finden entweder Sprechstunden statt oder der Termin wird vorher abgemacht. Die Daten und Informationen findet man im Internet oder man fragt bei der Wohngemeinde. Es werden keine telefonischen oder schriftlichen Anfragen beantwortet, man muss persönlich vorbei gehen. Daneben bieten noch andere Stellen eine meistens kostenlose Rechtsberatung zu verschiedenen Themenbereichen (Arbeit, Wohnen, Ehe/Familie), zum Beispiel die Gewerkschaften. Ist die Beratung zeitaufwändig, fallen in der Regel Kosten an. Bei der Berner Rechtsberatungsstelle für Menschen in Not (RBS) und beim Centre Social Protestant (CSP, Region Berner Jura) gibt es ebenfalls die Möglichkeit, sich unabhängig, kostenlos und kompetent juristisch beraten oder vertreten zu lassen. Die RBS bietet im Gegensatz zum CSP ausschliesslich Beratungen in den Bereichen Asylrecht, Sozialversicherungsrecht und Diskriminierungsschutz. Die regionalen Ansprechstellen Integration (AI) informieren über die verschiedenen Stellen, einige sind auch in den einzelnen Themenbereichen auf hallo-bern.ch aufgeführt.

## Rassistische Diskriminierung

Im Auftrag des Kantons Bern bieten zwei Beratungsstellen eine kostenlose und vertrauliche Beratung für die Einwohnerinnen und Einwohner des Kantons Bern an. Opfer von rassistischer Diskriminierung erhalten bei der Berner Rechtsberatungsstelle für Menschen in Not eine juristische Beratung und bei ggqon (Gemeinsam gegen Gewalt und Rassismus) eine individuelle Sozialberatung mit Möglichkeit zur Konfliktintervention, Mediation und Vermittlung.

## Beratungsstellen für Frauen

Im Kanton Bern gibt es mehrere Anlaufstellen für Frauen. Sie geben zu diversen Themen Auskunft und beraten zu persönlichen oder rechtlichen Fragen. Je nach Beratungsstelle werden unterschiedliche Themen abgedeckt. Die Beratungsstellen informieren über

- Ehe, Konkubinat,
- Trennung, Scheidung,
- Sorgerecht,
- Budget, Vorsorge,
- Ausländerrecht,
- Mutterschaftsurlaub, Arbeitsrecht,
- Mietrecht, allgemeines Vertragsrecht und Strafrecht.



Kanton Bern  
Canton de Berne

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

## **Mehr Informationen (Links, Adressen, Broschüren, Merkblätter)**

[www.hallo-bern.ch/th/notfaelle-und-beratungsstellen/beratungsstellen](http://www.hallo-bern.ch/th/notfaelle-und-beratungsstellen/beratungsstellen)

**hallo-bern.ch**

Informationen für einen guten Start am neuen Wohnort  
Notfälle und Beratungsstellen