





GEWALT VERHINDERN, BEVOR SIE BEGINNT

Gewalt bedeutet:

**Jemand will eine andere Person kontrollieren
oder über ihr Leben bestimmen.**

Gewalt hat verschiedene Formen:

- **Schläge**
- **Beleidigungen**
- **Drohungen**
- **Beschimpfungen**
- **Kontrolle**

Gewalt ist nicht in Ordnung.

Erlebst du Gewalt?

Kennst du eine Person, die Gewalt erlebt?

Ruf die Nummer 142 an:

Jemand hört dir zu und berät dich.

Der Anruf ist gratis.

Du musst deinen Namen nicht sagen.

Du kannst jederzeit anrufen.



**Hier findest du Hilfe und Infos:
ohne-gewalt.ch**

**Auch wenn du selbst
manchmal gewalttätig bist.**

