

Merkblatt für den Alltag der Gastfamilien

Die private Aufnahme von geflüchteten Menschen ist sowohl für die Gastfamilien wie für ihre Gäste eine Herausforderung. Der neue Alltag wirft besonders am Anfang viele Fragen auf, die nicht durch Gesetze, Verordnungen oder Richtlinien geregelt sind. Das Gastfamilienprojekt der Schweizerischen Flüchtlingshilfe (SFH) möchte mit diesem Merkblatt insbesondere auf einige möglicherweise heikle Punkte im Alltag zwischen Gastfamilien und ihren Gästen hinweisen. Wo nötig und möglich wird dabei auf vorhandene oder vertiefende Ergänzungen von Behörden und Partnerorganisationen hingewiesen.

Informationen zur Registrierung, Versicherungs- bzw. asylrechtlichen Fragen erhalten Sie grundsätzlich entweder über die verschiedenen [Websites der SFH](#) oder das [SEM](#). Insbesondere auf der Seite [Aktuelles des SEM](#) finden sich sehr umfassende Angaben zu Statusfragen, zu Fragen der Ein- und Ausreise, zur Unterbringung, medizinischen Fragen sowie solchen der Integration.

Praktische Tipps & Tricks nach der Aufnahme

Post-Zustellung

Eine c/o-Adresse benötigen Sie bzw. Ihre Gäste, wenn diese keine eigene Anschrift haben. Die Abkürzung c/o stammt aus dem Englischen und bedeutet «care of». Eine idealtypische Beschriftung sieht dabei folgendermassen aus:

NAME der geflüchteten PERSON

c/o GASTFAMILIE

STRASSE NR.

POSTLEITZAHL PLZ, ORT

Eröffnen eines Post- oder Bankkontos

Die PostFinance hat einen Grundversorgungsauftrag und ist verpflichtet, jeder Person, die sich in der Schweiz aufhält, ein Konto zur Verfügung zu stellen. Allerdings müssen gemäss Nachfrage bei Post-Finance dafür ein gültiger Personalausweis sowie der Ausländerausweis vorgelegt werden. Kontoeröffnungen für Geflüchtete ohne Aufenthaltsstatus in der Schweiz lehnen Banken in der Regel ab.

Lokale Einkaufsmöglichkeiten / günstige Angebote zeigen

Das Leben in der Schweiz ist teuer. Umso wichtiger ist es, den geflüchteten Menschen kostengünstige aber qualitativ gute Einkaufsmöglichkeiten zu zeigen. Besorgen Sie am Anfang die Einkäufe gemeinsam. Weisen Sie auf Sonderangebote hin.

Medizinische Versorgung: Hausärzte und Spitäler

Sobald sich eine geflüchtete Person bei einem Bundesasylzentrum meldet und dort ein Gesuch um Schutzstatus oder Asyl einreicht, wird sie nach der Kantonszuweisung vom Kanton rückwirkend auf den Zeitpunkt der Gesuchsstellung für die obligatorische Krankenversicherung angemeldet.

Benötigt eine bedürftige Person schon vor der Beantragung des Schutzstatuts oder Asyl medizinische Hilfe und verfügt sie über keine Krankenversicherung, so übernimmt die öffentliche Hand die Kosten. Auf der [Seite des SEM](#) finden sich sehr detaillierte Angaben zu medizinischen Fragen.

In der Schweiz ist der Hausarzt oder die Hausärztin die erste Anlaufstelle bei Krankheiten und Unfällen. Sie behandeln Kranke oder Verunfallte und überweisen sie, wenn nötig ans Spital oder andere Fachspezialisten. Wenn der Hausarzt seine Patientinnen und Patienten und ihre Krankheitsgeschichte kennt, kann er sie besser behandeln. Man sollte darum immer zum gleichen Hausarzt gehen.

Im Krankheitsfall sollte man nicht direkt ins Spital gehen, sondern zuerst zum Hausarzt oder zur Hausärztin. Nur in Notfällen und für eine Geburt sollte man sich direkt ins Spital begeben.

Viele Gesundheitsinformationen zur Schweiz sind auf www.migesplus.ch ersichtlich.

Haustiere

Hunde und Katzen, die von ihren Besitzern mitgeführt werden, dürfen in die Schweiz mitreisen, auch wenn nicht alle Einfuhrbedingungen erfüllt sind. Bei beabsichtigter Einreise in die Schweiz sind die Besitzerinnen gebeten, sich über die [Einfuhrbedingungen](#) zu informieren und nötigenfalls die [Meldebestimmungen](#) einzuhalten.

Aufgrund des Seuchenrisikos ist die Einreise mit Geflügel, Huf- und Klautieren verboten. Die entsprechenden Tierhalter werden gebeten, unverzüglich mit den Veterinärbehörden am Wohnort bzw. bei der Gastfamilie oder in der jeweils zugeteilten Unterkunft Kontakt aufzunehmen.

Freundlich, geduldig und respektvoll

«Der Ton macht die Musik» – das gilt im Umgang mit Geflüchteten genauso wie mit Freunden.

Respekt für andere Verhaltensweisen

Versuchen Sie, möglichst wenige Erwartungen an Ihre Gäste zu haben und ihnen den nötigen persönlichen Raum zu lassen. Interesse am Menschen und eine offene Haltung sind dabei hilfreich. Machen Sie den Gästen aber auch klar, welches Ihre Grenzen und Vorstellungen des Zusammenlebens sind. Falls Probleme auftauchen, versuchen Sie, diese möglichst direkt und sachlich anzusprechen.

Begegnung auf Augenhöhe

Begegnen Sie Ihren Gästen auf Augenhöhe. Seien Sie sich bewusst, dass ein gewisses Machtgefälle zwischen Ihnen und den Geflüchteten besteht, was Risiken mit sich bringt. Lassen Sie sich durch die besondere Verwundbarkeit Ihrer Gäste nicht dazu verleiten, Ihre eigene Position zu deren Schaden oder Ungunsten zu missbrauchen. Besondere Rücksichtnahme und Sensibilität ist geboten, wenn es sich bei den Geflüchteten um Kinder handelt.

Grundbedürfnisse und Privatsphäre

Zu den Grundbedürfnissen gehören neben Nahrung, Schlafmöglichkeiten und sanitären Anlagen auch genügend Privatsphäre und Rückzugsmöglichkeiten. Ihre Gäste sollten ein abschliessbares Zimmer und Zugang zu Küche und Bad haben. Akzeptieren Sie, wenn Ihre Gäste lieber allein sein möchten. Bieten Sie Gesellschaft an, aber zwingen Sie diese nicht auf.

Förderung der Selbstwirksamkeit

Was die Geflüchteten selbst tun können, sollten Sie sie auch tun lassen. Das hilft, die Würde zu bewahren und aktiv zu bleiben. Sobald sich Ihre Gäste etwas zurechtgefunden haben, werden diese vielleicht gerne auch hier und da für die Gastfamilie eine Mahlzeit zubereiten. [Gemeinsames Kochen](#) verbindet!

Das Unerwartete in Kauf nehmen

Ihre Gäste mögen aus schweizerischer Perspektive seltsame Dinge tun oder sich aus Ihrer Sicht «komisch» verhalten. Seien Sie flexibel und entspannt; machen Sie sich bewusst, dass Ihre Gäste sich in einer ihnen nicht vertrauten Umgebung befinden. Aus der Perspektive der Geflüchteten haben auch wir manchmal eigenartige Gewohnheiten. Fragen Sie lieber einmal zu viel nach, statt sich zu nerven und frustriert zu sein.

Unterstützung für Kinder

Wenn Kinder unter den Gästen sind, helfen Sie dabei, den Kindergarten- bzw. Schuleintritt zu erleichtern. Die Gäste müssen sich dazu bei der Gemeinde melden. Zudem stellen sich viele Fragen: Was braucht das Kind alles für den Schulbesuch? Zeigen Sie den Familien, wo sie kostengünstig einkaufen können oder welche günstigen Aktivitäten für Kinder in der Regel zur Verfügung stehen (wie z.B. [Ferienpass-Angebote](#)).

Kommunikation

Helfen Sie Ihren Gästen, Kontakt zu ihren Angehörigen zu halten. Der Kauf einer SIM-Karte für das Mobiltelefon und Zugang zum Internet werden in vielen Fällen Sinn machen. Gewisse Anbieter geben SIM-Karten für bestimmte Flüchtlingsgruppen auch [kostenlos](#) ab.

Politische Zurückhaltung

Oftmals ist die politische Situation im Herkunftsland komplexer und undurchschaubarer, als wir denken. Seien Sie zurückhaltend mit Kommentaren. Zeigen Sie stattdessen Offenheit und Interesse für die Situation. Die Geschichte der anderen zu akzeptieren, ohne sie zu bewerten, ist eine Form des Mitgefühls.

Eine gewisse Alltagsroutine kann hilfreich sein

Regelmässige gemeinsame Mahlzeiten, Spaziergänge, sportliche Aktivitäten, Spieleabende etc. können hilfreich sein, um das Zusammenleben zu fördern. Beteiligen Sie Geflüchtete auch an der Haus- und Gartenarbeit. Erkundigen Sie sich bei Sportvereinen oder [bei Freiwilligen-Gruppen](#) nach Möglichkeiten für die Geflüchteten, in lokalen Vereinsstrukturen mitzuwirken.

Klären Sie die Finanzen

Gewisse Flüchtlingsgruppen haben Anspruch auf (Asyl-)sozialhilfe ab dem Datum der Registrierung in einem Bundesasylzentrum (BAZ). Die Höhe der (ASYL-)sozialhilfe ist abhängig vom Schutz- oder Asylstatus, welcher die Geflüchteten vom SEM erhalten. Bei grossen finanziellen Schwierigkeiten können die Gemeinden vor dem Vorliegen der Bestätigung des SEM, Nothilfe auszahlen.

Hilfreiche Übersetzungs-Tools

Übersetzungs-Apps wie Google-, Microsoft oder Deepl- Übersetzer können beim Überbrücken der ersten Sprachbarrieren helfen. Die entsprechenden Apps finden sie bei iOS im App Store oder bei Android in Google Play.

Vernetzen Sie sich

Die Begleitung von geflüchteten Menschen kann sich rasch zu einer 24/7-Angelegenheit entwickeln. Es ist für die meisten von uns nicht möglich, diese Energie über längere Zeit aufzubringen. Denn schliesslich hat man auch noch ein eigenes Leben mit den ganz eigenen Herausforderungen zu bewältigen. Nachbarn können hilfreich sein, viele wollen helfen. Reden Sie mit den Menschen in Ihrer direkten Umgebung, im Quartier oder im Dorf. Vernetzen Sie sich mit anderen Gastfamilien bei [Austauschtreffen](#) und unterstützen Sie Ihre Gäste, sich mit anderen Geflüchteten zu vernetzen. Treten Sie einer Unterstützungsgruppe oder Dorfgemeinschaft bei, wie es sie bereits an einigen Orten in der Schweiz gibt.

Umgang mit Kriegstraumata

Nicht alle Geflüchteten leiden unter Traumatisierungen. Trotzdem besteht bei allen Geflüchteten die Möglichkeit, dass traumatisierende Erfahrungen gemacht wurden. Besonders wenn sie sich mit diesen Erfahrungen allein fühlen, besteht das Risiko für langfristige Folgeschäden (Posttraumatische Belastungsstörungen). Die Geflüchteten mussten unvorbereitet ihre Heimat, Familienangehörige, Freunde, Arbeit, Sicherheiten usw. zurücklassen. Diese haben vielleicht nahestehende Menschen, die in Kampfhandlungen involviert waren oder immer noch sind. Oder die Geflüchteten selbst haben Kampfhandlungen und Gewalt gesehen oder erlebt. Sie konnten sich nicht auf diesen massiven Einschnitt oder diese Ereignisse in ihrem Leben vorbereiten und befinden sich nun in einer Phase, die geprägt ist von Angst, Kontrollverlust, Trauer und Perspektivlosigkeit.

- Seien Sie sich bewusst, dass Ihre Möglichkeiten, traumatisierten Menschen zu helfen, begrenzt sind. Falls Sie bei Ihren Gästen Anzeichen einer möglichen Traumatisierung zu erkennen glauben (Schlafstörungen, Apathie, Depression...) informieren Sie sich z.B. bei den kantonalen Behörden, wo es in der Nähe kompetente Fachpersonen/Anlaufstellen

gibt. Gleichzeitig können Sie dazu beitragen, dass die Geflüchteten besser mit der Situation umgehen können: <https://www.migesplus.ch/publikationen/wenn-das-vergessen-nicht-gelingt>

- Signalisieren Sie Offenheit gegenüber Ihren Gästen. Es kann aber auch gut sein, dass Ihr Gegenüber (noch) nicht über die gemachten Erfahrungen sprechen möchte. Das sollte akzeptiert werden.
- Achten Sie beim Zuhören auf Ihren Selbstschutz und gesunde Grenzen. Beachten Sie «Warnsignale», wenn Sie merken, dass die Erzählungen für Sie zu belastend werden. Nehmen Sie in diesem Fall nach Möglichkeit Kontakt mit Fachpersonen auf oder besuchen sie einen kostenlosen [Weiterbildungskurs der SFH](#).