





منع العنف قبل أن يبدأ

العنف يعني:

رغبة شخص في التحكم في شخص آخر
أو اتخاذ قرارات بشأن حياته.

هناك أشكال مختلفة للعنف:

- الضرب
- الإهانات
- التهديدات
- السبّ والشتم
- التحكم

العنف ليس أمراً مقبولاً.

هل تتعرض للعنف؟

هل تعرف شخصاً يتعرض للعنف؟

اتصل بالرقم **142**:

هناك من يستمع إليك ويقدم لك المشورة.

المكالمة مجانية.

لست مضطراً لذكر اسمك.

يمكنك الاتصال في أي وقت.

سيتم الرد على مكالماتك باللغات الإنجليزية والفرنسية والإيطالية

يمكن ترتيب الترجمة إلى لغات أخرى عند الحاجة.

يمكنك هنا الحصول على المساعدة والمعلومات:
without-violence.ch/ar



حتى لو كنت أنت نفسك تمارس العنف أحياناً.