

يك دفترچه راهنما برای قهرمانان جامعه



پاسخگویی با احتیاط به موارد روابط خشونت
امیز



چگونه از این دفترچه راهنما استفاده کنیم

این دفترچه راهنما يك منبع طراحی شده است برای ارائه آگاهی و اطلاعات در مورد چگونگی تشخیص نشانه های خشونت های ارتباطی، نحوه پاسخ ایمن به این خشونتها و راه های حمایت از کسی که در معرض خشونت قرار گرفته است .

این دفترچه یک راهنمای عملی میباشد برای کسانی که ممکن است با چگونگی پاسخ یا حمایت از کسی که خشونت رابطه را تجربه میکند در آگاه نیستند .

این دفترچه راهنما به منظور الهام بخشیدن به مردم برای مشارکه و تبدیل شدن به قهرمانان جامعه در برابر خشونت های ارتباطی طراحی شده است.

قهرمانان جامعه افرادی هستند که دانشی را که از طریق این راهنما به دست آورده اند به شیوه درستی در دخالت در خشونت های ارتباطی به کار میبرند.

يك پروژه مشترك بين



فهرست مطالب



4 خشونت روابط چیست؟

5. آیا می دانستید



6 آنچه شما ممکن است پی ببرید

7 علائم هشدار دهنده و عوامل خطر

8..... دخالت بشویه امن-سالم (3 حروف د)

چیزی بگو یید-حرفی



9..... بزیند

حمایت از شخصی که خشونت رابطه را تجربه

10 میکند



11 آنچه که شما می توانید بیان کنید

12 مداخلات غیر کلامی

13 برنامه ریزی ایمنی



16 لوازمی که هنگام ترک باخود بیاورید

17 چه ند اندیشه ای

18 منابع مجتمع در لوور مین لند



22..... منابع

خشونت ارتباطی چیست؟

خشونت ارتباطی (همچنین به عنوان خشونت شریک صمیمانه، خشونت خانگی و خشونت شریک زندگی) شناخته می شود، یک مسئله بهداشت عمومی، جنایی، جدی و قابل پیشگیری است که بر میلیون ها نفر تأثیر می گذارد.

خشونت رابطه ای : خشونت فیزیکی، خشونت جنسی، تعقیب و پرخاشگری روانی (از جمله اعمال ارعاب) توسط یک شریک فعلی یا سابق صمیمی است.

خشونت ارتباط می تواند با یک عضو خانواده، شریک یا کسی که می شناسند در مکانی که عدم تعادل قدرت وجود دارد رخ دهد. همچنین می تواند بین زوج های با جنس مختلف، زوج های همجنس، و یا بین یک کودک و یک بزرگسال رخ دهد و صمیمیت جنسی نیاز ندارد.

این ممکن است در نوع و شدت متفاوت باشد، و در یک شیوه زنجیرای که ممکن است تأثیر ماندگاری بر قسمت های شدید دیگر بعد از سالها باقی بگذارد یا نه، رخ دهد.

سوء استفاده فیزیکی

شامل ضربه زدن، گاز گرفتن، خفگی، پرتاب کردن اشیاء، هل دادن، مشت زدن، سیلی زدن، لگد زدن، گرسنگی، محرومیت از خواب، کشیدن مو، چاقو زدن یا ختنه کردن.

سوء استفاده عاطفی/روانی

شامل از سوء استفاده کلامی، انتقاد دائمی، توهین، تهدیدهای پشتمانی، تحقیر، عزیزان و شبکه های پشتیبانی، فریاد زدن، تهدید، رفتارهای ناشایسته و آسیب رساندن به حیوانات خانگی و به اموال است.

سوء استفاده روحی-معنوی

شامل پیشگیری از بیان عقاید مذهبی یا روحی، جلوگیری از حضور در محل عبادت و

مسخره کردن

باورهای مذهبی

سنت ها یا فرهنگ ها.

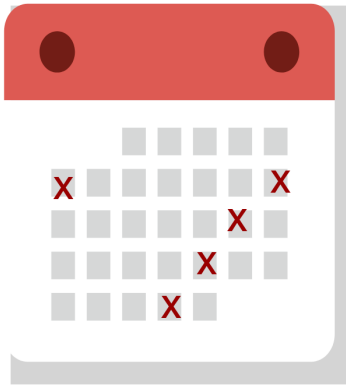
سوء استفاده مالی

شامل از کنترل بر تمام امور مالی و تصمیمات مالی میباشد. سرقت یا کنترل پول و یا هر چیز با ارزش و استفاده غیر مجاز از اموال، پول و یا مقاصد. مجبور کردن یک نفر به کارکردن یا انکار کردن حق کار کسی دیگر.

سوء استفاده جنسی

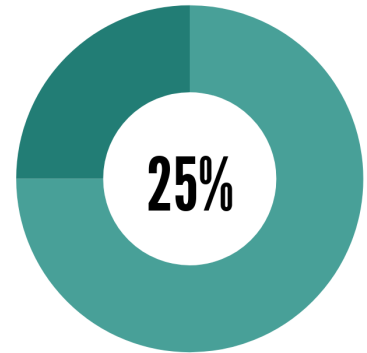
شامل از استغلال جنسی، تماس جنسی ناخواسته، تجاوز جنسی، و سایر فعالیت های جنسی که شخص قربانی آنها را بشوید، محرک، تحقیر، دردناک و بدون رضایت میکنند و یا بدون رضایت فرد، از طریق زور و یا تهدید به زور یا ترساندن بدست آمده

آیا می دانستید ...



به طور متوسط، در کانادا، در هر شش روز يك زن توسط شريك صميمی خود كشته می شود.

خشونت ارتباطی بیش از یک چهارم از همه جرائم خشونت آمیز گزارش شده به پلیس است



70% از خشونت های ارتباطی به پلیس گزارش نشده است.



هزینه که به طور مستقیم به خشونت های ارتباطی مربوط میشود، حدود 64 میلیون دلار در سال برای سیستم عدالت جنایی (کیفری) کانادا است.



در حال حاضر بیش از 3000 زن در پناهگاه های زنان همراه با 2900 فرزندان خود زندگی می کنند.



میزان خیرگزاری از طرف خود اشخاص در مورد سوء استفاده از مردان و زنان مشابه است، اما شدت سوءاستفاده در برابر زنان بسیار بیشتر است.

میزان مرگ (قتل) ناشی از سوء استفاده های خانگی برای زنان 4.5 برابر بیشتر از مردان است.



برخی از جمعیت ها در معرض خطر بیشتر برای خشونت های ارتباطی قرار گرفته اند. به عنوان مثال مردم بومی، گروه های مهاجر و افرادی که دارای معلولیت هستند.



آنچه شما ممکن است متوجه شوید...

شناخت نشانه های خشونت رابطه یکی از مهم ترین کارهایی است که شما می توانید برای کمک به کسی که در رابطه دوچار سوء استفاده شده است انجام دهید. برخی از مواردی که ممکن است مشاهده کنید:

جنسی

- شیوه بدن نامناسب و اعتماد به نفس پایین
- ناتوانی در روابط جنسی سالم
- بارداری ناخواسته
- مشکلات زنان و زایمان و باروری

عاطفی/روانی

- زندگی در ترس مداوم
- احساس شرم، گناه یا خجالت کشیدن
- اعتماد به نفس پایین
- (PTSD) افسردگی یا سایر بیماری های روانی
- مشکلات خواب و خوردن
- از دست دادن انرژی
- خود را سرزنش کردن و آسیب رساندن به خویش
- افکار خودکشی/تمایلات

فیزیکی

- معلولیت دائم (نابینایی، ناشنوایی، صرع، از دست دادن تحرک)
- شکستگی استخوان و/یا دندان
- آسیب به سر یا نخاع
- بریدگی ها، سردرد، تصادم، کبودی
- زندگی در انزوا
- پنهان کردن صدمات

روحی/معنوی

- از دست دادن حس خود بودن
- احساس ناامیدی و انزوا
- از دست دادن فرهنگ
- از دست دادن اتصال به ایمان و/یا جامعه

مالی

- محدود در دسترسی به پول و یا داشتن یک ماشین
- عدم دسترسی به حساب های بانکی
- ممنوعیت برای شرکت در کار، نمایشگاه های کار و یا آموزش
- عدم کنترل در مورد پول صرف شده
- مجبور کردن به کار در یک کسب و کار خانوادگی بدون دست مزد
- عدم حمایت از کودکان

علائم هشداردهنده و عوامل خطر

فرد یا کودک مورد سوء استفاده قرار گرفته ممکن است



بهانه و عذر بیاورد برای فردی که سوء استفاده کرده است. عصبانی یا خشن شود زمانی که شما در مورد رفتار کسی که از آن سوء استفاده کرده است صحبت کنید. عصبی شود وقتی که فردی که سوء استفاده کرده است موجود باشد. بیمار و از کار جا مانده به نظر می رسد . سعی میکند کبودی یا صدمات خود را پنهان کند . در آخرین لحظات بهانه میاورد که چرا فردی که سوء استفاده کرده است نمیتواند شمارا ملاقات کند . سعی میکنید در خیابان از شما جلوگیری کند. غمگین ، تنها ، کنار کشیده و ترسیده به نظر می رسد . استفاده از داروهای بیشتر و یا الکل برای با مساله کنار آمدن.

فردی که سوء استفاده میکند ممکن است..



کوچک کردن (تحقیر) شریک زندگی خود . تسلط بر گفتگو و تمام حرفزدن. تهدید کردن کودکان و سایر اعضای خانواده . چک کردن شریک در تمام اوقات ، حتی در محل کار. بشوه ای خودشان را نشان میدهند که آنها قربانی هستند و افسرده. سعی کردن برای جدا کردن شریک زندگی خود از دوستان و خانواده . تصرف کردن به شبوه ای که آنها مالك شريك زندگیشان هستند. دروغ گفتن یا مبالغه کردن در خوبی خویش. همیشه در اطراف شریک زندگی خود باشند.

احتیاط

قبل از درگیر شدن ، از خود بپرسید "آیا امن است ؟ " اگر وضعیت در حال حاضر خشنوت آمیز است و یا به نظر می رسد به سرعت افزایش گیرد ، به طور مستقیم مداخله نکنید ، با پلیس تماس بگیرید. سعی نکنید فردی را که در معرض خشنوت رابطه قرار گرفته نجات دهید یا با شخصی که سوء استفاده کرده است درگیر شوید ؛ نه تنها شما خودتان را به خطر می اندازید بلکه آن فرد ممکن است بعدا از دست فرد قربانی یا کودک عسبانی شود

the 3 **D**'s - با احتیاط مداخله کنید- سه تکنیک

Distract

حواس پرت کردن

منحرف کردن يك راه غير مستقيم از دخالت است.
نه تنها از افزايش مساله جلوگیری میکند
بلکه به شما وقت میدهد که ببینید ایا کودک یا فردی که از ان سوء استفاده شده خوب است.
به علاوه ، این یک راه آسان برای منحرف کردن فرد سوء استفاده کننده میباشد.
مثال: مسیرها یا زمان را بپرسید یا درخواست کمک کنید برای پیدا کردن یک لوازم گمشده.



Delegate

واگذاری مسولیت به دیگران



اگر شما راحت نیستید، کسی که زوج -خانواده را می شناسد و یا فردی که در صحنه موجود است مکن است از موقعیت بهتری برای مداخله برخوردار باشد.
آنچه شما می توانید بگویید: "بین، من در مورد آن شخص/کودک نگرانم چون شخصی که با آنها است واقعا عصبانی به نظر می رسد . آیا شما قادر به بررسی وضعیت هستید؟"

Direct

راهنمایی کردن

لطیف و ماهر باشید، یک رویکرد مستقیم ممکن است ان شخص را اصابانی کند و بعدا فرد/فرزند را در معرض خطر قرار دهد . حضور خود را آشکار کنید و نشان دهید که شما در حال تماشای این وضعیت هستید.

نصیحت نکنید و در مورد وضعیت قضاوت نکنید.

آنچه شما می توانید بگویید: "کلمات/اقدامات شما یک اثر منفی در _ _" یا "من با آنچه شما انجام می دهید -می گوید موافق نیستم."

فرد یا کودک مورد سوء استفاده شده را برای آنچه اتفاق می افتد محکوم نکنید.

نگرانی خود را بیان کنید و نشان دهید که میخواهید کمک کنید. فرد / کودک را مطمئن کنید که سوء رفتار تقصیر آنها نیست.

«آنچه شما می توانید بگویید: "من در مورد آنچه که اتفاق افتاده نگرانم. آیا چیزی شده؟» این تقصیر شما نبود «یا»هیچ کس شایسته چنین برخوردی نیست



#SaySomething

WWW.SAYSOMETHINGBC.CA



عمل کنید

از طریق قدرت رسانه های اجتماعی این پیام را گسترش دهید



در مارس سال 2015 دولت بریتش کلمبیا یک کمپین آگاهی عمومی را راه اندازی کرد تا توجه جدی به مسئله خشونت خانگی را جلب کند. این کمپین بر رسانه های اجتماعی مانند فیس بوک و توییتر تمرکز کرد و نکات و راهنمایی های عملی را برای تشویق همه بخصوص افراد ناظر توصیه کرد. غرض از این کار صحبت کردن و یادگیری راه های ایمن برای کمک کردن بود. نشان دادن و پیش بینی ان بشوه يك کمپین چه ند ساله, در مارس 2016 دولت کمپین را بمنظور تمرکز بیشتر بر مسائل خشونت جنسی گسترش داد.

در ژوئن سال 2016, دفتر استانی خشونت خانگی با کمک وزارت دادگستری به هدف گسترش کمپین برای شامل نمودن کل خشونت های ارتباطی, به پروژه

NEVER پیوستند

وب سایت:

#SaySomething اطلاعات و منابع را در زیر سه دسته اصلی فراهم می کند

من نیاز به کمک دارم.

از کجا کمک بگیرم.

من می خواهم کمک کنم.

وب سایت شامل فیلم های متحرک ، تصاویر و توییت میباشد. اطلاعات به زبانهای پنجابی ، ماندارین ، کانتونی ، و انگلیسی در دسترس است.

حمایت از فردی که رابطه خشونت امیز را تجربه می کند

1

نگرانی خود را ابراز کنید:

قضاوت نکنید: این ممکن است به فرد کمک کند تا در حرف زدن احساس راحتی داشته باشد. قبول کنید که شخص ممکن است سوءاستفاده را انکار کند. نیرو بخش باشید که بخاطر آنها در آن مکان هستید، در صورتی که در آینده نیاز به صحبت کردن داشته باشند. شخص را مجبور نکنید در مورد سوءاستفاده خود صحبت کند. غرایز خود را دنبال کنید.

به شخص اطمینان دهید که خشونت گناه آنها نیست

این یک نکته مهم برای فردی که خشونت را تجربه کرده است میباشد. می توانی بگویند:
"هیچکس شایسته چنین شیوه برخورد کردن نیست."
"شما نباید سرزنش شوید."
آنچه اتفاق می افتد تقصیر شما نیست."

2

3

پشتیبانی کنید، اما توصیه نکنید:

اگر آنها آماده نیستند، سعی نکنید که فردی که سوء استفاده کرده است را ترک کند. فشار بر روی فرد برای ترک کردن مکان ممکن است در آینده آنها را بیشتر جدا کند. به آنها اختیار دهید و پیشنهاد پشتیبانی و کمک کنید. به انتخاباتشان احترام بگذارید و به آنها فرصت دهید که تصمیم بگیرند. تاکید کنید که آنها میتوانند وضعیت خود کنترل کنند.

پیشنهاد منابع کنید

فرد را به منابع جامعه موجود در انتهای این راهنما توصیه کنید.

4

5

این مساله را محرمانه حفظ کنید:

اطمینان دهید که هر چیزی که می گویند بین دو نفر شما باقی می ماند مگر آنکه کودکان در معرض خطر باشند و یا زندگی یک فرد تهدید شود.



انچه که

شما ميتوانيد بگويد چيست ...

من خوشحالم که توانستيد به من بگويد "
و من مايل به گوش دادن هستم".

شما مسئول کارهای نيستيد که شخص سوء استفاده "
کننده انجام داده است، سوء استفاده کننده مسئول "
اقدامات خود است.

من می شنوم شما خودتان را سرزنش می کنید، اما "
سوء استفاده شما گناه خودتان نيست.

همه حق دارند که در خانه خود امن "
باشند".

هنگامی که آماده هستيد، کمک "
موجود است و من می توانم به "
شما در دسترسى به آن کمک "
کنم.

در اینجا تعداد زيادى از منابع مختلف "
موجود است که می تواند به شما در "
پیدا کردن يك مکان برای ماندن کمک "
کند و به مرور سيستم حقوقى و پیدا "
کردن پشتیبانى شخصى کمک کند.

متوجه شدم که شما کبودى داريد "
(يا علائم فيزيكى را که می بينيد بيان "
کنيد).

وقتی که ديگران در اطراف نباشند، چه کار می "
توانيد انجام دهيد تا سالم بمانيد؟"



حرفهای که نبايد گفته شوند

شما بايد شريك زندگى خود را ترك كنيد. "
"به من بگو که آیا این شخص شما را می زند."
"چطور ميتوانيد با این مساله کنار بيايد؟"
"چرا شما فردى که سوء استفاده ميکند را متوقف نمی کنید / چیزی بگويد / يك کارى "
انجام دهيد؟"
"شما نبايد آنها را تحريك کنید."
"شما بايد از آنها بخواهيد که از آنجا خارج شوند."
" نمی توانم باور کنم که شما برگشتيد."



مداخلات غیر کلامی



مخالفت خود را با استفاده از زبان بدن آشکار کنید-
برسانید



پیشنهاد کنید که شما میتوانید بمانید
رو بر نگردانید.

اگر شواهد وجود داشته باشد، سوءاستفاده به احتمال زیاد کمتر
افزایش می یابد.



اگر تهدیدی برای خطر فوری وجود دارد ، با
پلیس یا امنیت تماس بگیرید.

فرد را تشویق کنید که با کسی
که می تواند کمک کند صحبت
کند.

شماره لینک قربانی بریتش
کلمیا

VictimLinkBC 604-563-0808

و وب سایت

#SaySomething

را

در اختیارشان بگزارید ر

اگر شخص میخواهد
بماند، از آنها پشتیبانی
کنید. آنها ممکن است
بروند و سپس چه ندین
بار برگردند.

ممکن است سخت درک
شود، اما به دلایل
بسیاری افراد در روابطی
که از آنها سوء استفاده
می شود میمانند .

اگر فرد تصمیم گرفت که
برود، همچنان پیشنهاد
پشتیبانی کنید .

با وجود این که یک رابطه
خشونت آمیز است،
ممکن است پس از اتمام
ان احساس تنهایی و
غمگینی کنند . با آنها
چک کنید تا بفهمند که
شما برای کمک تواجد
دارید.

شما نمی توانید آنها را
نجات دهید. آنها باید
تصمیم بگیرند که وقت
آن است که کمک
بگیرند. در هر صورت ارائه
پشتیبانی کنید . با این
حال، هنگامی که یک
کودک درگیر است یا یک
تهدید فوری وجود دارد،
"وظیفه گزارش دادن"
وجود دارد.

نکات برنامه ریزی ایمنی



اطمینان حاصل کنید که فرد شماره تلفن های مهم را در دسترس دارد؛ مثل: شماره پلیس ، خط ، دوستان و پناه گاه محلی و ویژه کمک



به اطمینان برسید که شخص دارای دوستان یا همسایگانی هست که می توانند در مورد سوء استفاده اطلاع بدهند. از همسایگان بخواهید در صورت شنیدن صداهای عصبانی یا خشن با پلیس تماس بگیرند .



اطمینان حاصل شود که فرد فرزندان خود را آموزش دهد که چگونه بتوانند شماره گیری ۹۱۱ را انجام دهند و یک کلمه کد را اختیار کرده تا زمانی که کمک مورد نیاز است برای گفتگو از آن استفاده



از آنها بخواهید مکان های امن تر را در خانه خود شناسایی کنند (مناطقى که خروجی در آنها وجود دارد و هیچ سلاح/اشیاء ازار دهنده نگهداری نمی شوند) و سعی کنید فرد را به یکی از این مکان های امن تر در صورت بدتر شدن وضعیت برسانید.



اگر سلاح (اسلحه) در خانه وجود دارد ، اطمینان حاصل شود که فرد از مکان ان مطلع است



حتی اگر فرد نخشه ای برای ترک مکان ندارد ، آنها را راهنمایی کنید که فکر کنند که به کجا بروند



به فرد کمک کنید که فکر کند چگونه ممکن است مکان را ترک کنند، مانند انجام کارهایی که شما را از خانه به بیرون ببرد - زباله بیرون بردن، حیوان خانگی را بیرون بردن و یا رفتن به فروشگاه.



پیشنهاد کنید که فرد ساک-چمدان ای از لوازمی که هر روز استفاده می شود را آماده کند و انرا در خانه يك دوست یا شخص مورد اعتماد و یا حتی در محل کار مخفی کند.



اگر لازم باشد ، پیشنهاد کنید که فرد با یک پناهگاه-خانه امن یا پلیس تماس برقرار کند و درخواست یک افسر از واحد خشونت خانگی یا واحد اشخاص آسیب پذیر کند . افسر و یا کارکنان پناهگاه می تواند برای انجام برنامه ریزی ایمنی بیشتر به فرد کمک کنند.



پیشنهاد دهید که فرد با یک وکیل مشورت کند و شواهدی از سوءاستفاده فیزیکی (مانند عکس ها) را حفظ کند.



رکورد از تمام حوادث خشونت آمیز، اشاره به زمان ، حوادث، تهدید و شواهد.



اگر فرد از سوء استفاده جنسی رنج می برد، به آنها بگوید که به اورژانس بروند و از کارکنان درخواست کنند که آسیب زدگی شان را رکورد کنند .



اطمینان حاصل کنید که کارت شناسایی مفید و در دسترس است

(گذرنامه ، مجوز ، کارت شماره بیمه اجتماعی ، کارت سلامتی-که بر کارد).

برنامه ریزی ایمنی

اگر فرد در حال برنامه ریزی کردن برای ترك فردی که از ان سوءاستفاده کرده است، به آنها کمک کند تا این نکات را در نظر بگیرند ...

این کار را انجام دهید



4 مکان که آنها می توانند در صورت ترك مکان به انجا بروند



در صورت ترك مکان، چه کسی ممکن است به آنها کمک کند .



چه کسی می تواند يك ساك-چمدان لوازم مهم را برای آنها نگه دارد؟



چه کسی ممکن است به آنها پول فرزند بدهد؟



طرح ایمنی برای حیوانات خانگی.



به کجا تماس بگیرند یا شماره تلفن همراه یا گوشی(تلفن) جدید دریافت کنند.



غیر فعال نمودن جی پی ایس یا ردیابی مکان بر روی تلفن/تلفن های همراه و حساب های رسانه های اجتماعی.



تغییر روش های روزانه مانند رفتن به فروشگاه های مختلف و یا گرفتن مسیر دیگری برای کار.



افتتاح یک حساب بانکی جدید یا گرفتن کارت اعتباری به نام خویش.



طرح ایمنی برای کودکان



نگه داشتن تصویر (عکس) از شخص سوء استفاده کننده و فرزندانشان با آنها.

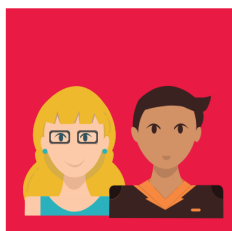
آنها باید به زودترین وقتی که ممکن است مکان را ترك کرده و به ان فردی که سوء استفاده کرد است خبر ندهند

برنامه ریزی ایمنی

اگر فرد کسی را که از آن سوءاستفاده کرده است ترک کرده ...



این کار را انجام دهید



شناسایی
یک شخص
پشتیبان



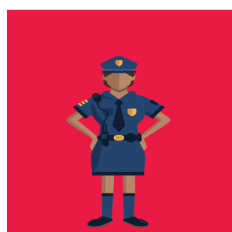
یک دستورالعمل حفاظت از دادگاه را دریافت کنید و در هر زمان یک کپی را در دسترس داشته باشید و آن را با افراد مهم (پلیس، مدرسه، کار) به اشتراک بگذارید.



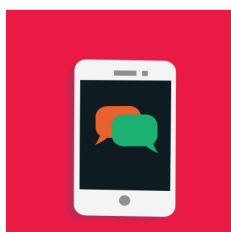
یک برنامه امن را برای گفتگو با فردی که سوء استفاده کرده ایجاد کنید.



برنامه ایمنی را حفظ نموده و آن را تمرین کنید.



هرگز با کسی که سوءاستفاده کرده درگیر نشوید، مگر آنکه مامور پلیس بهمراهتان باشد.



در محل کارتان در مورد آنچه اتفاق افتاده است، به کسی خبر دهید و از آنها بخواهید تا تماسهای کاری را چک کنند.



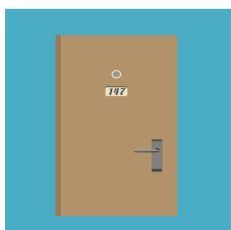
یک طرح ایمنی برای محل کار ایجاد کنید



به افرادی که از کودکان مراقبت می کنند، اسامی افرادی که می تواند / نمی تواند آنها را برسانند اطلاع دهید.



از رفتن به همان فروشگاه ها یا محل بزنس خداری نمایید



در نظر بگیرید که درب های قوی تری را نصب کنید، حسگر دود و مونوکسید کربن را نصب کرده و یک سیستم امنیتی و چراغ های بیرونی قرار دهید.



قفل هارا تغییر دهید



به دوستان و همسایگان خبر دهید که آن فرد سوء استفاده کننده دیگر با آنها زندگی نمی کند و هواسشان به بیرون باشد.

لوازمی که در هنگام ترك مكان باخود بياوريد

پول.

کلید : اتومبیل ، خانه ، کار.

لباس های اضافی.

دارو.

اوراق مهم برای شما و کودکان از قبیل گواهی تولد ، شماره بیمه اجتماعی (کارت) ، سوابق مدرسه و پزشکی ، اطلاعات بانکی ، گواهینامه رانندگی ، ثبت خودرو ، اوراق بیمه ، دفترچه آدرس. گذرنامه.

کارت اقامت دائم و اجازه کار.

اجاره/قرارداد اجاره.

صورتحساب پرداخت نشده.

دستاورات محافظت شخصی ، اوراق طلاق و دستور دستگیری.

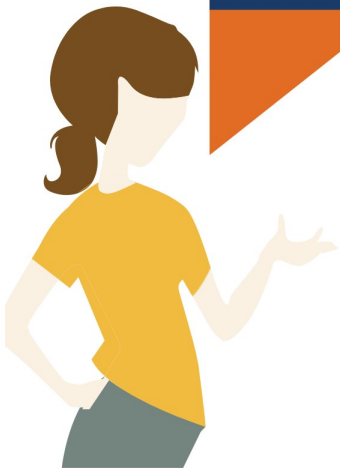
تصاویر ، جواهرات ، و یا لوازمی که در موردشان احساس دارید ، لوازم برای کودکان (اسباب بازی ، پتو ، و غیره).



چند افکار...

با خود آموزی در مورد چگونگی تشخیص و پاسخ به نشانه های سوء استفاده از رابطه و یا آشکار شدن خشونت ، شما می توانید تفاوت معنی داری را در زندگی مردم بوجود آورید. به یاد داشته باشید ، شما تنها نیستید.

در طول مسیر منابع و اشخاص حرفه ای برای کمک به شما در دسترس هستند. صحبت کردن در مورد خشونت رابطه دشوار است ، اما اگر ساکت بمانیم، نمی توانیم آن را متوقف کنیم .



#SaySomething

منابعی که در این راهنما بکار برده شده اند از نواحی مختلفی آمده اند که به همه آنها در پشت این راهنما اشاره داده شده است.



با تشکر ویژه از دانشجویان بخش پرستاری دانشگاه پلی تکنیک کوانتلن برای کار و تلاش خود در کمک و مشارکت در دفترچه راهنمای قبلی، که به پیشرفت و توسعه سخت این راهنما نیز کمک کرد.

منابع جامعه در لوور مین لند

Assisted Living Registrar

اگر فکر می کنید کسی که در یک مرکز کمک زندگی می کند مورد سوء استفاده قرار گرفته شده است
1.866.714.3378 خط تلفن تماس مجانی
ایمیل: h1th.assistedlivingregistry@gov.bc.ca

انجمن منابع زنان اتیرا

ارائه خدمات مستقیم، افزایش آگاهی و آموزش برای پایان دادن به خشونت علیه زنان
تلفن: 604.531.9143
از این سایت بازدید کنید: <http://www.atira.bc.ca>

خدمات حمایتی از زنانی که در معرض زرب و شتم قرار گرفتند

604.687.1867 خط بحران و پذیرش
1.855.687.1868 خط تلفن تماس مجانی
ایمیل: information@bwss.org
از این سایت بازدید کنید: <http://www.bwss.org>

BC211

خدمات تلفن و پیامک دو زبانه، مجرمانه، 24 ساعته در هر روز هفته، که اطلاعات رایگان و ارجاع به نحوه گسترده ای از جامعه، و خدمات دولتی را ارائه می دهد

2.1.1 تلفن یا پیامک

از این سایت بازدید کنید: <http://www.bc211.ca>

مرکز دفاع و حمایت از سالمندان در بریتش کلمبیا (BC CEAS)

(SAIL) خط سوء استفاده و اطلاعات از سالمندان
تلفن: 604.437.1940
1.866.437.1940 خط تلفن تماس مجانی
روزانه از 8 صبح تا 8 بعد ظهر
ایمیل: info@bcceas.ca
از این سایت بازدید کنید: www.bcceas.ca

BC Crime Stoppers

ارائه راهنمایی های ناشناس در مورد جرم
24 ساعته در هر روز هفته در ۱۱۵ زبان
تلفن: 1.800.222.8477
از این سایت بازدید کنید:
<http://www.bccrimestoppers.com>

وب سایت دولت در مورد خدمات خشونت خانگی

برنامه های خدمات قربانی، کمک های پولیس و کمک های مبتنی بر جامعه برای قربانیان که از آنها سوء استفاده شده است

از این سایت بازدید کنید
: <http://www.domesticviolencebc.ca>

انجمن خانه های انتقالی در بریتش کلمبیا (BCSTH)

فهرست منازل انتقال موقت و مرحله دوم و سوم و خانه های امن
تلفن: 604.669.6943
1.800.661.1040 خط تلفن تماس مجانی
ایمیل: info@bcsth.ca
از این سایت بازدید کنید: <http://www.bcsth.ca>

جامعه مردان بازمانده از سوء استفاده جنسی در بریتش کلمبیا

درمان برای مردان (پسران) که از نظر جنسی مورد آزار قرار گرفته اند
تلفن: 604.682.6482
از این سایت بازدید کنید: <http://bc-malesurvivors.com>

برنامه کمک به قربانیان جنایت (CVAP)

کمک های مالی و مزایا برای قربانیان که از شرایط مورد نیاز برخوردارند
تلفن: 604.660.3888
1.866.660.3888 خط تلفن تماس مجانی
ایمیل: cvap@gov.bc.ca

از این سایت بازدید کنید: <http://www2.gov.bc.ca/gov/content/justice/criminal-justice/bcs-criminal-justice-system/if-you-are-a-victim-of-a-crime/victim-of-crime/financial-assistance-benefits>

مرکز بحران (مداخله بحران و مرکز پیشگیری از خودکشی در بریتش کلمبیا)

کمک کردن به مردم برای کمک به خود در برخورد با یک بحران
ارائه یک چت آنلاین برای مواقع بحران و جوانان
برنامه آموزشی جامعه
تلفن: 1.800.784.2433
از این سایت بازدید کنید: <http://crisiscentre.bc.ca>

انجمن خدمات اجتماعی و خانوادگی Deltassist

ارائه مشاوره و جامعه سازی به شیوه ورکشاپ، رویدادها، پشتیبانی از سالمندان، برنامه های توسعه و خدمات اطلاعاتی، جایگزین برنامه خشونت برای قربانیان زن خشونت رابطه دفتر شمال دلتا
: 604.594.3455

از این سایت بازدید کنید: <http://www.deltaassist.com>

خدمات قربانی در پلیس دلتا

حمایت از قربانیان جرم و تروما
تلفن: 604.940.5019
از این سایت بازدید کنید: <http://deltapolice.ca/services/victimservices>

منابع جامعه در لوور مین لند

مجمع منابع انسانی دیورسیتی

خدمات گسترده و برنامه های گوناگون برای جامعات
متنوع فرهنگی
تلفن : 604.597.0205
ایمیل: counsellingservices@dcrs.ca
info@dcrs.ca
از این سایت بازدید کنید
[http://www.dcrs.ca/
services/family-services](http://www.dcrs.ca/services/family-services)

Dixon Transition Society

پشتیبانی، مسکن امن، خدمات حمایتی، مشاوره و
آموزش برای زنان و کودکان که از روابط خشونت آمیز
فرار کرده اند
تلفن 24 ساعته : 604.298.3454
تماس با يك مشاور : 604.298.2549
از این سایت بازدید کنید
<http://dixonsociety.ca>

خدمات سوء استفاده خانگی

– Our Lady of Good Counsel Society

کمک به هر زن و کودک برای بهبود و سلامت بودن از
سوء استفاده
تلفن : 604.585.6688
خط تلفن کمک
: 604.640.7549
1.888.833.7733 : خط تلفن تماس مجانی
ایمیل: das_olgcs@telus.net
از این سایت بازدید کنید
<http://domesticabuseservices.ca>

DOVE (Delta Opposes Violence Everywhere Committee)

متشکل از اعضای خدمات اجتماعی در دلتا
پیشگیری از خشونت در روابط از طریق آموزش و
آگاهی

از این سایت بازدید کنید
[http://deltapolice.ca/
services/victimservices/dove](http://deltapolice.ca/
services/victimservices/dove)

انجمن پایان دادن به خشونت در بریتش کلمبیا (EVA BC)

ارجاعات، پشتیبانی و اطلاعات برای اتصال قربانیان با
خدمات مناسب
تلفن : 604.633.2506

از این سایت بازدید کنید
www.endingviolence.org

خدمات پرستاری قانونی- بیمارستان سوری مموریال
پرستار معاینه تجاوز جنسی-مراقبت از قربانیان تجاوز
جنسی را فراهم می کند.

تلفن : 604.953.4723

ایمیل: forensicnursingservice@fraserhealth.ca

از این سایت بازدید کنید
[http://
www.fraserhealth.ca/find-us/services/our-services?
&program_id=9921](http://www.fraserhealth.ca/find-us/services/our-services?&program_id=9921)

خط بحران فریزر هیلت

پشتیبانی عاطفی فوری، رایگان، محرمانه ، مداخله در بحران
و اطلاعات منابع محلی 24 ساعته در حفت روز حفته
تلفن : 604.951.8855
1.877.820.7444 : خط تلفن تماس مجانی
[http://www.options.bc.ca/fraser-
health-crisis-line/about-the-fraser-health-crisis-line](http://www.options.bc.ca/fraser-health-crisis-line/about-the-fraser-health-crisis-line) : از این سایت بازدید کنید

کلینیک های حقوقی رایگان

(Pro Bono)

وکلا داوطلب که در صورت داشتن شرایط به شیوه رایگان
خدمات قانونی را ارائه می دهند .

تلفن : 604.878.7400

1.877.762.6664 خط تلفن تماس مجانی

از این سایت بازدید کنید
<http://accessprobono.ca>

HealthLinkBC

با شماره 8.1.1 تماس بگیرید تا در هر وقت شبانه روز در
مورد هر مساله بهداشتی با پرستار صحبت کنید

از این سایت بازدید کنید
<http://www.healthlinkbc.ca>

تلفن راهنمای بچه ها

خدمات محرمانه، رایگان، ملی، دو زبانه، 24 ساعته، تلفن و مشاوره آنلاین
برای سن 20 سال و کمتر.

با یک مشاور تماس بگیرید

: 1.800.668.6868

از این سایت بازدید کنید
<http://org.kidshelpphone.ca>

خدمات قربانیان- پلیس لانگلی

اطلاعات، حمایت عاطفی، ارجاع و کمک به قربانیان و شاهدان جرم و
حوادث تروماتیک

تلفن : 604.532.3214

ایمیل: langlevictimservices@shaw.ca

خدمات ارجاع وکیل

دسترسی عمومی به وکلا

1.800.663.1919 یا 604.687.3221 تلفن

از این سایت بازدید کنید
[http://www.cbabc.org/For-the-
Public/Lawyer-Referral-Service](http://www.cbabc.org/For-the-Public/Lawyer-Referral-Service)

کمک های حقوقی-انجمن خدمات حقوقی

ارائه اطلاعات حقوقی، مشاوره و ارائه خدمات نمایندگی به افرادی که درآمد
کم دارند

تلفن : 604.408.2172

از این سایت بازدید کنید
www.legalaid.bc.ca

منابع جامعه در لوور مین لند

لینک به بروشور درباره سوء استفاده و

خشونت خانوادگی

<http://www.legalaid.bc.ca/publications/subject.php?sub=4>

Moving Forward Family Services

مشاوره حرفه ای و خدمات پشتیبانی با پرداخت مبلغی که می توانید
تلفن: 778.321.3054

<http://movingforwardfamilyservices.com>

خدمات قربانی چند فرهنگی

(MOSAIC)

خدمات تخصصی به مردان و زنان چند فرهنگی -
قربانیان جرم و جنایت.
تلفن: 604.254.9626

<http://www.mosaicbc.com/family-programs/family-programs/multicultural-victim-services-program>

Options Community Services

کمک به مردم برای کمک به خود و ترویج جوامع سالم و امن از طریق برنامه های مختلف
دفعتر مرکزی در سوری
604.584.5811

دفعتر نیوتن
604.596.4321

ایمیل: Info@options.bc.ca

<http://www.options.bc.ca> از این سایت بازدید کنید

دفعتر استانی خشونت خانگی

<http://www.mcf.gov.bc.ca/podv> از این سایت بازدید کنید

#SaySomething

کمپین رسانه های اجتماعی برای افزایش آگاهی و پایان دادن به سکوت در مورد سوء استفاده خانگی

استراتژی های چگونگی جستجوی کمک و فهرست منابع

<http://www.saysomethingbc.ca> از این سایت بازدید کنید

خدمات قربانیان در پلیس سواره نظام

سوری

کمک به قربانیان جرم و سایر حوادث آسیب تروماتیک

تلفن 7 روز در هفته، 6 صبح تا 3 بعد از ظهر
تلفن: 604.599.7600

مرکز زنان در سوری

ارائه خدمات مشاوره و لباس، غذا و پناهگاه
S.M.A.R.T. (Surrey Mobile Assault Response Team)

خط بحران با همکاری با بیمارستان

بیمارستان Surrey Memorial Hospital
604.583.1295

<http://www.surreywomenscentre.ca> از این سایت بازدید کنید

Threshold Multicultural Outreach

خدمات حمایتی برای زنان، مهاجران و پناهندگان که در معرض سوء استفاده قرار می گیرند
تلفن: 604.572.5883

<http://www.options.bc.ca/stop-the-violence/threshold-multicultural-outreach> از این سایت بازدید کنید

انجمن خدمات کمک به خانواده های چند فرهنگی در ونکوور و لوور مه بن لند

خدمات رایگان و محرمانه در بیش از 20 زبان برای زنان و خانواده ها که در معرض خشونت خانوادگی قرار گرفته اند
تلفن: 604.436.1025

ایمیل: againstvviolence@vlmfss.ca

<http://www.vlmfss.ca> از این سایت بازدید کنید

بخش خدمات قربانیان - پلیس ونکوور

ارائه قربانیان، شواهد و اعضای خانواده جرم و تروما با پشتیبانی حرفه ای و اطلاعات مربوط به عدالت
تلفن: 604.717.2737

ایمیل: vpd.vsu@vpd.ca

<http://vancouver.ca/police/crime-prevention/victim-services/index.html> از این سایت بازدید کنید

بهبود از تجاوز جنسی و پناهگاه زنان در ونکوور

خدمات رایگان و محرمانه مانند گروه های پشتیبانی، مشاوره و کلینیک های حقوقی رایگان
تلفن: 604.872.8212

<http://www.rapereliefshelter.bc.ca> از این سایت بازدید کنید

VictimsInfo

منابع برای قربانیان و شاهدان جنایت در بریتش کلمبیا خدمات برای قربانیان، گزارش از جرم، اتهام، در مورد دادگاه و پس از محکومیت

<http://www.victiminfo.ca> از این سایت بازدید کنید

(خط ارتباطی کمک به قربانیان در بریتش کلمبیا)

خدمات بحران و ارجاعی چند زبانه و محرمانه- 24 ساعته در هفته

خط تلفن تماس مجانی: 1.800.563.0808

<http://www2.gov.bc.ca/gov/content/justice/criminal-justice/victims-of-crime/victimlinkbc> از این سایت بازدید کنید

(VSU) واحد ایمنی قربانی

قربانیان می توانند ثبت نام کنند تا وضعیت مجرمین مطلع شوند

تلفن: 604.660.0316

خط تلفن تماس مجانی: 1.877.315.8822

ایمیل: vsusg@gov.bc.ca

منابع جامعه در لوور مین لند

خدمات قربانی و پیشگیری از جرم- وزارت امنیت عمومی و وکیل عمومی

اطلاعات و راهنمایی در مورد خدمات و منابع در دسترس قربانیان جرم و جنایت در بریتش کلمبیا

از این سایت بازدید کنید
<http://www.pssg.gov.bc.ca/victimservices/index.htm>

دایرکتوری خدمات قربانیان

جستجو برای خدمات قربانیان در نزدیکی شما

از این سایت بازدید کنید
<http://www.canada.justice.gc.ca/eng/cj-jp/victims-victimes/vsd-rsv/index.html>

جنگاوران علیه خشونت

کمک به خانواده های بومی که در خانواده ها و جوامع غیر خشونت آمیز زندگی میکنند

تلفن: 604.255.3240
از این سایت بازدید کنید
<http://wav-bc.com>

خط جوانان علیه خشونت

خدمات 24 ساعته ناشناخته، محرمانه، و ایمن در هفته پیامک: 604.836.6381

خط تلفن تماس مجانی: 1.800.680.4264
ایمیل: info@youthagainstviolenceline.com

از این سایت بازدید کنید
www.youthagainstviolenceline.com

منابع

Abramsky, T., Watts, C.H., Garcia-Moreno, C., Devries, K., Kiss, L., Ellsberg, M., Jansen, H., & Heise, L. (2011). What factors are associated with recent intimate partner violence? Findings from the WHO multi-country study on women's health and domestic violence. *BMC Public Health*, 11(109). Retrieved from <http://www.biomedcentral.com/1471-2458/11/109>

Adult Guardianship Act. (2015). Section 46. Retrieved from http://www.bclaws.ca/EPLibraries/bclaws_new/document/ID/freeside/00_96006_01#section46

Bassi, I., Grewal, H., Passmore, T. & Ramos, L. (2016). Intimate Partner Violence (IPV): A Tool Kit for Community Champions. NEVR: Surrey BC. Retrieved from <http://www.kpu.ca/nevr/resources>.

Brennan, S. 2011. Violent victimization of Aboriginal women in the Canadian provinces, 2009. *Juristat*. Statistics Canada Catalogue no. 85-002. Retrieved from <http://www.statcan.gc.ca/pub/85-002-x/2011001/article/11439-eng.pdf>

British Columbia Child, Family and Community Service Act, RSBC 1996, c 46, s 13-14. retrieved from: http://www.bclaws.ca/EPLibraries/bclaws_new/document/ID/freeside/00_96046_01#section13

Canadian Women's Foundation. (2016). The Facts About Violence Against Women. Retrieved from <http://www.canadianwomen.org/facts-about-violence?gclid=CPvR18aCyMgCFUSCfgoduHYCGw>

Centers for Disease Control and Prevention. (2015a). Intimate partner violence: Risk and protective factors. *Injury Prevention and Control: Division of Violence Prevention*. Retrieved from <http://www.cdc.gov/violenceprevention/intimatepartnerviolence/riskprotectivefactors.html>

Centers for Disease Control and Prevention. (2015b). Intimate partner violence: Consequences. *Injury Prevention and Control: Division of Violence Prevention*. Retrieved from <http://www.cdc.gov/violenceprevention/intimatepartnerviolence/consequences.html>

Centre for Research & Education on Violence Against Women & Children. (2006). Helping abused women. Retrieved from <http://www.neighboursfriendsandfamilies.ca/how-to-help/helping-abused-women>

Centre for Research & Education on Violence Against Women & Children. (2015). Talking to abusive men. Retrieved from <http://www.neighboursfriendsandfamilies.ca/?q=how-to-help/talking-to-abusive-men>

Chand, S., Christopherson, J., Dinh, L., Gill, A., Irvine, M., Kuziw, L., Rodriguez, J., & Zacher, L. (2015). A Prevention Toolkit for Bartenders and Salon Professionals. NEVR: Surrey, BC. Retrieved from <http://www.kpu.ca/nevr/resources>.

Criminal Code, RSC 1985, c C-34, s 22. Retrieved from <http://laws->

lois.justice.gc.ca/eng/acts/C-46/page-7.html#h-5

de Campos Moreira, T., Ferigolo, M., Fernandes, S., Barros, X., Mazoni, C. G., Noto, A. R., Barros, H. M. T. (2011). Alcohol and domestic violence: A cross-over study in residences of individuals in Brazil. *Journal of Family Violence*, 26 (6), 465-471. doi:10.1007/s10896-011-9381-5

منابع

Ending Violence Association of BC. (2016). Public Education Resources. Retrieved from <http://endingviolence.org/prevention-programs/public-education-resources/>

Etheridge, A., Gill, L. & McDonald, J. (2014). Domestic Violence Toolkit for Health Professionals. NEVR: Surrey BC. Retrieved from [http://www.kpu.ca/sites/default/files/NEVR/DV Toolkit PDF August 24.pdf](http://www.kpu.ca/sites/default/files/NEVR/DV%20Toolkit%20PDF%20August%2024.pdf)

Feder G., Ramsay J., Dunne D., Rose M., Arsene C., Norman R., Kuntze S., Spencer A., Bacchus L., Hague G., Warburton A., & Taket, A. (2009). How far does screening women for domestic (partner) violence in different health-care settings meet criteria for a screening programme? Systematic reviews of nine UK National Screening Committee criteria. *Health Technology Assessment*, 13 (16).

Global Observatory For Inclusion. (2014). Children Witnesses of Domestic Violence. The Invisible Victims. Retrieved from: <http://www.globi-observatory.org/children-witnesses-domestic-violence>

Government of British Columbia (ND) #SaySomething. Retrieved from <http://saysomethingbc.ca/>

Indiana Coalition Against Domestic Violence, What is domestic violence? Retrieved from <http://www.icadvinc.org/wp-content/uploads/2010/07/what-is-domestic-violence.pdf>

Ministry of Public Safety and Solicitor General. (2007). Violence against women in relationships: Victim services worker handbook. Retrieved from <http://www.pssg.gov.bc.ca/victimservices/shareddocs/victim-service-worker-vawir.pdf>

National Coalition Against Domestic Violence. (2011). Domestic Violence Facts. Retrieved from [http://www.ncadv.org/files/DomesticViolenceFactSheet\(National\).pdf](http://www.ncadv.org/files/DomesticViolenceFactSheet(National).pdf)

New York State Office for the Prevention of Domestic Violence. (2014). Domestic violence: Finding safety and support. Retrieved from <http://www.opdv.ny.gov/help/fss/fss.pdf>

Office on Women's Health. (2015). How to help a friend who is being abused. Retrieved from <https://www.womenshealth.gov/violence-against-women/get-help-for-violence/how-to-help-a-friend-who-is-being-abused.html>

Royal Canadian Mounted Police. (2012). Intimate partner violence: it can be stopped. Retrieved from <http://www.rcmp-grc.gc.ca/cp-pc/spouse-epouse-abu-eng.htm>

Smith, M., and Segal, J. (2015). Domestic Violence and Abuse. Retrieved from <http://www.helpguide.org/articles/abuse/domestic-violence-and-abuse.htm>

Shadpour, B. (2014, April 1). The Facts About Violence Against Women. Retrieved from <http://www.canadianwomen.org/facts-about-violence>

Statistics Canada. (2016). Family Violence in Canada: A Statistical Profile. Retrieved from <http://www.statcan.gc.ca/pub/85-224-x/85-224-x2010000-eng.htm>

WHO. (2012). Understanding and Addressing Violence Against Women: Intimate Partner Violence. Retrieved October 20, 2015 from http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/77432/1/WHO_RHR_12.36_eng.pdf