

Har du utsatt någon annan för våld i en nära relation? - Ryska

## **Вы склонны к проявлению насилия по отношению к близким Вам людям?**

- Вам трудно контролировать Ваш гнев?
- У Вас легко возникает чувство ревности и желание контролировать других?
- Вы были близки к проявлению насилия по отношению к близким?
- Вы толкали или били кого-то или причиняли кому-нибудь боль другим способом?
- Вы боитесь, что можете переступить черту?

Вы можете получить помощь. Если у Вас есть дети, Вы можете также получить поддержку в роли родителя.

### **Вы можете получить следующую помощь:**

- Беседа для поддержки
- Помощь в осознании причин насилия и его последствий для Вашего окружения.
- Знания о том, как можно контролировать гнев и не прибегать к насилию, а найти другой выход.

Свяжитесь с нами, чтобы мы могли Вам помочь. Вы можете, если хотите, остаться анонимным/ной.

Если Вам грозит непосредственная опасность, всегда звоните по номеру 112.

### **Вы можете связаться с:**

- **Организация:** Socialtjänsten
- **Номер телефона:** Växel 0687-161 00
- **Организация:** Centrum mot våld
- **Номер телефона:** 072-548 59 02, 072-548 53 46
- **Организация:** Nationell mansjour
- **Номер телефона:** 08-30 30 20