

<p>dir Achtsamkeit entgegen bringt, dich schätzt, sowie deine Entscheidungen und Wünsche akzeptiert</p>	1	
<p>die Menschen akzeptiert, die dir und deiner Familie nahestehen und wichtig sind</p>	2	
<p>dir vertraut und dir Unterstützung und Hilfe anbietet</p>	3	
<p>sich mit dir gemeinsam freut und dabei glücklich ist</p>	4	
<p>dich bei der Auswahl gemeinsamer Aktivitäten auch um deine Zustimmung fragt</p>	5	
<p>er/sie ist beleidigt und spricht längere Zeit nicht mit dir</p>	6	
<p>er/sie erpresst dich, wenn du dich mit manchem nicht einverstanden erklärst</p>	7	
<p>er/sie kritisiert dich ständig, indem er/sie deine Meinung und deine Ideen negiert</p>	8	
<p>er/sie lacht dich aus</p>	9	
<p>er/sie ist krankhaft eifersüchtig</p>	10	
<p>er/sie versucht, dich ständig zu manipulieren</p>	11	
<p>er/sie kontrolliert dich immer, vor allem wenn du ausgehst, wie du angezogen bist, wie du dich schminkst usw.</p>	12	
<p>er/sie kontrolliert ohne deine Zustimmung deine Post, SMS, E-Mails, Fotos usw.</p>	13	
<p>er/sie zwingt dich, intime Fotos von dir zu verschicken</p>	14	
<p>er/sie isoliert dich von deiner Familie und von deinen Freunden</p>	15	
<p>dich demütigt und beschimpft</p>	16	
<p>verrückt spielt, wenn ihm/ihr etwas nicht passt</p>	17	
<p>dir mit Selbstmord droht</p>	18	
<p>dir droht, deine Intimfotos zu veröffentlichen</p>	19	
<p>dich herumstösst und dich schlägt</p>	20	
<p>deinen Intimbereich berührt, ohne dass du es willst</p>	21	
<p>dich zwingt, Pornofilme anzusehen</p>	22	
<p>dich zum Sex zwingt</p>	23	
	24	

DEINE BEZIEHUNG IST GESUND,

wenn die Person, mit der du zusammen bist:

ACHTUNG – sage STOP,

wenn in der Beziehung Gewalt, wie folgt, beginnt:

SCHÜTZE DICH – SUCHE NACH HILFE – DU BIST IN GEFAHR

wenn die Person mit der du zusammen bist:



**SOROPTIMIST INTERNATIONAL
SWITZERLAND**



16 Tage gegen häusliche und digitale Gewalt!

25. November bis
10. Dezember

Wehrt euch und holt euch
Unterstützung!

Unterstützt Opfer von
Gewalttaten!

WICHTIGE KONTAKTE

Polizei 117
Medizinische Hilfe 144
Dargebotene Hand 143
Pro Juventute 147



Hilfe bei Gewalt



Opferhilfe Schweiz