





КАК ИЗБЕЖАТЬ НАСИЛИЯ ЕЩЕ ДО ЕГО НАЧАЛА

**Насилие — это когда кто-то
хочет контролировать другого человека
или решать, как ему жить.**

Есть разные формы насилия:

- побои
- унижение
- угроза
- ругательство
- контроль

Насилие — это ненормально.

Насилие совершают над тобой?

Ты знаешь кого-то, над кем совершают насилие?

Позвони по номеру 142:

тебя выслушают и проконсультируют.

Звонок бесплатный. Не нужно называть свое имя.

Можно позвонить в любое время.

**Твой звонок на немецком, французском и
итальянском будет принят.**

**Если нужно, будет организован перевод
на другие языки.**



**Здесь ты найдешь
помощь и информацию:
without-violence.ch/ru**

Даже если иногда насилие совершаешь ты.

