

في حالات الطوارئ

في حال وجود خطر يُهدد حياتك أو حياة أحد معارفك، اتصل فوراً على الرقم (000) أو توجه إلى قسم الطوارئ في أقرب مستشفى.

الخدمة متاحة على مدار الساعة طوال أيام الأسبوع

الإسعاف 000

الدعم العاجل

إذا كنت قلقاً وتحتاج إلى دعم فوري ومجاني، يرجى الاتصال على أحد الأرقام التالية:

الخدمة متاحة على مدار الساعة طوال أيام الأسبوع

Suicide Helpline Call MH CALL 1300 Lifeline

«لايف لاين» 1300 642 255 خط

المساعدة لحالات الانتحار 13 11 44

«خدمة معاودة الاتصال»

1300 659 467

خدمات استشارات الدعم الهاتفية المجانية

DV Connect «دي في كونكت»

DV Womensline «دي في - خط دعم المرأة»
1800 811 811 (على مدار الساعة طوال أيام الأسبوع)

DV Mensline «دي في - خط دعم الرجل»
1800 636 636 (من الساعة 9:00 صباحاً إلى منتصف الليل،
طوال أيام الأسبوع)

Sexual Assault Helpline «خط دعم ضحايا الاعتداء الجنسي»
1800 010 120 (من الساعة 7:30 صباحاً إلى 11:30 مساءً،
طوال أيام الأسبوع)

1800 RESPECT (1800 ريسبكت)

1800 737 732 (على مدار اليوم طوال أيام الأسبوع)

Immigrant Women's Support Service

«خدمة دعم المهاجرات»

07 3846 3490 (الاثنين إلى الجمعة، من الساعة 9:00 صباحاً
إلى 4:00 مساءً).

**Multicultural Connect Line «خط التواصل مع ذوي الخلفيات
الثقافية المتنوعة»**

1300 079 020 (الاثنين إلى الجمعة، من
الساعة 9:00 صباحاً إلى 4:30 مساءً)

Kids Helpline «خط دعم الأطفال»

1800 551 800 (على مدار الساعة طوال أيام الأسبوع)

من حقاك

الشعور بالأمان

رعاية صحية
مجانية متاحة لجميع
ضحايا العنف
المنزلي والأسري
والاعتداء الجنسي.

ما هو العنف المنزلي والأسري وما هو الاعتداء الجنسي؟

العنف المنزلي والأسري هو محاولة شخص ذو علاقة وثيقة بك السيطرة عليك باستخدام العنف أو التهديد أو الإساءة.

قد يكون هذا الشخص شريك في علاقة رومانسية أو حميمية، أو شريك حياة سابق، أو أحد أفراد أسرتك. وقد يكون أيضاً شخصاً يعيش معك أو يقوم على رعايتك ولكنه يستخدم العنف أو الإساءة لفرض سيطرته عليه، (مثل قريب أو صديق).

قد يُشعرك العنف المنزلي بالخوف وعدم الأمان، رغم أنه لا ينطوي دائماً على عنف جسدي.

الاعتداء الجنسي هو أي سلوك جنسي قسري أو غير مرغوب فيه يُفرض عليك دون موافقتك.

هذا يعني أنه قد يتم إجبارك أو التأثير عليك بالكلام أو التلاعب بك لممارسة سلوك جنسي لا تريده.

والموافقة هنا تعني قبولك الطوعي للقيام بشيء مثل ممارسة جنسية ما.

علامات التعرض للعنف المنزلي والأسري

تشمل العلامات الشائعة التي قد تدل على التعرض لعنف منزلي وأسري ما يلي:

- الشعور بالخوف من شريك الحياة الحالي أو السابق أو من قريب أو أحد القائمين على الرعاية غير الرسميين.
- التعرض للأذى ومحاولة إخفاء الكدمات أو الإصابات الدالة عليه.
- العجز عن التحكم في كيفية إنفاق الأموال.
- المنع من لقاء الأصدقاء والأقارب أو التواصل معهم، والشعور بالعزلة.
- الشعور الدائم بالانزعاج والحزن والاكتئاب، أو الصمت غير المعتاد، أو فقدان الثقة بالنفس، وعدم الاستمتاع بالأشياء.
- وجود شريك يتهم بالخيانة دائماً ويراقب باستمرار.
- عدم الرغبة في ترك الأطفال مع شريك الحياة.
- الشعور بالمراقبة والملاحقة.

قصة ماي

الحصول على المساعدة

نوفر لكم رعاية صحية
مجانية لمساعدتكم،
وإن لم يكن لديكم تأمين

Medicare «ميديكير».

تستطيع ماي الاستفادة من الرعاية الصحية
المجانية المناسبة لحالتها والمقدمة في المستشفيات
الحكومية والخدمات الصحية، وإن لم يكن
لديها تأمين Medicare «ميديكير».

نستقت الطبية مع اختصاصية اجتماعية لمساعدة
ماي في التعامل مع ما مرت به، وكذلك عولجت
إصاباتها خلال زيارتها للمستشفى.

معاً، أعدت ماي والاختصاصية
الاجتماعية خطة للحفاظ على
سلامتها في وجود زوجها.

معلومات إضافية عن العنف
المنزلي والأسري



ذات يوم تعرضت ماي لعنف شديد من قبل
زوجها، وأصيبت بأذى بالغ، فقررت الذهاب
إلى قسم الطوارئ في المستشفى المحلي.

خصصت الطبية وقتاً كافياً لفهم الإساءة
التي تتعرض لها ماي، وطلبت منها
الإجابة عن بعض الأسئلة. وهذا ساعد
على تحديد الدعم الأفضل لحالتها.

كانت ماي قلقة حيال التحدث مع الطبيبة،
ولكنها أكدت لها أن طلب المساعدة هو
أول خطوة للتخلص من العنف.

نصيحة: يمكنك طلب خدمة الترجمة الفورية المجانية. أخبر
اختصاصي الرعاية الصحية إذا كان هناك مترجم فوري معين
ترغب أو لا ترغب في التعامل معه. يمكنك أيضاً طلب الاستعانة
بمترجم فوري من خارج ولاية كوينزلاند عبر الهاتف.

ماي تحبُّ أسرتها، ولكن مؤخراً صار
زوجها يفعل عليها كثيراً، وصارت
تخافه أحياناً. ولكن الأمور ساءت
حينما صار يجذبها من ذراعها بعنف.

لم تجرؤ ماي على إخبار
أي شخص، لأن زوجها هو
العائل الوحيد للأسرة.

نصيحة: عند التعرض للعنف المنزلي والأسري أو الاعتداء الجنسي، يجب
التحدث مع شخص موثوق به، فيمكنه مساعدك لمعرفة ماذا يجب أن تفعل.

إذا لاحظت علامات تدل على تعرض شخص ما للعنف المنزلي أو الأسري،
فبادر بالتصرف لأنك قد تكون أمه الوحيد. مساعدتك قد تحدث فرقاً.

