

الجيران، الأصدقاء والعائلات

إرشادات خاصة
بتخطيط السلامة
للنساء اللواتي
تتعرضن للعنف
الأسري



للمزيد من المعلومات عن خط
خدمة النساء اللواتي تتعرضن
للعنف الأسري ، رجاى زيارة موقع
الانترنت www.awhl.org

للمزيد من المعلومات عن حملة
الجيران، الأصدقاء والعائلات،
تفضلي بزيارة الإنترنت:
www.neighboursfriendsandfamilies.on.ca

إذا كنت متخوفة بشأن سلامتك
الشخصية الآن، اتصلي بالشرطة.

مدفوع بواسطة حكومة أونتاريو

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

يقع تخطيط السلامة الشخصية على رأس الأولويات. سوف تجدين هنا بعض الأشياء الهامة التي يمكنك عملها لزيادة سلامتك الشخصية.

١. أخبري شخصاً تثقين به عن العنف الأسري.
٢. اجمعي كل المستندات الهامة: كل مستندات تحقيق الشخصية، المستندات المالية والقانونية، صك/عقد إيجار البيت، دفتر العناوين، الأدوية والنقود/بطاقات الائتمان.
٣. ضعي الصور الهامة، المجوهرات والأشياء ذات القيمة المعنوية معاً، بالإضافة إلى اللعب ووسائل راحة الأطفال.
٤. احتفظي بصورة فوتوغرافية لمن يمارس العنف الأسري ضدك ولأطفالك أيضاً.
٥. اتصلي بملجأ للنساء أو بالشرطة. اطلبي التحدث إلى ضابط متخصص بحالات العنف الأسري ضد النساء. سوف يستطيع/تستطيع مساعدتك لعمل تخطيط أكبر لسلامتك الشخصية.
٦. استشيري محام. احتفظي بأية أدلة على سوء المعاملة البدنية (كصور فوتوغرافية مثلاً). احتفظي بمذكرات عن كل وقائع العنف، متضمنة التواريخ، والوقائع، والتهديدات والشهود.
٧. تأكدي من إعلام مدرسة أطفالك أو مركز الرعاية/الحضانة بالموقف ومن إعطائهم نسخاً من كل المستندات ذات الشأن.
٨. لا تخبري من يمارس العنف الأسري ضدك بخبر رحيلك. اتركي المكان سريعاً.
٩. لا تعودي إلى منزلك، إلا في صحبة الشرطة.
١٠. لا تعمدي إلى مواجهة من يمارس العنف الأسري ضدك.