

Leben im Kanton St.Gallen > Zusammenleben > Leben in St.Gallen > Alltags-Regeln

Alltags-Regeln

Die Schweizerische Bundesverfassung ist das Grundgesetz der Schweiz. Sie definiert die Grundrechte für das Zusammenleben, die für alle Menschen in der Schweiz Gültigkeit haben.

Wichtige Grundrechte in der Schweiz, welche an die Menschenrechte angelehnt sind:

Menschenwürde achten

Jeder Mensch hat das Recht, mit Respekt und Würde behandelt zu werden:

- egal, welche Religion Sie haben
- egal, aus welchem Land Sie kommen
- egal, welches Geschlecht Sie haben
- egal, wie alt Sie sind.

Niemand darf die Würde eines Menschen verletzen.

Gleichstellung aller Menschen

Alle Menschen werden gleich behandelt - unabhängig von Herkunft, Geschlecht, Alter, Lebensform, Religion und Behinderung.

Kontakte bei Fragen zur Gleichstellung

- [Informationen der Abteilung Integration und Gleichstellung des Kantons St.Gallen](#)
- [Frauenzentrale St.Gallen](#)
- [Verein ostschweizerinnen.ch](#)
- [cfd – Die feministische Friedensorganisation](#)
- [Evangelische Frauen Schweiz \(EFS\)](#)
- [avanti donne Interessenvertretung Frauen und Mädchen mit Behinderung](#)
- [Lesbenorganisation Schweiz LOS](#)
- [LGBT+ Helpline](#)
- [männer.ch](#)
- [Pink Cross](#)
- [Queeramnesty](#)
- [Regenbogenfamilien](#)
- [Transgender Network Switzerland](#)

Gleichberechtigung Mann und Frau

Schutz vor Diskriminierung und Rassismus

In der Schweiz gibt es ein Gesetz gegen Diskriminierung. Man darf niemanden diskriminieren wegen:

- der Herkunft
- der Hautfarbe
- des Alters
- der religiösen, weltanschaulichen oder politischen Überzeugung
- der Lebensweise
- der Sprache
- der sozialen Stellung
- einer körperlichen, geistigen oder psychischen Behinderung

Hilfe und Beratung

 Diskriminierung HEKS Beratungsstelle Ostschweiz  PDF, 633 kB

Freie Wahl von Religion und Weltanschauung

Jede Person darf ihre Religion und ihre weltanschauliche Überzeugung frei wählen. In der Schweiz darf niemand dazu gezwungen werden, einer Religionsgemeinschaft beizutreten oder anzugehören, eine religiöse Handlung vorzunehmen oder religiösem Unterricht zu folgen.

⇒ Religion in der Freizeit

Meinungsfreiheit

In der Schweiz darf sich jede und jeder eine eigene Meinung bilden und sie laut äussern.

Ungeschriebene Regeln und Gewohnheiten



Verabredungen und Fristen

Vereinbarungen, Verabredungen und Termine sind verbindlich. Halten Sie diese zuverlässig und pünktlich ein.



Dokumente aufbewahren

Schriftliches hat in der Schweiz eine grosse Bedeutung. Behalten Sie alle schriftlichen Sachen auf, es kann gut sein, dass Sie es später brauchen.



Rücksicht und Sauberkeit

Achten Sie darauf, Rücksicht auf andere Menschen, Umwelt und Natur zu nehmen. Es wird kein Abfall auf die Strasse geworfen.




Ruhezeiten einhalten

Ab 22.00 Uhr gilt die Nachruhe und der Sonntag gilt allgemein als Ruhetag.

Video in weiteren Sprachen

 Safe together in Switzerland  englisch



 Sicuri insieme in Svizzera  italienisch



 Vivre ensemble en toute sécurité en Suisse  französisch

 İsviçre'de hep birlikte, güvenle yaşayalım  türkisch


  tamilisch

 Обеспечим безопасность в Швейцарии вместе  russisch

 Разом безпечно в Швейцарії  ukrainisch

 georgisch  georgisch

 آمنين معاً في سويسرا  arabisch

-   kurmandschi
-  ክብርታ ክብርታ ክብርታ (Switzerland)  tigrinya
-  Si nabadgelyo leh wadajirka Switzerland  somalisch
-  بیلاید با هم در سوئیس با خیال راحت زندگی کنیم  farsi

Kontaktstellen

Finden Sie die richtige Anlaufstelle, Beratung oder Behörde in Ihrer Nähe: [Kontaktstellen](#)

© 2023 Informationsplattform für Zugewanderte im Kanton St.Gallen