



Hjälp oss att hjälpa!

Courage 4 life arbetar helt ideellt och finansieras genom försäljning och gåvor.

Genom att köpa ett eller flera av våra armband så stödjer du vårt arbete; att stötta, hjälpa och leda kvinnor och män ut ur våldet i nära relation. Du stödjer oss också i vårt förändringsarbete i samhället.



Priset är 120:-/ armband + 10:- i fraktkostnad.

För att beställa vårt armband gör följande storleksval:

Storlek i omkrets.

(Armbanden är gjorda med resårband)

XS = 16 cm

S = 18 cm

M = 20 cm

L = 22 cm

(Önskar du annan storlek så maila på nedan adress)

Beställningar skickas till: info@courage4life.com

Efter din beställning betalar du in 120:-/ armband och 10:- i fraktkostnad.

Beställer du fler än 4 armband vid samma beställning blir fraktkostnaden ytterligare 10:- per var 4:e armband.

Vårt bankgiro : 514-2443

Swish: 123 04 39 380

OBS! Märk din inbetalning med ditt för- och efternamn.
För mer information se vår hemsida.

Tusen Tack för ditt stöd!



WWW.COURAGE4LIFE.COM



Mot våld i nära relation

Vi Stöttar, handleder, utbildar & föreläser!

www.courage4life.com

E-mail: info@courage4life.com

Jourtelefon för sms och samtal: 0760-94 60 41



Scanna QR-koden för att komma direkt till vår sida på Facebook

facebook.com/courage4life.se/

facebook.com/supportcourage4life.se/

För gåvor och betalning:

Swish: 123 04 39 380

Bankgiro: 514-2443

SPONSORER och SAMARBETSPARTNERS:

GÖTEBORGS
RÄDDNINGSMISSION

RISK

Humlegården

Kvinnokedjan!

Bilda

Informationsbroschyr från:



MOT våld

i nära relation

STÖD - RÅD - HJÄLP FÖRELÄSNINGAR OCH UTBILDNINGAR

*God för livet
/ Lisa*

Courage 4 life betyder "Mod för livet". Just för att det ofta krävs oerhört mycket mod för att våga och för att ha möjlighet att lämna våld i nära relation.

Courage 4 life startades 2011 av Linda som då levte med våld i nära relation i 15 år. Under dessa 15 år fick hon om och om igen uppleva de brister som fanns i vårt samhälle då en våldsutsatt kvinna behövde hjälp att lämna förövaren.

Hon upptäckte hur tabubelagt och fullt av skam ämnet "våld i nära relation" var och även hur obefintligt med information som fanns om detta våld; det blev tydligt att en våldsutsatt kvinna oftast är helt utan hjälp och stöd och att det som krävs av henne är stort mod för att lämna - för att överleva.

Efter flera års planering och efterforskning bildades Courage 4 life - med grunden att "ingen våldsutsatt person skall behöva vara ensam då den vill eller måste lämna en förövare.
- "Tillsammans blir vi starkare och modigare!"

Idag arbetar flera kvinnor (och män) som mentorer i denna organisation. Merparten har själva en gång varit våldsutsatt och vet därför väl vad detta våld handlar om - detta är organisationens styrka. Mentoreernas egna erfarenheter tillsammans med deras utbildning, gör att de på ett bra sätt kan stötta, hjälpa och leda andra våldsutsatta ut ur våldet - i den stund då behovet är som allra störst.

Courage 4 life arbetar med ett helhetskoncept och som en vän, nära den som är våldsutsatt och släpper inte taget om henne/honom förrän hon/han kommit ut ur våldet och står stark på egna ben.

Läs mera på Lindas hemsida:
www.lindaljungdahl.se



Courage 4 life finns med vid bl.a.

- polisanmälan, förhör och rättegång
- vid sammanställning av ex. bevismaterial inför förhör och rättegång
- besök hos sjukvård och myndigheter
- vid samarbetsamtal och möten
- då behovet av att ha en vän finns.

Courage 4 life har tillgång till rådgivning från bl.a.

- Jurist
- polis
- socialtjänst
- sjukvård

"HAND TILL HAND - Ut ur våldet"

Detta är en utbildning som Courage4Life anordnar i egen regi för Dig som lever i, eller har levt med våld i nära relation.

Under fem kurstillfällen får Du bl.a. kunskap och förståelse för vad våldet i nära relation innebär, vilken hjälp det finns att få, verktyg att mentalt och praktiskt använda för att kunna gå vidare.

I grupperna av kursdeltagare skapas trygghet, förståelse och ofta djup vänskap.

Välkommen!

Bakom var 5e dörr..

**...en föreläsning om våld i
nära relation med
Linda Ljungdahl**

"Om vi inte pratar om det så finns det inte"
...därför är Courage4life ute och föreläser!

Föreläsningen "Bakom var 5e dörr.." anpassas efter målgrupp och är mellan en och två timmar lång.

Courage4Life erbjuder även den dramatiserade föreläsningen "Gul & Blå" som berättas med inslag av sång och musik. Framförandet riktar sig i första hand till större grupper och gymnasieskolor.

Om du vill att Courage4Life kommer till din arbetsplats, skola, förening, församling så är du välkommen att höra av dig till linda@courage4life.com.

- Våld i nära relation är idag ett av **Sveriges största samhällsproblem!**
- **Bakom var 5:e dörr** pågår, eller har det pågått, våld i nära relation
- Uppskattningsvis misshandlas drygt **800 kvinnor och 500 män** varje dag här i Sverige
- **Varje år dör fler än 20 kvinnor** på grund av våld i nära relation.

Allt jag behöver är mod att leva!