

شعورنا
بالأمان ،
مسؤوليتنا
كمان

مركز إجتماعي



إذا تعرضت للأذى،
ما تسكت!
إطلب المساعدة من حدا بثق فيه

خدماتنا مجانية وتشمل الآتي:

الإرشاد النفسي/الاجتماعي المقدم من قبل جمعية النساء العربيات

- لدينا أربع مرشدات اجتماعيات لمساعدة النساء على استعادة ثقتهن بأنفسهن، في كل مركز. (بإمكان النساء التحدث عن تجاربهن وتعلم كيفية الخروج من عزلتهن من خلال جلساتنا الفردية والاجتماعية. تقدم الجمعية فرص مشاركة النساء مع بعضهن البعض).

- مراكز الإرشاد النفسي / الاجتماعي التابعة لجمعية النساء العربيات في محافظة الزرقاء:

جمعية سيدات الضليل للتربية الخاصة

العنوان: الضليل
الهاتف: ٠٧٩٧٦١١٣١٠

جمعية السيدات العاملات

العنوان: الرصيفة
الهاتف: ٠٧٩٥٩٣٤٧٥٥

برامج التوعية

زيادة الوعي من خلال تناول المواضيع التي تهم النساء حيث يتم رفع وعيهن من قبل محاضرين متخصصين في المركزين التابعين لجمعية النساء العربيات.

التدريب المهني

تقدم جمعية النساء العربيات العديد من الدورات التدريبية للنساء لاكتساب مهارات جديدة لإعالة أنفسهن وعائلاتهن.

الاستشارات القانونية

وجلسات المرافعة القانونية

يقوم مستشارون حقوقيون في مراكز جمعية النساء العربيات بتوعية النساء والرجال بحقوقهم من خلال جلسات التوعية القانونية وتلبية احتياجاتهم القانونية الفردية من خلال إعطائهم استشارات قانونية وإحالة أي قضايا عبر شراكات أقامتها الجمعية لتمثيلهم في المحاكم.

تأتي هذه النشرة كجزء من مشروع ممول من اللجنة الدولية للإغاثة ومنظمة الأمم المتحدة للطفولة (اليونيسف).



الإستجابة للناجين من العنف

إذا ما كنت تتعرض حالياً للعنف، أو كنت قد تعرّضت له في الماضي، فإن لك الحق في الحصول على المساعدة اللازمة لوقف هذه الإساءة. ولك الحق أيضاً في الحصول على الرعاية والدعم من الأشخاص من حولك. وإذا ما كان شخص ما تعرفه يتعرّض حالياً للعنف أو قد تعرّض له في الماضي فكن داعماً له / لها، وساعده / ساعدها في الحصول على الخدمات ذات الصلة.

إذا ألحق بك أي شخص الأذى أو قام بتهديدك، فقم بما يلي:

- **أخبر** شخصاً تثق به أو منظمة تثق بها. فالمساعدة متوافرة.
- **أطلب** منهم أيّ مساعدة تحتاج إليها. فلك الحق في الحصول على الحماية، والرعاية والدعم. وستقوم منظمات مُتخصّصة بدعمك، وباحترام خصوصيتك وأسرارك في الوقت نفسه.
- **اسع** إلى طلب الرعاية الطبية بأسرع وقت ممكن، ولا سيما إذا تعرّضت لإساءة جنسية.
- **تذكّر** بأنّ ما تعرّضت له ليس ذنبك، وأنك لا تلام على ذلك.

لا يحق لأي أحد أن يلمسك، أو أن يطلب منك القيام بأي شيء يجعلك تشعر بعدم الارتياح. ففي حال ألحق أي شخص (غريب، أو صديق أو فرد من أفراد أسرتك، أو أي شخص آخر من بيئتك المحيطة) الأذى بك، أو أخافك، أو جعلك تشعر بأنك تحت وطأة التهديد، أو الترويع، أو التحرش، أو قام بلمسك بطريقة لا تُعجبك، فقم بالإبلاغ عن ذلك واطلب المساعدة فوراً.

من المهم الحصول على الدعم الذي تحتاج إليه. لا تشعر بالعار أو الخجل من طلب المساعدة. فسوف تقوم منظمات مُتخصّصة بدعمك، ومساعدتك على إيجاد وسائل حماية لكي تبقى في أمان، مع احترام خصوصيتك وأسرارك في الوقت نفسه.

إذا أخبرك شخص أو أشخاص أنهم كانوا قد تعرّضوا للأذى أو الإساءة، فقم بما يلي:

- **أخبرهم** أنّك تُصدّقهم.
- **طمئنهم** بالقول: بأنّ هذا الفعل لم يرتكب بسبب أخطاء ارتكبوها، وأنهم ليسوا وحدهم.
- **احترم** حقهم في الحفاظ على الخصوصية، وحقهم في تقرير نوع الدعم الذي يحتاجون إليه.
- **شجّعهم** على الذهاب إلى العيادة الطبية في أسرع وقت ممكن (وخصوصاً إذا كانوا قد تعرّضوا إلى الإعتداء).
- **ساعدهم** في الحصول على الخدمات التي يحتاجون إليها.

يستطيع كل واحد منا المساعدة في الحفاظ على أسرنا ومجتمعاتنا آمنة. فإذا رأيت أو سمعت عن تعرّض أي شخص للعنف، في أي مكان فإن لك الحق في التبليغ عن ذلك بطريقة آمنة وسريّة.

لدى تعرضك أو تعرض أي شخص تعرفه للعنف، إطلب المساعدة من خلال الإتصال بهذه الجهات المختصة والموثوقة:

- خط المعلومات التابع للمفوضية السامية للأمم المتحدة لشؤون اللاجئين: ٠٦ ٤٠٠ ٨٠٠٠ (الأحد - الأربعاء، ٠٨:٣٠ - ١٥:٣٠)
- خط الخدمة المناوب التابع للمفوضية السامية للأمم المتحدة لشؤون اللاجئين: ٠٧٩ ٥٥٤ ٦٣٨٣ (الأحد - الخميس، ٠٨:٣٠ - ١٥:٣٠)
- الخط الساخن التابع لإدارة حماية الأسرة: ٩١١
- خط الدعم الأسري التابع لمؤسسة نهر الأردن: ١١٠
- الخط الساخن على مدار الساعة التابع للجنة الدولية للإغاثة (للأطفال، مخيم الزعتري فقط): ٠٧٧ ٥٠٧ ٧٧٩٢
- الخط الساخن لمؤسسة إنقاذ الطفل الدولية - الزعتري: ٠٧٧ ٥٧٢ ٤٤٥٥
- الخط الساخن على مدار الساعة التابع للهيئة الطبية الدولية (للأطفال)-الخط العام: ٠٧٩ ٥٧٨ ٥٠٩٥
- الخط الساخن على مدار الساعة التابع للهيئة الطبية الدولية-الخط الخاص بمخيم الزعتري: ٠٧٩ ٨٥٥ ٩٥١٧

للإبلاغ عن حالات العنف في المدارس، الرجاء الإتصال:

- جمعية إنقاذ الطفل الأردن: ٠٧٧ ٦٧٠ ٣٤٣٦ أو ٠٧٧ ٦٦٦ ٢٢ أو ٠٨٠٠ ١١١ أو ٠٨٠٠
- الخط الساخن التابع لوزارة التربية والتعليم (مجانياً من الهاتف الأرضي): ٠٦ ٥٦٨ ٠٠٨١ أو ٠٦ ٧٧٥ ٢٢

