

Первые признаки жестокого обращения

ТЫ МОЖЕШЬ ПОДВЕРГАТЬСЯ ЖЕСТОКОМУ ОБРАЩЕНИЮ, ЕСЛИ ТВОЙ ПАРТНЕР ИЛИ БЫВШИЙ...

- ➔ Высмеивает, заставляет чувствовать тебя неполноценной, неуклюжей или никчемной.
- ➔ Изолирует тебя, препятствует твоему общению с семьей или друзьями, ревнует или провоцирует ссору.
- ➔ Угрожает тебе, унижает, кричит или оскорбляет тебя наедине или на людях.
- ➔ Заставляет тебя чувствовать себя виноватой, обвиняет тебя во всем.
- ➔ Угрожает причинить вред тебе или твоей семье.
- ➔ Тебе страшно от его взгляда или жестов.
- ➔ Он контролирует твои деньги, то, как ты одеваешься, проверяет твой мобильный телефон и социальные сети.
- ➔ Он когда-либо подвергал тебя физическому насилию.
- ➔ Он заставлял тебя заниматься сексом против твоей воли.
- ➔ Он угрожает забрать у тебя твоих детей, если ты бросишь его.



борьба с гендерным насилием

Что делать?

Первый шаг, который ты можешь сделать, — это рассказать о своей ситуации другим людям и попросить помощи. Мы советуем обратиться к семье и друзьям, которым ты доверяешь, чтобы они поддержали тебя и помогли в эти трудные времена.

МЫ СТОБОЙ



Позвони на номер 016. Это бесплатный иконфиденциальный номер телефона для справкии юридической помощи — 24 часа и на 53 языках.



Напиши в WhatsApp на номер 600 000 016



Отправь эл. письмо: 016-online@igualdad.gob.es



Зайди на WRAP, сайт с ресурсами поддержки и предотвращения случаев гендерного насилия. С его помощью можно найти информацию о полицейских участках, судебных органах, справочных, медицинских и консультационных центрах, расположенных ближе всего к твоему месту жительства.



Если ты несовершеннолетний и считаешь, что кто-то из твоих близких подвергается гендерному насилию, можешь позвонить в фонд ANAR по телефону 900 20 20 10.



Доверься медицинским работникам из твоего медицинского центра и расскажи им об этом.

Как мы можем тебе помочь?

Получи консультацию по номеру 016
(бесплатно и конфиденциально)

Ознакомься ЗДЕСЬ с руководством по правам женщин, пострадавших от гендерного насилия:



#РУКОВОДСТВОПОПРАВАМ



Немедленная и бесплатная юридическая помощь



Программы содействия социально-трудовой интеграции



Сопровождение поддержка в процессе комплексной реабилитации



Финансовая помощь



Специальный уход за твоими детьми



Помощь жильем



Экстренное и временно размещение



Возможность получения вида на жительство и работы для женщин, прибывших из других стран



Особые права для борьбы с насилием в рамках закона




Меры защиты в критических ситуациях

ПОДПИШИТЕСЬ В:

 @delgovbg

 @delgovbg

 Delegación del Gobierno contra la Violencia de Género



016 ПОМОЩЬ ЖЕРТВАМ НАСИЛИЯ