

## Домашнє насильство

[Що таке домашнє насильство?](#)

[Консультавання та захист постраждалих осіб](#)

[Допомога особам, які вчинили насильство](#)

[Діти та підлітки](#)

[Сексуальне насильство](#)

[Психологічне насильство](#)

[Сталкінг \(переслідування\)](#)

[Право на перебування у Швейцарії](#)

[Примусове одруження та жіноче обрізання](#)

## Що таке домашнє насильство?

Домашнє насильство - це насильство в сім'ї або партнерстві. Воно призводить до фізичних або психологічних страждань. Домашнє насильство у Швейцарії заборонене.

### Що таке домашнє насильство?

Домашнє насильство може бути фізичним, психологічним, сексуальним та економічним. Воно відбувається в партнерстві або сім'ї: між подружжям або людьми, які є або були парою. Не має значення, живуть вони разом чи окремо. Насильство між батьками та дітьми або іншими членами сім'ї, такими як брати та сестри, бабусі та дідусі, дядьки та тітки, також вважається домашнім насильством. Існує багато проявів домашнього насильства. Часто різні форми відбуваються одночасно.

Наприклад, побиття - погрози - образи - знущання - душіння - замикання вдома - тягання за волосся - контроль - заборона телефонувати - примус до сексу - примус до шлюбу - позбавлення грошей - нехтування.

Домашнє насильство часто відбувається по колу. Воно розвивається як спіраль, яка розкручується все швидше й швидше. Спочатку у стосунках виникає напруженість. За цим іде спалах насильства. Потім настає спокій, примирення й каяття. Потім напруженість знову наростає, і знову спалахує насильство. Вирватися із замкненого кола насильства важко й навряд чи можливо без підтримки. Важливо отримати допомогу.

Насильство при розставанні є особливою формою домашнього насильства. Розставання - це драматична життєва подія. Тому ризик домашнього насильства значно зростає до, під час і після розставання. Навіть у стосунках, які не характеризуються серйозними конфліктами та домашнім насильством, у випадках розставання може виникати насильство. Конфлікти, пов'язані з розставанням, можуть загострюватися й призводити до серйозного або смертельного насильства. Важливо, щоб постраждалі в ситуаціях розставання зверталися по допомогу.

## **Які особи вважаються постраждалими?**

Багато людей у Швейцарії страждають від насильства в сім'ї або партнерстві. Домашнє насильство трапляється в усіх соціальних класах і вікових групах і може торкнутися **будь-кого**.

Насильство може поставити під загрозу здоров'я й призвести до психічних і психосоматичних захворювань.

Домашнє насильство є тягарем для дітей і може мати серйозні наслідки для їхнього розвитку. Вони страждають не лише тоді, коли зазнають насильства безпосередньо, але й тоді, коли стають свідками насильства в батьківському партнерстві. Тому діти, які постраждали від насильства, потребують підтримки.

Насильство у жодному випадку не є вирішенням проблем.

## **Додаткова інформація (посилання, адреси, брошури, листівки)**

[www.hallo-aargau.ch/uk/haeusliche-gewalt/hausliche-gewalt](http://www.hallo-aargau.ch/uk/haeusliche-gewalt/hausliche-gewalt)

## Консультування та захист постраждалих осіб

Підтримку жертвам домашнього насильства надають різні організації. Здебільшого конфіденційно та безплатно, за потреби з перекладом. Звернутися по допомогу - це важливо!

### Корисно знати

Кожна людина має право на життя без насильства. Постраждалі часто не наважуються звернутися по допомогу або розповісти про насильство. По допомогу у вирішенні таких питань можна звернутися до довіреної особи, поліції чи консультативного центру.

## Куди звернутися по допомогу?

У разі небезпеки або конкретної загрози треба звертатися до **поліції** (117).

У **жіночому притулку Ааргау-Солотурн** жінкам із дітьми або без дітей надаються захист, консультації та житло. Подзвонити у притулок можна цілодобово за телефоном 062 823 86 00.

Постраждалі особи (зокрема чоловіки) можуть звернутися по консультацію у такі установи:

**Служба консультування жертв насильства в кантоні Ааргау**, 062 835 47 90,  
[www.opferberatung-ag.ch](http://www.opferberatung-ag.ch)

Служба консультування жертв насильства в Ааргау надає інформаційні, психологічні та юридичні консультації людям, які зазнали насильства в сім'ї, та їхнім родичам. Ця допомога надається безплатно. Разом із фахівцем ви можете спланувати наступні кроки. Консультанти зобов'язані дотримуватися конфіденційності. Це означає, що вони не мають права нікому повідомляти про консультації. Навіть поліції.

**Координаційний центр протидії домашньому насильству**, 062 550 20 20,  
[www.ahg-aargau.ch](http://www.ahg-aargau.ch)

Центр зв'язується з людьми, які постраждали від насильства після втручання поліції, та пропонує їм інформаційну підтримку. До центру також можуть звертатися жертви без участі поліції, члени сім'ї, сусіди, начальство тощо. Консультації є безплатними та конфіденційними.

**Телефон 143 - Die Dargebotene Hand ("Рука допомоги")**, 143 (цілодобово),  
англійською, гаряча лінія 0800 143 000, [www.143.ch](http://www.143.ch)

Телефон довіри для всіх. Розмова про випадки насильства допомагає!

**Кризовий центр допомоги чоловікам, які стали жертвами домашнього насильства ZwüscheHalt ("Проміжна зупинка")**, 056 552 08 70 (Zürich),  
[www.zwueschehalt.ch](http://www.zwueschehalt.ch)

ZwüscheHalt у Цюриху, Берні та Люцерні пропонує житло та консультації чоловікам із дітьми або без дітей, які постраждали від насильства. Фінансовий внесок є обов'язковим.

Діти мають право на життя без насильства. Для них існують спеціальні консультаційні служби. Ви можете знайти їх тут. (Посилання на тизер "Діти")

## Додаткова інформація (посилання, адреси, брошури, листівки)

[www.hallo-aargau.ch/uk/haeusliche-gewalt/beratung-und-schutz-fur-betroffene](http://www.hallo-aargau.ch/uk/haeusliche-gewalt/beratung-und-schutz-fur-betroffene)

## Допомога особам, які вчинили насильство

Якщо ти заподіяв комусь фізичну або моральну шкоду, ти повинен взяти на себе відповідальність і звернутися по допомогу. Консультації допоможуть тобі змінити свою поведінку.

### Корисно знати

Ти боїшся втратити контроль і почати кричати, вдарити іншу людину чи погрожувати їй? Іноді не знаєш, що робити зі своїм гнівом? Наберись сміливості та звернися по допомогу.

Насильство у Швейцарії заборонено та карається.

### Куди звернутися по допомогу?

**Навчальна програма протидії домашньому насильству**, 062 550 20 20,  
[www.ahg-aargau.ch](http://www.ahg-aargau.ch)

Ця програма навчає людей, які спричиняють насильство, як вирішувати конфлікти без насильства. Програма проходить у групах і розрахована на людей віком від 18 років. У певних випадках можливе також індивідуальне проходження навчальної програми. У разі необхідності можна скористатися послугами перекладача.

**Телефон довіри 143 - Die Dargebotene Hand ("Рука допомоги")**, 143

(цілодобово), англійською, гаряча лінія 0800 143 000, [www.143.ch](http://www.143.ch)

Якщо вам потрібно негайно потрібно з кимось поговорити, ви можете зателефонувати за номером 143 - Die Dargebotene Hand. Оператори телефона довіри завжди допоможуть вам, навіть вночі. Дзвінки є анонімними.

Насильство у жодному випадку не є вирішенням проблем.

### Додаткова інформація (посилання, адреси, брошури, листівки)

[www.hallo-aargau.ch/uk/haeusliche-gewalt/hilfe-fur-gewalt-ausubende-personen](http://www.hallo-aargau.ch/uk/haeusliche-gewalt/hilfe-fur-gewalt-ausubende-personen)

## Діти та підлітки

Діти та підлітки, які зазнають насильства вдома, потребують допомоги. Вони мають право на життя без насильства.

### Корисно знати

Якщо діти та підлітки зазнають домашнього насильства, це негативно впливає на їхній розвиток. Це стосується навіть тих випадків, коли насильство не спрямоване безпосередньо на дітей та підлітків. Дехто страждає мовчки, в інших виникають такі прояви, як труднощі в навчанні, нетримання сечі, головний біль, розлади харчової поведінки або сну, проблеми в спілкуванні з однолітками або агресія.

### Куди дітям та підліткам можна звернутися по допомогу?

Дітям і підліткам, які зазнають насильства вдома, важливо поговорити про це з кимось поза сім'єю. Наприклад, з учителями, шкільними соціальними працівниками, наставниками, батьками друзів або сусідами.

Діти, підлітки та їхні опікуни можуть звернутися по консультації у такі установи:

**Команда фахівців з протидії домашньому насильству шкільної психологічної служби**, 062 835 41 19, [www.ag.ch/schulpsychologie](http://www.ag.ch/schulpsychologie)

**Групи захисту дітей у двох кантональних лікарнях**, Аарау: 062 838 56 16, Баден 056 486 37 05

**ask! - служба психологічної підтримки молоді (з 16 років)**, Аарау та Баден, 062 832 64 40 або онлайн, [www.beratungsdienste-aargau.ch](http://www.beratungsdienste-aargau.ch)

**Центри консультування з питань молоді, шлюбу та сім'ї**, список центрів по округах можна знайти на [www.jefb.ch](http://www.jefb.ch)

**Благодійний фонд Pro Juventute ("Для молоді")**, 147 (цілодобово), [www.147.ch](http://www.147.ch)  
До Pro Juventute можна телефонувати цілодобово. Фахівці нікому не розповідатимуть про розмову, вислухають та допоможуть знайти рішення. Дзвінок в Pro Juventute безплатний. Постраждалим не потрібно називати своє ім'я. З Pro Juventute також можна зв'язатися за допомогою текстового повідомлення, чату або електронної пошти.

### Додаткова інформація (посилання, адреси, брошури, листівки)

[www.hallo-aargau.ch/uk/haeusliche-gewalt/kinder-und-jugendliche](http://www.hallo-aargau.ch/uk/haeusliche-gewalt/kinder-und-jugendliche)

# Сексуальне насильство

Випадки сексуального насильства трапляються скрізь: у громадських місцях, на роботі, в інтернеті, а також у стосунках і в сім'ї. Після зґвалтування важливо пройти медичне обстеження, навіть якщо ви не хочете повідомляти про це в поліцію.

## Що таке сексуальне насильство?

Сексуальне насильство - це дії сексуального характеру, які вчиняються під примусом або тиском. Приклади: сексуальні домагання або сексуальне насильство, сексуальний примус, сексуальне насильство в дитинстві, сексуальна експлуатація або зґвалтування. Сексуальне насильство також може відбуватися в інтернеті. Наприклад, коли інтимні відео- або фотозаписи партнера поширюються в соціальних мережах без його згоди.

Сексуальне насильство трапляється в усіх соціальних класах і вікових групах та може торкнутися **будь-кого**. Сексуальне насильство у Швейцарії заборонено й карається.

## Корисно знати

Більшість сексуальних злочинів скоюють не незнайомці, а партнери, колишні партнери, знайомі та колеги. Постраждалі часто відчують сором і страждають від почуття провини. Потрібна мужність, щоб звернутися по допомогу. Однак після зґвалтування важливо пройти медичне обстеження. Пізніше можна також подати заяву до поліції.



## Куди звернутися по допомогу?

Якщо ви або хтось із ваших знайомих зазнав сексуального насильства:

### Медичне обстеження

Якщо можливо, пройдіть медичне обстеження **протягом 72 годин**.

- Ви можете пройти медичний огляд і задокументувати отримані травми в кабінеті вашого **сімейного лікаря**.
- Якщо у вас немає такої можливості, зверніться за **номером екстреної медичної допомоги Ааргау 0900 401 501** (3,23 CHF за хвилину, зі стаціонарного телефону).

### Судово-медична експертиза

- Кантональна лікарня Аарау пропонує безплатну судово-медичну експертизу для жертв фізичного та сексуального насильства.
- Ваша інформація буде оброблятися **конфіденційно**.
- Наслідки насильства будуть задокументовані, а докази збережені.
- За бажанням вас можуть направити до служби консультування жертв насильства в Ааргау.
- **Контакти:** центр судово-медичної експертизи для жертв насильства, 062 838 64 62.

Графік роботи: з понеділка по п'ятницю з 8:00 до 12:00 та з 13:30 до 16:00.

[www.ksa.ch/gewaltopfer](http://www.ksa.ch/gewaltopfer)

### Збереження доказів

- Якщо ви не можете негайно звернутися до лікаря або до лікарні, збережіть докази, наприклад, одяг, у паперовому пакеті.
- Історії чатів та текстові повідомлення також можуть слугувати доказами. Збережіть ці дані.

### Додаткова підтримка

- Служба консультування жертв насильства кантону Ааргау пропонує юридичну та психологічну допомогу.
- Тут жертви насильства також можуть отримати інформацію про переваги та недоліки подання заяви про злочин.
- Витрати на профілактичне лікування покриваються службою підтримки жертв насильства, незалежно від того, повідомили ви про злочин чи ні.
- **Контакти:** Служба консультування жертв насильства кантону Ааргау, 062 835 47 90 або чат, [www.opferberatung-ag.ch](http://www.opferberatung-ag.ch)

## Додаткова інформація (посилання, адреси, брошури, листівки)

[www.hallo-aargau.ch/uk/haeusliche-gewalt/sexualisierte-gewalt](http://www.hallo-aargau.ch/uk/haeusliche-gewalt/sexualisierte-gewalt)

# Психологічне насильство

Психологічне насильство часто починається підступно. Постраждалі та інші люди з найближчого оточення зазвичай довго не розпізнають психологічне насильство.

## Що таке психологічне насильство?

Психологічне насильство може бути однією з форм домашнього насильства. Воно може мати такі насильницькі прояви, як образи, приниження, залякування, створення почуття провини, крики, погрози вбивством, переслідування, недбале ставлення до дітей або людей похилого віку, ревності або психологічний терор. Сюди також входить знищення предметів або знущання з домашніх тварин.

Психологічне насильство має також соціальні та економічні форми. Важливу роль в таких випадках відіграє бажання владарювати та контролювати.

- Соціальне насильство: людині забороняють зустрічатися з членами сім'ї або друзями. Або людину контролюють, коли вона зустрічається з колегами по роботі.
- Економічне насильство: людині забороняють працювати або примушують працювати. Її фінанси контролюються, обмежуються, забираються, або людина піддається фінансовій експлуатації.

## Корисно знати

Психологічне насильство трапляється в усіх соціальних класах. Його важче розпізнати, ніж фізичне насильство. Однак у Швейцарії психологічне насильство також заборонене й карається.

Психологічне насильство часто є більш витонченим і менш помітним для зовнішнього світу, ніж фізичне, але може мати такі ж серйозні та небезпечні для життя наслідки. Постраждалі страждають від зниження самооцінки, розладів сну та харчування, труднощів із концентрацією уваги та працездатністю, тривоги або депресії. Тому важливо звернутися по допомогу на ранній стадії.

## Куди звернутися по допомогу?

У разі небезпеки або конкретної загрози треба звертатися до **поліції** (117).

По безплатну консультацію та підтримку можна звернутися до таких установ:

**Координаційний центр протидії домашньому насильству**, 062 550 20 20,  
[www.ahg-aargau.ch](http://www.ahg-aargau.ch)

**Служба консультування жертв насильства кантону Ааргау**, 062 835 47 90 або чат, [www.opferberatung-ag.ch](http://www.opferberatung-ag.ch)

**Телефон 143 - Die Dargebotene Hand ("Рука допомоги")**, 143 (цілодобово),  
[www.143.ch](http://www.143.ch), англійською, гаряча лінія 0800 143 000

**Жіночий притулок Ааргау-Солотурн**, 062 823 86 00 (цілодобова гаряча лінія),  
[www.frauenhaus-ag-so.ch](http://www.frauenhaus-ag-so.ch)

**Кризовий центр допомоги чоловікам, які стали жертвами домашнього насильства ZwüscheHalt ("Проміжна зупинка")**, 056 552 08 70 (Цюрих),  
[www.zwueschehalt.ch](http://www.zwueschehalt.ch) (житло чоловікам з дітьми або без дітей, які постраждали від насильства. Фінансовий внесок є обов'язковим).

## Додаткова інформація (посилання, адреси, брошури, листівки)

[www.hallo-aargau.ch/uk/haeusliche-gewalt/psychische-gewalt](http://www.hallo-aargau.ch/uk/haeusliche-gewalt/psychische-gewalt)

# Сталкінг (переслідування)

Сталкінг - це форма насильства, яка викликає сильний стрес.  
Важливо говорити про це й звертатися по консультацію.  
Звертайтеся по допомогу якомога раніше!

## Що таке сталкінг?

Переслідування часто виникає у стосунках під час або після розставання. Однак переслідувачі також можуть походити з найближчого оточення, це можуть бути, наприклад, друзі, знайомі, сусіди або колеги по роботі. Сталкінг може мати різні прояви, наприклад, постійне переслідування, стеження вдома чи на роботі, наполегливі спроби вийти на контакт в будь-який час дня й ночі, надсилання небажаних подарунків, вторгнення в житло з метою стеження за кимось. Переслідування часто відбувається онлайн. Для цього переслідувачі використовують Instagram, TikTok, Snapchat, електронну пошту, системи GPS тощо.

## Які особи вважаються постраждалими?

Сталкінг трапляється в усіх соціальних класах і може торкнутися **будь-кого**. У стосунках сталкінг часто відбувається під час розставання. Багато з тих, хто зазнає переслідувань, серйозно страждають у повсякденному житті та перебувають у стані постійного стресу.

## Корисно знати

У Швейцарії сталкінг є забороненим і карається.

Ось декілька **рекомендацій для тих, хто постраждав від сталкінгу**:

- Заздалегідь визначте чіткі межі у випадку наполегливих спроб вийти на контакт або переслідування.
- Чітко й недвозначно скажіть людині, яка вас переслідує, що ви не бажаєте жодних контактів.
- За жодних обставин не відповідайте на подальші спроби контактувати.
- Записуйте дату й час усіх випадків переслідування.
- Зберігайте подарунки та фотографії.
- Робіть скріншоти повідомлень.
- Поінформуйте друзів, сусідів або роботодавців.

## Куди звернутися по допомогу?

У разі небезпеки або конкретної загрози треба звертатися до **поліції** (117).

За безплатною консультацією та підтримкою можна звернутися до таких установ:

**Служба консультування жертв насильства кантону Ааргау**, 062 835 47 90,  
[www.opferberatung-ag.ch](http://www.opferberatung-ag.ch)

**Координаційний центр протидії домашньому насильству**, 062 550 20 20,  
[www.ahg-aargau.ch](http://www.ahg-aargau.ch)

Захист та підтримка:

У **жіночому притулку Ааргау-Солотурн** жінкам із дітьми або без дітей надаються захист, консультації та житло. Подзвонити у притулок можна цілодобово за телефоном (062 823 86 00).

**Кризовий центр допомоги чоловікам, які стали жертвами домашнього насильства ZwüscheHalt ("Проміжна зупинка")**, 056 552 08 70 (Zürich),  
[www.zwueschehalt.ch](http://www.zwueschehalt.ch)

ZwüscheHalt у Цюриху, Берні та Люцерні пропонує житло та консультації чоловікам із дітьми або без дітей, які постраждали від насильства. Фінансовий внесок є обов'язковим.

## Додаткова інформація (посилання, адреси, брошури, листівки)

[www.hallo-aargau.ch/uk/haeusliche-gewalt/stalking](http://www.hallo-aargau.ch/uk/haeusliche-gewalt/stalking)

# Право на перебування у Швейцарії

Жертви домашнього насильства часто бояться втратити право на перебування у разі розлучення. Важливо звернутися за роз'ясненнями до консультаційного центру. Звернення до консультаційного центру не ставить під загрозу ваше право на перебування!

## Корисно знати

Якщо людина перебуває у Швейцарії після одруження й піддається домашньому насильству, то, залежно від ситуації, може також залишитися у Швейцарії після розлучення.

Тимчасове перебування за межами подружнього будинку (наприклад, у жіночому притулку або у друзів) не призводить до втрати дозволу на перебування у Швейцарії.

Оскільки правова ситуація при розлученні є складною й кожна ситуація є унікальною, варто отримати відповідну консультацію.

Для цього важливо зібрати та зберігати докази випадків насильства, наприклад:

- Сфотографуйте тілесні ушкодження, скріншоти погроз або словесних образ, які ви отримали у WhatsApp, Facebook тощо.
- Зберігайте докази в безпечному місці. Наприклад, у друзів або на роботі.
- Поінформуйте про насильство кількох близьких вам людей, наприклад, когось із друзів, з роботи, із сусідів або з однокласників.

## Куди звернутися по допомогу?

Якщо у вас є питання щодо права на проживання після розлучення, ви можете отримати консультацію тут:

**Служба консультування жертв насильства кантону Ааргау**, 062 835 47 90 або чат, [www.opferberatung-ag.ch](http://www.opferberatung-ag.ch)

Фахівці роз'яснять поточну правову ситуацію та допоможуть прийняти рішення щодо подальших кроків. Консультації надаються безплатно та анонімно. Можливий переклад.

## Додаткова інформація (посилання, адреси, брошури, листівки)

[www.hallo-aargau.ch/uk/haeusliche-gewalt/aufenthaltsrecht](http://www.hallo-aargau.ch/uk/haeusliche-gewalt/aufenthaltsrecht)

# Примусове одруження та жіноче обрізання

Примусове одруження та жіноче обрізання заборонені у Швейцарії. Окрім спеціалізованих служб, підтримку надає також центр допомоги жертвам насильства Opferhilfe.

## Що таке примусове одруження?

Одруження під примусом з боку сім'ї або проти бажання вважається примусовим одруженням. Подальше перебування в шлюбі проти бажання людини вважається примусовим шлюбом.

Прикладами примусу є погроза (вбивством), шантаж, психологічний тиск або фізичне насильство.

Примушувати до шлюбу можуть не тільки жінок, але також й чоловіків. Жертвами примусового шлюбу часто стають особи віком до 18 років.

## Корисно знати

Примусове одруження та примусовий шлюб заборонені у Швейцарії та караються. Постраждалі від примусового шлюбу постійно перебувають у стані сильного психологічного стресу. Їм часто життєво необхідна професійна допомога.

## Куди звернутися по допомогу?

Отримати безплатні та конфіденційні поради від колишніх жертв примусового шлюбу та консультації від фахівців можна у таких установах:

**Служба консультування жертв насильства кантону Ааргау**, 062 835 47 90, [www.opferberatung-ag.ch](http://www.opferberatung-ag.ch)

**Національний спеціалізований консультаційний центр з питань примусового одруження**, телефон довіри 0800 800 007, [www.zwangsheirat.ch](http://www.zwangsheirat.ch)

## Що таке жіноче обрізання?

Жіноче обрізання — це обрізання жіночих геніталій. Є різні форми та практики. Багато дівчат та жінок мають фізичні та психологічні травми, пов'язані з обрізанням.

## Корисно знати

Жіноче обрізання заборонене у Швейцарії та карається. Батьки також несуть кримінальну відповідальність за проведення обрізання у дітей за межами Швейцарії.

## Куди звернутися по допомогу?

Поради та підтримку від колишніх жертв примусового шлюбу та фахівців можна отримати у таких установах:

**Центр сексуального здоров'я Аарау**, 062 822 55 22, [www.seges.ch](http://www.seges.ch)

в Аарау надає консультації постраждалим і фахівцям безплатно та конфіденційно.

**Жіноча клініка кантональної лікарні Аарау**, 062 838 50 63 або 062 838 50 70, [www.ksa.ch](http://www.ksa.ch)

Консультавання, гінекологічні огляди, дефібуляція під час вагітності. За потреби надаються послуги перекладача.

**Карітас Швейцарії**, 041 419 23 55, [www.caritas.ch](http://www.caritas.ch)

Карітас Швейцарії консультує постраждалі сім'ї безплатно й конфіденційно.

**Служба консультування жертв насильства кантону Ааргау**, 062 835 47 90, [www.opferberatung-ag.ch](http://www.opferberatung-ag.ch)

Фахівці служби консультування жертв насильства кантону Ааргау також можуть надати підтримку.

## Додаткова інформація (посилання, адреси, брошури, листівки)

[www.hallo-aargau.ch/uk/haeusliche-gewalt/zwangsheirat-und-madchenbeschneidung](http://www.hallo-aargau.ch/uk/haeusliche-gewalt/zwangsheirat-und-madchenbeschneidung)