تمكين الخروج من العنف

العنف ضد المرأة ظاهرة بنيوية توجد في جميع دول العالم



ويتعلق الأمر بالنساء من جميع الأعمار، ومن جميع الظروف الاقتصادية والاجتماعية والخلفيات الثقافية

ماذا أجد في ملجأ النساء؟

.إنه مكان استماع محمي يحافظ على سلامتك أنت وأطفالك
يمكنك تفعيل مسار للهروب من العنف وإعادة بناء حياتك، وذلك .أيضًا بفضل دعم الوسيط الثقافي الذي يتحدث لغتك
يمكن لمركز مكافحة العنف أن يقدم لك الدعم النفسي، ويرشدك نحو العمل، ويقدم لك الدعم القانوني، ويجعلك على اتصال مع الخدمات الأخرى في المنطقة. علاوة على ذلك، إذا لزم الأمر، يمكنه أن يقدم لك .ولأطفالك ضيافة مجانية في ملجأ له عنوان سري

قائمة المراكز
قم بإطار رمز الاستجابة السريعة باستخدام كاميرا هاتفك

ما هي مراكز مكافحة العنف في المنطقة؟

العديد من هذه المراكز لديها أيضًا مكاتب في بلديات أصغر

في مقاطعة بولونيا
دار النساء لتجنبالتعرض للعنف في بولونيا هاتف. 051333173 | واتساب: 388 4017237
مركز مكافحة العنف
| البريد الإلكتروني UDI :هاتف: 051232313_| 329 2886466 info@udibo.it
اتصل بـ
في بولونيا 337 1201876 | البريد الإلكتروني MondoDonaجمعية - chiAMA: chiamachiama@mondodonna-onlus.it
دونا في بولونيا – هاتف. 051434345 | رسائل واتس اب فقط 345 5909708 SOS sosdonna.bo@gmail.com
بيرليدون لمكافحة العنف في إيمولا هاتف: 3252064
370 centroantiviolenzaimola@gmail.com
مركز ترامادي تير لمكافحة العنف في إيمولا هاتف: 5596688
| 393 | antiviolenza@tramaditerre.org
(في مقاطعة فيرارا)
:مركز عدالةالمرأة بفيرارا هاتف
0532/247440 | centro@donnagiustizia.it
(مقاطعة فورلي تشيزينا)
مركز المرأة، مركز مكافحة العنف ببلدية فورلي هاتف: 712660
0543 | centrodonna@comune.forli.fc.it |
مركز المرأة، مركز مكافحة العنف التابع لبلدية تشيزينا هاتف: 0547 355742 - 355738 centrodonna@comune.cesena.fc.it
في مقاطعة مودينا
مركز مناهضة العنف جمعية دار المرأة لمناهضة العنف بمودينا هاتف: 361050
:موقع الويب | 059 |most@donnecontroviolenza.it
مركز فيفير دونا لمكافحة العنف في كاربي هاتف: 059 653203_ 338 5793957 | viveredonna@gmail.com
مركز "باولا مانزيني" لمكافحة العنف في فينجولا هاتف: 059777684 بافولو نيل فريجنانو هاتف 3451670479 centroantiviolenza@terredicastelli.mo.it
مركز تينا لمكافحة العنف في ساسولو هاتف: 880598
0536 | centroantiviolenza@distrettoceramico.mo.it
ميدولا لمكافحة العنف هاتف : 3068286
370 | sportelloascolto2020@libero.it
اتحاد بلديات سوربارا
371 5361136 sportellounionesorbara@donnecontroviolenza.it
في مقاطعة بارما
بارما لمكافحة العنف هاتف: 0521
238885 acavpr@libero.it
(مقاطعة بياتشينزا)
مركز بياتشينزا لمناهضة العنف - جمعية لا سيتا ديلي دون هاتف: 334833
0523 | centroantiviolenzapc.donne@gmail.com
(في مقاطعة رافينا)
:الخط الوردي من رافينا هاتف
0544216316 | linearosa@racine.ra.it
امرأة فاينزا هاتف: 0546 22060 SOS | info@sosdonna.com , fenice@racine.ra.it
نساء ديميترا يساعدن لوغو: 0545 27168 | البريد الإلكترون demetradonneinaiuto@gmail.com
(مقاطعة ريجيو إميليا)
بيت النساء - ليس وحده في ريجيو إميليا: 0522 585643- 0522 585644| info@nondasola.it
(في مقاطعة ريميني)
كسر صمت ريميني: 346 5016665 | info@rompiilsilenzio.org
مركز ماريبل لمكافحة العنف في سانتاركانجيلو دي رومانيا
3465016665 valmarecchia@rompiilsilenzio.org
لمكافحة العنف في منطقة كاتوليكا هاتف: 335 7661501 " chiAMA
info@centroantiviolenza.org |

ماذا يمكنني أن أفعل؟



اخرجي من العزلة، تحدثي عنها، تعلمي لغة البلد الذي يضيفك لتفهم ما يحدث حولك.
العنف ليس مشكلتك فقط، بل هو مشترك بين العديد من النساء مثلك



يمكنك الاتصال بشرطة الولاية من خلال تطبيق YouPol، والذي يمكن تنزيله مجانًا لأجهزة IOS وAndroid

اتصلي:

1522

أو مركز مكافحة العنف في منطقتك (انظري القائمة)

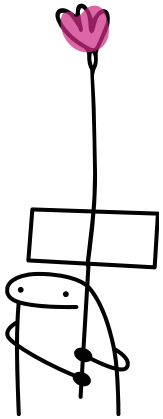
118

إذا كنت مصابة أو كنت بحاجةإلى مساعدة طبية فورية تتعلق بالعنف

112

إذا كنت بحاجة إلى الاتصال بالشرطة

ماذا يحدث في وطني



من المهم أن تعرفي عناوين وأرقام هواتف الجمعيات التي تناضل من أجل حقوق المرأة وضد العنف.
من المهم أن تعرفي القوانين التي يمكن أن تحميك والتي تم إقرارها في المكان الذي كنت تعيش فيه سابقًا.
يمكنهم أيضًا مساعدتك في حماية نفسك قانونيًا أثناء رحلة الهجرة الخاصة بك.
إن معرفة وجودهم سيجعلك تشعرين بوحدة أقل تدركين أننا نحاول هزيمة عنف الذكور ضد المرأة في كل مكان.

ابحثي عن معلومات مفيدة عبر الإنترنت. فيما يلي بعض الأمثلة:

المغرب باكستان ألبانيا

لا توجد تقاليد وأعراف اجتماعية يجب الحفاظ عليها إلى الأبد. بادئ ذي بدء، هناك حقوقك العالمية كامرأة ويجب الاعتراف بها.

هذه المواد أنشأتها إدارة تكافؤ الفرص في منطقة إميليا رومانيا وأنسي إميليا رومانيا بالتعاون مع تيزيانا دال برا

ماذا يحدث لي؟

للعنف أشكال عديدة يمكن التعرف عليها

يمكن أن يكون : (هذه بعض الأمثلة على العنف)

جسدي (يضربك، يسحبك، يغزو مساحتك الجسدية، يؤذيك، يرمي أشياء عليك، يسبب تشويهًا جسديًا)
جنسي (يتحرش بك، يجبرك على ممارسة الجنس، يجبرك على سلوك جنسي مؤلم، يقوم بتحرشات جنسية مزعجة، يهددك، يهينك في حياتك الجنسية)
انتقام إباحية (ينشر صورًا حميمة لك عبر الإنترنت دون موافقتك لإيذائك أو الانتقام)
نفسي (يهينك ويشوه سمعتك كامرأة وأم وشريكة ويقلل من دورك المهني ويهددك ويتحكم في علاقاتك ويعزلك)
اقتصادي (يستخدم تفوقه الاقتصادي لإخضاعك، يجبرك على عدم العمل، يفتح حساب مشترك دون موافقتك، لا يدفع علاوة عائلية، يحرمك من الاستقلال الاقتصادي، يتراكم عليك الديون)
روحي (يشوه قيمك، ويمنعك من اتباع عقيدتك الدينية)
المطاردة (متابعتك أو الاتصال بك أو إرسال رسائل بريد إلكتروني أو رسائل بطريقة مضايقة تجعلك تشعر بالسوء أو الخوف)
المساعدة (يشهد أطفالك أعمال عنف تجاهك أو تجاه شخصيات مرجعية أخرى لهم)

مهما كان العنف، فأنت لست مذنبة!

كيف أشعر عندما أتعرض للعنف؟

وحيدة، خائفة، مكتئبة، متعبة،
غير قادرة على اتخاذ القرارات، أشعر بالذنب والخجل، أعاني من نوبات الهلع، لا أستطيع النوم جيدًا، أجد صعوبة في التركيز،
لم أعد أتناول طعامًا جيدًا، وأواجه صعوبات في العمل، وأتعرض دائمًا لخطر فقدان الوضوح واحترام الذات،

انظر إلى عجلة القوة والسيطرة

كيف يشعر أطفالي عندما يشهدون العنف؟

قلقون، مكتئبون، عدوانيون.
قد يكون لديهم مشاكل في التعلم أو لا يقومون بعمل جيد في المدرسة.
قد يفقدون احترام الذات ويفتقرون إلى العلاقات الحميمة الإيجابية.
قد يؤذون أنفسهم، ويعانون من اضطرابات الأكل، ويتنمرون، ويتعاطون الكحول والمواد.
غالبًا ما يعتقدون أنهمأو كانوا أطفالًا سيئين، مذنبين بما يحدث وعاجزين.
إنهم مهتمون بالعناية بحمايتك أو التوسط بينك وبين شريكك.

العنف ليس له ما يبرره
إنها مسؤولية أولئك الذين يفعلون ذلك
ولا يعتمد الأمر أبدًا على سلوكيات المرأة