

**Zeitschrift:** Saiten : Ostschweizer Kulturmagazin  
**Herausgeber:** Verein Saiten  
**Band:** 29 (2022)  
**Heft:** 326

**Artikel:** "Heute bin ich so frei wie noch nie"  
**Autor:** Riedener, Corinne  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-1035651>

#### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

#### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

#### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 26.12.2025

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

# «Heute bin ich so frei wie noch nie»

Ins Frauenhaus zu gehen, ist auch ein emanzipatorischer Akt. Hadas\* hat den Schritt gewagt und ist heute wieder selbstständig. Das ist nicht selbstverständlich – auch, weil es in der ganzen Schweiz kaum mehr Platz hat in den Frauenhäusern. Seit Anfang Jahr ist die Lage besonders akut.

**Text:** Corinne Riedener, **Bilder:** Asi Föcker



Hadas\* ist 34 und hat drei Kinder. Die Älteren sind in der Primarschule, die jüngste Tochter ist knapp zwei. Sie sagt: «Ohne das Frauenhaus wüsste ich nicht, wo ich heute wäre. Ohne das Frauenhaus hätte ich mir kein neues Leben aufbauen können.»

Heute und früher: So teilt Hadas ihr Leben ein. Heute lebt sie als alleinerziehende Mutter in einer Wohnung in der Stadt St.Gallen, sie hat einen Job als Klassenhilfe, schmeisst den Haushalt und kommt langsam, aber sicher wieder bei sich selber an. Heute ist sie die Chefin, hat ihr Leben in der Hand. Früher... das ist eine lange Geschichte, eine Geschichte, die viele gewaltbetroffene Frauen so oder ähnlich erleben.

Es ist Juni 2021, als Hadas mit ihren Kindern an der Hand und der zehnmonatigen Tochter im Arm am Bahnhof St.Gallen von einer Mitarbeiterin des Frauenhauses abgeholt wird, ein Sonntag. Gepäck hat sie keines. Zwei Kolleginnen haben sie von einem Dorf im Rheintal, wo sie damals zuhause war, nach St.Gallen gefahren. Sie kann sich kaum mehr an diese Stunden erinnern. «Ich stand völlig unter Schock», sagt sie. «Mein Kopf war irgendwo, nur nicht da, wo er sein sollte.»

Hadas ist eine von 91 Frauen, die 2021 im Frauenhaus St.Gallen Schutz gefunden haben, mit oder ohne Kinder. Doch längst nicht alle gewaltbetroffenen Frauen finden hier Zuflucht. Nicht weil sie nicht wissen, dass es das Frauenhaus gibt, so wie Hadas, die auch nur durch Glück davon erfahren hat, sondern weil die Frauenhäuser in der Schweiz

kaum mehr Platz haben, schon seit Jahren, aber besonders seit Frühling 2022.

## Volle Häuser und keine Trendwende in Sicht

Die Lage ist akut. Bereits im Juli haben die Dachorganisation der Frauenhäuser Schweiz und Liechtenstein (DAO) und die Konferenz der kantonalen Sozialdirektorinnen und Sozialdirektoren (SODK) Alarm geschlagen. Seither hat sich die Lage nicht gross verbessert, wie Silvia Vetsch, Leiterin des Frauenhauses St.Gallen und im Vorstand der DAO, Mitte September bestätigt.

Im Frühling hat Vetsch eine Umfrage gemacht. Das Ergebnis war alarmierend: Per Juni 2022 waren praktisch alle Plätze in den Schweizer Frauenhäusern belegt – keine Trendwende in Sicht. Gemeinsam mit der DAO hat die SODK daraufhin einen Brief verschickt, in dem sie die Kantone zur Hilfe auffordern.

Angesichts der hohen Auslastung seien auch ausserkantonale Platzierungen kaum mehr möglich, «und es gibt Fälle, in denen die Frauenhäuser kein passendes Schutzangebot mehr zur Verfügung stellen können», hiess es in besagtem Schreiben. In Absprache mit der Verbindungsstellen-Konferenz Opferhilfegesetz (SVK-OHG) empfahl die SODK den kantonalen Exekutiven, «die aktuelle Situation der Not- und Schutzunterkünfte in Ihrem Kanton zu prüfen, den mittelfristigen Handlungsbedarf zu analysieren sowie allenfalls Notmassnahmen

(z.B. Miete von Zimmern mit Betreuung) in Absprache mit den Kantonen Ihrer Region in die Wege zu leiten.»

Der Ton des Briefes war zwar nüchtern, die Situation an der Front aber umso dramatischer. Dies bestätigte auch die Umfrage, die Saiten, «tsüri.ch» und «P.S» im Juli bei sieben Deutschschweizer Kantonen und in Liechtenstein gemacht haben: In Graubünden war «die Situation prekär», in Zürich waren «die Kapazitäten ausgeschöpft», das Frauenhaus in Winterthur hat bis heute einen Aufnahmestopp, in den beiden Basel mussten betroffene Frauen «weitergeleitet werden», dasselbe in Aargau-Solothurn, und auch in Bern war man am Anschlag. (Mehr dazu: [saiten.ch/die-frauenhaeuser-sind-voll](http://saiten.ch/die-frauenhaeuser-sind-voll))

Das Frauenhaus St.Gallen, das auch mit den beiden Appenzell eine Leistungsvereinbarung hat, muss seit Anfang Jahr ebenfalls regelmässig Frauen abweisen bzw. nach alternativen Lösungen suchen oder sie anderweitig platzieren: in diesem Jahr bereits 37 Frauen und 39 Kinder (zwei Frauen waren zusätzlich schwanger). Anfang Juli mussten Silvia Vetsch und ihr Team zusätzlich das Quarantänezimmer, das sie während Corona eingerichtet hatten, öffnen. Ein Tropfen auf den heißen Stein.

Dass es regional zu Überlastungen kommt, passtere immer wieder, erklärt Silvia Vetsch. Aber die Frauenhäuser in der Schweiz seien gut vernetzt und arbeiten kantonsübergreifend zusammen. «Wenn wir in St.Gallen keinen Platz mehr haben, können wir etwa auf die Frauenhäuser in Graubünden,



Zürich oder Liechtenstein ausweichen und umgekehrt. Bisher war es jedenfalls so. Seit einem halben Jahr geht aber gar nichts mehr.»

Vetschs Forderung ist klar: Jede Frau in der Schweiz muss Zugang zu einem Frauenhaus haben – wohnortsunabhängig. Und die Frauenhäuser müssen gesamtschweizerisch so finanziert sein, dass sie genügend und auch fachlich qualifiziertes Personal anstellen können. Das ist nicht selbstverständlich. In St.Gallen sei der politische Rückhalt zwar sehr gross, betont Vetsch, auch in der aktuell schwierigen Lage. Andere Kantone jedoch hätten es bedeutend schwerer, da werde um jeden Franken gekämpft. Und manche Kantone haben überhaupt kein Frauenhaus, auch in der Ostschweiz: Schaffhausen und Thurgau.

### Kinderstühle sind Mangelware

Das Frauenhaus St.Gallen verfügt über 20 Betten. Der Ort ist geheim, aber ziemlich zentral, selbst die Nachbar:innen wissen nicht, neben welcher Institution sie hier wohnen. Die meisten denken, es sei eine Sozialwohnung oder eine Krippe. Wer das Haus betritt, muss eine Schweigevereinbarung unterzeichnen. Kameras überwachen den Eingang und die Strassen rundherum, jede Frau hat ihren eigenen Schlüssel. Diese Massnahmen sind nötig, sie dienen nicht der Überwachung, sondern dem Schutz der Bewohnerinnen.

Wären im Erdgeschoss nicht die Büros der Administration, der Leitung und der Beratung, könnte man meinen, man sei in einer grossen

Familien-WG. Oder in einem kleinen Lagerhaus. Überall Kinderschuhe, Jacken und Spielsachen. Draussen im Garten stehen Kinderspielgeräte. Beim Eingang stolpert man fast über ein halbes Dutzend mit Lebensmitteln gefüllte Tragetaschen. Sie kommen von der Schweizer Tafel und sind für armutsbetroffene ehemalige Bewohnerinnen bestimmt.

Im ersten und dritten Stock befinden sich die Schlafzimmer. Sie sind spärlich eingerichtet: drei bis fünf Betten, ein Pult, ein Radio, eine Kommode und ein Einbauschrank für die wenigen Habseligkeiten, die die Frauen mitbringen – wenn überhaupt. Da und dort ein paar Spielsachen, ein Buggy oder ein Ball, alles ein bisschen zusammengewürfelt, aber jede Frau, ob mit oder ohne Kinder, hat ihren Platz. Auch im Bad haben alle ihr eigenes Fach.

Im zweiten Stock stehen zwei grosse Sofas. Rechts geht es ins Spielzimmer, vis-à-vis ist die Gemeinschaftsküche und gleich daneben zwei Essräume mit Eckbänken – und etlichen Kinderstühlen. «Davon kann man nie genug haben», sagt Silvia Vetsch und lacht. Hier treffen sich die Frauen jeden Morgen nach dem Frühstück zur gemeinsamen Sitzung. Sie besprechen den Ämtliplan, das Mittagessen, die Abfallentsorgung und was sonst noch so ansteht. Jeden Tag gilt es, 20 bis 25 Mäuler zu stopfen, die Frauen wechseln sich ab beim Kochen.

Es ist eng im zweiten Stock, vor allem seit Anfang Jahr, wo das Haus ständig voll belegt ist. Und früher war hier auch noch die Kinderbetreuung. Vor knapp zwei Jahren konnte das Frauenhaus in

der Nähe neue Räume dazumieten und die Kinderbetreuung dorthin verlagern, ein Glücksfall. Jetzt haben die Kleinen (und nicht mehr so Kleinen) mehr Platz: Es gibt zwei grosse Spielzimmer mit Verkleiderlis und Verkäuferlis und allerhand anderen Spielmöglichkeiten, ein gemütliches Babyzimmer, ein Kreativatelier zum Malen und Basteln (dessen Tischtuch auch entsprechend aussieht), eine Küche zum Zvieri essen, Ostereier malen oder Grittibänzen backen und sogar ein kleines Jugendzimmer mit Töggelikisten, TV und PC.

### «Gefühle müssen raus, sonst

#### vergiftet man sich von innen»

Hadas und ihre Kinder haben ungefähr sechs Wochen im Frauenhaus gewohnt. An die ersten Tage und Nächte kann sie sich kaum mehr erinnern, sie musste erst zur Ruhe kommen. Aber sie weiss noch, dass sie sich «von Anfang an sicher gefühlt» hat. Trotz aller Zweifel, aller Ungewissheit.

Damals hadert sie mit ihrer Entscheidung, von daheim weggegangen zu sein, hat ein schlechtes Gewissen, dass sie ihren Kindern «den Vater genommen» hat. Als sie am zweiten Abend im Frauenhaus ihre Tochter fürs Bett bereit macht, fragt diese sie: «Gäll, Mama, ich werde Papa nie wieder sehen?» Hadas weiss nicht, was sie darauf antworten soll. Noch heute treibt ihr diese Erinnerung Tränen in die Augen.

Der Alltag im Frauenhaus tut ihr gut, das gemeinsame Kochen, das Lachen, das Luftholen,



das Spielen, vor allem aber die Gespräche mit den anderen Frauen. «Ich habe gemerkt, dass ich nicht alleine bin, dass andere Ähnliches und teilweise noch viel Schlimmeres erlebt haben», sagt Hadas. «Über meine Erlebnisse zu reden, hat mir gutgetan. Gefühle müssen raus, sonst vergiftet man sich von innen. Die anderen Frauen haben mir Kraft und neue Zuversicht gegeben. Ich habe viel von ihnen gelernt.» Wie ihr geht es vielen Frauen. Manche Freundschaften, die hier geknüpft werden, halten jahrelang.

Langsam kommt Hadas wieder zu sich, checkt ihre Optionen, beginnt Pläne zu schmieden – auch mithilfe des Frauenhaus-Teams. Im Erdgeschoss des Hauses befindet sich die Kinder- und Mütterberatung, die die Frauen vor allem bei kinderspezifischen Themen berät und unterstützt. Nebenan ist das Büro der Frauenberatung. Hier erhalten sie Hilfe in straf- und zivilrechtlichen Belangen, aber auch bei der Arbeits- und Wohnungssuche. Und sie vernetzt die Frauen mit Sozialberatungsstellen, mit kirchlichen Sozialdiensten in den Quartieren oder, wenn noch Verfahren hängig sind, mit der Opferhilfe. Selbständigkeit ist das Ziel.

Bei Hadas hat alles relativ schnell geklappt, nach sechs Wochen konnte sie in ihre eigene Wohnung ziehen und von dort aus weitermachen. Die durchschnittliche Aufenthaltsdauer im Frauenhaus beträgt 33 Tage. Fünf Wochen Soforthilfe sind staatlich garantiert, danach muss frau ein Anschlussgesuch stellen. Manche brauchen mehr Zeit, es gibt Frauen, die mehrere Monate im Haus

bleiben, meist aufgrund sehr hoher Gefährdung. Gerade die Wohnungssuche gestaltet sich zunehmend schwierig, erklärt Silvia Vetsch. «Die Mietzinsen steigen und seit dem Krieg in der Ukraine insbesondere die Nebenkosten. Das sprengt so manches Budget.»

Ein neues Leben aufzubauen, das dauert. Aber so oder so: Ins Frauenhaus zu gehen, ist ein emanzipatorischer Akt. Silvia Vetsch bestätigt das: «Wenn eine Frau eintritt, ist der Trennungsgedanke meist schon ziemlich ausgereift. Wer zu uns kommt, lässt ein Stück weit das bisherige Leben zurück.» Manche brauchen Jahre, bis sie sich dazu durchringen, andere ziehen früher Konsequenzen. So auch Hadas.

### Es passierte an einem Sonntag

Sie erinnert sich gut an diesen Tag: Die Kinder sind früh aufgestanden und haben sich direkt vor dem Fernseher gesetzt. Auch der Vater fläzt auf dem Sofa, vertieft in sein Handy. Hadas steht in der Küche und bereitet das Essen vor. Sonntags lädt sie oft Bekannte zum traditionellen eritreischen Essen ein. Um zehn geht sie ins Wohnzimmer, will den TV ausschalten, die Kinder sollen sich mit Sinnvollerem beschäftigen. Die Kinder und der Mann protestieren, also zieht sie kurzerhand den Stecker. Er rastet aus, schreit herum, schupft sie, drischt mit dem TV-Kabel auf sie ein, würgt sie mit beiden Händen. Die Kinder sehen alles mit an.

Völlig unter Schock schnappt sich Hadas ihre zehnmonatige Tochter und rennt zu einer Freundin,

die etwa zwei Kilometer entfernt wohnt, bei strömendem Regen, barfuss und nur im T-Shirt. Gemeinsam rufen sie bei der Leiterin des regionalen Frauentreffs an, den Hadas regelmäßig besucht. Sie gibt ihnen die Nummer des Frauenhauses. Nach dem Anruf dort holen sie gemeinsam mit einer anderen Freundin die zwei anderen Kinder zuhause ab, Hadas' Mann hat sich derweil in seinem Zimmer eingeschlossen.

Seit diesem Vorfall im Juni 2021 ist er untergetaucht. Hadas hat bis heute keine Ahnung, wo ihr Ehemann ist. Sie sind seit der Jugend zusammen. Am Anfang war alles perfekt, sagt sie. «Wir waren wahnsinnig verliebt, haben immer viel gelacht.» Im Herbst 2015 flüchtet sie in die Schweiz, er kommt im Sommer 2019 via Familiennachzug. Dazwischen haben sie nur über Handy und Skype Kontakt. Hadas organisiert alles, kümmert sich um seine Papiere, schmeisst den Haushalt, versorgt die Kinder. «Ich habe alles für ihn gemacht», sagt sie. «Doch kaum in der Schweiz, hat er sich verändert. Von Anfang an führte er ein eigenes Leben, wir waren ihm völlig egal.»

Hadas kommt nicht mehr an ihn heran. Er kocht für sich selbst, besteht auf getrennten Schlafzimmern, plündert regelmäßig das Konto und selbst das Kässeli für die Kinder, schliesst sich ein und taucht immer wieder ab, einmal sogar für zwei Monate. Doch die Kinder vergöttern ihn. Er hingegen wiegelt sie gegen ihre Mutter auf, untergräbt ständig ihre Autorität. «Ich habe ihm nie Vorwürfe gemacht», sagt Hadas. Sie glaubt, wenn sie still



bleibt und ihm das Leben möglichst angenehm macht, wird er irgendwann wieder der Alte. Heute weiss sie, wie fatal dieser Irrtum war. «Vielleicht hat mich die Liebe blind gemacht?»

## Die Glaubwürdigkeit

### und das Gesetz

Silvia Vetsch kennt dieses Muster – die Hoffnung, dass sich der Partner von selbst verändert, wenn man sich nur «genug Mühe gibt» – von vielen Frauen, die bei ihr Zuflucht suchen. Doch für gewaltbetroffene Frauen kann jeder Tag mehr zuhause lebensbedrohlich sein: Laut Polizeistatistik gab es 2021 in der Schweiz 20 vollendete und 32 versuchte Femizide. Manche Frauen brauchen jahrelang, um sich aus toxischen, gewalttätigen Beziehungen zu lösen. Nicht selten kommen sie mit gebrochener Nase oder gebrochenem Brustbein, mit Prellungen, Schädel-Hirn-Traumata, Würgmalen und Staublutungen ins Frauenhaus.

Und das sind nur die sichtbaren Spuren. Denn häusliche Gewalt hat mehrere Dimensionen, meist ist es eine Mischung aus psychischer, physischer, sozialer und wirtschaftlicher Gewalt. Und ebenfalls eng mit häuslicher Gewalt verbunden: die sexuelle Gewalt. «Wir haben zwar keine Statistik dazu», sagt Sivia Vetsch, «aber es gibt gefühlsmässig viele Kinder, die nicht freiwillig gezeugt wurden.»

Bei weitem nicht alle Frauen zeigen ihren Partner (oder in seltenen Fällen ihre Partnerin) an. Zumal sowohl häusliche als auch sexuelle Gewalt

Offizialdelikte sind. Viele haben Angst, dass ihnen nicht geglaubt wird. Und gerade das werde den Frauen von ihren Partnern auch oft eingebläut, erklärt Silvia Vetsch.

Dieses «Glaubwürdigkeitsproblem» spiegelt sich auch im Gesetz wider. Wenn Gewalt nicht sichtbar ist, wenn es keine Zeug:innen gibt, wird es schwierig. Wie will man zum Beispiel Morddrohungen oder Stalking beweisen? Häufig steht dann Aussage gegen Aussage, und im Zweifel wird für den Angeklagten entschieden. Dasselbe gilt für die sexuelle Gewalt. Hier gibt es massiven Aufholbedarf, sagt Vetsch. «Das Strafgesetz ist viel zu lasch. Beispielsweise gilt als Vergewaltigung nur die vaginale Penetration. Orale oder anale Penetration läuft unter sexueller Nötigung.»

## Hadas will die Vergangenheit

### hinter sich lassen

Auch Hadas hat ihren Mann nicht angezeigt. Und da er untergetaucht ist, konnte sie auch noch keine Scheidung einreichen. Im Moment läuft die zweijährige Trennungstrift im Rahmen des Eheschutzverfahrens. Heute denkt sie nur noch selten an ihn, meist dann, wenn die Kinder nach ihm fragen, was regelmässig passiert – «das schmerzt jedes Mal», sagt sie. «Sie sind noch zu klein, um zu verstehen, warum ihr Papa nicht mehr da ist.»

Trotzdem blickt Hadas heute zuversichtlich in die Zukunft, erzählt stolz von ihrem neuen Job, den Fortschritten der Kinder und von der eigenen

Wohnung, in der sie sich «so frei wie noch nie» fühlt. Ihr Glaube und die Gespräche mit anderen Frauen haben ihr dabei geholfen, die schwere Zeit hinter sich zu lassen. Im Moment will sie ihren richtigen Namen noch nicht in der Zeitung lesen, «erst wenn ich alles verarbeitet habe». Trotzdem ist es ihr wichtig, ihre Geschichte zu teilen: «Nicht für mich, sondern für alle anderen gewaltbetroffenen Frauen. Ich will zeigen, dass es Hilfe gibt, dass auch sie sich befreien können.»

\*Name der Redaktion bekannt

**Laut Schweizer Kriminalstatistik wurden 2021 im häuslichen Bereich 19'341 Straftaten sowie 20 vollendete und 32 versuchte Femizide registriert. Fast die Hälfte aller Fälle ereignet sich in der Partnerschaft, etwa ein Viertel in einer ehemaligen Partnerschaft. Das sind allerdings nur die polizeilich gemeldeten und registrierten Straftaten. Die Dunkelziffer ist kaum abzuschätzen.**

**Das Frauenhaus St.Gallen hat 2021 total 91 Frauen und 90 Kinder aufgenommen. 20 Frauen mussten weiterverwiesen werden, weil alle Plätze belegt waren, 46 aus anderen Gründen. Außerdem verzeichnete es fast 500 telefonische oder elektronische Beratungen. Zwei Drittel der schutzsuchenden Frauen waren zwischen 30 und 64, der Rest jünger. Bei den Kindern waren über zwei Drittel noch im Vorschulalter. Rund ein Fünftel der Frauen geht wieder zurück zum Partner, die anderen trennen sich, ziehen zu Verwandten oder Bekannten oder in eine eigene Wohnung. 14 Frauen und sieben Kinder haben 2021 die Übergangswohnung Semkyi genutzt.**

**Hilfe, Beratungs- und Anlaufstellen:**

**Frauenhaus St.Gallen:**

**071 250 03 45, [info@frauenhaus-stgallen.ch](mailto:info@frauenhaus-stgallen.ch), [frauenhaus-stgallen.ch](http://frauenhaus-stgallen.ch)**

**Opferhilfe SG-AR-AI:**

**071 227 11 00, [info@ohsg.ch](mailto:info@ohsg.ch), [ohsg.ch](http://ohsg.ch)**

**Beratungsstelle für gewaltausübende Personen:**

**058 229 26 30, [gewaltberatung@sg.ch](mailto:gewaltberatung@sg.ch)**

**Beratungsstelle für gewaltbetroffene Frauen Thurgau:**

**052 720 39 90, [kontakt@frauenberatung-tg.ch](mailto:kontakt@frauenberatung-tg.ch), [frauenberatung-tg.ch](http://frauenberatung-tg.ch)**

**Frauenhaus Graubünden:**

**081 252 38 02, [info@frauenhaus-graubuenden.ch](mailto:info@frauenhaus-graubuenden.ch), [frauenhaus-graubuenden.ch](http://frauenhaus-graubuenden.ch)**