

العنف

لن يكون أبدا

وحداه



Provincia di Cremona

RETE  
CONTRO LA  
SULLE **VIOLENZA**  
**DONNE**





# العنف لن يكون أبداً وحده

كتيب صغير مصاحب للنساء في وضعية صعبة



نشكر جميع العاملين و العاملات في الخدمات الاجتماعية العامة والخاصة،  
الذين ساهموا بكل شغف وكفاءة مهنية لتحقيق هذا المشروع و خلق شبكة  
تشتغل على الوقاية ومكافحة العنف ضد النساء

# العنف لن يكون أبدا وحده

كتيب صغير مصاحب للنساء في وضعية صعبة

خلال هذه السنة قبلن؛ سمعن وتلقين الدعم من محافظة كريمونا عشرات النساء؛ ظاهرة العنف الممارس على النساء يعتبر في تزايد مستمر حتى في منطقتنا كما يتضح من تقارير إخبارية عديدة، الحدث الأكثر إثارة للقلق هو أن أكثر حالات العنف تأتي من قبل أشخاص مقربين ومعروفين من طرف الضحية .

العنف الذي يقع من طرف شريك الحياة، الخطيب او الأب هو أحد الأسباب الرئيسية لوفاة النساء اللواتي يتجاوز سنهن مابين 16 و35 سنة في إيطاليا و أوروبا .

في إقليم كريمونا تشتغل شبكة بالمنطقة على الوقاية و التقليل من حالات العنف ضد النساء . الشبكة تتكون من مؤسسات، خدمات إجتماعية، قطع الصحة و الجمعيات المتطوعة التي تعتزم إستقبال ، الاستماع ودعم النساء ضحايا العنف و سوء المعاملة الجسدية ، النفسية و الاقتصادية في الوسط العائلي و الاجتماعي يتم هذا باحترام السرية و دون الكشف عن الهوية.

هذا الكتيب توجد فيه بعض النماذج من العمل الذي تقوم به جمعية (أيدا) لمكافحة العنف ضد النساء بكريمونا وتجربة جمعية النساء لمكافحة العنف بكريما و توجد به إرشادات مفيدة بالنسبة للنساء ضحايا العنف لكي يتعرفن على أشكال العنف . أيضا توجد بهذا الكتيب إقتراحات عملية للإستعداد للهروب عند الحاجة و معلومات لإيجاد الدعم والمساعدة.



# التعرف على العنف

يمكن أن يمارس العنف بعدة طرق :

## العنف الجسدي

جميع أشكال العنف بالجسد على الجسد مثل: اللكم، العض ، الصفع، الدفع و الحروق . كما يشمل أيضا العنف الذي يسبب ضرر في الممتلكات الشخصية مثلا: تدمير الوثائق أو الأشياء .

## العنف النفسي

جميع أشكال العنف و عدم الإحترام مثل: النقد، الشتم، الإهانة، تقييد الحرية الشخصية التي تسبب الخوف، القلق، فقدان إحترام الذات، الإكتئاب، الإحساس بالدنب، الصورة السلبية عن الجسد ، الخجل و الخوف من الكلام عن العنف الممارس.

## العنف الإقتصادي

جميع أشكال المراقبة للإستقلال الإقتصادي مثل : الإبتزاز ،التبعية الإقتصادية و المنع من العمل.

## التحرش الجنسي

جميع أشكال المضايقة لأغراض جنسية و تحدث عادة في الأماكن العمومية و الشغل تنتج عنه الإهانة والذل،فهي غير مقبولة من طرف التي تتعرض لها،مثلا نكت وإستهزاء لغرض جنسي ،مكالمات مترددة، إقتراحات إبتزازية لعلاقة جنسية غير مرغوب فيها، الملاحظة و المس .حتى الإهتمام الزائد بدون موافقة المتلقية يمكن ان يسبب لها الوسواس و القلق .

## العنف الجنسي

كل أشكال الإكراه الجنسي الذي يقع تحت ضغط التهديد، القوة ، العنف والإبتزازات (حتى النفسية).

## ستولكنغ (المطاردة و المضايقة)

كل تصرف يأتي من طرف إنسان يطارد إنسان آخر مسببا له الخوف و القلق لدرجة تغيير مجرى حياته اليومية العادية مثل: مكالمات هاتفية متكررة، الملاحقة، الإنتصار أمام المنزل أو الشغل و تعمد تدمير أشياء شخصية.

## العنف المشاهد (الغير المباشر)

كل ابن أو فرد من أفراد العائلة يعيش في المنزل و كان حاضرا أثناء ممارسة العنف فهو يعتبر إنسان معنف أو وقع عليه هذا العنف .



## الصور النمطية والإعتقادات المتداوله

هناك بعض الإعتقادات و طرق التفكير تحاول تبرير العنف. العنف هو ظاهرة منتشرة. وهو ليس بعدو مبهم بل أنه موجود ببيوتنا ،داخل اسرنا وعلاقاتنا.

النساء اكثر عرضة للعنف من طرف الاغراب **يقال**

الإعتداء و العنف ضد النساء يأتي غالبا من طرف أزواجهن أو أزواجهن السابقين أو رجال يعرفهن :أصدقاء أقارب زملاء في الشغل أو جيران **غير صحيح**

العنف يقع فقط على النساء الضعيفات **يقال**

يصيب أي امرأة،لكن يمكن أن يكن ضحايا سهلة النساء اللواتي ليست لهن ثقة في إمكانيتهن، لا يقدرن أنفسهن او يوجدن في حالة تبعية نظرا لسنهن أو لحالتهن المادية أو العائلية **غير صحيح**

يقال التحرش الجنسي يقع نتيجة تصرفات مثيرة للنساء مثل اللبس المكياج وسلوك غير حذر للنساء  
غير صحيح العنف ليست له مبررات

يقال العنف يوجد بين الطبقات الفقيرة او المتدهورة ثقافيا واجتماعيا  
غير صحيح العنف ضد النساء ظاهرة منتشرة بين كل الشرائح الإجتماعية، الإقتصادي،  
الثقافي بغض النظر عن الفوارق العمرية، العرقية و الدينية

يقال العنف هو نتيجة تناول الكحول أو التعاطي للمخدرات  
غير صحيح نسبة الأشخاص العدوانيين المتناولين للكحول أو المخدرات أو يعانون من  
أمراض نفسية تبقى ضئيلة جدا 20% تقريبا

يقال

النساء اللوات يقع عليهن العنف "يعجبهن" الضرب وإلا سيغادرن البيت

غير صحيح

الخوف ،الضغط النفسي ،التبعية الإقتصادية، العزلة ،عدم التوفر على سكن ،  
نظرة المجتمع و لوم أفراد العائلة غالبا هذه هي بعض الأسباب التي تجعل  
من الصعب على النساء إيقاف هذا العنف

يقال

العنف المنزلي هو حالة لحضية لفقدان السيطرة على الوضعية

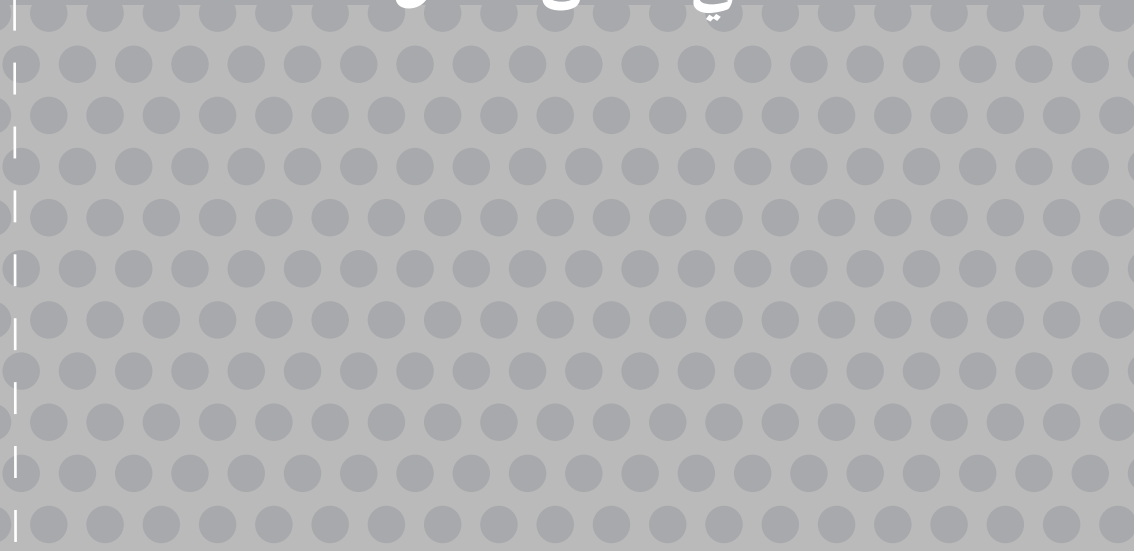
غير صحيح

فقدان السيطرة على الأوضاع ليست مبرر لأن الإعتداءات غالبا تكون مدبرة و  
متكررة . المعتدون يتبعون سبل متخدين تصرفات النساء مبررا لممارسة عنفهم

- يقال **العنف يجب له حل بين جدران البيت**
- غير صحيح **الحل يمكن أن يكون في وعي المرأة بالمشكلة فتطلب المساعدة و تبدأ مشوارها مدعمة من أشخاص خبراء**
- يقال **العنف في حدود معينة يعتبر مقبول بحجة ان الرجال عنيفون بطبيعتهم.**
- غير صحيح **العنف ليست له مبررات . في غالب الأحيان العدوانية عند الرجل ماهي إلا رغبة في السيطرة ،ومراقبة المرأة.**
- يقال **يجب أن يتحمل العنف حبا للأبناء لأنهم يحتاجون لأبيهم.**
- غير صحيح **بالعكس الأطفال ينشؤون في جو مستقر مع أحد الوالدين عكس أن يعيشو مع والدين في صراع دائم.**



# التحرش الجنسي في أماكن العمل



## التحرش الجنسي في أماكن العمل .

### ما هو أثاره

- يعرقل الحق في العمل و الصحة.
- يخلق التمييز .
- اللإساءة إلى كرامة الشخص .
- تقليص الثقة في قدراتنا .
- يعرقل الإدماج الكامل في سوق الشغل .

### الأشياء التي لا يمكن القيام بها

- لاتفكري أنك مسؤولة عما يحدث
- لا تحاولي التقليل منه
- لا تخفي المشكلة
- لا تخافي من عدم تصديقك أو الإستهزاء منك ولا تقع عليك أي عقوبة قانونية
- لا تواجهي لوحدهك مشكلة المضايقات .
- لا تتصرفي بطريقة ينتج عنها فصلك من العمل
- لا تتصرفي بطريقة ينتج عنها تقديم شكوى ضدك من طرف المتحرش

### ما يجب القيام به

- التكلّم مع زميل أو زميلة تتقين فيه
- خدي بعين الإعتبار أي تصرف حصل وسجلي التاريخ والوقت الذي حدث فيه ،ومن شهد على ذلك
- لما تكوني لوحدهك ووراء باب مغلق عليك اكتبي بدقة الكلمات التي قيلت إليك ، المقترحات أو التهديدات التي تلقيتها و الملاحظات التي صدرت أمام الآخرين.
- اطلبي نصائح من النقابة للشغل
- يمكنك الإلتجاء إلى إحدى نقابات الشغل ،مراكز لمكافحة العنف او شبابيك الإستماع لتلقي إستشارة قانونية أو توجيهك إلى هيئات مختصة .

إذا كنت تظنين أنك ضحية تحرش  
جنسي في مكان العمل يمكنك الإتصال ب:

**Consigliera Provinciale di Parità** (كونسيليرا دي باريتا)  
c/o Provincia di Cremona - *Via Dante n. 134* - Cremona انوميرك  
0372 406514 (دعوملاب)  
consigliereparita@provincia.cremona.it

**CGIL - Uffici Vertenze** \* بتكم  
0372 448626/628 - *Via Mantova n. 25* - Cremona انوميرك  
0373 86419 - *Via Carlo Urbino n. 9* - Crema اميرك  
0375/42412 - *P.zza Garibaldi n. 3* - Casalmaggiore يروجامل ازاك

\*إنتباه: بالنسبة للمكالمات الهاتفية المرجو طلب الإتصال بمكتب النزاعات.

**CISL - Ufficio Vertenze** بتكم  
0372 596811 (centralino) - *Viale Trento e Trieste n. 54* - انوميرك  
3481566943 (قدمخل مقر) Cremona

**UIL - Ufficio Vertenze** بتكم  
0372 26645 - *Viale Trento e Trieste n. 27/b* - انوميرك Cremona





## دورة العنف عند الازواج

مناخ العنف عند الازواج يتطور مع مرور الوقت بالمواجهات المتكررة والخطيرة، وغالبا لأسباب تافهة. حلقات العنف يتبعها الاعتذار و الندم من طرف شريك الحياة الذي يعدك دائما بالتوبة. المرأة تأمل دائما أن تتغير الوضعية وتقلل من حجم الثورات، من الوضعية وخطورة المشكلة. مع مرور الوقت لاتستطيع السيطرة على عدوانية شريك حياتها، بالرغم من محاولتها العديدة لإرضائه. هذه هي دورة العنف عند الزوجين

### أثار العنف

النساء اللواتي يتعرضن للعنف وسوء المعاملة يتفاعلن بشكل مختلف كلهن يعرقلن الام العزلة وعدم مبالاة المجتمع الذي يحيط بهذه الظاهرة. معرفة النتائج المترتبة عن العنف يساعد على مكافحته وفهم لماذا الضحايا يتصرفن ويتفاعلن بهذه الطريقة: إنكار وجود المشكلة، متحملات الضرب بدافع "الحب"، معتقدات ان شريك الحياة سيتغير، يشعرن أن وجودهن ضروري من أجل حماية الاسرة.

## تذكري : أنت لست مشكلة، بل لديك مشكلة.

### كيف يمكن الخروج من العنف

الخطوات التي تساعدك على التخلص من العنف:

- الاعتراف بعيش حالة عنف
- ندرك ان العنف ليس له مبررا أبدا
- الاعتراف بعدم الراحة الداخلية ( النفسية)
- ندرك ان من يتعرض للعنف ليست له مسؤولية فيما يحدث
- التغلب على الخوف والخجل من الانتقادات
- فهم ان الكلام عن المشكلة هو الحل الوحيد للخروج منها
- الإلتجاء إلى مراكز مكافحة العنف و شبابيك الاستماع، الجمعيات، الخدمات الموجودة بالمنطقة أو الى من يمكنه مساعدتك.

### كيف تحمي نفسك من العنف

اذا أردت مغادرة المنزل تذكري:

- ان تأخدي معك كل الوثائق المهمة بالنسبة لك ولأبنائك : بطاقة التعريف، رخصة السياقة، كتيب الصحة والسجلات الطبية، شواهد مدرسية، كتيب الشغل، عناوين وارقام الهواتف، عوائد الضرائب وشواهد طبية انجزت من أجل شكوى لسوء المعاملة.
- اذا كان لديك حساب بنكي او أسهم مالية بإسمك خدي معك دفتر الشيكات، بطاقة السحب و شواهد الايداع.

- إذا كان لديك حساب في البنك او اسهم مالية مشتركة مع شريك حياتك افتحي حساب آخر في بنك مختلف وحولي نصيبك إلى حسابك الجديد.
- ضعي في خزانة أمانة كل الأشياء المهمة بالنسبة إليك .
- أبلغي الشرطة عن مغادرتك البيت لأسباب "أمنية" وإن كنت ستأخذين معك أطفالك القاصرين أعطي عنوانك الجديد للشرطة. فهذا لا يعتبر شكوى ضد شريك حياتك لكنه إحتياط لحماية نفسك من تهمة نزع القاصرين .

تذكري دائما أنك لست لوحدهك .

في حالة الطوارئ ، يمكنك الإتصال في أي وقت ب:

112 الدرك

113 الشرطة

118 المستعجلات

1522 الرقم الأخضر الوطني لمكافحة العنف

## مراكز لمكافحة العنف

المراكز لمكافحة العنف تقدم الاستماع الهاتفي، لقاءات فردية، إستشارة نفسية و قانونية، استضافة سكنية أو مرافقتك إلى المؤسسات الموجودة بالمنطقة و إرشادات عن الخدمات المتوفرة بالمنطقة  
شبابيكم مفتوحة في الأيام والأوقات التالية:

انوميرك CREMONA

ادي أدي عمج A.I.D.A onlus

Via Gallarati n. 2 (angolo Via Aselli)

17.30 - 19.30 نين تال؛ 17.30 - 19.30 سيم خال؛

. 0372 30113/801427

08 عاسل نم عوبس ألاماي لك (22 عالا 338 9604533

[aida.onlus@virgilio.it](mailto:aida.onlus@virgilio.it)

اميرك CREMA

Associazione Donne Contro la Violenza

Via XX Settembre n. 115

؛ 15.30 - 17.30 اناثال ثلا . 10.00 - 12.00 تبسلا

(دعوم دخأ بجي ىرخألاماي ألال قبس نلاب امأ)

0373 80999 (24 عالا 24 عي توصلأ قبل عالا)

[assocdonne@alice.it](mailto:assocdonne@alice.it)

يمكنك ان تجدي الاستماع ،الاستشارة والتوجيهات ايضا ب :

**M.I.A. - Sportello/Punto ascolto per donne**  
*c/o Consorzio Casalasco dei Servizi Sociali - Via Corsica n. 1*

**Casalmaggiore** يروج امل ازك

17.30 - 19.30 ءاعبرال

377 9489384

[gruppomia@gmail.com](mailto:gruppomia@gmail.com)

**Pronto Intervento Donna - Caritas Diocesana Cremonese**

*Via Stenico n. 2/b - Cremona* ان ووميرك

( ءعاس 24ىل ع ءعاس 24 ) 334 1062553 - 0372 35063

[caritas@diocesidicremona.it](mailto:caritas@diocesidicremona.it)

**Spazio Donna - Associazione Donne Senza Frontiere**

دودح الب ءاسن ءي ءم ج -ءارملا ءاضف

**Cremona** ان ووميرك *c/o Forum Provinciale Cremonese*

*dell'Associazione del Volontariato e della Cooperazione Sociale*

*Via C. Speciano n. 2*

17.00 - 19.00 و 12.00 - 10.00 : ءعاسلا عم رهش لك نم ءاعبرأ ثلاشو لوأ لك

0372 26548 (تيفقوتل او مايألا سفن ي ف)

[donesenzafrontiere@gmail.com](mailto:donesenzafrontiere@gmail.com)

### **Consultori Familiari Integrati ASL**

انوميرك **Cremona** - *Vicolo Maurino n. 12* - 0372 497798/791

اميرك **Crema** - *Via Manini n. 21* - 0373 218223 / 211

يروجاملازاك **Casalmaggiore** - *Via Azzo Porzio n. 73* - 0375 84161  
[areaconsultoriale@aslcremona.it](mailto:areaconsultoriale@aslcremona.it)

### **Consultorio Familiare U.C.I.P.E.M.**

انوميرك **Cremona** - *Via Milano n. 5/c* - 0372 20751

9.00 - 12.00 ةعمجالا - نينتالا

15.00 - 18.00 ءاعبرالا، ءااالا، نينتالا

[segreteria@ucipemcremona.it](mailto:segreteria@ucipemcremona.it)

### **Associazione Insieme per la Famiglia onlus**

#### **Consultorio Diocesano**

اميرك **Crema** - *Via Frecavalli n. 16* - 0373 82723

9.00 - 12.00 نينتالا

14.00 - 19.00 ءااالا

9.00 - 12.00 تبسلا

### **Consultorio Familiare Kappadue**

اميرك **Crema** - *Via della Fiera n. 12* - Tel. 0373 85536

9.30 - 12.30 ءاعبرالا، نينتالا

16.00 - 19.00 ءااالا

16.00 - 20.00 سيمخلا

12.30 - 16.30 ءعمجالا

[krikos-kappadue@consorzioarcobaleno.it](mailto:krikos-kappadue@consorzioarcobaleno.it)

لو ين اجم يبط فشك ىل ا ةج اح يف تنك ادا  
:ىل ا يىجتل ا ةي ح ص ل ا ةق اطبل ا ىل ع يرفوت

**Ambulatori Medici Gruppo Articolo 32**

Cremona - Palazzina dei Servizi alla Persona - 1° Piano  
(لوالا قباطل)

Parco del Vecchio Passeggio – Viale Trento e Trieste n. 35

ءااالالال 15.00 - 16.30 : ةعجلا 9.30 - 11.00

Soresina - Centro Pastorale - Via Genala n. 11

س ي م خ ل ا 15.30 - 16.00

3408263741

[gruppoarticolo32@gmail.it](mailto:gruppoarticolo32@gmail.it)

كنكم ي ةي نوناق ةراشتس ا ىل ا ةح اح ب تنك ادا  
:ىل ا ءوجل ل ا

قل عت ي ا م يف اءاااااااا و ةي نوناق ل ا ةراشتس ا ل ل ك ا ب ش - تال ا ل ا ع ل ل ز ك ر م  
ق ل ا ط ل ا و ق ا ق ش ل ا ب

**Centro per le famiglie - Sportello legale di consulenza ed  
orientamento in materia di separazioni e divorzi**

Cremona - Largo Madre Agata Carelli n. 5 (ex Via Brescia n. 94)

(ءعوم ل ا ب) 0372 407373/322

[centro.famiglie@comune.cremona.it](mailto:centro.famiglie@comune.cremona.it)

**Avvocati di strada**  
**Cremona** انوميرك - c/o Forum Provinciale Cremonese  
dell'Associazione del Volontariato e della Cooperazione Sociale  
Via C. Speciano n. 2  
نينتالال 17.00-19.00:  
[cremona@avvocatodistrada.it](mailto:cremona@avvocatodistrada.it)

**Servizio Orientagiovani di Crema** (اميرك)

**Sportello di consulenza legale**

ةينوناقلا فراشتسائل لكابش - اميركل بابشلل ناهي جوتل امدخ  
(دعومل اب) 15.00 - 17.00 :ءاعبرال  
0373 893325/324

[orientagiovani@comune.crema.cr.it](mailto:orientagiovani@comune.crema.cr.it)

[pariopportunita@comune.crema.cr.it](mailto:pariopportunita@comune.crema.cr.it)

و يلى ءاعلا فراشتسائل زكرم ىل اىي جتلى نيرصاق لافطاً كىدل ناك ادا  
بتايدل بل اب نيرصاقلا ءىامح تامدخ  
ةقطنمل اب تادعاسمل او تامدخلا نع ءقئى قىدل تامل عمل لك نأ يركذت لاح يلى  
كتىدل بل ءىعامتجال تامدخلا ىدل ءرفوتم

نأ و (راهعلا) ءاغبل اءسرامم ىلع ءم ءرم كفنأ ، ءل ءتسم كفنأ نيرعشت تنكادا  
لال ءتسائل اءض يىن اءملا يىن طول ارض ءال مقربل اب يلى صتا رطخ يىف كتايح  
ةءاس 24 ىلع ءعاس 24 فراشال نهر **800.290.290**



ةقطنم لبا ةدوجوملا تامدخلا نع ةققي قد تامولعم دخال يركدت ل ا ح ي اى لع  
: كتي دلبل ةي عامتجالا تامدخلا اى اءاجتلالا كنكمي،م عدلل ةعونتملا قرطلاو

### **POIS - Porta Informativa dei Servizi Sociali/Porta Unica di Accesso**

Cremona - C.so Vittorio Emanuele II n. 42 انوم يرك

ءاعبرال ء 8.30 - 16.30 ءاعمجال او سي مءالا، ءاااااااا، نينتااا

0372 407891/881

[pois@comune.cremona.it](mailto:pois@comune.cremona.it)

### **Azienda Sociale Cremonese**

Cremona - C.so Vittorio Emanuele II n. 42 (انوم يرك)

ءاعبرال ء 8.30 - 16.30 ءاعمجال او سي مءالا، ءاااااااا، نينتااا

0372 803440

[info@aziendasocialecr.it](mailto:info@aziendasocialecr.it)

### **PUA – Porta Unica di Accesso/Segretariato Sociale**

Crema م يرك *Via Manini n. 21*

ءاعمجال - نينتااا : 9.00 - 13.00

0373 218725 /711

[servizi.sociali@comune.crema.cr.it](mailto:servizi.sociali@comune.crema.cr.it)

[segreteria@comunitasocialecremasca.it](mailto:segreteria@comunitasocialecremasca.it)

### **Consorzio Casalasco dei Servizi Sociali**

Casalmaggiore - Via Corsica n. 1

ءاعمجال - ءاااااااا ء 9.00 - 13.00 : تباااا - نينتااا

0375 203122 (1 اى لع يطغضا) (digitare 1 per l'Ufficio di Piano)

[ufficiodipiano@concass.it](mailto:ufficiodipiano@concass.it)

ردني في فلاب، ونايسوك اناسكور، يني ززللا ةحي تفت ، تنس نوض اتنوميس فرط نم مجرت  
غنيس

قرجلل يميلق ال ا دصرملا قدعاسمبو  
نراف تنبازيلا فرط نم كي فارجل ا مي مصت  
انوم يركل الكفار غتناف ةعبطم فرط نم 2012 ربمفون رهش ي ف عبط





"ءاسنلا ىلع فن عل ا ءض ءلبش ىف ءقطنلما" عورشم راطل ىف زجنأ



Provincia  
di Cremona

Settore Lavoro, Formazione e Politiche Sociali  
Servizio Politiche Sociali

قمءاسمب



2011 ءنس - ءربك راكفءال ءرب ىغص عىراشم- اىءرابمبول ىف ءاواسملا طىطءء

عورشملا ءالكرفش

