

# Помощь при домашнем насилии



## Право на жизнь без насилия

Все люди в Германии имеют одинаковые конституционные права. Каждая женщина \* в праве самостоятельно определять свою собственную судьбу, свободно говорить, действовать и принимать решения.

## Что такое насилие?

Насилием в Германии считаются: унижения, оскорбления, избиения, угрозы, контроль, изоляция, сексуальное принуждение и изнасилования. Все это является телесным, психическим или сексуальным насилием. Если вы испытываете это насилие в семье со стороны мужа или других взрослых членов семьи, это является домашним насилием.



*Thüringenweite Koordinierungs-Vernetzungs- und Beratungsstelle - refugio thüringen e.V. in Kooperation mit dem Jenaer Frauenhaus e.V.*



## Что вы можете против этого предпринять?

Важно отметить, что вы не виноваты! Вы ничего не должны стесняться и можете дать отпор! Вы имеете право на жизнь без насилия!

*Куда вы можете обратиться, если вам нужна поддержка*

- Приют для женщин / женский консультационный центр / женская горячая линия
- Общенациональный телефон доверия для женщин: 08000 116 016
- Полиция 110

Сотрудники женских центров поддержки имеют большой опыт и информируют вас о возможностях помощи и защиты.



## Приют для женщин

Приют для женщин даёт женщинам и детям, которые стали жертвами домашнего насилия, защиту, дистанцию и спокойствие. Приют является анонимным местом, где вы и ваши дети можете свободно перемещаться и по мере необходимости покинуть его.

Выселение, по желанию, возможно в любое время. Во время пребывания вас опекает сотрудница, чтобы помочь вам спланировать дальнейшие шаги и помочь вам с любыми вопросами или проблемами. Также возможно сопровождение к назначенным встречам.

Приют для женщин / женский консультационный центр рядом с вами:

gefördert durch:



Die Beauftragte der Bundesregierung  
für Migration, Flüchtlinge und  
Integration

немецкий | russisch