Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Federal Department of Home Affairs FDHA
Federal Office for Gender Equality FOGE

301.940.por

PREVENIR A VIOLÊNCIA, ANTES QUE ELA COMECE.

A violência é:
querer controlar outra pessoa
ou querer decidir por ela.

Há várias formas de violência:

- **agressões físicas**
- **insultos**
- **ameaças**
- **ofensas**
- **controlo**

A violência é inaceitável.

És vítima de violência?
Conheces alguém que seja vítima de violência?

Liga para o 142:
Alguém irá ouvir-te e aconselhar-te.
A chamada é gratuita.
Não precisas de dizer o teu nome.
Podes ligar a qualquer hora.

A tua chamada será atendida em alemão, francês e italiano.
Traduções para outros idiomas serão
organizadas, se necessário.

Aqui encontras ajuda
e informações:
without-violence.ch/pt

Mesmo que sejas tu quem exerce violência.