



العلاج والتأهيل

إنّ الخروج من دائرة العنف أمر ممكن، غير أنه يتطلب رعاية مهنية ومرافقة من قبل مهنيين مؤهلين في مجال العنف المنزلي.

ومن ضمن خيارات العلاج الحالية التي تديرها وزارة الخدمات الاجتماعية مراكز الوقاية من العنف المنزلي وعلاجه: تزاول هذه المراكز نشاطها في المجتمع من خلال خبراء في هذا المجال، وتقدم حلولاً بدءاً من تقديم المساعدة الطارئة وصولاً إلى مرافقة الأسرة من أجل وقف السلوك العنيف داخلها.

ويمكن لهذه المراكز تقديم المساعدة في تقييم المخاطر وصياغة الدفاعات وتقديم خدمات العلاج والتأهيل للأسر الواقعة في دائرة العنف، سواء بالنسبة للضحايا أو الجناة.

إذا كنت ترغيبين في الحصول على استشارة حول وضعك، فيرجى الاتصال بآساف ASSAF أو الخدمات الاجتماعية المحلية.

العنف المنزلي ظاهرة صعبة وخطيرة يجب معالجتها.

ومن المهم أن نتذكر أن للعنف وجوهاً مختلفة ومتنوعة ويمكن أن يظهر في أي أسرة. وتذكري، العنف ليس ذنبك.

فإذا كنت تتعرضين لعنف منزلي، أو تشهدين عنفاً منزلياً، فلا تواجهين هذا الوضع وحدك. اتصلي بنا حتى تتمكن من مساعدتك في التغلب على هذا الوضع.

جرى إعداد هذا المنشور بدعم كريم من السفارة الكندية:

تلعب كندا دوراً رائداً على الصعيد العالمي في الجهود المبذولة للقضاء على العنف ضد المرأة، وهي ملتزمة من خلال نشاطها الدبلوماسي والدعوي بدعم أصحاب المصلحة في جميع أنحاء العالم لتحقيق هذا الهدف. ومن هذا المنطلق، تعاونت السفارة الكندية في إسرائيل مع آساف ASSAF في طباعة هذا الكتيب الذي يحتوي على المعلومات الضرورية للنساء في مجتمع اللاجئين لحماية أنفسهن وأطفالهن، وكذا للمتخصصين الذين يكرسون جهودهم لخدمتهن.

هل تشعرين أنك فقدت السيطرة على جوانب حياتك اليومية؟ هل يحدد لك الأماكن التي يمكنك الذهاب إليها؟ والأشخاص الذين يمكنك رؤيتهم، والملابس التي يمكنك ارتداؤها؟ هل يتحكم في مالك؟ هل يجعلك تشكين في نفسك وفي قدراتك؟ هل أنت معزولة عن أصدقائك وأسرتك؟ هل هو سريع الغضب؟ هل هو متقلب المزاج؟ هل تشعرين بالخوف والحذر منه؟ هل يهددك؟ يضربك؟

هذا ليس ذنبك. أنت لست وحدك. المساعدة متوفرة.

احصلي على المساعدة قبل فوات الأوان!

"قد يكون من السهل إغفال العلامات الدالة على العلاقة التعسفية والقسرية. لم أكن أدرك هذه العلامات، ولكنني أود التأكد من أن غيري من النساء يدركنها. اعلمن أنّ المساعدة متوفرة إذا كنتن بحاجة إليها".

- أ، طالبة لجوء وناجية من عنف منزلي

الخطوط الساخنة والخدمات الاجتماعية

- الخط الساخن للخدمات الاجتماعية: 118 (مكالمة مجانية)، 077-09208560
- يمكنك أيضًا إرسال رسالة نصية قصيرة إلى الرقم 7000128-055 (اللغات: العبرية والروسية والأمهرية والعربية).
- مركز أزمات الاعتداء الجنسي: اتصل على 1202 أو 5176176-03 (الإنجليزية والعبرية)؛ اتصل على 04-6566813 (عربي)؛ اتصل على 02-6730002 (الأمهرية) رجال 1203
- الخدمات الاجتماعية الوطنية (حسب محل إقامتك):
 - بلدية عسقلان - 08-6754770 | بلدية القدس - 02-6551145 | بلدية أشدود - 08-9238767
 - بلدية נתانيا - 09-8648700 | بلدية بتاح تكفا - 03-9115900 | بلدية ريشون لتسيون - 03-9689807 | بلدية إيلات - 08-6367850

الرعاية الطبية

- إذا تعرضت للإصابة، احصلي على علاج طبي على الفور!
- إذا تعرضت لإصابة خطيرة، اتصلي بالإسعاف (101) أو اذهبي إلى أقرب مستشفى
- إذا كان لديك تأمين، اذهبي إلى Kupat Holim (خدمات صحة المجتمع) لتلقي العلاج الطبي.
- إذا لم يكن لديك تأمين، يمكنك الذهاب إلى الأماكن التالية لتلقي العلاج الطبي:
 1. عيادة ترم للاجئين - محطة حافلات تل أبيب المركزية في الطابق الرابع، هاتف: 03-6394392
 2. أطباء من أجل حقوق الإنسان (4- PHR) شارع باروخ سابير يافا، هاتف: 03-5133120
 3. عيادة ليفينسكي (علاج الأمراض المنقولة بالاتصال الجنسي) - محطة الحافلات المركزية، الطابق الخامس، هاتف: 03-5373738 عيادة ليفينسكي في تل أبيب متخصصة في فحص وتشخيص وعلاج الأمراض المنقولة جنسيًا وفيروس نقص المناعة البشرية. جميع الخدمات مجانية مع عدم الكشف عن هوية المرضى.
- في حالة الإغتصاب أو أي شكل آخر من أشكال الاعتداء الجنسي، يمكنك التوجه إلى "مراكز (غرف) الحالات الخطيرة":
 - إذا كان الاعتداء الجنسي قد وقع مؤخرًا (في آخر 7 أيام)، يوصى بشدة بتلقي العلاج في مراكز علاج محددة تسمى "مراكز (غرف) الحالات الخطيرة"، الموجودة في عدد من المستشفيات في الدولة. وهذه الغرف مصممة لعلاج ضحايا الاعتداء الجنسي سواء من حيث الرعاية الطبية أو من حيث جمع الأدلة القانونية عند الحاجة.
 - 1. ويُفضل الذهاب إلى هناك قبل الاستحمام أو غسل يديك، إذا كان ذلك ممكنًا، بحيث يمكن جمع الأدلة ضد الشخص الذي اعتدى عليك.
 - 2. ويمكنك أن تأتي مع مرافق.
 - 3. وأنت غير ملزمة بدفع أي رسوم لقاء العلاج.
- مستشفى وولفسون، هاوحميم 62، حولون، هاتف: 03-502821
- طبريا: المركز الصحي الطبي بوريا، "مركز تانا"، رمات بوريا، شارع 768 (بالقرب من مدينة طبريا)، هاتف 04-6652481
- حيفا: المركز الصحي الطبي بني صهيون، "غرفة 10"، وسانت الباهو غولومب 47، هدار أيلون، هاتف: 04-8359210-04
- 8359300 (خدمة اجتماعية)
- القدس: مستشفى هداسا عين كارم، هاتف غرفة الطوارئ: 02-6772222، هاتف الخدمات الاجتماعية: 02-6422758
- حولون: مستشفى وولفسون، "غرفة 4"، شارع هاوهميم 62، حولون، هاتف غرفة الطوارئ: 03-5028313، هاتف الخدمات الاجتماعية: 03-5028454
- بنر سبع: مستشفى سوروكا، مركز علاج ضحايا الاعتداء الجنسي، سانت راغار، هاتف غرفة الطوارئ: 08-6400462، هاتف الخدمات الاجتماعية: 08-6400327-6403799
- إيلات: مستشفى جوزيفتال (توجد غرفة الطوارئ الخاصة بضحايا الاعتداء الجنسي بجوار قسم الطوارئ ولكن مدخلها منفصل تمامًا)، 08-6358011
- من المهم الحصول على نسخة من التقرير الطبي الخاص بالإصابات، فقد يساعدك هذا التقرير في إثبات ما تعرضت له إذا ما قررت الإبلاغ عن العنف لاحقًا.

ما هو العنف المنزلي؟

العنف المنزلي هو العنف الذي يحدث في إطار الأسرة أو المنزل. وضحايا العنف المنزلي هم عادةً من النساء والأطفال، ولكن قد يقع الرجال أيضًا ضحايا لهذا العنف.

ويحدث العنف المنزلي في مختلف الثقافات والأديان والفئات العمرية والحالات الاجتماعية.

تتحمل جميعًا مسؤولية التأكد من سلامة الأسر والنساء والأطفال.

ثمة أشكال متعددة للعنف المنزلي، منها (على سبيل المثال لا الحصر) ما يلي:

- الإعتداء الجسدي: مثل الخنق والقرص وشد الشعر والركل واستخدام السلاح والتسبب في الحروق والضرب وتقييد حرية الحركة ورمي الأشياء والإضرار بالملمتلكات.
- الإعتداء الجنسي: يشمل أي سلوك يحمل طابعًا جنسيًا رغمًا عنك، بما في ذلك اللمس غير المرغوب فيه لأجزاء الجسم، والنشاط الجنسي المقترن بإيذاء جسدي، والنشاط الجنسي مع شخص ثالث رغمًا عنك، واستخدام القوة البدنية أو التهديدات، وإصابة الصدر أو الأعضاء التناسلية، والاعتصاب، ومحاولة الاعتصاب. وقد يحدث الاعتداء الجنسي في إطار الزواج أيضًا - يحق للشخص المتزوج أن يرفض ممارسة الجنس مع شريكه.
- الإساءة اللفظية: يشمل العنف اللفظي السب والصراخ واستخدام العبارات المؤذلة واستخدام الإهانات (خاصة أمام الناس) والتهديد.
- الإساءة النفسية: العنف النفسي هو أي سلوك للسيطرة على الضحية، مثل الابتزاز والترهيب والقمع والتهديد والحرمان من الطعام أو النوم والتحرش والإذلال والحرمان من الروابط الاجتماعية والعزلة الاجتماعية وإظهار السيطرة الكاملة والازدراء والحرمان من العطف وإظهار الغيرة المفرطة ومراقبة أي تصرف واستخدام التلاعب وانتهاك الخصوصية ونوبات الغضب وتوجيه الاتهامات الباطلة والصمت والتجاهل بشكل مطول ومتعمد.
- الاستغلال المالي: مثل منع القرارات الاقتصادية والمطالبة بتبرير أي نفقات مشروعة والفاء اتهامات غير مبررة تتعلق بمشاكل المالية وحجب المعلومات عن الأمور المالية ومنع الوصول إلى هذه المعلومات وحظر العمل خارج المنزل ومنع الوصول إلى الموارد المالية والسيطرة على الحسابات المصرفية وتخصيص المال وفق تقدير الجاني.
- الإهمال: مثل عدم توفير الرعاية والملابس المناسبة والطعام، والحرمان من النوم، وترك الضحية دون رقابة، والاستغلال الاقتصادي وغير ذلك.
- وقد يشمل العنف المنزلي إساءة استعمال التكنولوجيا الرقمية: استخدام الهواتف الذكية وشبكات التواصل الاجتماعي للمضايقة والترهيب ونشر المنشورات المشينة وخطابات الكراهية.
- الأطفال الذين يشهدون العنف: حتى لو لم يكن شريك يمارس العنف مباشرةً مع أطفالك، تظهر الأبحاث أن ثمة تأثيرًا هائلًا على الأطفال وضررًا بالغا برفاهيتهم ونموهم الصحي.
- حقوقك: العنف المنزلي هو انتهاك للقانون الإسرائيلي بصرف النظر عن وضعك القانوني.
- فالقانون الإسرائيلي يلزمك بإبلاغ الشرطة أو الخدمات الاجتماعية في حال كان هناك طفل أو أي شخص عاجز معرضًا للخطر،
- ففكرتوا ما يتفاهم العنف بمرور الوقت. وقد يتحول العنف اللفظي والنفسي والإهمال أيضًا إلى عنف جسدي في أي مرحلة، لذلك ينبغي التدخل وتوفير العلاج قبل أن يزداد الوضع سوءًا.
- وإذا قررت ترك شريكك، فمن المهم أن تحصلي على إرشادات ونصائح مهنية من خبراء في العنف المنزلي للتأكد من سلامتك وسلامة أطفالك.

حمايتك

في الحالات التي تكونين فيها أنت و/أو أطفالك في خطرٍ محقق، عليك أولاً وقيل أي شيء الاتصال بالسلطات لإنقاذ حياتكم!

اطلبي من الشرطة الحماية - اتصلي بـ100 أو اذهبي إلى أقرب مركز شرطة.

1. يمكنك طلب أمر زجري / أمر حماية ضد الجاني. وتعني هذه الحماية أنه لا يُسمح للشخص بالاقتراب منك. فإذا اقترب منك بعد حصولك على الأمر الزجري، فقد توفقه الشرطة.
 2. ماوي للنساء ضحايا العنف وأطفالهن - بموجب قرار مشترك معك، سوف يُعرض عليك الذهاب إلى ماوي. وماوي هذه حل مؤقت للنساء والأطفال المعرضين للخطر. ويظل موقع ماوي سرّيًا حفاظًا على سلامتك وسلامة أطفالك. وفي ماوي ستحصلين على مساعدة لوضع خطة سلامة لك ولأطفالك.
- اتصل بالخدمات الاجتماعية: تل أبيب - المسيلة 66 شارع وولفسون تل أبيب، هاتف: 03-6877796. يستقبل عملاء من تل أبيب
 - من خارج تل أبيب - انظر مراكز الرعاية الاجتماعية المدرجة أدناه
 - اتصل بهيئة المعونة: أساف 52، ASSAF شارع جولومب. تل أبيب، هاتف: 072-2513838؛ تستقبل أساف ASSAF العملاء من جميع أنحاء إسرائيل.