





ЗАПОБИГТИ НАСИЛЬСТВУ, ПЕРШ НІЖ ВОНО ПОЧНЕТЬСЯ

Насильство – це коли хтось хоче контролювати іншу людину або вирішувати за неї, як їй жити.

Насильство може мати різні форми:

- побиття
- образи
- погрози
- приниження
- контроль

Насильство – це неправильно.

Ви зазнаєте насильства?

Знаєте людину, яка зазнає насильства?

Зателефонуйте за номером 142:

Вас вислухають і підтримають.

Дзвінок безкоштовний.

Вам не потрібно називати своє ім'я.

Телефонувати можна у будь-який час.

На дзвінки відповідають німецькою, французькою та італійською мовами.

За потреби організують переклад на інші мови.



**Тут ви знайдете допомогу та інформацію:
[without-violence.ch](https://www.without-violence.ch)**

Навіть якщо ви самі іноді вдаєтеся до насильства.

