

شريكك الحالي او السابق يعاملك هكذا؟

- يصرخ في وجهك كثيرا
- يسبك ويهينك أمام الناس أو وحدك
- يكسر او يرمي أشياءك
- يؤذي الحيوانات التي تحبينها
- يهدد بإيذاء عائلتك
- يضربك (ضربات، ركلات، عضات، دفعات ...)
- يحبسك . لا يدعك تخرجين من البيت
- يرغمك على ممارسة الجنس

يجب عليك ان لا تسمحى له بذلك!
اطلبي المساعدة

إذا شريكك يعاملك هكذا ،فهو يسيء معاملتك

- إذا كان يقرر كيف تلبسين
- إذا كان يتحكم في وقت فراغك وفي ما تفعله
- إذا كان ينظم خرجاتك من البيت
- إذا كان يرغمك على فعل شؤون البيت والاهتمام بالأطفال وحدك
- إذا كان يطلع على رسائلك وهاتفك
- إذا كان يراقبك لمعرفة أين تذهبين
- إذا كان يستفزك لأفكارك الدينية أو السياسية
- إذا كان يتكلم بالسوء عن عائلتك وأصدقائك
- إذا كان يحدد لك من يمكنك مصادقتهم ام لا
- إذا كان يفرض عليك طريقة تربية اطفالكما

تجنبي ذلك
اطلبي المساعدة

هل انت في خطر؟ تعتقدين انه يمكن ان يحدث لك شيء سيء؟

اتجهي سريعا لطلب المساعدة ،
هناك خدمات لك

- سكن للمرأة
- إستشارات قانونية
- استشارات نفسية
- الخ



تذكري أن كل امرأة يجب ان تكون أوراقها في حوزتها

- الحالة المدنية
- جواز السفر أو التعريف
- البطاقة الصحية
- رخصة السياقة
- تصريح الإقامة
- الشهادات التعليمية
- بطاقة البنك
- عقد البيت أو أوراق السلف البنكي
- اوراق السيارة
- نقود
- مذكرة بهواتف العائلة والأصدقاء
- صورة لعقد الهاتف



هاتف الطوارئ

112
ساعة
24



CENTRO ASESOR DE LA MUJER

مركز استشاري للمرأة هاتف

T. 941 29 45 50

OFICINA DE ASISTENCIA A LAS VÍCTIMAS DEL DELITO

مكتب مساعدة ضحايا الجريمة هاتف

T. 941 29 63 65

INFORMACIÓN A LA MUJER, GOBIERNO DE LA RIOJA

معلومات للنساء ، حكومة لاريوخا هاتف

T. 900 711 010

ATENCIÓN A VÍCTIMAS DE VIOLENCIA DE GÉNERO

رعاية ضحايا العنف الجنسي هاتف

T. 016

www.larioja.org/justicia/es



D. L.: LR 814-2020



إذا كان شريكك الحالي أو شريكك السابق يسيء إليك اخبري من تثقين فيهم

العائلة

الأصدقاء

الجيران

رفاقك في العمل

الاخصائية الاجتماعية لمدينتك

مركز صحي، أخبري الطبيبة/الطبيب أو الممرضة/الممرض أو

الاخصائية الإجتماعية لمنطقتك

أو لأي خدمات متخصصة

شريكك يتركك بدون نقود ؟



يرغمك على الإمضاء في البنك على قروض له، طلب مال من عائلتك، أو
اصدقائك لتسديد ديونه

يمنعك من العمل أو من التعلم

إن كنت تعملين أو لك دخل مادي وهو يحرمك منه

لا يريد القيام بواجبه المادي إزاء اولاده و يدع المسؤولية لك وحدك

إن كان يتحرش بك ،اطلبي المساعدة



سيدتي، اذا كان شريكك او شريكك السابق يسيء اليك نحن نستطيع مساعدتك

