

## TANÁCSADÓI KÖZPONTOK

### FIZ

Az Érdekvédelem és támogatás bevándorló nőknek és a nőkereskedelem áldozatainak a migrációval, kizsákmányolással, erőszakkal és emberkereskedelemmel kapcsolatos kérdésekben ad tanácsot és nyújt segítséget. A FIZ több nyelven, ingyenesen és bizalmasan segít neked.

### **FIZ (Fachstelle Frauenhandel und Frauenmigration) Érdekvédelem és támogatás bevándorló nőknek és a nőkereskedelem áldozatainak**

Hohlstrasse 511, 8048 Zürich, Tel: 044 436 90 00, [contact@fiz-info.ch](mailto:contact@fiz-info.ch)

<https://www.fiz-info.ch/hu/FIZ-Angebot>

### FRABINA

A Frabina tanácsadó központban tanácsot kaphatsz a migrációval, a munkával és a párkapcsolattal kapcsolatos kérdésekben. Solothurnban és Oltenben van irodájuk a helyben tanácsadásra, de telefonon is elérhető (0900 81 27 01 2,20/perc/ kedd és csütörtök 11-13 óra és szerda 16-18 óra között), online (videótanácsadás, e-mail vagy chat a [www.frabina.ch](http://www.frabina.ch) címen) is adnak tájékoztatást és tanácsot. Nyelvek: Németül, franciául, olaszul, angolul, spanyolul és arabul vagy tolmács segítségével. A tanácsadás költségei 20-200 Svájci frank.

#### **frabina**

Westbahnhofstrasse 12, 4500 Solothurn

Marktgasse 34, 4600 Olten

Tel: 032 621 68 60 (H-P 10-12 óráig), [info@frabina.ch](mailto:info@frabina.ch)

<https://www.frabina.ch/>

### **OPFERHILFE SOLOTHURN-ÁLDOZATSEGÍTÉS SOLOTHURN**

Te vagy valaki a családobdól fizikai, lelki vagy szexuális erőszak áldozata? Ha igen, ingyenes tanácsadást és támogatást kapsz az áldozatsegítő központban.

### **Beratungsstelle Opferhilfe Kanton Solothurn - Áldozatsegítő Tanácsadó Központ Solothurn Kanton**

Industriestrasse 78, 4600 Olten

Tel: 062 311 86 66 (H-P 8:30-12 és 13:30-16 óráig), [opferberatung@ddi.so.ch](mailto:opferberatung@ddi.so.ch)

<https://opferhilfe.so.ch>

## APPS (ALKALMAZÁSOK/PROGRAMOK)

### LEXIAPP - LEXIALKALMAZÁS/PROGRAM

Egy ingyenes alkalmazás a svájci szexmunkások számára. Az alkalmazásban minden fontos információt megtalálsz olyan témákban, mint a biztonság, az egészségügy, a munka, az adók és a társadalombiztosítás. A következő nyelveken érhető el: Német, angol, francia, olasz, spanyol, portugál, román, magyar, magyar, lengyel, lengyel, szlovák.

**Android:** <https://play.google.com/store/apps/details?id=ch.renuo.procore>

**iOS:** <https://itunes.apple.com/ch/app/lexi-app/id1347841110?mt=8>

### GLOBAL PASSEPORTE PROJEKT (GPP)-GLOBÁLIS ÚTLEVÉL PROJEKT (GPP)

Ingyenes alkalmazás szexmunkások és migránsok számára. Az alkalmazás független, és rendelkezik egy biztonságos dokumentumtárral, mint például útlevelek, orvosi dokumentumok vagy okiratok, egy nemzetközi térkép a szociális és egészségügyi segítségnyújtás címeivel, valamint egy platformmal, ahol az emberi jogok megsértéséről és a visszaélésekről lehet beszámolni.

**Android:** <https://play.google.com/store/apps/details?id=com.kosmopolis.gpp>

## LINKEK

### MIGESPLUS.CH

A Svájci Vöröskereszt online portálja, amely egészségügyi információkat, valamint a svájci életről szóló gyakorlati információkat tartalmaz 50 nyelven.

<https://www.migesplus.ch>

### SEX-I.CH

Itt rengeteg információt találsz a fogamzásgátlásról, a terhességről, az abortuszról vagy a nemi betegségekről. Nyelvek: Német, Francia, Olasz. Angol, Spanyol, Portugál, Szerb, Török, Albán, Szomáli

<https://www.sex-i.ch/de/home>

# NÉMET TANFOLYAMOK

## ECAP SOLOTHURN

német, műveltségi és intenzív tanfolyamokat kínál Oltenben, Solothurnban, Trimbachban és Derendingenben, de online is.

**ECAP Solothurn** | Tel. 032 622 22 40 | [info@ecap.ch](mailto:info@ecap.ch)

<https://www.ecap.ch>

## A MIGROS KLUBSCHULE-MIGROS KLUBISKOLA

különböző német nyelvtanfolyamokat kínál Oltenben és Solothurnban.

Migros Klubschule -Migros **Olten** Klubiskola,  
Frohburgstrasse 20, 4600 Olten, Tel. +41 58 568 94 94 94

Klubschule Migros **Solothurn**,  
Dornacherstrasse 26, 4500 Solothurn, Tel. +41 58 568 96 96 00

<https://www.klubschule.ch/Angebote/Sprachen/Deutschkurse>

## VOLKSHOCHSCHULE SOLOTHURN- FELNŐTTKÉPZÉSI KÖZPONT SOLOTHURN

a hagyományos német nyelvtanfolyamokon kívül "Német nyelv a vendéglátóiparban dolgozóknak" és "Német nyelv a váltott műszakban dolgozóknak" című kurzusokat is kínál.

**Volkshochschule Solothurn - Felnőttképzési Központ Solothurn**,  
Hauptbahnhofstrasse 8, 4500 Solothurn  
Telefon 032 626 40 10, Fax 032 626 40 11, [info@vhs-so.ch](mailto:info@vhs-so.ch)

### Titkárság nyitvatartási ideje

Hétfő - Péntek

08.30 - 11.30 / 13.30 - 16.30

<https://www.vhs-so.ch/kursangebot/speziell/deutschkurse/solothurn/?navi=16183f12a20bd4>