



### **Nachbarschaftsbeziehungen: Ein Gefühl von zuhause!**

Ich bin 2017 aus Eritrea in die Schweiz gekommen. Zuerst habe ich in einer Asylunterkunft gewohnt. Das war manchmal schwierig. Sehr viele Menschen haben sich eine Küche und ein Badezimmer teilen müssen. Wir hatten sehr wenig Privatsphäre.

2019 bin ich mit meinem Mann nach Ostermündigen gezogen. Ich hatte viele Gespräche mit Behörden, um meinen Ausweis zu beantragen. Das war sehr kompliziert. Am Anfang haben wir niemanden gekannt und ich verstand die deutsche Sprache nicht. Wir bekamen zwei Kinder und dadurch war es für mich schwierig den Deutschkurs zu besuchen, da ich mich um die Kinder kümmern musste und mein Mann gearbeitet hat. Zum Glück haben die Kinder jetzt einen Kitaplatz und ich kann einen Deutschkurs besuchen. Am Anfang fühlte ich mich oft alleine, als ich noch niemanden gekannt habe. Aber ich habe andere Leute in meiner Nachbarschaft kennengelernt. Wir sprechen zusammen, lachen und helfen einander. Jetzt verstehe ich bereits besser Deutsch und ich fühle mich mehr zuhause.



### **Rassismus macht hilflos und traurig**

Ich war mit meiner Familie und meiner Freundin und ihrer Familie im Coop Restaurant. Wir gingen dort etwas essen. Auf dem Boden lagen Kaffeereste von der Kaffeemaschine. Mein Sohn spielte mit dem Kaffee, der auf dem Boden war.

Dann kam eine Mitarbeiterin und begann sehr laut mit meinem Sohn zu sprechen und ihn anzuschreien. Mein Sohn bekam grosse Angst.

Danach sagte mein Sohn zu uns, dass die Frau ihn angeschrien hat und dass sie wie eine böse Person war.

Als wir zur Kasse gingen, sagten wir zu der Mitarbeiterin, dass unser Sohn gesagt hat, dass sie ihn angeschrien hat und dass er grosse Angst bekommen hat. Wir erklärten ihr, dass er ein Kind ist und dass er sich erschreckt hat.

Die Mitarbeiterin sagte:

„Das ist mir egal.“

Dann sagte sie zu meiner Freundin:

„Du bist die grosse Böse mit dem Kopftuch.“

Das war für uns sehr schockierend und verletzend.

Für mich war das ein sehr schwerer Moment. Es tat mir sehr weh zu sehen, wie mein Sohn so behandelt wurde. Ich sah die Traurigkeit und den Schmerz in seinen Augen, und das machte mich sehr traurig und hilflos.

In solchen Situationen weiss man manchmal nicht, was man tun soll, besonders wenn man neu im Land ist und die Regeln oder die richtige Reaktion nicht kennt. Diese Situation hat mir gezeigt, wie wichtig Respekt zwischen Menschen ist. Niemand sollte wegen seiner Religion, seines Aussehens oder seiner Herkunft schlecht behandelt werden.



### **Unterstützung durch Nachbarschaft erfahren**

2007 bin ich zu meinem Mann, der damals bereits in der Schweiz lebte, nach Bern gekommen. Das Zusammenleben mit meinem Mann war so schwer, dass ich ins Frauenhaus gegangen bin. Die ersten Begegnungen waren schwierig da ich noch nicht die Chance und Zeit hatte Deutsch zu lernen. Ich erlebte von den Mitarbeiterinnen im Frauenhaus grosse Unterstützung und Aufmerksamkeit. Sie haben mir und meinem kleinen Sohn geholfen beim Ausfüllen der vielen Formulare und später auch eine Wohnung zu finden. Durch die neue Nachbarschaft und durch Kontakte meines Sohnes lernte ich Freunde kennen und wurde mutiger die Sprache Deutsch zu sprechen, obwohl ich noch viele Fehler machte. Dies hat mir geholfen selbstständiger zu werden.

Eine Familie aus der Nachbarschaft hat mir immer wieder geholfen Formulare auszufüllen, um die Arbeitserlaubnis zu erhalten. Nach 9 Jahren durfte ich endlich arbeiten. Ich war so glücklich und erleichtert. Nach weiteren 10 Jahren bekam ich einen Anruf von der Fremdenpolizei, dass ich den Ausweis C bekomme, das heisst ich habe eine unbefristete Aufenthaltsbewilligung. Ich bin so glücklich und dankbar nach den vielen Jahren im Ungewissen.

Mit der Mitarbeiterin aus dem Frauenhaus bin ich über all die Jahre in Kontakt geblieben und bin glücklich, dass diese Freundschaft geblieben ist.



## **Gemeinschaft**

Als ich allein mit meinen zwei kleinen Kindern in die Schweiz kam, war es sehr schwierig für mich. Ich konnte die Sprache nicht und hatte noch keine Zeit einen Deutschkurs zu besuchen, weil ich mit meinen Kindern viel beschäftigt war.

Meine Kinder haben schon immer viel Energie gehabt. Unserer damaligen Nachbarin, die unter uns wohnte, war es immer zu laut. Sie hatte deshalb mehrmals die Polizei gerufen. Es war schwierig miteinander zu sprechen, deshalb habe ich einfach immer ja gesagt. Später hatte die Polizei den Vorschlag gemacht, dass wir die Wohnungen tauschen, damit die Frau die Fusstritte weniger hört. Die Frau wollte nicht tauschen hatte aber auch nicht mehr die Polizei gerufen.

Als meine Kinder in den Kindergarten gekommen sind, wurde es leichter für mich, ich konnte einen Deutschkurs besuchen und Frauen kennen lernen.

Eine Lehrerin von der Schule meiner Kinder hatte mich unterstützt damit mein Sohn in den Fussballverein gehen kann. Mein Sohn und ich sind darüber sehr glücklich, weil er viel Energie hat.

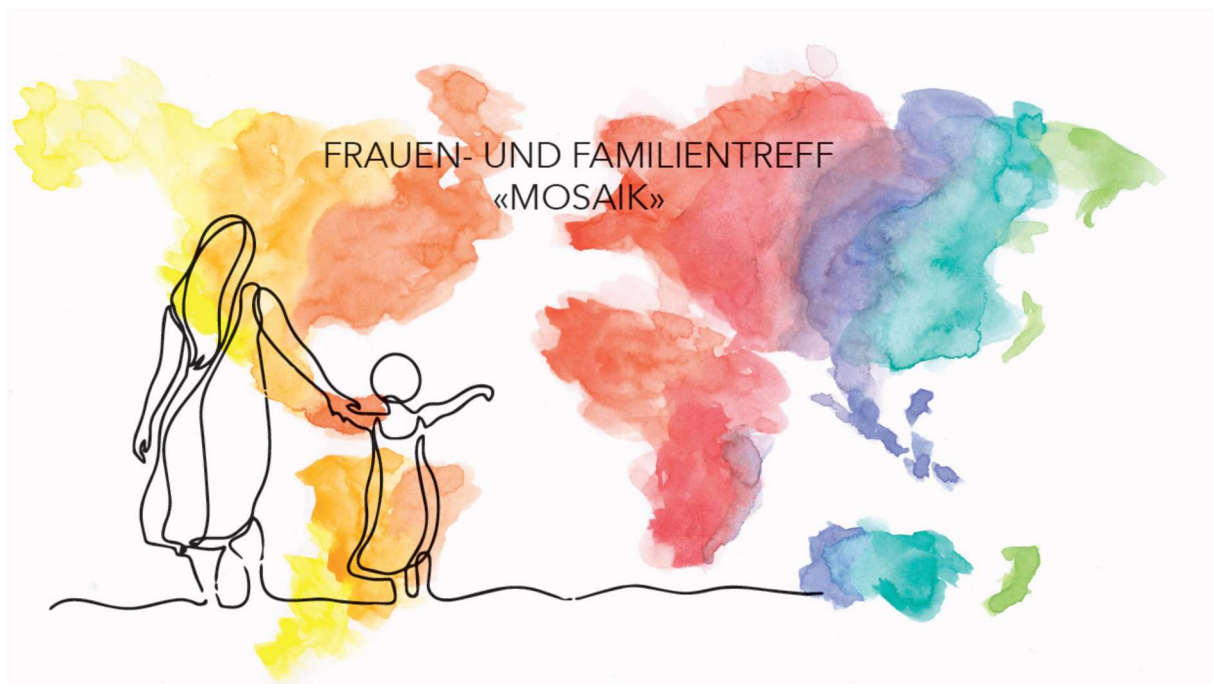


### **Unliebsame Begegnung**

Ein kalter Tag im Dezember 2024. Ich war mit meiner Freundin im Lidl Ostermündigen zum Einkaufen. Plötzlich, als wir auf dem Weg zur Kasse waren, kam eine Frau auf mich zu und sagte: «Du hast mein Portemonnaie gestohlen.» Ich hatte diese Frau vorher nicht gesehen und war sehr überrascht. Ich erwiderte, dass ich nichts gestohlen hätte. Sie beharrte auf ihrer Aussage: «Doch, du hast mein Portemonnaie genommen.»

Was darauf passierte, war für mich sehr erniedrigend. Ein Mann von der Sicherheit kam und forderte uns auf, die Taschen zu leeren. Und er tastete unsere Jacken ab. Ich wurde wie eine Kriminelle behandelt. Obwohl ich nichts Falsches gemacht habe, hatte ich Angst. Zu diesem Zeitpunkt hatte ich noch keine Aufenthaltsbewilligung. Ich fühlte mich ohnmächtig.

Auch als es für sie offensichtlich wurde, dass ich nichts gestohlen hatte, blieben sie unfreundlich und feindselig. Es folgte keine «Entschuldigung», weder von der Anklägerin noch vom Sicherheitsmann. Das tat weh. Ich frage mich, ob sich diese Geschichte auch so zugetragen hätte, wenn ich kein Kopftuch tragen würde.



### **Dankbar trotz Widrigkeiten**

Für mich war es schwierig, alleine zu sein und die Sprache nicht zu sprechen. Vor allem schwierig war es, als ich krank wurde. Die Behörde nahm die Kinder weg und sie kamen in ein Heim. In meinem Land hätte mich die Familie unterstützt und ich hätte trotz Krankheit mit meinen Kindern bleiben können. Und doch bin ich dankbar, Hilfe erhalten zu haben.

Ich finde es als sehr schwierig, hier Freunde zu finden. Die einzigen Menschen, mit denen ich mich anfreunden konnte, sind aus meinem Heimatland oder ein paar wenige aus anderen Herkunftsländern. Für meine Kinder ist es anders. Sie haben viele Freunde unter Gleichaltrigen, darunter auch viele Schweizer.

In meiner Heimat darf ich einfach sein, wir können lachen, geniessen, laut sein. Hier in der Schweiz konnte ich das plötzlich nicht mehr. Andauernd reklamierten die Nachbarn: zu laut, zur falschen Zeit gewaschen, zu spät...

Und dennoch schätze ich es sehr, hier leben zu können. Ich bin sehr dankbar, nicht in einer Kriegsregion zu sein und sehr friedlich zu leben.



### **Viele erfreuliche Erfahrungen**

Mein Mann war schon in der Schweiz und ich bin später mit den Kindern nachgekommen. Ich fühle mich sehr wohl in der Schweiz und erlebe die Menschen als liebenswürdig.

Freunde habe ich nicht wirklich, weil ich die Sprache noch nicht so gut spreche und mich nicht verständigen kann. Bei älteren Menschen spüre ich manchmal im Bus kritische Blicke. Liegt dies vielleicht an meinem Kopftuch? Wenn ich jedoch mit Menschen ins Gespräch komme, habe ich das Gefühl, akzeptiert zu sein und nicht wegen meiner Kleidung verurteilt zu werden.

Was ich auch sehr schätze, ist die Hilfsbereitschaft der Menschen. Wenn ich etwas suche, sind die Menschen sofort bereit zu helfen.

Meine Kinder sind sehr glücklich hier. Der Grössere liebt es, zur Schule zu gehen. Er mag die Lehrer\*innen und hat viele Freunde.