

كيف يمكنك تحديد و مساعدة النساء اللواتي في خطر من العنف المنزلي

## How You Can Identify and Help Women at Risk of Abuse

<p>قد تشك بوقوع عنف لجيرانك , صديق او احد الافراد من عائلة ما لكنك لا تعرف ماذا تفعل او كيف تتكلم عن الموضوع . ربما قد تقلق بجعل الموقف اسوء , او تقلق حيال ما ستفعل . بفهم العلامات التحذيرية و عوامل الخطر للعنف ضد النساء يمكنك المساعدة .</p> <p>اذا دركت بعض هذه العلامات التحذيرية , فقد حان الوقت لاتخاذ تصرف فعلي :</p> <p><b>If you recognize some of these Warning Signs, it may be time to take action :</b></p> <p>هو يقمعه يجري كل الكلام و يسيطر على الحديث يراقبها في كل الاوقات و حتى في عملها يحاول الايحاء بانه الضحية ويمثل بانه مكتب يحاول ابعادها عنك يتصرف كانه يمتلكها يكذب ليبدو شخصا لطيفا او يببالغ باظهار صفاته الجيدة يتصرف كانه الافضل و اعلى قيما من الاخرين في بيته</p> <p>هي تكون اعتذارية و تختلق الاعذار لسلوكه او تصبح عدائية و غاضبة تتكلم بعصبية عندما يكون حاضرا غالبا ما يبدو عليها المرض و تتغيب عن العمل تحاول اخفاء كدماتها تختلق الاعذار في اخر دقيقة بشأن عدم تمكنها من الالتقاء بك او تحاول ان تتجنبك في الشارع تبدو حزينة , وحيدة ,منطوية و خائفة و تتعاطى ادوية و كحول اكثر لغرض التأقلم</p>	<p>هل انت قلق حول شخص ما و تعتقد بانه معرض للعنف المنزلي , لكنك لا تعرف ماذا تفعل؟ هذا الكتيب يصف العلامات التحذيرية و الخطوات التي بإمكانك اتخاذها لغرض المساعدة حيال ذلك.</p> <p>الجيران , الاصدقاء و العوائل هي حملة لغرض رفع الوعي بشأن علامات العنف ضد النساء و هكذا فان الناس القريبين من المرأة التي تكون في خطر او من الرجل الذي يمارس العنف يستطيعون المساعدة .</p> <p>كل شخص في المجتمع لديه دور يلعبه للمساعدة لمنع العنف ضد النساء . بإمكانك الوصول الى المنظمات في منطقتك و التي تساعد النساء المعرضات للعنف و كذلك تساعد الاشخاص العنيفين .</p> <p>هذه الحملة هي شراكة بين حكومة اونتاريو و مديرية النساء في اونتاريو و فريق الخبراء في الجيران , الاصدقاء و العوائل و من خلال مركز للبحوث و التحقيق عن العنف ضد النساء و الاطفال .</p>
---	---

## Signs of High Risk

The danger may be greater if:

لديها جروح مبهمه  
لا تستطيع الوصول لهاتف  
تواجه صعوبات اخرى  
مثل عدم تكلمها الانكليزية  
و ليست مقيمة قانونية  
حاليا في كندا  
تعيش في منطقة نانية  
ليس لديها اصدقاء  
او عائلة  
يلومها على تخريب حياته  
و لا يبحث عن مساعدة  
يراقب افعالها  
يصغي الى مكالماتها  
و احاديثها  
يقرا بريدها الالكتروني  
و يلاحقها  
لديه صعوبة في المحافظة  
على عمله  
يتعاطى المخدرات و  
يعاقر الكحول في كل يوم  
لا يحترم القانون

قد انفصل عنها توا  
او يخطط لتركها  
تخاف على حياتها  
و على سلامة اولادها  
لا تعرف مدى الخطورة  
انه يكافح على الحضانة  
او لديه اولاد من  
علاقة سابقة  
متورط في علاقات  
اخرى

## علامات الخطر الخفيف

قد يكون الخطر اكبر اذ

يستطيع الوصول اليها  
و الى الاولاد  
لديه مدخل لاسلحة  
لديه تاريخ بالعنف  
معها او مع الاخرين  
قد هدد بقتلها او  
تأذيتها في حال  
تركها له  
يقول لها " ان لم  
تكوني لي لن  
تكوني لغيري "  
يهدد بتاذية اولادها  
او بتاذية حيوانتها الايفة  
او بتخريب ممتلكاتها

يهدد بقتل نفسه

يضربها

خنقها

يمر بتغيرات حياتية

كبيرة على سبيل المثال

( العمل, الانفصال, الكابة )

انه مقتنع بانها ترى

شخص اخر

طرق لمساعدتها

## Ways to Support Her

في حال انكرت العنف :

اكذ لها بانها تستطيع التحدث اليك في اي وقت.  
لاتكن غاضبا او محبطا مع قراراتها فمن المهم

معرفة بانها قد تكون خائفة او غير جاهزة  
لاتخاذ الخطوة التالية

حاول ان تعرف لماذا لديها صعوبة في الحصول  
على دعم . قد تشعر بالخجل

اعرض الذهاب معها ان احتاجت الى معلومات او دعم  
اضافي

ان كان لديها اطفال افهمها بهدوء بانك قلق على  
سلامتها و سلامتهم و عافيتهم العاطفية  
قد تكون هي قادرة على فهم وضعها اكثر لو انها  
ادركت بان هذا قد يكون خطرا على اطفالها ايضا

فيما يلي بعض الطرق التي يمكنك من مساعدتها حينما تدرك

العلامات التحذيرية للعنف :

تحدث اليها عن ما لاحظته و اكذ لها بانك قلق عليها .  
و اخبرها بانك تصدقها و ان هذا ليس غلطتها .

شجعها ان لا تواجه شريكها اذا كانت تخطط  
لتركه. يجب ان نحمي سلامتها

اعرض عليها ان تعتني باولادها خلال  
اثناء بحثها عن مساعدة

اعرض عليها المكوث في بيتك امين  
كالجنة , لها و لاولادها و حيوانتها

شجعها على توضيب حقيبة صغيرة  
و تركها عندك في البيت تحثوي على

الاشياء المهمة في حال احتاجت اليها  
عليك ان تعرف بامكانك انت او هي

الاتصال على خط مساعدة النساء

المعنفات . الملجا في منطقتك او

الطوارئ , الشرطة .

فيما يلي بعض الامور التي قد تقلقك حول ان كان عليك مساعدتها :

Here are some concerns you may have about whether you should help:

نقاط تاخذ بعين الاعتبار	نقاط تشيرالقلق
<b>Points to Consider</b>	<b>Points of Concern</b>
قد تكون مسالة حياة او موت . العنف مسئولية الجميع	تشعر بان هذا ليس من شانك
بقولك انك تهتم و انك قلق فهذا بداية جيدة	لاتعرف ماذا تقول
عمل لاشئ قد يجعل الامور اسوء	قد تجعل الامور اسوء
الشرطة مدربة للاستجابة و تستخدم موارد اخرى	ليس الوضع خطيرا ولا يستوجب اشراك الشرطة
تكلم اليها على افراد . و اخبر الشرطة ان استلمت اي تهديد	تخاف ان يحول عنفه اليك او الى عائلتك
قد لم تحصل على الدعم الذي تحتاجه	تعتقد بانها لا ترغب فعلا بتركه لانها دائما ترجع اليه
ربما لكن ستعرف انك مهتم	تخاف بانها تغضب عليك
احد الاصدقاء يتعرض للعنف و يعيش في خوف	تشعر بان الطرفين اصدقائك
ربما تكون خانقة و خجلة لتطلب المساعدة	تعتقد بانها لو ارادت مساعدة لطلبتها
ليست المسالة فقط عندما يتعرض شخص للادى	تعتقد بانها امور شخصية

معلومات

## Information

خط مساعدة النساء المعنفات 1-866-863-0511 يقدم خدمة هاتف 24 ساعة و الخط المجاني 1-866-863-7868  
خط الازمات للنساء المعنفات في اونتاريو . الخدمة لا تشير للاسم و سرية و تقدم باكثر من 154 لغة .

موظفي خط المساعدة بإمكانهم دعمك في مساعدة النساء المعنفات او الرجال العنيفين . سوف يناقشون معك العلامات  
التحذيرية التي لاحظتها و يقدمون لك نصائح عملية بطرق المساعدة .

لمزيد من المعلومات حول خدمات خط مساعدة النساء المعنفات يمكنك زيارة الموقع : [www.awhl.org](http://www.awhl.org)

وفي حالة الطوارئ اتصل بخدمة الشرطة في منطقتك .

معظم سكان اونتاريو يشعرون بالمسؤولية في سبيل تخفيض الاعتداء على النساء . الادراك هي الخطوة الاولى . اتخذ  
العلامات التحذيرية على محمل الجد . لمعلومات اكثر زور الموقع :

[www.neighboursfriendsandfamilies.on.ca](http://www.neighboursfriendsandfamilies.on.ca)

