

Violence?

FR Et si c'était de la violence? - dans mon couple

DE Und wenn das Gewalt ist? - in meiner Partnerschaft

AL E sikur të kishte dhunë? - në jetën time bashkëshortore

AR ماذا لو كان هناك عنف؟ في عائلتي أو في حياتي الزوجية

BCS Šta ako je to nasilje? - u mojoj vezi

EN And what if it's violence? - in my relationship

ES ¿Y si fuera violencia? - en mi vida de pareja

IT E se ci fosse violenza? - nella mia coppia

PT E se ci fosse violência? - nella mia coppia

TI አብ ሓዳሪይ - ግርጭት እንተተሰሉ

ET SI C'ÉTAIT DE LA VIOLENCE? - DANS MON COUPLE

FR Coups, gifles, brutalités, insultes, humiliations, menaces, interdictions, contraintes sexuelles...

La violence de couple revêt différentes formes. Mais toujours l'un-e des partenaires prend le contrôle sur l'autre, créant un sentiment permanent de peur et de tension.

Chacun-e peut être concerné-e, quels que soient son âge, son milieu social ou culturel ou sa religion ; qu'il ou elle soit marié-e ou non, hétéro ou homosexuel-le, mineur-e ou majeur-e, un homme ou une femme.

La violence s'installe, se répète et s'aggrave avec le temps, malgré des moments de répit. Les deux partenaires sont pris dans un cycle. S'en sortir seul-e est très difficile.

Victimes ou auteur-e-s de violences, parlez de votre situation à des professionnel-le-s. C'est un premier pas pour que les choses changent.

www.violences-domestiques.ch

La violence au sein du couple et de la famille est interdite. Si vous vivez de la violence dans votre couple, ces organismes peuvent vous aider. N'hésitez pas à les contacter.

Aide pour victimes - confidentiel et gratuit :

Centres de consultation LAVI
Valais romand 027 607 31 00
Haut-Valais 027 946 85 32

Aide pour auteur-e-s - confidentiel et 1^{er} entretien

volontaire gratuit: Consultation et accompagnement socio-thérapeutique
Valais romand 079 158 26 41
Haut-Valais 079 308 84 05

Protection : Police 117
Office pour la protection de l'enfant:

Valais romand 027 606 48 40
Haut-Valais Brig 027 606 99 50 Visp 027 606 99 10

Soins : Urgences - 144

Interprétariat :

AVIC, Valais romand, 079 794 69 21
FMO, Haut-Valais, 079 852 05 11

UND WENN DAS GEWALT IST? - IN MEINER PARTNERSCHAFT

DE Schläge, Ohrfeigen, Beschimpfung, Erniedrigung, Drohung, Verbote, sexuelle Nötigung...

Gewalt in der Beziehung hat viele Gesichter. Eins ist aber immer gleich: Einer der Partner übernimmt die Kontrolle über den anderen, es herrscht Angst vor und es kommt zu Spannungen.

Jede und jeder kann betroffen sein - unabhängig von Alter, gesellschaftlicher Stellung, kultureller Identität oder Religionszugehörigkeit, ob verheiratet oder ledig, hetero- oder homosexuell, minder- oder volljährig, Mann oder Frau.

Mit der Zeit beginnt sich die Gewalt zu wiederholen und wird immer schlimmer, auch wenn zeitweise alles gut zu sein scheint. Beide Partner sind in diesem Teufelskreis gefangen. Allein davon loszukommen, ist sehr schwierig.

Opfer oder gewaltausübende Personen - sprechen Sie mit Fachleuten über Ihre Situation. Das ist der erste Schritt hin zu einer Veränderung.

www.haeuslichegewalt-vs.ch

Gewalt in der Beziehung oder in der Familie ist strafbar. Diese Stellen können Ihnen helfen. Zögern Sie nicht, sie zu kontaktieren.

Opferhilfe - vertraulich und gratis:

Opferhilfe-Beratungsstelle
Mittel- und Unterwallis 027 607 31 00
Oberwallis 027 946 85 32

Hilfe für Gewaltausübende, Erstgespräch gratis:

Beratung und sozialtherapeutische Betreuung
Mittel- und Unterwallis 079 158 26 41
Oberwallis 079 308 84 05

Schutz: Polizei - 117

Amt für Kinderschutz:
Mittel- und Unterwallis 027 606 48 40
Oberwallis, Brig 027 606 99 50, Visp 027 606 99 10

Gesundheit: Notfall - 144

Dolmetscherdienst:

AVIC, Mittel- und Unterwallis 079 794 69 21
FMO, Oberwallis, 079 852 05 11

E SIKUR TË KISHTE DHUNË? - NË JETËN TIME BASHKËSHORTORE

AL Goditje, shuplaka, brutalitet, fyerje, poshtërim, ndalime, detyrime seksuale....

Dhuna e çiftit merr forma të ndryshme. Por gjithmonë njëri prej partnerëve merr kontrollin mbi tjetrin, duke krijuar një ndjenjë të përhershme të frikës dhe tensionit.

Gjithkujt mund t'i ndodhë, pavarësisht prej moshës, rrethit shoqëror, kulturor apo fetar ; nëse ai ose ajo është i (e) martuar apo jo, heteroseksuel apo homoseksuel, i mitur apo i rritur, burrë apo grua.

Dhuna vendoset, përsëritet dhe përkeqësohet me kalimin e kohës, pavarësisht nga momente të zbutjes së saj. Të dy partnerët futen në një cikël. T'ia dalësh i vetëm është shumë e vështirë.

Viktima ose autor-ë të dhunës, flisni për gjëndjen tuaj tek profesionistët. Ky është hapi i parë që gjërat të ndryshojnë.

www.violences-domestiques.ch

Dhuna mes çiftit dhe në familje është e ndaluar. Nëse jeni duke përjetuar dhunë në çiftin tuaj, këto organizata mund t'ju ndihmojnë. Mos hezitoni t'i kontaktoni ato.

Ndihmë për viktimat - konfidenciale dhe falas :

Qendrat e konsultimit të LAVI
Valais frankofone 027 607 31 00
Valais gjermanofone 027 946 85 32

Ndihmë për autor-et-ët - konfidenciale dhe takimi i parë falas:

Konsultim dhe mbështetje socio-terapeutike / Valais frankofone 079 158 26 41
Valais gjermanofone 079 308 84 05

Mbrojtje : Policia 117

Zyra për mbrojtjen e fëmijëve:
Valais frankofone 027 606 48 40
Valais gjermanofone Brig 027 606 99 50
Visp 027 606 99 10

Shëndeti : Urgjenca - 144

Interpretimi :

AVIC, Valais frankofone, 079 794 69 21
FMO, Valais gjermanofone, 079 852 05 11

AR ضربات، صفعات، أفعال وحشية، إهانات، إذلال، تهديدات، أفعال محظورة أو محرمة، الاكراه الجنسي ...

إن العنف الأسري (بين الزوجين) يتخذ أشكالاً مختلفة. ولكن غالباً ما يتولى أحد الشريكين (الزوجين) السيطرة على الآخر، مما يخلق شعوراً دائماً بالخوف والتوتر.

قد يكون كل شخص معنياً في هذه الحالة، بغض النظر عن العمر أو الخلفية الاجتماعية أو الثقافية أو الدين؛ سواء كان متزوجاً أو غير متزوج أو شخصاً منجذباً للجنس الآخر (علاقة الرجل بالمرأة) أو مثلي الجنس أو قاصر أو كبير، ذكراً أو أنثى.

العنف يتواجد، ويتكرر ويتفاقم مع مرور الوقت، على الرغم من وجود لحظات من الراحة. كلا الشريكين ضائعين ويدوران في حلقة مفرغة. حيث يكون الخروج منها بجهود ذاتية وبدون طلب المساعدة أمر صعب للغاية.

سواء كنت من ضحايا العنف أو مرتكبيه، تحدث عن وضعك مع الأشخاص المختصين أو المهنيين. إنها الخطوة الأولى لتغيير الأمور في حياتك.

www.violences-domestiques.ch

العنف داخل الحياة الزوجية أو العائلية يعتبر أمر محظور إذا كنت تعاني من العنف في علاقتك الزوجية أو داخل العائلة، يمكن لهذه المنظمات مساعدتك. فلا تتردد في الاتصال بهم.

مساعدة ضحايا العنف سرية ومجانية: مراكز الاستشارات LAVI
محافظه الفالي القسم الفرنسي 027 607 31 00 (Valais romand)
محافظه الفالي القسم الألماني 027 946 85 32 (Oberwallis)

مساعدة مرتكبي العنف مقابلة طوعية وسرية وتكون الجلسة الأولى مجانية: تقديم المشورة والدعم العلاجي والاجتماعي

محافظه الفالي القسم الفرنسي 079 158 26 41 (Valais romand)
محافظه الفالي القسم الألماني 079 308 84 05 (Oberwallis)

الحماية: الشرطة 117
مكتب حماية الطفل (Office pour la protection de l'enfant)
محافظه الفالي القسم الفرنسي 027 606 48 40 (Valais romand)
Brig 027 606 99 50 Visp 027 606 99 10 (Oberwallis)
محافظه الفالي القسم الألماني

العناية: حالات الطوارئ (المستعجلات) 144

خدمة الترجمة الفورية

AVIC (جمعية فالي للمتزوجين الفوريين المجتمعين) محافظه الفالي-القسم الفرنسي - 079 794 69 21
FMO (جمعية فالي للمتزوجين الفوريين المجتمعين) محافظه الفالي-القسم الألماني - 079 852 05 11

ماذا لو كان هناك عنف؟ في عائلتي أو في حياتي الزوجية

centres de consultation LAVI
Opferhilfe-Beratungsstellen
Qendrat e konsultimit LAVI
مراكز الاستشارات LAVI
Centar za konsultacije LAVI
LAVI Consultation Centres
centros de consulta LAVI
Centro di consulenza LAVI
Centros de consultação LAVI
027 607 31 00
027 946 85 32

Police
Polizei
Policia
الشرطة
Policija
Police
Policia
Polizia
Policia
117

→ Consultation et accompagnement socio-thérapeutique pour auteur-e-s
→ Beratung und sozialtherapeutische Betreuung für gewaltausübende Personen
→ Konsultim dhe mbështetje socio-terapeutike për autor-et-ët
→ التشاور والمرافقة العلاجية والاجتماعية لمرتكبي العنف
→ Konsultacije i socio-terapijska podrška za počinoce nasilja
→ Consultation and socio-therapeutic support for the perpetrators of violence

→ Consulta y acompañamiento socio-terapéutico para autor/a(es)
→ Consulenza e accompagnamento socio-terapeutico per autore/i
→ Konsultacije i socio-terapijska podrška za počinoce nasilja
→ ማስተዳደር ከንቅሳ መስጫ ንግግራት

Valais romand
► 079 158 26 41
Oberwallis
► 079 308 84 05

www.violences-domestiques.ch
www.haeuslichegewalt-vs.ch



Gewalt?

ŠTA AKO JE TO NASILJE? - U MOJOJ VEZI

BCS **Udarci, šamari, brutalnosti, uvrede, poniženja, pretnje, zabrane, seksualne prinude...**

Nasilje u partnerskim odnosima ima različite oblike. Ali uvek jedan od partnera uspostavlja kontrolu nad drugim, stvarajući stalni osećaj straha i napetosti.

Može se tícati svake osobe, bez obzira na njeno starosno doba, njeno društveno ili kulturno okruženje i veroispovest ; bilo da je u braku ili ne, hetero ili homoseksualne orijentacije, maloletna ili punoletna, čovek ili žena.

Nasilje nastaje, ponavlja se i pogoršava vremenom, uprkos trenucima primirja. Oba partnera se nadju u krugu, takozvanom kružnom procesu. Izbaviti se sam iz njega, jako je teško.

Žrtve ili počinioci nasilja, pričajte o vašoj situaciji sa stručnim licima. To predstavlja prvi korak ka promeni stanja.

www.violences-domestiques.ch

Nasilje u porodici i partnerskim odnosima je zabranjeno. Ako doživljavate nasilje unutar veze, ove organizacije vam mogu biti od pomoći. Nemojte se ustručavati da ih kontaktirate.

Pomoć žrtvama – poverljivog karaktera i besplatne usluge : Centar za konsultacije LAVI
Frankofonski Valais 027 607 31 00
Germanofonski Valais 027 946 85 32

Pomoć počiniocima nasilja – poverljivog karaktera i besplatan prvi dobrovoljni razgovor : Konsultacije i socio-terapijska podrška /
Frankofonski Valais 079 158 26 41 -
Germanofonski Valais 079 308 84 05

Zaštita : Policija 117
Ured za zaštitu deteta:
Frankofonski Valais 027 606 48 40 - Germanofonski Valais Brig 027 606 99 50 **Visp 027 606 99 10**

Medicinska pomoć : Hitna pomoć – 144

Prevodilačke usluge :
AVIC, **Frankofonski Valais, 079 794 69 21**
FMO, **Germanofonski Valais, 079 852 05 11**

AND WHAT IF IT'S VIOLENCE? - IN MY RELATIONSHIP

EN **Blows, slaps, cruelty, insults, humiliation, threats, bans, sexual coercion...**

Violence within a relationship takes many different forms, but one of the partners always takes control of the other, in all cases, creating a permanent feeling of fear and tension.

It can affect anyone, regardless of their age, social or cultural background or religion ; whether they are married or not, hetero or homosexual, minor or adult, man or woman.

Violence sets in, repeats and worsens over time, despite moments of respite. Both partners get caught in a cycle, out of which it is very hard to escape from on your own.

Victims or perpetrators of violence, talk to professionals about your situation. It's the first step to making things change.

www.violences-domestiques.ch

Violence within a couple or family is forbidden. If you are experiencing violence in your relationship, these organisations can help you. Feel free to contact them.

Victim support – confidential and free of charge : LAVI Consultation Centres
French-speaking Valais 027 607 31 00
German-speaking Valais 027 946 85 32

Support for the perpetrators of violence – confidential, 1st voluntary meeting free of charge: Consultation and socio-therapeutic support
French-speaking Valais 079 158 26 41
German-speaking Valais 079 308 84 05

Protection : Police 117
Child Protection Office (OPE):
French-speaking Valais 027 606 48 40
German-speaking Valais Brig 027 606 99 50
Visp 027 606 99 10

Medical care: Emergency – 144

Interpreting :
AVIC, **French-speaking Valais, 079 794 69 21**
FMO, **German-speaking Valais, 079 852 05 11**

¿Y SI FUERA VIOLENCIA? - EN MI VIDA DE PAREJA

ES **Golpes, bofetadas, agresividad, insultos, humillaciones, amenazas, prohibiciones, abusos sexuales ...**

La violencia de pareja se revela de diversas formas. Pero siempre hay una persona de la pareja que toma el control sobre la otra, creando un sentimiento permanente de miedo y de tensión.

Puede concerner a cualquier persona, cualquiera que sea su edad, su medio social o cultural o su religión; esté casado o no, heterosexual u homosexual, menor o mayor de edad, hombre o mujer.

La violencia se asienta, se repite y se agrava con el tiempo, a pesar de los momentos de tregua. Ambas personas están atrapadas en un ciclo. Salir de la situación solo/a es muy difícil.

Víctimas o autor/a(es) de violencia, hablad de vuestra situación a profesionales. Es un primer paso para que las cosas cambien.

www.violences-domestiques.ch

La violencia en el seno de la pareja y de la familia está prohibida. Si usted experimenta la violencia en su pareja, estos organismos pueden ayudarle. No dude en contactarles.

Ayuda para las víctimas – confidencial y gratuita : Centros de consulta LAVI **Valais francófono 027 607 31 00 – Valais germanófono 027 946 85 32**

Ayuda para autor/a(es) – confidencial la 1a cita voluntaria y gratuita : Consultación y acompañamiento socio-terapéutico / **Valais francófono 079 158 26 41 - Valais germanófono 079 308 84 05**

Protección : Policía 117

Oficina para la protección del niño: **Valais francófono 027 606 48 40 - Valais germanófono Brig 027 606 99 50** **Visp 027 606 99 10**

Primeros auxilios : Urgencias – 144

Interpretación :
AVIC, **Valais francófono, 079 794 69 21**
FMO, **Valais germanófono, 079 852 05 11**

E SE CI FOSSE VIOLENZA ? - NELLA MIA COPPIA

IT **Colpi, schiaffi, brutalità, insulti, umiliazioni, minacce, proibizioni, costrizioni sessuali...**

La violenza di coppia può avere varie forme. Spesso il/la partner prende il controllo sull'altro, creando un sentimento permanente di paura e di tensione.

Può succedere a chiunque, indipendentemente dall'età, dall'ambito sociale, culturale o religioso; se si è sposati o no, eterosessuali o omosessuali, minorenni o maggiorenti, uomo o donna.

La violenza si insedia, si ripete e peggiora nel tempo, malgrado dei momenti di tregua. I due partner entrano in un ciclo. Uscirne da solo/a è molto difficile.

Vittime o autori di violenza, parlate della vostra situazione a dei professionisti. È un primo passo per far cambiare le cose.

www.violences-domestiques.ch

La violenza nella coppia e nella famiglia è vietata. Se subite della violenza nella vostra coppia, queste organizzazioni possono aiutarvi. Non esitate a contattarle.

Aiuto alle vittime – confidenziale e gratuito : Centri di consulenza LAVI
Vallese francofono 027 607 31 00
Vallese germanofono 027 946 85 32

Aiuto a autori /-rici confidenziale e primo appuntamento volontario gratuito: Consulenza e accompagnamento socio-terapeutico
Vallese francofono 079 158 26 41
Vallese germanofono 079 308 84 05

Protezione : Polizia 117
Ufficio della protezione del bambino : **Vallese francofono 027 606 48 40**
Vallese germanofono, Brig 027 606 99 50
Visp 027 606 99 10

Cure : Urgenze – 144

Interpretariato:
AVIC, **Vallese francofono, 079 794 69 21**
FMO, **Vallese germanofono, 079 852 05 11**

E SE FOSSE VIOLÊNCIA? - NO MEU CASAL

PT **Golpes, bofetadas, brutalidades, insultos, humilhações, ameaças, proibições, constrangimentos sexuais ...**

A violência assume diversas formas. Sendo que um dos parceiros toma sempre o controlo sobre o outro, cria-se assim um sentimento permanente de medo e tensão.

Isto pode dizer respeito a qualquer pessoa, qualquer que seja a idade, meio social ou cultural, ou religião; quer esta seja casada ou não, hetero ou homossexual, menor ou maior de idade, homem ou mulher.

A violência instala-se, repete-se e agrava-se com o passar do tempo, apesar dos momentos de tréguas. Ambos os parceiros ficam presos num ciclo do qual é muito difícil sair sozinho(a).

Vítimas ou autoras(es) de violências, falei da vossa situação aos profissionais. É o primeiro passo para que as coisas mudem.

www.violences-domestiques.ch

A violência conjugal e familiar é proibida. Se o seu casal vive numa situação de violência, estas entidades poderão ajudá-la(o). Não hesite em contactá-las.

Ajuda para as vítimas – confidencial e gratuito: Centros de consultação LAVI
Valais romando (francófono) 027 607 31 00 - Alto-Valais (germanófono) 027 946 85 32

Ajuda para autores(as) – confidencial; 1º encontro voluntário e gratuito: Consulta e acompanhamento socio-terapéutico
Valais romando (francófono) 079 158 26 41 - Alto-Valais (germanófono) 079 308 84 05

Protecção: Polícia 117
Serviço de protecção das crianças (OPE): **Valais romando (francófono) 027 606 48 40**
Alto-Valais (germanófono) Brig 027 606 99 50
Visp 027 606 99 10

Cuidados médicos: Urgências – 144

Interpretariado:
AVIC, **Valais romando (francófono), 079 794 69 21**
FMO, **Alto-Valais (germanófono), 079 852 05 11**

አብ ሓዳረይ - ግርጭት እንተገህሉ

TI **ማህረምቲ፡ መጽፋዕቲ፡ ጭካነ፡ ጸርፊ፡ ምንግቕ፡ ምፍርራህ፡ ዝደልዮ ነገራት ንኸይገብር ምኽልካል፡ ብዘይ ድሌት ዝግበር ጾታዊ ፍጻሜታት....**

አብ መንጎ ክልተ ተጻመድቲ ዝፍጠር ግጭት ዝተፈለለየ ዓይነት ክኸውን ይኽእል። ክሉ ግዜ ግን እቲ ሓደ አብ ርእሲ እቲ ካልእ ጻቕጢ ወይውን ምዕባላል የርኢ። እዚ ሰብ ኩሉ ግዜ አብ ፍርህን አብ ጻቕጥን ይነብር።

ነፍሲ ወከፍ ሰብ ማለት ዕድመ ክይፈለየ፡ ማሕበራዊ ናብራ፡ ሃይማኖት ባህሊ፡ ብዓል/ቲ ሓዳር ወይ ሓዳር ዘይብሉ/ላ፡ ሓደ ጾታ ይኹኑ ዝተፈለለየ ጾታ ዘሎውም መጻምድቲ ብዘየገድስ፡ በዚ ጉዳይ ክጽሎዉ ይኽእሉ።

ምስ ግዜ ግርጭት ይበዝሑ፡ ይደጋገሙ እንዳገደዱ ኸአ ይኸዱ፡ እዞም ግርጭታት ንግዜኡ እንተሃድኡ ፡ እዞም መጻምድቲ ግን አብኡ ዕንክሊል ይብሉ። በይኖም ኮይኖም መፍትሒ ክረኽቡ ኣይክእሉን ።

ግዳይ ናይ ጎነጽ ወይውን ጎነጽኛ ምስ ንኸውን ናብ ኪኢላታት ክይድኖ ብዛዕባ ኩነታትኖ ክንመያየጥ ኣለና። እዚ ኸአ ቀዳማይ ስጉምቲ ንለውጢ ክኸውን ይኽእል።

www.violences-domestiques.ch

አብ መንጎ ተጻመድቲን ቤተ ሰባምን ጎነጽ ወይ ግርጭት ክልኩል ኢዩ። ምስ መጻምድቲኹም ጎነጽ ዘለዎ ህይወት ትኑብሩ እንተ ኣለኹም፡ እዞን አብ ታሕቲ ተጠቂስን ዘለዎ ትካላት ሓገዝ ክህባኹም ስለዝኽእላ ስለዚ ተወክስዎን።

ንግዳይት ዝወሃብ ሓገዝ ምስጢራውነቱ ዝዓቀበ ኮይኑ ካብ ክፍሊትውን ነጻ ኢዩ። Centres de consultation LAVI - ቤት ጽሕፈት መወከሲ ላቪ **Valais romand (ተዛረብቲ ቋንቋ ፈረንሳ) 027 607 31 00 - Oberwallis (ተዛረብቲ ቋንቋ ጀርመን) 027 946 85 32**

ንጎነጽኛ ዝወሃብ ሓገዝ ምስጢራውነቱ ዝዓቀበ ኮይኑ፡ እታ ቀዳመይቲ ኣኼባ ካብ ክፍሊት ነጻ ኢዩ።

ማሕበራዊ ምኽርን መሰነይታን ኣብ ተዛረብቲ ቋንቋ ፈረንሳን ጀርመንን Valais romand (ተዛረብቲ ቋንቋ ፈረንሳ) 079 158 26 41 - Oberwallis(ተዛረብቲ ቋንቋ ጀርመን) 079 308 84 05

ድሕነት፡ ፖሊስ፡ 117
Office pour la protection de l'enfant: **Valais romand (ተዛረብቲ ቋንቋ ፈረንሳ) 027 606 48 40 - Oberwallis (ተዛረብቲ ቋንቋ ጀርመን) Brig 027 606 99 50** ቤት ጽሕፈት ድሕነት ህጻናት **Visp 027 606 99 10**

ክንክን Urgences – 144

AVIC Valais romand - እቪክ ፡ ተዛረብቲ ቋንቋ ፈረንሳ (ቫሌ ሮማንድ) 079 794 69 21
AVIC Oberwallis - ፋሞ ፡ ተዛረብቲ ቋንቋ ጀርመን (ላዕላይ ቫሌ) 079 852 05 11