

ورقة معلومات عن العنف الأسري

لا يُعدُّ هذا المستند إلا دليلاً سريعاً ويمكن العثور عليه بلغات مختلفة على موقعنا الإلكتروني. يمكنكم التواصل مع مكاتبنا لمزيد من المعلومات عن كيفية دعمنا.

هل تختبرون عنفاً أسرياً؟

- هل تخافون على شريك لكم أو عضو عائلة لديكم؟
- هل تُغيرون من سلوكياتكم لأنكم تخافون من رد فعلهم؟
- هل يغارون عليكم ولديهم حب التملك؟
- هل تشعرون بأنكم تتصرفون بحذر شديد؟
- هل تشعرون بأنكم تخضون للسيطرة أو العزلة؟



Flintshire: 01244 830 436

Wrexham: 01978 310 203

Denbighshire: 01745 337 104

Colwyn: 01492 534 705

أي شخص يُرغم على تغيير سلوكياته بسبب خوفه من رد فعل شريكه أو شريكه السابق أو عضو عائلته فهو يختبر عنفاً أسرياً.

يمكن أن يحدث العنف الأسري لأي شخص بغض النظر عن عمره أو خلفيته أو جنسه أو نشاطه الجنسي أو ديانته أو عرقه. لا يمكن أن يكون العنف الأسري خطأ الشخص الذي يختبره. يُعدُّ العنف الأسري جريمة.

أنتم لستم وحدكم. داسو نورث ويلز هنا لإمدادكم يد العون والدعم الذين تحتاجونهما.

يمكننا مساعدتكم في اكتشاف جميع الاختيارات المتاحة لكم وفهمها، بما في ذلك المساعدة في العثور على ملجأ/منزل آمن أو إقامة مناسبة لكم ولأطفالكم فضلاً عن دعمكم لإعادة اكتساب استقلالكم والتعافي من العنف.

لدينا إمكانية الوصول إلى خط اللغات الذي يتمتع بنطاق من المترجمين الفوريين الذي سيساعدونكم للتواصل مع الأشخاص الذين يتحدثون بلغتكم، مثل اللغة البولندية، والبرتغالية، والعربية، والهندية، والأردية وغيرها الكثير من اللغات.

أخطط لترك من يمارس معي العنف

إذا قررتم ترك من يمارس معكم العنف من الضروري أن تتوصلوا إلى دعم متخصص. قد يكون ترك علاقة تعسفية أمراً خطيراً. فقد يكونوا أكثر عنفاً ويسعوا إلى إعادة اكتساب السيطرة عليكم. من الضروري جداً ألا يكتشفوا أنكم تُفكرون في الرحيل.

يمكنكم الاتصال بنا أو بخط المساعدة المجاني ليف فير بثقة على مدار 24 ساعة في اليوم على الرقم 0808 8010 800. لن نخبركم ما عليكم فعله ولكن يمكننا دعمكم لفهم اختياراتكم ومساعدتكم على إعداد خطة آمنة. في حال وجود موقف طارئ اتصلوا دائماً بالرقم 999.

بالإضافة إلى الحصول على المساعدة قد ترغبون في النظر في الآتي:

إعداد حقيبة طوارئ: احتفظوا بحقيبة بها بعض النقود، والمستندات المهمة (مثل شهادات الميلاد، وشهادات الزواج، ومستندات الإيجار/الرهن، ومستندات الهوية، ورقم البطاقة الوطنية، ورخصة القيادة، وغيرها)، ومجموعة المفاتيح، وأي أدوية أو وصفات طبية، وشاحن الهاتف، وأرقام الطوارئ إذا كان ذلك آمناً دون ملاحظة من يمارس معكم العنف. يمكن الاحتفاظ بها مع جار لكم أمين أو في منزل صديق لكم حتى يتسنى لكم الرحيل بسرعة والاحتفاظ بالضروريات.

إعداد خطة: فكروا في الأمور الروتينية التي يقوم بها من يمارس معكم العنف واختاروا وقتاً آمناً لمغادرة منزلكم. فكروا في المكان الذي سيذهبونه وأعدوا طريقاً آمناً، على سبيل المثال: قد تودون في تجنب استخدام خدمة سيارة أجرة محلية في مدينة صغيرة إذا أخبر السائق شريككم إلى أين ذهبت.

ترتيب مكان للإقامة: قد يكون منزل صديق أمين كم أو عضو عائلة ولكن تأكدوا من عدم معرفة من يمارس معكم العنف الموقع. عوضاً عن ذلك قد ترغبون في الذهاب إلى ملجأ. يمكنكم طلب مشورة منزلية -بوصفكم شخصاً يفر من العنف الأسري- من أي هيئة محلية حتى إذا لم تُقيموا في المنطقة المحلية.

فكروا في الطرق التي قد يتبعونكم بها: من الضروري التفكير في جميع الطرق التي قد يتمكن بها من يمارس معكم العنف في العثور عليكم. على سبيل المثال: إذا كنتم ترون أن من يمارس معكم العنف يتمتع بإمكانية الوصول إلى هاتفكم أو رسائلكم يمكنكم استخدام هاتف صديق لإجراء لترتيبات للرحيل أو يمكنكم شراء "هاتف مؤقت" رخيص. بالمثل قد تحتاجون إلى حذف أي عمليات بحث من تاريخ متصفح الإنترنت لديكم تتعلق بالبحث عن دعم. ينبغي عليكم أيضاً إغلاق إعدادات الموقع الجغرافي على هاتفكم.