

هل أنت قلق بشأن شخص تعتقد بأنه يتعرض للعنف الأسري ، ولكنك لا تعرف ماذا تفعل؟ تصف هذه النشرة العلامات التحذيرية والخطوات التي يمكنك اتخاذها لتقديم المساعدة.

إن "الجيران، الأصدقاء والعائلات" هي حملة تهدف إلى رفع درجة الوعي بالعلامات الدالة على العنف الأسري ضد النساء بحيث يستطيع القريبون من امرأة في خطر أو من رجل يسيء معاملة امرأته تقديم المساعدة لهم.

لكل فرد في المجتمع دور عليه أن يلعبه ليساعد على منع سوء معاملة النساء. باستطاعتك التوصل إلى مؤسسات في مجتمعك تساعد النساء اللواتي تتعرضن للعنف الأسري وللمؤسسات التي يمكنها مساعدة الرجال الذين يسيئون معاملة نساتهم.

هذه الحملة مشتركة بين حكومة أونتاريو و Ontario Women's Directorate وهيئة خبراء "الجيران، الأصدقاء والعائلات"، عن طريق Centre for Research and Education on Violence Against Women & Children (مركز البحوث والتعليم عن العنف ضد النساء والأطفال).

## الجيران، الأصدقاء والعائلات

كيف يمكنك التعرف  
على النساء اللواتي  
في خطر التعرض  
العنف الأسري  
ومساعدتهن.



قد يكون الخطر أكبر إذا:

هي: انفصلت عنه مؤخراً  
أو تخطط لتركه

هي: تخاف على حياتها و  
أمن أطفالها أو أنها لا  
تستطيع رؤية الخطر  
الذي يتهددها

هي: في نزاع حول  
الحضانة، أو لها  
أطفال من علاقة  
سابقة

هي: في علاقة أخرى

هو: يستطيع الوصول  
إليها وإلى أطفالها

هو: قادر على الحصول  
على أسلحة

هو: له ماضٍ بالعنف  
الأسري ضد النساء

معها أو مع غيرها

هو: هدد بإيذاءها أو بقتلها  
إذا تركته: يقول: "إن

لن تكوني لي، فلن  
تكوني لأحد آخر."

هو: يهدد بإيذاء أطفالها،  
أو ممتلكاتها

هو: هدد بأن يقتل نفسه

هو: ضربها أو حاول  
خنقها

هو: يمر بتغيرات جذرية  
في الحياة (مثل العمل،  
الانفصال، الاكتئاب)

هو: مقتنع بأنها على  
علاقة برجل آخر

يمكن أن تشك في حدوث العنف الأسري لجارة، أو صديقة أو إحدى أفراد العائلة، ولكنك لا تعرف ماذا تفعل أو كيف يمكنك التحدث عن الأمر. قد تشعر بالقلق من احتمال أن تجعل الأمور أكثر سوءاً. سيمكنك المساعدة عن طريق فهم العلامات التحذيرية وعوامل الخطر التي تؤدي إلى العنف الأسري ضد النساء.

إذا لاحظت بعضاً من هذه العلامات التحذيرية، فإنه ربما قد حان الوقت لتتخذ إجراءً:

هي: تميل للاعتذار ولإيجاد  
مبررات لتصرفاته أو  
تصبح عدوانية وغازية

هي: تكون عصبية بشأن  
الكلام أثناء وجوده

هي: تبدو مريضة في  
أحيان كثيرة وتتغيب  
عن العمل

هي: تحاول تغطية كدماتها  
هي: تخلق الأعداء في

اللحظة الأخيرة حتى لا  
تستطيع مقابلتك أو

تحاول تجنبك في الشارع  
هي: تبدو حزينة، وحيدة،

منطوية على نفسها  
وخائفة

هي: تستخدم مخدرات/كحول  
أكثر لتتحمل الوضع

هو: يحقر من شأنها

هو: يقول كل الحديث  
وييسود الحوار

هو: يفتش خلفها باستمرار  
ار، حتى في العمل

هو: يحاول الادعاء بأنه  
الضحية ويتصرف

كما لو كان مصاباً  
بالاكتئاب

هو: يحاول إبقائها بعيدة عنك

هو: يتصرف كما لو أنه  
يمتلكها

هو: يكذب لكي يبدو إنساناً  
جيداً أو يبالغ في

وصف مزاياه

هو: يتصرف كما لو كان  
منفوقاً وذا قيمة أكبر

من الآخرين في بيئته

(في حين أن معظم حالات العنف الأسري تحدث في إطار العلاقات الحميمة بين الجنسين، فإنها يمكن أن تحدث أيضاً في إطار العلاقات المثلية بين الذكور وبين الإناث. تنطبق الاقتراحات المذكورة هنا بالتساوي على هذه العلاقات).

## أشياء تقومين بها لمساندتها

### إليك ما يمكنك أن تفعليه عندما تتعرفين على العلامات التحذيرية للعنف الأسري

- تحدثي إليها بشأن ما ترين وأكدي لها بأنك مهتمة. اخبريها بأنك تصدقيها وبأن ما يحدث ليس خطأها.
- شجعيها على ألا تواجه شريك حياتها في حالة إذا كانت تخطط لمغادرة المنزل. يجب تأكيد حماية سلامتها الشخصية.
- اعرضي عليها رعاية أطفالها أثناء بحثها عن المساعدة.
- اعرضي عليها استضافتها في منزلك كملجأ آمن لها و لأطفالها. في حال قبولها العرض، لا تسمحى لشريك حياتها بدخول المنزل.
- شجعيها على تعبئة أشيائها الهامة في حقيبة صغيرة واحتفظي بها في منزلك في حال احتياجها إليها.
- ينبغي لك أن تعرفي أنه في استطاعتك، وفي استطاعتها طلب خط مساعدة النساء اللواتي تتعرضن للعنف الأسري ، ملجأ النساء المحلي لديك، أو، في حالات الطوارئ، طلب الشرطة.

هي: تبدو عليها إصابات غير مبررة

هي: لا تستطيع الوصول إلى هاتف

هي: تواجه عقبات أخرى (مثل كونها لا تتحدث الإنجليزية، ليست بعد مقيمة شرعية في كندا، تعيش في منطقة نائية)

هي: ليس لها أصدقاء أو عائلة

هو: يلومها على تدمير حياته

هو: لا يبحث عن الدعم هو: يراقب تصرفاتها،

ينصت إلى محادثاتها الهاتفية، يقرأ بريدها الإلكتروني ويتبعها

هو: لا يستطيع الاحتفاظ بعمله

هو: يتعاطى المخدرات أو يشرب الخمر يومياً

هو: لا يحترم القانون

تشير الإحصاءات إلى أن النساء تحت سن ٢٥ عاماً، النساء المعوقات، والنساء من السكان الأصليين والنساء اللواتي تعشن مع شريك حياة بدون زواج تتعرضن لخطر العنف الأسري بنسبة أكبر. (مركز الإحصاء بكندا: العنف الأسري في كندا، صورة إحصائية لعام ٢٠٠٥).

## التغلب على ترددك في المساعدة

هاك بعض الأمور التي قد تسبب لك القلق بشأن ما إذا كان يجب عليك المساعدة:

### نقاط للأخذ بعين الاعتبار

قد يكون الأمر مسألة حياة أو موت. إن العنف أمر يجب أن يهتم به كل فرد

قولك بأنك مهتمة وبأنك قلقة هو بداية جيدة

إن عدم فعل شيء قد يزيد الأمور سوءاً

أفراد الشرطة مدربون على الاستجابة وعلى استخدام موارد أخرى

تحدثي إليها بمفردها. أبلغي الشرطة إن بادرك بالتهديد

### النقاط الداعية للقلق

تشعرين بأن هذا ليس من شأنك

لا تعرفين ما يجب عليك قوله

قد تجعلين الأمور تزداد سوءاً

الأمر ليس جاداً إلى حد يدعو إلى تدخل الشرطة

تحافين أن يتجه عنفه إليك أو إلى أسرتك

## في حالة إنكارها التعرض العنف الأسري:

● أكدي لها أن باستطاعتها التحدث إليك في أي وقت.

● لا تغضبي أو تشعري بالإحباط من قراراتها. من المهم أن تفهمي أنها قد تكون خائفة أو غير مستعدة لاتخاذ الخطوة التالية.

● حاولي أن تفهمي سبب عدم تمكنها من الحصول على الدعم قد يكون بسبب إحساسها.

● اعرضي عليها أن تذهبي معها إن كانت تحتاج لمعلومات أو لدعم إضافي

● إن كان لديها أطفال، اخبريها برفق بأنك قلقة بشأن سلامتها وسلامة أطفالها وصحتهم النفسية. قد يزيد هذا من رغبتها في إدراك موقفها وأن أطفالها كذلك معرضون للخطر.

إن خط مساعدة النساء اللواتي تتعرضن للعنف الأسري **1-866-863-0511** يؤمن خطاً هاتفياً للمعوقين سمعياً برقم TTY **1-866-863-7868** على مدى أربعة و عشرون ساعة للنساء اللواتي تتعرضن للعنف الأسري في أونتاريو. الخدمة لا تشترط الحصول على الاسم وتتسم بالسرية كما لن يظهر الرقم المجاني على فاتورة الهاتف. تتوفر الخدمة بعدد من اللغات يبلغ ١٥٤ لغة.

يمكن لموظفي خط المساعدة أن يدعموك لتوفير المساعدة للمرأة التي تتعرض للعنف الأسري أو للرجل الذي يسيء معاملة امرأته. سوف يناقشون العلامات التحذيرية التي لاحظتها ويعطونك نصائح عملية عن كيفية تقديم المساعدة.

للمزيد من المعلومات عن خط خدمة النساء اللواتي تتعرضن للعنف الأسري ، رجا زيارة موقع الإنترنت **www.awhl.org** في حالة الطوارئ، اتصل بقسم الشرطة المحلي لديك.

يشعر معظم سكان أونتاريو بمسؤولية شخصية نحو العمل على منعا للعنف الأسري ضد النساء. إن ملاحظة العنف الأسري هي الخطوة الأولى. خذ العلامات التحذيرية على محمل الجد. للمزيد من المعلومات، تفضل بزيارة موقع الإنترنت **www.neighboursfriendsandfamilies.on.ca**

لتلقي خدمات باللغة الفرنسية، رجا الاتصال بـ Femaide على الرقم ٢٤٣٣-٣٣٦-١٨٧٧ (مجانياً). وخط الهاتف الخاص بالسيدات ضعيفي السمع أو الصم، فهو ٧٠٨٢-٨٦٠-٨٦٦. كلا الرقمين يتعاملا معكن في سرية تامة.

للمزيد من المعلومات عن الخدمات التي يقدمها Femaide رجا زيارة موقع الإنترنت: **www.briserlesilence.ca**

## نقاط للأخذ بعين الاعتبار

قد يكون السبب هو عدم حصولها على الدعم التي احتاجت إليها

قد يحدث ذلك، ولكنها تعطيك الفرصة لعرض مساعدتك

أحد هذين الصديقين يتعرض للعنف الأسري و يعيش في خوف

ربما تشعر بالعار أو الخوف إلى حد يمنعها من أن تطلب المساعدة

ليست المسألة خاصة عندما يتعرض شخص للأذى

## النقاط الداعية للقلق

تظنين بأنها لا تريد فعلا تركه لأنها تعود إليه باستمرار

تخافين أن تغضب عليك

تحسين بأن كلا الزوجين صديق لك

تعقدتين بأنه إذا كانت محتاجة للمساعدة وكانت قد بحثت عن المساعدة

تعقدتين بأنها مسألة خاصة

انتبهي دائماً لسلامتك. لا تنزلي إلى موقف تتعرضين فيه لا عتداء. اتصلي بالشرطة في حالات الطوارئ.