ОСТАТЬСЯ ЖИТЬ ДОМА И ИСКАТЬ ВЫХОД ИЗ СЛОЖИВШЕЙСЯ СИТУАЦИИ (ВМЕСТЕ, ОБРАТИВШИСЬ ЗА ПОМОЩЬЮ) ИЛИ УЙТИ?

Каким бы ни было ваше решение, знайте, что вы всегда можете обратиться за помощью. Вы не одиноки, даже если находитесь в зависимом положении, например, не имеете собственных доходов или все ваши документы находятся у вашего партнера

Вы решили остаться. Не изолируйтесь.

- Поговорите с людьми из Вашего окружения (сосед, подруга, член семьи) и с квалифицированными социальными работниками, которые могут помочь Вам (и вашему партнеру).
- Храните под рукой важные номера телефонов. Кричите ‘на помощь’ (‘hulp’ или ‘au secour’) или звоните по номеру 112, в случае если насилие принимает крайне жестокую форму.
- Продумайте, куда Вы обратитесь в случае нового проявления насилия.
- Договоритесь с Вашим окружением, как вы сможете их предупредить, если Вам будет угрожать опасность.
- Проконсультируйтесь с Вашим семейным врачом. Пусть он выдаст Вам медицинское свидетельство об избиениях и травмах, Вашем психологическом состоянии и длительности полной нетрудоспособности, даже когда Вы безработны. Ваш домашний врач связан врачебной тайной. Храните эти документы в надёжном месте. Они могут позже послужить доказательством, если Вы временно или навсегда уйдёте от вашего партнёра.

Другие полезные советы вы найдёте на сайте:
http://igvm-iefh.belgium.be/

Заполните нижеуказанные графы, вырежьте и храните в кошельке, чтобы всегда иметь при себе наиболее важные номера телефонов.Телефонный номер, позволяющий вызвать бесплатно службу по

КУДА ОБРАЩАТЬСЯ?

Olga Zueva: **0476/57.90.09**
Kseniya: **0478/21.24.49**
PAC Nivelles: Natacha Kharina: **0474/85.75.56**
Телефон доверия: **106/107**

Доверительное лицо: .....

Семейный врач: .....

Местное отделение полиции: .....

Телефон спасения: **112** зовите на помощь словами « au secours »

ЕСЛИ ВЫ РЕШИЛИ УЙТИ, ПРИМИТЕ МЕРЫ ПРЕДОСТОРОЖНОСТИ

- Найдите в Вашем окружении хотя бы одного человека, которому можно доверять и который смог бы оказать Вам помощь и поддержку
- Сделайте копии следующих важных документов (свидетельство о заключении брака, карта медицинского страхования (карта SIS), удостоверение личности (вид на жительство), справку о заработной плате, справку о детских пособиях, договор аренды, право собственности на объект недвижимости (если вы являетесь совладельцем), выписки с текущего и накопительного банковских счетов, номера банковских счетов, ипотечные кредиты. Имейте при себе номера наиболее важных телефонов и запасные ключи.
- По возможности подготовьте заранее в специальном надёжном месте (например, у лица, которому Вы доверяете) некоторые вещи и лекарства, а также небольшое количество денег, необходимые на первое время для Вас и Ваших детей.
- Аннулируйте все доверенности на право пользования совместными банковскими счетами и/или откройте новый собственный банковский счет
- Заранее продумайте все детали: как безопасно покинуть дом и где остановиться на первое время. Если Ваша семья и друзья не могут оказать Вам поддержку в данном вопросе, обратитесь за помощью в приют.
- Если в настоящее время Вы совсем не имеете собственных доходов или малоимущи, Вы можете обратиться за финансовой помощью в Общественный Центр социальной поддержки CPAS.
- Какой бы ни была Ваша финансовая ситуация на данный момент времени, Вы всегда можете нанять адвоката, услуги которого могут быть, согласно Вашему финансовому положению, абсолютно или частично бесплатными.
- Попросите у Вашего семейного врача или в больнице медицинское свидетельство об избиениях и травмах: в дальнейшем, именно этот документ докажет, что Вы – жертва насилия. Прикрепите также ранее существующие аналогичные свидетельства. Данный пакет документов является необходимым доказательством Вашей правоты в суде.
- Обратитесь в полицию и заявите о факте насилия. В случае небходимости, подайте жалобу на обидчика и информируйте сотрудников полиции о том, что Вы покинули супружеский дом.
- Знайте, что согласно существующим законам, независимо от того, официально Вы сочетались браком или нет, покидая супружеский дом, Вы сохраняете за собой все Ваши права.

INSTITUTE FOR THE EQUALITY OF WOMEN AND MEN

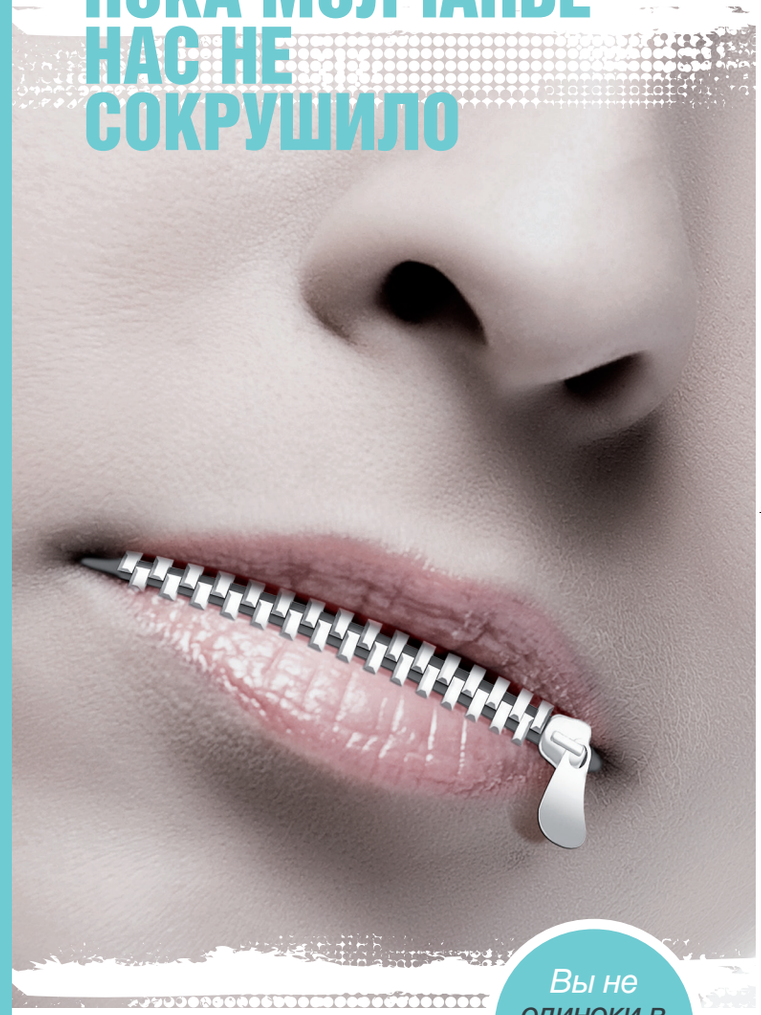
RUE ERNEST BLEROTSTRAAT 1 • LOCAL/LOKAAL 2031
BRUXELLES/ BRUSSEL 1070

skinn.be

Responsible publisher: Michel Pasteel, Rue Ernest Blerotstraat 1 - 1070 Bruxelles/Brussel

RUSSISCH/RUSSIE

СОКРУШИМ МОЛЧАНЬЕ, ПОКА МОЛЧАНЬЕ НАС НЕ СОКРУШИЛО



Вы не одиноки в трудную минуту

СУПРУЖЕСКОЕ НАСИЛИЕ

Расскажите об этом .be

О ЧЁМ ИДЁТ РЕЧЬ? О СУПРУЖЕСКОМ НАСИЛИИ

Оскорбления, обиды, упреки, скандалы.....
Вы подавлены.
Вы страдаете от унижения, насмешек и предательства.
Избиения, травмы, синяки.
Ваше тело изнывает от боли.

Вас лишают права видеться с семьей и друзьями,
Вам запрещают выходить на работу,
Ваши документы все время на руках у партнера,
Вы находитесь под жестким контролем и в полной изоляции.

Вопреки Вашей воле и согласию Вас принуждают к половым сношениям.

Ваше мнение никого не интересует.
Вы теряете уверенность в себе.

Страх повелевает Вашей жизнью.

Не молчите о супружеском насилии, расскажите об этом окружающим, чтобы они смогли Вам помочь.

Данная брошюра доступна на 17 языках: китайский, португальский, польский, сербо-хорватский, лингала, голландский, французский, греческий, немецкий, итальянский, суахили, турецкий, английский, испанский, арабский, румынский и русский

За дополнительными экземплярами обращайтесь в:
Institute for the Equality of Women and Men,
+32 (0) 2/233.49.47, gelijkheid.manvrouw@igvm.belgie.be

Семейное насилие существует во всех возрастных категориях, социально-экономических классах и культурах и встречается как в гетеросексуальных, так и в гомосексуальных отношениях. Несмотря на то, что в большинстве случаев насилию подвергаются женщины, нельзя забывать и о том, что жертвами семейного насилия могут оказаться и мужчины.

Говорить о домашнем насилии не так-то легко, из-за чего может казаться, что никто кроме вас с ним не сталкивается. Это, увы, далеко от действительности. Насилие в личной жизни - самая распространённая форма насилия в нашем обществе.

Жертвы насилия часто хранят молчание из-за чувства вины, стыда или из-за одолевающих их противоречивых и сумбурных чувств по отношению к партнёру. Часто мы надеемся, что всё наладится само собой, особенно потому, что за вспышками жестокости следуют периоды примирения, когда партнер раскаевается в содеянном.

Насилие в семье неприемлемо. Никто не имеет права прибегать к насилию, какова бы ни была причина. Не стоит воспринимать насилие как нечто само собой разумеющееся или просто мириться с ним. Более того, угрозы, избиения и нанесение телесных повреждений, преследование и сексуальное насилие преследуются по закону

Жертва насилия может отстоять свои права, призвать на помощь и принять меры, чтобы прекратить насилие.

ВЫ ПОДВЕРГАЕТЕСЬ НАСИЛИЮ? ЧТО ВЫ МОЖЕТЕ СДЕЛАТЬ? НЕ МОЛЧИТЕ

Крайне важно тщательно все продумать и принять единственное правильное, порой трудное и даже пугающее, решение. Необходимо обсудить проблему не только с близким и надежным человеком, но и с квалифицированными социальными работниками, которые выслушают Вас, дадут совет и найдут вместе с Вами выход из положения. Обсуждение ситуации помогает Вам прояснить для себя, что Вы хотите и что Вы можете сделать. Четкое понимание происходящего является одним из непременных условий для того, чтобы исправить положение.

Обращаясь к нижеуказанным лицам или организациям, Вы можете рассчитывать на то, что Вас выслушают, не вынося суждения и ни к чему Вас не обязывая. Эти люди лишь слушают, помогают разобраться в ситуации, подают идеи и предоставляют адреса, где вам могут оказать дальнейшую помощь. Эта помощь конфиденциальна, добровольна и анонимна.

Веб-сайт по вопросу супружеского насилия:
www.violenceentrepartenaires.be
На данном сайте Вы найдете информацию об организациях, которые могут оказать Вам помощь именно в Вашем регионе

Olga Zueva: 0476/57.90.09,
Kseniya: 0478/21.24.49,
PAC Nivelles: Natacha Kharina: 0474/85.75.56

ТЕЛЕФОН ДОВЕРИЯ: 106/107
Для круглосуточной доверительной беседы звоните по телефону 106/107 (бесплатно, анонимно и постоянно доступно). Вы также можете обратиться за он-лайн консультацией на сайт службы телефона доверия www.Tele-onthaal.be / www.chat-accueil.org/accueil.php