

ЧЕРВОНІ ПРАПОРЦІ. Побачити. Усвідомити. Захистити.

«Він просто дуже ревнує...»

«У нас спільний бюджет, тому всі гроші в нього...»

«Я не хотіла, але погодилася, щоб не сваритися...»

«Він мене не бив. Просто штовхнув...»

Знайомі фрази?

Багато хто сприймає їх як звичайні життєві ситуації або виправдовує словами: «так буває», «це емоції», «нічого страшного».

Проте саме так можуть проявлятися різні форми домашнього насильства.

Домашнє насильство може починатися з контролю, принижень, фінансових обмежень, психологічного тиску, примусу або застосування фізичної сили. Такі прояви часто залишаються непоміченими, але поступово руйнують відчуття безпеки, свободи та власної гідності.

Департамент соціального захисту населення та підтримки внутрішньо переміщених осіб Луганської обласної державної адміністрації підготував серію інформаційних карток «Червоні прапорці», щоб допомогти розпізнати перші ознаки насильства, зрозуміти, чому вони є небезпечними, та нагадати: здорові стосунки будуються на повазі, довірі й рівності.

Розповідаємо про чотири форми домашнього насильства:

-  психологічне;
-  економічне;
-  сексуальне;
-  фізичне.

Якщо ви впізнали у цих ситуаціях себе або когось із близьких – не залишайтеся наодинці з проблемою. Допомога існує, і звернутися по неї – це прояв сили, а не слабкості.

Поширте ці картки. Можливо, саме вони допоможуть комусь вчасно розпізнати небезпеку та зробити перший крок до безпечного життя.



ДЕПАРТАМЕНТ СОЦІАЛЬНОГО ЗАХИСТУ НАСЕЛЕННЯ
ТА ПІДТРИМКИ ВНУТРІШНЬО ПЕРЕМІЩЕНИХ ОСІБ
ЛУГАНСЬКОЇ ОБЛАСНОЇ ДЕРЖАВНОЇ АДМІНІСТРАЦІЇ

ЧЕРВОНІ ПРАПОРЦІ

Любов чи контроль?

ФОРМА ДОМАШНЬОГО НАСИЛЬСТВА:
ПСИХОЛОГІЧНЕ НАСИЛЬСТВО



«Я не кричу.
Я просто кажу правду.
Ти занадто чутлива.»



*Я просто
хвилююся за тебе.
Чому ти все
сприймаєш
так близько
до серця?*

? ЩО ЦЕ?

- Приниження, образи, постійна критика?
- Ігнорування, холодність, мовчання як покарання?
- Контроль, ревнощі, обмеження спілкування?
- Маніпуляції, погрози, залякування?



ПОЯСНЮЄМО

Психологічне насильство – це вплив на вашу психіку, який викликає страх, почуття провини, невпевненості, принижує вашу гідність і самооцінку.

Його не видно, але його наслідки можуть бути дуже глибокими: тривога, депресія, відчуття безсилля, втрата віри в себе.

Кривдник може заперечувати свої дії та переконувати вас, що проблема у ваших «емоціях» або «неправильному сприйнятті».

Ви маєте право на повагу, підтримку та спокій у стосунках.



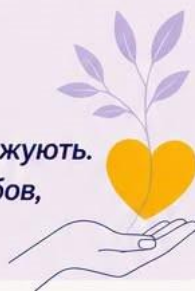
ЩО МОЖНА ЗРОБИТИ?

- ✓ Пам'ятайте: ви не винні в тому, що з вами так поведуться.
- ✓ Довіртеся тим, кому довіряєте.
- ✓ Фіксуйте випадки насильства: записуйте образливі слова, повідомлення, погрози.
- ✓ Зверніться по допомогу до спеціалізованих служб підтримки.
- ✓ У разі загрози вашій безпеці телефонуйте 102.



ПАМ'ЯТАЙТЕ

*Поважливі стосунки
не принижують,
не залякують і не обмежують.
Ви заслуговуєте на любов,
а не на контроль.*



РІВНІСТЬ І ПІДТРИМКА:
сімейна та гендерна політика
Луганщини – 2026

КОНТАКТИ ДОПОМОГИ ПОСТРАЖДАЛИМ ВІД НАСИЛЬСТВА:

- 🚓 102 – Національна поліція України
- 🏥 103 – Медична допомога
- ☎ 15 47 – Урядова лінія з питань протидії торгівлі людьми та домашньому насильству
- ☎ 0 800 500 335 або 116 123 – Національна «гаряча лінія» з попередження домашнього насильства
- ☎ 0 800 500 225 – Національна дитяча «гаряча лінія» Центру «Ла Страда-Україна»



Центри безоплатної правничої допомоги

Відскануйте QR-код, щоб знайти
найближчий центр безоплатної
правничої допомоги





ДЕПАРТАМЕНТ СОЦІАЛЬНОГО ЗАХИСТУ НАСЕЛЕННЯ
ТА ПІДТРИМКИ ВНУТРІШНЬО ПЕРЕМІЩЕНИХ ОСІБ
ЛУГАНСЬКОЇ ОБЛАСНОЇ ДЕРЖАВНОЇ АДМІНІСТРАЦІЇ

ЧЕРВОНІ ПРАПОРЦІ

Гроші чи залежність?

ФОРМА ДОМАШНЬОГО НАСИЛЬСТВА:
ЕКОНОМІЧНЕ НАСИЛЬСТВО



«Ти не працюєш?
Тоді не заслуговуєш
на власні гроші.»



? ЩО ЦЕ?

- Контроль над усіма фінансами сім'ї.
- Позбавлення доступу до грошей або майна.
- Заборона працювати або навчатися.
- Примус до фінансової залежності.
- Припинення через матеріальні можливості.



ПОЯСНЮЄМО

Економічне насильство — це коли одна людина контролює фінанси іншої, обмежує її право користуватися власними коштами та майном.

Це може виглядати як заборона працювати, відмова давати гроші на необхідне, контроль кожної покупки, приховування доходів, оформлення кредитів без згоди.

Такі дії позбавляють людину незалежності, впевненості та можливості самостійно приймати рішення.

Кожна людина має право на фінансову свободу та рівність у стосунках.



ЩО МОЖНА ЗРОБИТИ?

- ✓ Майте власні документи (паспорт, банківську картку, важливі посвідчення).
- ✓ За можливості — власний рахунок та фінансовий резерв.
- ✓ Фіксуйте факти економічного насильства.
- ✓ Обговоріть ситуацію з тими, кому довіряєте.
- ✓ Зверніться по допомогу до спеціалізованих служб підтримки.
- ✓ У разі загрози вашій безпеці телефонуйте 102.



ПАМ'ЯТАЙТЕ

Ви маєте право на власні гроші,
рішення та майбутнє.
Фінансова свобода —
це ваша незалежність
і безпека.



РІВНІСТЬ І ПІДТРИМКА:
сімейна та гендерна політика
Луганщини — 2026

КОНТАКТИ ДОПОМОГИ ПОСТРАЖДАЛИМ ВІД НАСИЛЬСТВА:

- 🚓 102 — Національна поліція України
- 🏥 103 — Медична допомога
- ☎ 15 47 — Урядова лінія з питань протидії торгівлі людьми та домашньому насильству
- ☎ 0 800 500 335 або 116 123 — Національна «гаряча лінія» з попередження домашнього насильства
- ☎ 0 800 500 225 — Національна дитяча «гаряча лінія» Центру «Ла Страда-Україна»



Центри безоплатної правничої допомоги

Відскануйте QR-код, щоб знайти
найближчий центр безоплатної
правничої допомоги





ДЕПАРТАМЕНТ СОЦІАЛЬНОГО ЗАХИСТУ НАСЕЛЕННЯ
ТА ПІДТРИМКИ ВНУТРІШНЬО ПЕРЕМІЩЕНИХ ОСІБ
ЛУГАНСЬКОЇ ОБЛАСНОЇ ДЕРЖАВНОЇ АДМІНІСТРАЦІЇ

ЧЕРВОНІ ПРАПОРЦІ

Кохання чи примус?

ФОРМА ДОМАШНЬОГО НАСИЛЬСТВА:
СЕКСУАЛЬНЕ НАСИЛЬСТВО



«Якщо ти мене любиш —
ти не відмовиш.»

? ЩО ЦЕ?

- Прояв близькості?
- Чи порушення особистих кордонів?



ПОЯСНЮЄМО

Згода на близькість має бути добровільною, усвідомленою та взаємною.

Якщо людина погоджується лише через страх, почуття провини або щоб уникнути конфлікту, це не є вільною згодою.

Примушування до інтимної близькості, психологічний тиск, шантаж чи ігнорування відмови — це прояви сексуального насильства.

Кожна людина має право сказати «ні», незалежно від того, чи перебуває вона у шлюбі або тривалих стосунках.



ПАМ'ЯТАЙТЕ

*Любов неможлива без
взаємної поваги та
добровільної згоди.*



РІВНІСТЬ І ПІДТРИМКА:
сімейна та гендерна політика
Луганщини – 2026



ЩО МОЖНА ЗРОБИТИ?



Поважайте власні кордони та кордони іншої людини.



Пам'ятайте, що згода має бути добровільною.



Якщо ви відчуваєте тиск або примус — зверніться по допомогу до людей, яким довіряєте, або до спеціалізованих служб.

КОНТАКТИ ДОПОМОГИ ПОСТРАЖДАЛИМ ВІД НАСИЛЬСТВА:



102 – Національна поліція України



103 – Медична допомога



15 47 – Урядова лінія з питань протидії торгівлі людьми та домашньому насильству



0 800 500 335 або 116 123 – Національна «гаряча лінія» з попередження домашнього насильства



0 800 500 225 – Національна дитяча «гаряча лінія» Центру «Ла Страда-Україна»



Центри безоплатної правничої допомоги

Відскануйте QR-код,
щоб знайти найближчий
центр безоплатної
правничої допомоги





ДЕПАРТАМЕНТ СОЦІАЛЬНОГО ЗАХИСТУ НАСЕЛЕННЯ
ТА ПІДТРИМКИ ВНУТРІШНЬО ПЕРЕМІЩЕНИХ ОСІБ
ЛУГАНСЬКОЇ ОБЛАСНОЇ ДЕРЖАВНОЇ АДМІНІСТРАЦІЇ

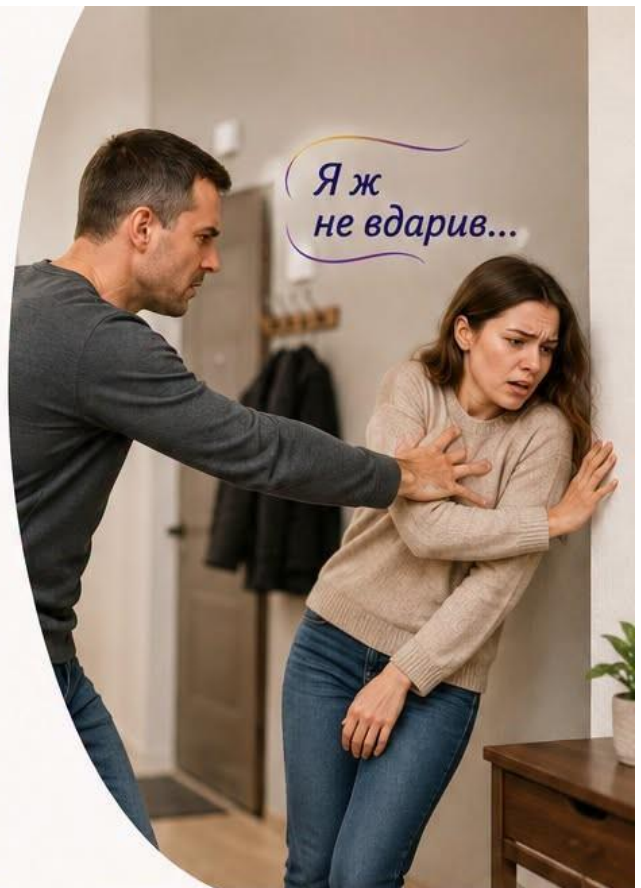
ЧЕРВОНІ ПРАПОРЦІ

«Він лише штовхнув...»

ФОРМА ДОМАШНЬОГО НАСИЛЬСТВА:
ФІЗИЧНЕ НАСИЛЬСТВО



«Я не бив.
Просто штовхнув.
Це був емоційний зрив.»



? ЩО ЦЕ?

- Випадковість?
- Чи фізичне насильство?



ПОЯСНЮЄМО

Фізичне насильство — це не лише побої. Штовхання, ляпаси, смикання за руку, кидання предметів, блокування виходу з кімнати, заподіяння болю або будь-які інші дії із застосуванням фізичної сили також є його проявами.

Часто після такого кривдник вибачається, пояснює свою поведінку втомою, ревностями чи стресом і обіцяє, що це більше не повториться. Проте без усвідомлення відповідальності та зміни поведінки насильство нерідко повторюється.

Ніхто не має права застосовувати фізичну силу.



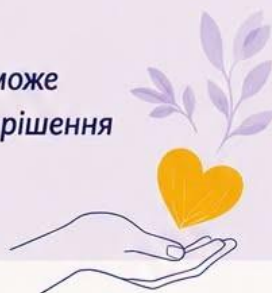
ЩО МОЖНА ЗРОБИТИ?

- ✓ Пам'ятайте: ніхто не має права застосовувати до вас фізичну силу.
- ✓ Якщо ви відчуваєте загрозу, подбайте насамперед про власну безпеку.
- ✓ У разі небезпеки телефонуйте **102**.
- ✓ Не залишайтеся з цією ситуацією наодинці — зверніться до людей, яким довіряєте, або до спеціалізованих служб підтримки.



ПАМ'ЯТАЙТЕ

Фізична сила не може
бути способом вирішення
конфліктів.



РІВНІСТЬ І ПІДТРИМКА:
сімейна та гендерна політика
Луганщини – 2026

КОНТАКТИ ДОПОМОГИ ПОСТРАЖДАЛИМ ВІД НАСИЛЬСТВА:

- 102** – Національна поліція України
- 103** – Медична допомога
- 15 47** – Урядова лінія з питань протидії торгівлі людьми та домашньому насильству
- 0 800 500 335** або **116 123** – Національна «гаряча лінія» з попередження домашнього насильства
- 0 800 500 225** – Національна дитяча «гаряча лінія» Центру «Ла Страда-Україна»
- Центри безоплатної правничої допомоги

Відскануйте QR-код, щоб знайти найближчий центр безоплатної правничої допомоги

