

هل أنت أو أي شخص تعرفه داخل علاقة غير صحية؟

ماذا تفعل إذا كنت تتعرض لخطر مباشر

إذا كانت حياتك في خطر، فسلامتك هي أهم شيء. اتصل بالشرطة أو أي شخص تثق به للمساعدة في الحفاظ على سلامتك. **اتصل بالرقم 111 واطلب الشرطة** واخبر الشخص الذي يتحدث معك باللغة التي تتحدثها باستخدام اسم هذه اللغة بالإنجليزية ليستطيعوا مساعدتك.

إذا لم يكن من الأمن التحدث، فاضغط على الرقم 55. استمع إلى التعليمات. بمجرد توصيلك بالجهة المعنية، سيقوم شخص بطرح أسئلة عليك يمكن اجابتها بنعم أو لا، وسيطلب منك ضغط مفاتيح على هاتفك للإجابة عن هذه الأسئلة.

اتصل بأي شخص تثق به للمساعدة في الحفاظ على سلامتك

اتصل بخط معلومات العنف الأسري على الرقم 0800 456 450 حيث يقدم لك مهنيون متمرسون المعلومات والدعم، حتى تتمكن من اختيار ما يجب القيام به، بما في ذلك الحصول على المساعدة في منطقتك. ويمكن لهذا الخط الهاتفي الوصول إلى الاستعانة بمترجمين فوريين.

ما هو شكل العنف الأسري وكيف تشعر به

العنف الأسري ليس جسدياً فحسب. بل يشمل أيضاً الاعتداء العاطفي واللفظي والنفسي والجنسي والمالي. من الشائع أن يفكر الأشخاص الذين يعيشون في علاقات مسيئة بأشياء مثل:

- "هذا لا يحدث دائماً، ما زال هذا الشخص يحبني"
- "أشعر بأنه يلعب بعقلي - أنا جداً محتارة"
- "هذا طبيعي في العلاقات الزوجية"
- "إنه زوجي لذا يحق له أن يفعل ذلك"
- "أنا خائفة مما سيحدث إذا غادرت" أو
- "ربما هو خطأي".

لا تضع اللوم على نفسك - أنت لا تدع شخصاً يؤذيك، فأنت تستحق أن تكون بأمان وأن تشعر به.

القوانين المتعلقة بالعنف الأسري في نيوزيلندا.

يعد العنف الأسري في نيوزيلندا جريمة، ومن غير القانوني أن يعتدي أي شخص على شخص آخر جسدياً أو لفظياً أو جنسياً أو نفسياً. ويشمل ذلك الأطفال الذين يعانون من هذه الأنواع من الإساءة أو يرونها أو يسمعونها.

ويمكن أن تشمل هذه الإساءة فعل واحد أو عدد من الأفعال التي تشكل جزءاً من نمط سلوكي (حتى لو كان أي من هذه الأفعال على حدة أو كلها، قد تبدو طفيفة أو تافهة عندما ينظر إليها بمعزل عن غيرها).

قد يأخذ هذا العنف شكل الإكراه على فعل شيء أو السيطرة أو قد يسبب للشخص ضرراً متراكماً.

يعد العنف المرتبط بالمهر جريمة أيضاً في نيوزيلندا ويشمل العنف المرتبط بما يعطى أو يتلقى كجزء من الزواج أو الزواج المقترح.

ونحن نفهم أن هذا وضع متعب ومخيف، ولكن الدعم متوفر بهذا الشأن. اتصل للحصول على مساعدة أو مزيد من المعلومات.

أين يمكن الحصول على المساعدة

خط معلومات العنف الأسري على الرقم- **0800 456 450** على مدار الساعة حيث يقدم لك مهنيون متمرسون المعلومات والدعم، حتى تتمكن من اختيار ما يجب القيام به، بما في ذلك الحصول على المساعدة في منطقتك. ويمكن لهذا الخط الهاتفى الوصول إلى الاستعانة بمتترجمين فوريين.

NCIWR – 0800 REFUGE (0800 733 843) خط على مدار الساعة لمساعدة النساء والأطفال الذين يعانون من العنف الأسري، بما في ذلك النصيحة والسكن.

"شاين" Shine – 0508 744 633 خط مساعدة سرية على مدار الساعة للأشخاص الذين يعانون من العنف الأسري أو الإساءة، أو القلق بشأن شخص آخر، وللأشخاص المسيئين الذين يرغبون في تغيير أنفسهم. كما يمكنهم أيضا توصيلك بخدمات الدعم الأخرى إذا كنت بحاجة إليها.

"شاكتي" Shakti – 0800 742 584 خط على مدار الساعة متعدد اللغات لمساعدة النساء في الأزمات أو اللواتي بحاجة إلى معلومات عاجلة أو لأولئك الذين يعرفون شخص يعاني من العنف الأسري ويحتاج إلى مساعدة.