

Unie van Soroptimistclubs

Soroptimisten zijn vrouwen die zich inzetten voor veiligheid, gezondheid en gelijke kansen voor andere vrouwen en meisjes. Ze organiseren lokale acties, vergroten bewustwording en steunen initiatieven en slachtoffers binnen gemeenten.

Samen met andere organisaties zetten zij zich in voor:

- Meer bewustwording
- Meer opvangplekken en betere hulpverlening
- Onderzoek naar de impact van seksueel geweld en grensoverschrijdend gedrag
- Preventie en structurele verandering

Daarom organiseren zij samen met UN Women Nederland, Zonta, gemeenten en andere organisaties de campagne Orange the World.

Wat is Orange the World

Orange the World is de wereldwijde campagne tegen geweld tegen vrouwen en meisjes. De campagne vindt ieder jaar plaats van 25 november, de *Internationale Dag tegen Geweld tegen Vrouwen*, tot 10 december, de *Internationale Mensenrechtendag*. De dagen daartussen zijn de **16 Dagen van Actie**. Inmiddels worden in meer dan 100 landen in deze periode gebouwen of andere objecten oranje uitgelicht, en worden debatten, tentoonstellingen, demonstraties en allerlei andere activiteiten georganiseerd. Allemaal bedoeld om mensen bewuster te maken, kennis te verspreiden en om betere hulp te organiseren.

Daarbij staat de kleur oranje symbool voor een nieuwe dag, hoop en zichtbaarheid. De kleur van de dageraad.

Wijdverspreid probleem

- Wereldwijd krijgt ongeveer 1 op de 3 vrouwen te maken met fysiek of seksueel geweld.
- Dat gebeurt thuis, op straat, online, op het werk, in het onderwijs of tijdens het uitgaan.

Schending van mensenrechten

- Geweld tegen vrouwen is een ernstige schending van fundamentele mensenrechten.
- Het belemmert vrijheid, veiligheid, waardigheid en gelijkwaardigheid.



Waar kun je (anoniem) terecht voor hulp?

Veilig Thuis

- Bel **0800-2000** (gratis, anoniem en 24/7 bereikbaar)
- Chat via veiligthuis.nl
- Voor iedereen die te maken heeft met geweld of onveiligheid – thuis, in een relatie of in de omgeving. Ook voor omstanders en betrokkenen die advies of overleg willen.



Centrum Seksueel Geweld

- Bel **0800-0188**
- Chat via centrumseksueelgeweld.nl
- Medische, psychologische en juridische hulp na seksueel geweld, direct en vertrouwelijk.



Slachtofferhulp Nederland

- Bel **0900-0101**
- Ga naar slachtofferhulp.nl
- Ondersteuning bij gesprek, verwerking, aangifte, nazorg en rechten.



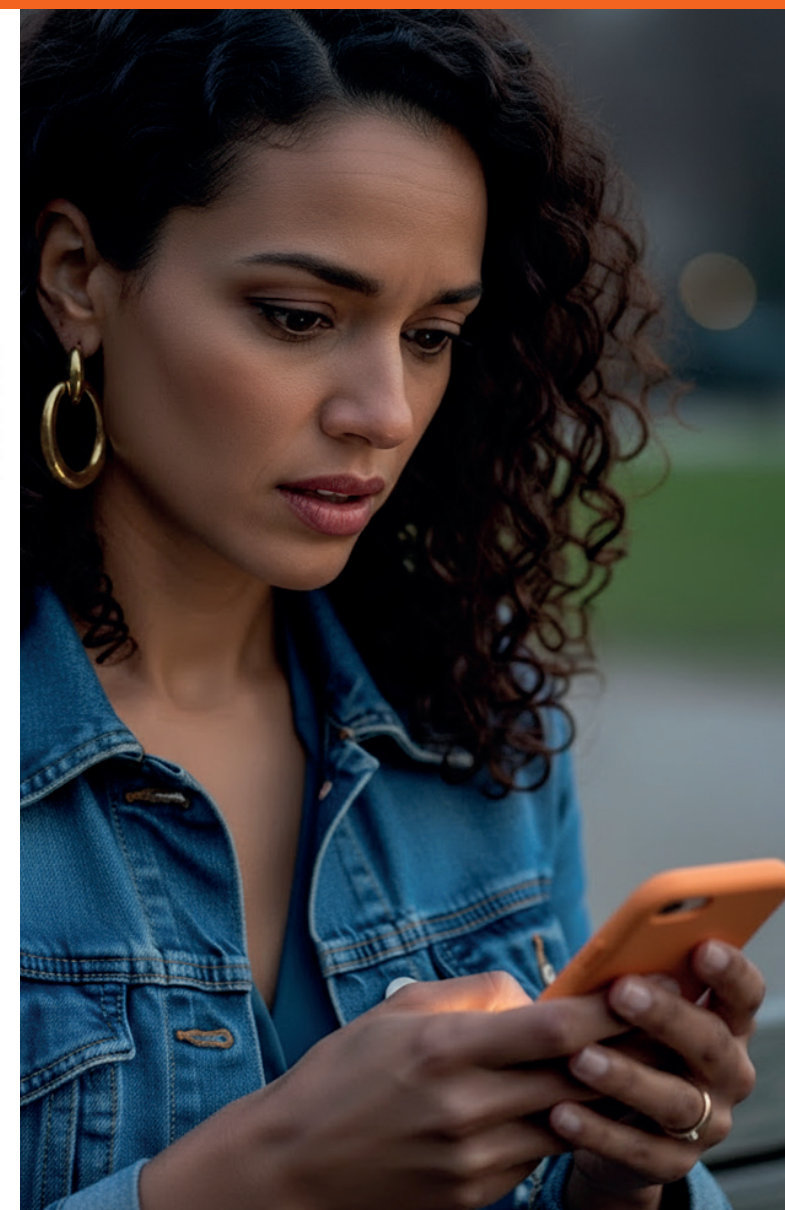
Bel altijd **112** bij direct gevaar of nood.

Ook bij je **huisarts** kun je altijd terecht om je verhaal te delen of om hulp in gang te zetten.

ikvermoedhuiselijkgeweld.nl



Zwijgen beschermt de pleger
Praten beschermt het slachtoffer



Geweld tegen vrouwen en meisjes komt vaker voor dan je misschien denkt. Het speelt zich niet alleen af in het donker op straat of achter gesloten deuren. Het kan voorkomen in relaties, binnen families, op het werk, tijdens het uitgaan, online, op straat of in situaties waarin iemand afhankelijk is van een ander.

Soms is het zichtbaar, maar vaak blijft het verborgen door schaamte, angst, loyaliteit of ongeloof. Iemand kan blijven glimlachen, gewoon naar school of werk gaan en toch dagelijks onveilig zijn. En intieme terreur, digitale controle, dwang, vernedering of seksueel grensoverschrijdend gedrag laten diepe sporen na.

Of het nu gaat om fysiek, psychisch, seksueel, economisch of digitaal geweld, het raakt levens, gezinnen en generaties. En het kan iedereen overkomen: jong, oud, rijk, arm, met of zonder partner, met of zonder netwerk. Jou of iemand die je kent.

Juist daarom is herkennen, luisteren en handelen zo belangrijk, voor jezelf én voor anderen.

Het kan gaan om:

- Fysieke mishandeling: pijn doen, duwen, slaan
- Dreigen, manipulatie of angst creëren
- Seksuele intimidatie, aanranding of verkrachting
- Online stalking, chantage of verspreiding van beelden
- Financiële of emotionele controle
- Onveiligheid binnen familie of partnerrelaties

Misschien maak jij dit zelf mee. Misschien maak je je zorgen om iemand in je omgeving. Het is nooit jouw schuld. Er is hulp. Wat je situatie ook is: je hoeft het niet alleen te dragen.

Als omstander kun je veel betekenen

Geweld blijft vaak onzichtbaar. Mensen schamen zich, verzwijgen wat er gebeurt of durven niemand in vertrouwen te nemen. Soms zie je iets, voel je dat er iets niet klopt, of verandert het gedrag van iemand in je omgeving.

Juist dan kun jij verschil maken.

Je hoeft het probleem niet zelf op te lossen, maar je kunt wél helpen:

- Zie je signalen? Blijf nabij.
- Luister zonder oordeel en geloof wat iemand je vertelt.
- Vraag rustig: “Hoe gaat het echt met je?”
- Overleg (anoniem) met Veilig Thuis als je twijfelt.
- Bied aan om mee te gaan naar de huisarts of een andere hulpverlener.
- Bel 112 bij gevaar.

Samen doorbreken we stilte en angst

Geweld – waar dan ook en in welke vorm dan ook – raakt ons allemaal.

Praat erover. Zoek hulp. Vraag advies. Luister naar elkaar.

Niemand hoeft alleen te blijven met angst, schaamte of gevaar.

Hulp is altijd mogelijk, ook als je twijfelt.



**Zwijgen beschermt
de pleger**

**Praten beschermt
het slachtoffer**