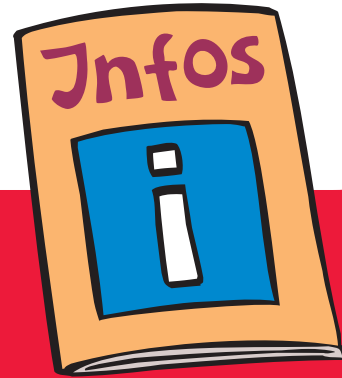




خشونت خانگی

هرگز قابل قبول نیست!



BIG KOORDINIERUNG

Bei häuslicher Gewalt · Hilfe für Frauen und ihre Kinder

در این کتابچه چه نوشته شده است؟

اطلاعات مهم برای مطالعه

مقدمه: چرا این کتابچه اینقدر مهم است؟

۱. خشونت خانگی چیست؟

۲. چه نوع خشونت خانگی وجود دارد؟

۳. تکرار مداوم خشونت

۴. کودکان و خشونت

۵. راه‌های خروج از خشونت. چه کسی می‌تواند کمک کند؟
پلیس.

بیگ هات لاین.

دفاتر تخصصی مشاوره و دفاتر میانجیگری.

خانه‌های زنان.

آپارتمان‌های اضطراری موقت.

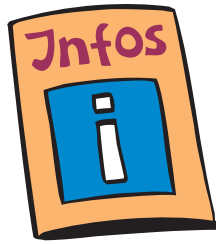
۶. چگونه دادگاه‌ها می‌توانند کمک کنند.

قانون حفاظت در برابر خشونت.

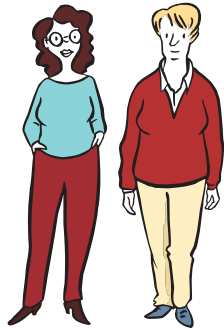
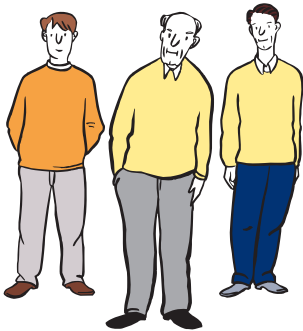
فهرست آدرسها

مشخصات ناشر: چه کسی در تهیه مطالب این کتابچه همکاری کرده است؟

اطلاعات مهم برای مطالعه:



به زبان ساده



این کتابچه به زبان ساده نوشته شده است. با این حال، هنوز برخی از واژگان دشوار در این کتابچه گنجانده شده اند. این واژه‌گان درشت‌تر چاپ شده‌اند. آنها در متن توضیح داده شده‌اند.

و ما اغلب در کتابچه از واژه "مجرم" استفاده می‌کنیم. آنها اغلب مرد هستند:
برای مثال:
شوهر، یک مراقب، عمو/دایی، پدربزرگ، پسر، همسایه یا یک دوست.
با این حال، "مجرمان" می‌توانند زن باشند.
برای مثال:
زن (همسر)، مادر یا دختر.

این موضوع در این کتابچه نوشته شده است. ما می‌خواهیم موارد زیر را توضیح دهیم:
از کجا می‌توانید در برلین کمک جستجو کنید؟
اگر دچار خشونت خانگی شده‌اید.



در پایان این کتابچه، می‌توانید تمام نشانی‌ها را بیابید.

مقدمه

در بسیاری از زندگی‌های مشترک خشونت وجود دارد.
 زنان تقریباً همیشه قربانی این خشونت هستند.
 مجرمان در اغلب موارد مرد هستند.
 برای مثال اگر یک مرد زن خود را کتک بزند.
 یا اگر یک مرد سر دوست دختر خود داد بکشد یا او را تهدید کند.



این خشونت اغلب در خانه اتفاق می‌افتد.
 در آپارتمان یا در خانه. بنابراین این خشونت **خشونت خانگی** نامیده می‌شود.



خشونت خانگی ممنوع است.

هیچکس اجازه ندارد یک زن را کتک بزند.
 هیچکس اجازه ندارد یک زن را تهدید کند.
 هیچکس حق ندارد به یک زن توهین کند.



به همین دلیل، **قانون حفاظت در برابر خشونت** وجود دارد.
 این قانون باید از تمام افراد در برابر خشونت محافظت کند.
 مخصوصاً زنان اغلب مورد خشونت قرار می‌گیرند.
 بنابراین، قانون برای زنان اهمیت خاصی دارد.

- تا اینکه آن‌ها مجبور به تجربه خشونت نباشند.
- تا اینکه از خودشان در مقابل خشونت دفاع کنند.



ما می‌خواهیم به تمان زنان جرأت بدهیم.



هیچکس حق ندارد شما را بزند یا تهدید کند.
شما می‌توانید از خودتان دفاع کنید!



شما تنها نیستید! کمک بخواهید!

تمام نشانی‌ها در پایان کتابچه علامت زده شده اند.

خشونت خانگی هرگز قابل قبول نیست!

۱. خشونت خانگی چیست؟

خشونت خانگی بین افرادی رخ می‌دهد که به خوبی همدیگر را می‌شناسند.



برای مثال:

- بین شوهر و زنش.
- بین دوست پسر و دوست دختر.
- یا در خانواده.

در موارد خشونت خانگی، زنان تقریباً همیشه قربانی هستند. و در اکثر موارد، مردان مجرم می‌باشند.



- خشونت خانگی اغلب در خانه رخ می‌دهد.
- در آپارتمان.
 - یا در مکانی که هیچکس شاهد آن نیست.



بنابراین، اغلب کسی متوجه آن نمی‌شود.

خشونت خانگی:

- زمانی رخ می‌دهد که مرد زنش را کتک می‌زند.
 - زمانی رخ می‌دهد که پسر بالغ مادرش را تهدید می‌کند.
 - زمانی رخ می‌دهد که پدر بدن دختر بالغ خود را لمس می‌کند.
- و در صورتیکه دختر با این کار موافق نیست.





تمام زنان ممکن است با این خشونت مواجه شوند.

- صرف نظر از اینکه یک زن آلمانی باشند یا یک زن از یک کشور دیگر.



- صرف نظر از اینکه چه سنی داشته باشند.



- صرف نظر از اینکه معلول باشند یا خیر.



- صرف نظر از اینکه چه شغلی داشته باشند یا خانه دار باشد.



بسیاری از زنان خجالت می‌کشند زیرا مرد با آنها بسیار بد رفتار می‌کند زیرا مرد خشن است و زیرا فکر می‌کنند، اشتباه از آنها است.

بنابراین، بسیاری از زنان به دنبال دریافت کمک نیستند و درباره خشونت در خانه صحبت نمی‌کنند.

ما می‌خواهیم به شما جرأت بدهیم:

لازم نیست خجالت بکشید.
شما مسئول این خشونت نیستید.
مجرم مسئول است.



لطفاً به دنبال دریافت کمک باشید.

و برای کودکان کمک بخواهید.

و درباره خشونت صحبت کنید.
خشونت یک راز نیست.
خشونت یک امر خصوصی نیز نیست.



شاید شما می‌خواهید جدا شوید.
و تنها زندگی کنید.
یا تنها با کودکانتان زندگی کنید.





۲. چه نوع خشونت خانگی وجود دارد؟

انواع مختلفی از خشونت خانگی وجود دارد:

خشونت فیزیکی:

- وقتی یک نفر شما را کتک می‌زند.
- وقتی یک نفر شما را هل می‌دهد یا به شما لگد می‌زند.



- وقتی یک نفر گلوی شما فشار می‌دهد.
- طوری که شما دیگر نمی‌توانید نفس بکشید.

خشونت روانی:

- وقتی یک نفر با شما بدرفتاری می‌کند.
- وقتی یک نفر به شما فحش می‌دهد.



وقتی یک نفر شما را می‌ترساند.

یا یک نفر شما را تهدید می‌کند:

- که کودکان شما را از شما خواهد گرفت.
- که به شما آسیب می‌زند.
- که شما را از خانه خود.
- یا حتی از کشور. بیرون می‌کند.



خشونت جنسی:

- وقتی یک نفر بر خلاف میل شما، شما را لمس کند.
- وقتی یک نفر شما را مجبور کند که فیلم‌های سکسی نگاه کنید.
- تجاوز:
- وقتی یک نفر بر خلاف میل شما با شما رابطه جنسی برقرار کند. و شما گفته باشید "نه".



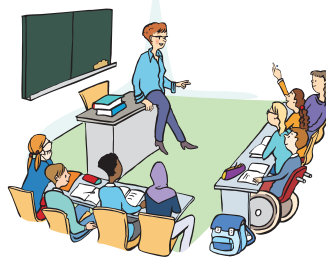
انزوا:

- وقتی یک نفر شما را در فضای بسته حبس کند.
- و شما اجازه نداشته باشید بیرون بیایید.
- وقتی شما اجازه نداشته باشید از تلفن استفاده کنید.
- وقتی شما اجازه نداشته باشید با سایر افراد صحبت کنید.



این نیز خشونت است

- وقتی شما اجازه کار کردن نداشته باشید.
- وقتی یک نفر پول شما را از شما بگیرد.
- وقتی اجازه نداشته باشید به کلاس آموزش زبان بروید.



- وقتی عاشق یک زن باشید.
- و خانواده شما آن را منع کند.
- وقتی مجبور باشید با فردی که او را دوست ندارید، ازدواج کنید.



سپس باید به دنبال دریافت کمک باشید.
این امر مهمی است.
زیرا خشونت خود به خود از بین نمی‌رود.
اغلب بدتر نیز می‌شود.

ولی شما می‌توانید کاری علیه آن انجام دهید!
با سایر افراد درباره آن صحبت کنید.



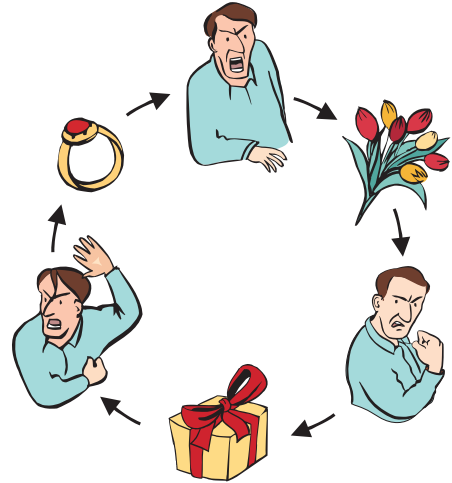
برای مثال:

- درباره آن با یک دوست دختر صحبت کنید.
- یا با یک همکار زن.
- یا با یک فرد دیگر صحبت کنید
که به او اعتماد دارید.
- به پلیس مراجعه کنید.
- و به یک دفتر مشاوره بروید.



۳. تکرار مداوم خشونت

خشونت خود به خود از بین نمی‌رود. گاهی اوقات، برای مدتی شرایط بهتر می‌شود. در این صورت شما فکر می‌کنید که خشونت تمام شده است. اما مشکل باقی می‌ماند. اغلب مواقع، دوباره شروع می‌شود. به این دلیل است که آن را **تکرار مداوم خشونت** می‌نامند.



برای مثال، ممکن است:

- شریکتان شما را تهدید کند. او به طور مکرر شما را می‌زند. شریک شما احساس قدرت می‌کند و حس خوبی نسبت به خود دارد. اما شما حس خیلی بدی دارید.



- سپس شریک شما ممکن است ابراز تاسف کند. او عذرخواهی می‌کند. قول می‌دهد که دیگر شما را نمی‌زند. به شما هدیه می‌دهد.



- سپس حال شما دوباره بهتر می‌شود. شما و شریکتان دوباره با هم خوب می‌شوید. ممکن است دوباره عاشق شوید.



- اما بعد، همه چیز از اول شروع می‌شود. مشکل باقی می‌ماند. شریکتان دوباره شما را تهدید می‌کند.



- شما دوباره می‌ترسید. خشونت می‌تواند شدیدتر شود.

۴. کودکان و خشونت



این به ویژه برای کودکان بد است.
وقتی آنها شاهد خشونت هستند!

برخی از کودکان مجبور شده اند کشورشان را ترک کنند
و به کشور دیگری بروند.



آنها پناهنده هستند.
چرا که آنجا جنگ است.



آنها نگران زندگی خود هستند.
یا اتفاقات وحشتناکی را در راه دیده اند.

وقتی در خانواده خشونت وجود داشته باشد، کودکان هم متوجه می‌شوند.
آنها خشونت را می‌بینند، می‌شنوند و احساس می‌کنند.

حتی اغلب مواقع کودکان قربانی خشونت هستند.
آنها کتک می‌خورند.



یا تهدید می‌شوند و ترس دارند.
بعضی اوقات بچه‌ها نیز خشونت جنسی را تجربه می‌کنند.

خشونت برای کودکان بسیار بد است.
آنها احساس خیلی بدی می‌کنند.



- ممکن است خواب‌های بد ببینند و نتوانند بخوابند.
- ممکن است در طول شب جای خود را خیس کنند.
- آنها می‌ترسند.
- یا کودکان تغییر می‌کنند.

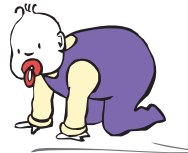
برخی از کودکان منزوی و ترسو می‌شوند.
برخی از کودکان عصبانی می‌شوند و کودکان دیگر را کتک می‌زنند.



- شاید کودکان دیگر بازی نکنند.
- و برخی دچار مشکل در یادگیری چیزهای جدید می‌شوند.



کودکان باید در برابر خشونت محافظت شوند!
تمام کودکان باید بدون خشونت بزرگ شوند.
این حق آنهاست.



امکانات کمک‌رسانی ویژه‌ای برای کودکان وجود دارد.
لطفاً برای کودکان کمک بگیرید.
برای مثال در اداره پلیس. یا در یک دفتر مشاوره.
یا در یک پناهگاه زنان.

در پایان این کتابچه می‌توانید نشانی‌ها را بیابید.



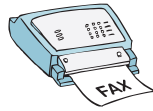


۵. راه‌های خروج از خشونت. چه کسی می‌تواند کمک کند؟

پلیس می‌تواند به شما کمک کند.

چگونه نزد پلیس بروم؟

اگر با خشونت مواجه شده اید، می‌توانید با پلیس تماس بگیرید.



- می‌توانید با شماره اضطراری ۱۱۰ تماس بگیرید.
- می‌توانید به اداره پلیس بروید.
- همیشه یک نفر در اداره پلیس حضور دارد.
- که بیست و چهار ساعته.
- روز و شب آماده خدمت است.
- شما می‌توانید نزد پلیس شکایت کنید.
- به علاوه می‌توانید به شماره ۱۱۰ فکس ارسال کنید.

پلیس چه کار می‌کند؟

اگر با خشونت مواجه شده اید، می‌توانید با پلیس تماس بگیرید.
سپس پلیس می‌آید و به شما کمک می‌کند.
پلیس از شما می‌پرسد: دقیقاً چه اتفاقی افتاد؟



سپس پلیس یک اعلام جرم تنظیم می‌کند.
پلیس بررسی می‌کند: آیا شما در معرض خطر هستید؟
آیا مجرم هنوز شما را تهدید می‌کند؟



سپس پلیس می‌تواند مجرم را از آپارتمان بیرون کند.
یا از هانیم.
او نمی‌تواند تا حداکثر دو هفته بازگردد.
این برای حفاظت از شما است.
سپس شما دو هفته فرصت دارید.



شما می‌توانید با خیال راحت فکر کنید:
که در مرحله بعد چه کار می‌خواهید بکنید.

- پلیس به شما توضیح می‌دهد:
- می‌توانید الان این کار را انجام دهید.
- اینها حقوق شما هستند.
- می‌توانید در اینجا مشاوره و کمک دریافت کنید.

به علاوه پلیس می‌تواند شما را به یک مکان امن ببرد.
به‌طور مثال در **خانه زنان**.
اگر شما خواسته باشید.
و در یک پناهگاه زنان احساس امنیت بیشتری بکنید.



شما می‌توانید از جاهای مختلفی کمک دریافت کنید.
از طریق تلفن.
در یک **دفتر مشاوره**.
در یک **خانه زنان**.
در یک خانه امن.
نشانی محرمانه باقی می‌ماند.
چنین آپارتمانی یک **آپارتمان اضطراری نامیده می‌شود**.

شما می‌توانید در هر کجا آزادانه صحبت کنید:
چیزی که اتفاق افتاده است.
کارکنان اجازه ندارند گفته‌های شما را به کسی بگویند.
به این رازداری می‌گویند.



از طریق تلفن کمک دریافت کنید.
به علاوه می‌توانید با بیگ هات‌لاین تماس بگیرید

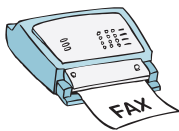
بیگ هات‌لاین چیست؟

بیگ (BIG) مخفف طرح برلین علیه خشونت با زنان است. هات‌لاین مترادف واژه: مشاوره تلفنی است. اگر به کمک نیاز دارید، می‌توانید با آنجا تماس بگیرید.



حتی اگر به زبان آلمانی هم صحبت نکنید. یک مترجم به شما کمک خواهد کرد. او موارد زیر را ترجمه می‌کند: آنچه شما می‌گویید. و آنچه سایر افراد به شما می‌گویند.

شما می‌توانید هر روز با بیگ هات‌لاین تماس بگیرید.
در هر زمان.
در شبانه روز.



- می‌توانید تماس بگیرید.
- یا ایمیل ارسال کنید.
- می‌توانید فکس نیز ارسال کنید.

لازم نیست خودتان را معرفی کنید.
اگر نمی‌خواهید.

چه زمانی بیگ هات لاین می‌تواند به شما کمک کند؟

- وقتی شما دقیقاً مطمئن نیستید که باید چه کار کنید.
- اگر هنوز نمی‌دانید.
- آیا این خشونت است؟
- اگر هنوز نمی‌دانید.
- از کجا کمک دریافت کنم؟



- وقتی به دنبال جایی در خانه زنان یا در یک آپارتمان اضطراری می‌گردید.

- اگر می‌خواهید در دادگاه تقاضا دهید.
برای مثال:
که شریک زندگی شما نتواند در نزدیکی شما باشد.
که شریک زندگی شما اجازه حضور در خانه را نداشته باشد.
یا در هایم.



مراحل بعدی که باید طی کنید چیست؟

- کمک‌کنندگان به شما مشاوره می‌دهند.
- آنها نکات و اطلاعاتی را در اختیار شما قرار می‌دهند.



- یک کمک‌کننده می‌تواند شما را نیز در یک جای امن ملاقات کند.
در آنجا شما می‌توانید با هم فکر کنید.
- به چه نوع کمکی نیاز دارید؟
- بعد از این باید چه کار کنم؟





دفاتر تخصصی مشاوره و دفاتر میانجیگری.
اینها دفاتر مشاوره برای زنانی هستند که با خشونت خانگی زندگی می‌کنند.

در پایان این کتابچه می‌توانید نشانی‌ها را بیابید.



چه زمانی یک دفتر مشاوره می‌تواند به شما کمک کند؟

- وقتی می‌خواهید درباره آن صحبت کنید: که چه اتفاقی برای شما افتاده است.
- وقتی قربانی خشونت هستید.
- وقتی هنوز نمی‌دانید چه کاری می‌توانید انجام دهید.
- وقتی پلیس در خصوص خشونت خانگی در خانه شما بود. شاید شما شکایت کرده باشید.



- شاید پلیس مجرم را بیرون کرده است.



- شاید شما از شریک زندگی‌تان جدا شده باشید. زیرا او شما را تهدید می‌کرد یا کتک می‌زد. ولی او شما را راحت نمی‌گذارد. او همچنان به آزار و اذیت شما ادامه می‌دهد.



- اگر به مشاوره و کمک نیاز دارید. حتی در طول یک مدت زمان طولانی‌تر.

- شاید شما نیز زنی را می‌شناسید که با خشونت مواجه است. و می‌خواهید به آن زن کمک کنید.

- یک دفتر مشاوره به زنان از سایر کشورها نیز کمک می‌کند.
ممکن است آنها در خانه با خشونت خانگی زندگی کنند.
یا در هایم.
اما از اینکه از شریک زندگی خود جدا شوند می‌ترسند.
آنها می‌ترسند:
که دیگر حق زندگی در آلمان را نداشته باشند.



کمک‌کننده در دفتر مشاوره می‌تواند در خصوص تمام این مشکلات به شما کمک کند.
مشاوره حقوقی نیز وجود دارد.



چگونه می‌توانید با دفاتر مشاوره در تماس باشید؟

- شما می‌توانید با یک دفتر مشاوره تماس بگیرید.
- یا می‌توانید پیامک (پیام متنی) ارسال کنید.
- می‌توانید یک ایمیل ارسال کنید.
- می‌توانید فکس نیز ارسال کنید.

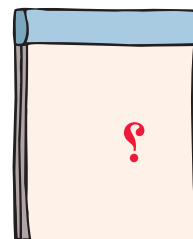


لازم نیست خودتان را معرفی کنید.
اگر نمی‌خواهید.



مراحل بعدی که باید طی کنید چیست؟

در دفتر مشاوره یک وقت ملاقات برای جلسه دریافت خواهید کرد.
در صورت تمایل، می‌توانید فردی را با خود به جلسه بیاورید.





یک کمک‌کننده با شما صحبت می‌کند:
درباره پرسش‌ها و مشکلات شما حرف می‌زند.

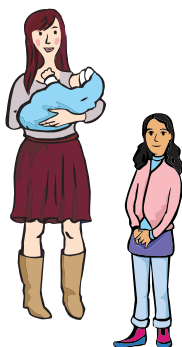
اگر شما زبان آلمانی را خوب ندانید، یک مترجم شفاهی در آنجا حضور خواهد داشت.
او موارد زیر را ترجمه می‌کند:
آنچه شما می‌گویید.
و آنچه سایر افراد به شما می‌گویند.



کمک‌کننده از شما حمایت می‌کند.
برای مثال در دادگاه.
یا در یک دفتر دولتی.
اگر در این مورد به کمک نیاز دارید.

در دفتر مشاوره، مشاوره حقوقی نیز در دسترس است.
برای مثال برای این پرسش‌ها:

- من از چه حقوقی برخوردارم؟
- چگونه می‌توانم از مجرم شکایت کنم؟
- آیا شما به یک وکیل زن نیاز دارید؟ که قوانین را بشناسد.
- مراحل بعدی در دادگاه چیست؟
- چه کسی مسئول کودکان خواهد بود؟
- حق سکونت چه می‌شود؟
- اگر شما از یک کشور متفاوت می‌آیید.



اگر نیاز به حمایت داشته باشید کمک‌کننده به شما هم کمک خواهد کرد.
شما می‌توانید با هم به دنبال یک خانه زنان بگردید.



در یک دفتر مشاوره، پیشنهادهای برای کودکان نیز وجود دارد.
در آنجا امکان نگهداری از کودکان نیز وجود دارد.
سپس شما می‌توانید با آرامش صحبت کنید.

پناهگاه زنان

پناهگاه زنان چیست؟



اگر شریکتان شما را کتک می‌زند یا تهدید می‌کند، شما می‌توانید به یک پناهگاه زنان بروید. در پناهگاه زنان جای شما امن است. نشانی محرمانه باقی می‌ماند.

فقط زنان در پناهگاه زنان کار می‌کنند. شما می‌توانید در هر زمانی به پناهگاه زنان بروید. حتی در طول شب.



اگر شما از یک کشور متفاوت می‌آیید. هم می‌توانید به پناهگاه زنان بروید.



لازم نیست در پناهگاه‌های زنان برلین اجاره بها بپردازید. شما می‌توانید تا زمانی که لازم است در پناهگاه زنان زندگی کنید.



می‌توانید کودکان خود را به پناهگاه زنان بیاورید. یک استثناء وجود دارد. اگر پسر بالای ۱۲ سال داشته باشید. نمی‌توانید همراه با پسر خود به تمام پناهگاه‌های زنان بروید.



در پناهگاه زنان، شما باید از خودتان مراقبت کنید:

- برای خودتان آشپزی کنید.
- لباس‌های خود را بشویید.
- باید مراقب کودکان خود باشید.



چگونه می‌توانید با پناهگاه زنان در تماس باشید؟



با پناهگاه زنان تماس بگیرید.
یک نفر می‌تواند در این امر به شما کمک کند.
کمک‌کننده از طریق تلفن مکان جلسه را به اطلاع شما می‌رساند.
شما با خودرو به آنجا می‌روید.
کمک‌کننده یا یک زن دیگر از خانه زنان
به‌دنبال شما در محل قرار می‌آیند.
سپس با هم به پناهگاه زنان می‌روید.

در پایان این کتابچه می‌توانید شماره‌های تلفن را بیابید.

مراحل بعدی که باید طی کنید چیست؟



در پناهگاه زنان جای شما امن است.
اتاق خود را خواهید داشت.
می‌توانید استراحت کنید.

می‌توانید درباره مراحل بعدی فکر کنید:

- آیا می‌خواهید به آپارتمان شخصی خود نقل مکان کنید؟
- آیا می‌خواهید با اعضای خانواده یا دوستان زندگی کنید؟
- آیا می‌خواهید از شوهر خود درخواست طلاق کنید؟



کمک‌کنندگان در پناهگاه زنان در خصوص تمام پرسش‌های شما به شما کمک می‌کنند.
آنها می‌توانند نکات و نشانی‌هایی را به شما ارائه دهند.
از کجا یک فرد می‌تواند برای زنان و کودکان کمک دریافت کند؟



مترجم‌هایی وجود دارند.

برای زنانی که خیلی خوب به زبان آلمانی صحبت نمی‌کنند.
مترجمان زبان اشاره نیز برای زنان ناشنوا
وجود دارند.



کمک‌کنندگان نیز می‌توانند شما را همراهی کنند.
برای مثال برای رفتن به دادگاه یا ادارات دولتی.
یا دفاتر مشاوره.

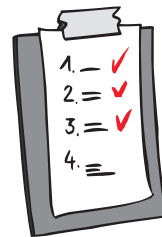
یکبار در هفته، یک وکیل زن به پناهگاه زنان می‌آید.
وکیل زن می‌تواند به شما مشاوره دهد.
این خدمات رایگان است.



اگر لازم است که در یک قرار ملاقات حاضر شوید،
امکان نگهداری از کودکان شما وجود دارد.

شما باید اوراق زیر را به یک پناهگاه زنان ارائه دهید:

- کارت شناسایی
- کارت شناسایی کودکان
- شناسنامه کودکان شما
- گواهی درآمد:
- که نشان می‌دهد: شما چقدر پول دریافت می‌کنید.
- برای زنانی که از آلمان نیستند: گذرنامه
یا یک سند که نشان می‌دهد:
- تا چه مدت اجازه دارید در آلمان بمانید.
- کارت بیمه از بیمه بهداشت و سلامت.
- کارت معلولیت شدید.
- اسناد بانکی.
- نشانی‌های پزشکان مهم.



وسایلی که باید همراه داشته باشید:

- دارو.
- لباس.
- لوازم مدرسه برای کودکان.
- اسباب بازی برای کودکان.



پناهگاه اضطراری

پناهگاه اضطراری چیست؟

شما می‌توانید تنها با کودکان خود در آپارتمان زندگی کنید. یا با زنان و کودکان دیگر در یک آپارتمان جمعی زندگی کنید. شما یک اتاق مخصوص به خود خواهید داشت. نشانی محرمانه باقی می‌ماند.



باید اجاره بهای آپارتمان را بپردازید.

اگر هیچ پولی ندارید:
می‌توانید تقاضای کمک کنید.



یک مددکار اجتماعی می‌تواند در تنظیم تقاضانامه به شما کمک کند.



یا اگر پرسش و مشکلی دارید.
مددکار اجتماعی می‌تواند شما را همراهی کند.
برای مثال برای رفتن به دادگاه یا دفاتر رسمی.
یا دفاتر مشاوره.

برخی از پناهگاه‌های اضطراری پیشنهادهای برای
کودکان دارند.

در برخی از پناهگاه‌های اضطراری
شما می‌توانید پسران بزرگتر خود را نیز بیاورید.
حتی اگر پسران شما بیش از ۱۴ سال سن داشته باشند.



چه زمانی شما می‌توانید به یک آپارتمان اضطراری نقل مکان کنید؟

- اگر نتوانید در آپارتمان خود بمانید.
- اگر نتوانید به یک پناهگاه زنان نقل مکان کنید.

چگونه با یک پناهگاه اضطراری تماس می‌گیرید؟

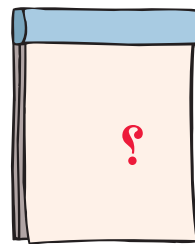
- می‌توانید به دفتر پناهگاه اضطراری تلفن بزنید.
- یا می‌توانید یک پیامک (پیام متنی) ارسال کنید.
- می‌توانید یک ایمیل ارسال کنید.
- می‌توانید فکس نیز ارسال کنید.



در پایان این کتابچه شماره‌های تلفن علامت زده شده اند.

مراحل بعدی که باید طی کنید چیست؟

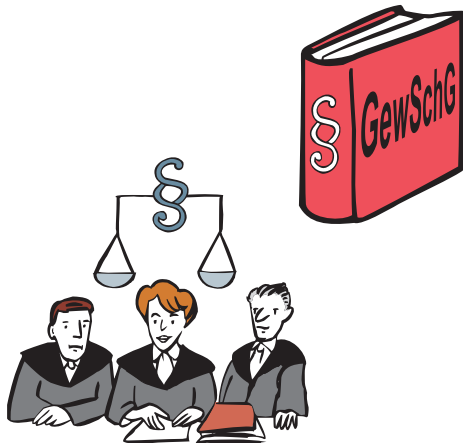
شما یک قرار ملاقات در دفتر دریافت می‌کنید. سپس اطلاعاتی را درباره آپارتمان اضطراری دریافت خواهید کرد. می‌توانید با کمک‌کنندگان زن صحبت کنید. می‌توانید توضیح دهید چه اتفاقی برای شما افتاده است. و می‌توانید سوالات خود را مطرح کنید.



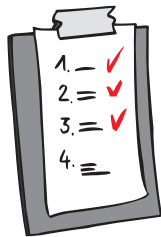
گاهی اوقات می‌توانید تصاویر آپارتمان اضطراری را در دفتر مشاهده کنید. سپس می‌توانید تصمیم بگیرید. آیا می‌خواهید نقل مکان کنید یا خیر. وقتی نقل مکان کنید، کمک‌کنندگان زن در خصوص پرسش‌ها و مشکلاتتان شما را حمایت می‌کنند.



۶. دادگاه‌ها چگونه می‌توانند کمک کنند؟



یک قانون حفاظت علیه خشونت وجود دارد. شما می‌توانید در دادگاه خانواده تقاضانامه‌های مختلفی را ارائه دهید. برای اطمینان از امنیت خود در برابر مجرم. برای متوقف کردن خشونت.



برای مثال، می‌توانید این تقاضاها را ارائه دهید؛

- که اجازه دارید در آپارتمان مشترک به تنهایی زندگی کنید.
- که مجرم اجازه ندارد وارد آپارتمان شود.
- که مجرم اجازه ندارد در اطراف شما زندگی کند.
- که مجرم اجازه ندارد بیش از این شما را اذیت کند.
- که او اجازه ندارد دیگر شما را تعقیب کند.



که مجرم اجازه ندارد دیگر با شما تماس بگیرد. او اجازه ندارد برای شما پیامک یا ایمیل ارسال کند. یا: مجرم نباید به فاصله ۵۰ متری شما نزدیک شود. او نمی‌تواند بیشتر از این به شما نزدیک‌تر شود. او اجازه ندارد وارد اتاقی شود که شما در آن هستید.



**پلیس می‌تواند
به شما کمک کند!**

اگر مجرم به هر دلیل این کارها را انجام دهد، شما می‌توانید با پلیس تماس بگیرید: ۱۱۰. پلیس می‌تواند از شما محافظت کند. پلیس مجرم را از شما دور خواهد کرد. او ممکن است یک جریمه دریافت کند.

پلیس یک احضاریه می‌نویسد. شما باید احضاریه را به دادگاه خانواده بیاورید.



قوانین بیشتری وجود دارد.
 به‌طور مثال کتاب **قوانین کیفری**.
 که نشان می‌دهد:
 چه مجازات‌هایی برای جرائم مختلف وجود دارد.
 چه مجازات‌هایی را یک مجرم دریافت می‌کند.

شما می‌توانید یک شکایت کیفری نزد پلیس ارائه دهید.
 سپس پلیس تحقیق می‌کند.
 چه اتفاقی افتاده است؟
 چه کسی آن را انجام داده است؟
 یک وکیل زن می‌تواند به شما کمک کند.



سپس پلیس به دنبال مدرک خواهد گشت.
 سپس مجرم می‌تواند مجازات شود.
 در محضر یک **دادگاه کیفری**.
 در این صورت شما شاهد هستید.
 به عبارت دیگر: همه آنچه را که اتفاق افتاده است به قاضی
 می‌گویید.

و کمک‌های بیشتری به شما ارائه می‌شود.
**بدین معنی: همراهی و مشاوره روحی- اجتماعی در مراحل
 پیگیری شکایت.**
 این فرد یک همراه زن است.
 او همراه با شما به اداره پلیس می‌آید.
 اگر شما خواسته باشید.
 اگر شما یک شکایت کیفری ارائه دهید.

او همچنین به شما توضیح می‌دهد:
 باید بعداً این را نزد دادگاه ارائه دهید.
 نباید خودتان تنها به دادگاه بروید.
 این فرد همراه شما می‌آید.
 او در تمام مدت با شما است.
 زمانی که آنچه را که اتفاق افتاده است توضیح می‌دهید.



درمان سرپایمی حفاظت علیه خشونت

اینجا شما مورد معاینه قرار خواهید گرفت:
اگر قربانی خشونت باشید.
می‌توانید به آنجا بروید اگر:

- مجرم به شما آسیب زده باشد.
- مجرم شما را زخمی کرده باشد.
- مجرم گلولی شما را فشار داده باشد.
- مجرم شما را وادار به رابطه جنسی کرده باشد.
- یا اگر کبودی یا زخم روی بدنتان داشته باشید.

سپس شما می‌توانید به درمان سرپایمی حفاظت علیه خشونت مراجعه کنید.
باید ابتدا تماس بگیرید.
یک قرار ملاقات بگیرید.

در پایان این کتابچه شما می‌توانید شماره‌های تلفن را بیابید.



یک پزشک زن شما را معاینه می‌کند.
او از تمام زخم‌های شما عکس می‌گیرد.
تمام جراحت‌های شما را یادداشت می‌کند.
سپس باید شما تصمیم بگیرید:
سپس می‌توانید از گزارش کتبی استفاده کنید.



سپس باید شما تصمیم بگیرید:
سپس می‌توانید از گزارش کتبی استفاده کنید.
برای مثال نزد پلیس.
اگر بخواهید یک اتهام جنایی را علیه مجرم ارائه دهید.
یا نزد دادگاه.






توجه:

اگر خونریزی دارید. یا دچار شکستگی شده اید:
نزد پزشک بروید.
یا به بیمارستان. به بخش کمک‌های اولیه مراجعه کنید

نشانی‌های مهم:

زمانی که به دنبال دریافت کمک در خصوص خشونت خانگی هستید.
وقتی به مشاوره یا اطلاعات درباره خشونت خانگی نیاز دارید.

پلیس

تلفن: ۱۱۰ 
 فکس اضطراری: ۱۱۰ 
 اینترنت: www.polizei.berlin.de 





آتش‌نشان‌ها

تلفن: ۱۱۲ 
 فکس اضطراری: ۱۱۲ 
 اینترنت: www.berliner-feuerwehr.de 



پروژه‌های زنان

بیگ هات‌لاین

تلفن: ۰۳۰ - ۶۱۱۰۳۰۰ 
 فکس: ۰۳۰ - ۶۱۰۷۴۵۶۵ 
 ایمیل: info@big-hotline.de 
 اینترنت: www.big-hotline.de 

دفاتر مشاوره و مداخله تخصصی برای خشونت خانگی.

مکان جلسه زنان (Neukölln)

تلفن:	۰ ۳۰ - ۶ ۲۲ ۲۲ ۶۰	
فکس:	۰ ۳۰ - ۶۲ ۷۰ ۵۵ ۱۸	
پیامک	۰۱ ۵۱ - ۵۶ ۷۴ ۰۹ ۴۵	
ایمیل:	frauentreffpunkt@skf-berlin.de	
اینترنت:	www.offenesozialarbeit-sfk.de	

خدمات برای زنان معلول:








یک کمک‌کننده **مقداری** با زبان اشاره آشنا است.
ما برای زنانی که از صندلی چرخدار استفاده می‌کنند، یک سطح شیب‌دار داریم.
خدمات برای کودکان: مراقبت، کمک و پشتیبانی





اتاق زنان (منطقه میته)

تلفن:	۰ ۳۰ - ۴ ۴۸ ۴۵ ۲۸	
فکس:	۰ ۳۰ - ۴ ۴۸ ۴۵ ۲۷	
ایمیل:	frauenraum@arcor.de	
اینترنت:	www.frauenraum.de	

مشاوره زنان بورا (Weißensee)





تلفن:	۰ ۳۰ - ۹ ۲۷ ۴۷ ۰۷	
فکس:	۰ ۳۰ - ۹۲ ۳۷ ۵۲ ۶۶	
ایمیل:	beratungsstelle@frauenprojekte-bora.de	
اینترنت:	www.frauenprojekte-bora.de	
مشاوره با کامپیوتر:	https://bora.beranet.info/	

مشاوره زنان تارا (Schöneberg)

تلفن: ۰۳۰ - ۷۸ ۷۱ ۸۳ ۴۰ 
فکس اضطراری: ۰۳۰ - ۷۸ ۷۱ ۸۳ ۴۹ 
ایمیل: frauenberatung.tara@gmx.de 
اینترنت: www.frauenberatung-tara.de 



دفتر مشاوره و میانجیگری تخصصی بینا-فرهنگی (Zehlendorf)

مشاوره و پشتیبانی به بسیاری از زبان‌ها.





تلفن: ۰۳۰ - ۸۰ ۱۹ ۵۹ ۸۰ 
فکس: ۰۳۰ - ۸۰ ۱۹ ۵۹ ۸۲ 
ایمیل: info@interkulturelle-initiative.de 
اینترنت: www.interkulturelle-initiative.de 

خانه زنان




خانه زنان سازمان Caritas

۰۳۰ – ۸ ۵۱ ۱۰ ۱۸	تلفن:	
۰۳۰ – ۸ ۵۱ ۳۰ ۱۰	فکس:	
frauenhaus@caritas-berlin.de	ایمیل:	
www.caritas-berlin.de	اینترنت:	





خانه زنان Hestia

۰۳۰ – ۵ ۵۹ ۳۵ ۳۱	تلفن:	
۰۳۰ – ۵۵ ۴۸ ۹۶ ۹۹	فکس:	
pub@hestia-fh.de	ایمیل:	
www.hestia-fh.de	اینترنت:	





۲. خانه زنان خودمختار

۰۳۰ – ۳۷ ۴۹ ۰۶ ۲۲	تلفن:	
۰۳۰ – ۳۷ ۴۹ ۰۶ ۲۰	فکس:	
frauenselbsthilfe-berlin@t-online.de	اینترنت:	





خانه زنان Cocon

۰۳۰ – ۹۱ ۶۱ ۱۸ ۳۶	تلفن:	
۰۳۰ – ۹۱ ۶۱ ۱۸ ۳۷	فکس:	
info@frauenhaus-cocon.de	ایمیل:	
frauenhaus-cocon.berlin.de	اینترنت:	

پناهگاه زنان بورا






۰۳۰ – ۹۸ ۶۴ ۳۳۲	تلفن:	
۰۳۰ – ۹۸ ۶۵ ۳۲۰	فکس:	
frauenhaus@frauenprojekte-bora.de	ایمیل:	
www.frauenprojekte-bora.de	اینترنت:	

پناهگاه زنان بینا-فرهنگی

۰۳۰ – ۸۰ ۱۰ ۸۰ ۵۰	تلفن:	
۰۳۰ – ۸۰ ۱۰ ۸۰ ۵۵	فکس اضطراری:	
info@interkulturelle-initiative.de	ایمیل:	
www.interkulturelle-initiative.de	اینترنت:	

پناهگاه اضطراری

مکان زنان Augusta





تلفن:	۰۳۰ – ۲۸ ۵۹ ۸۹ ۷۷	
فکس:	۰۳۰ – ۴۶ ۶۰ ۰۲ ۱۸	
پیامک برای افراد ناشنوا	۰۱۶۰ – ۶۶ ۶۳ ۷۷ ۸	
ایمیل:	frauenort-augusta@zukunftbauen.de	
اینترنت:	www.frauen-zuflucht.de	

خدمات برای زنان معلول:







کمک‌کنندگان **مقداری** بازبان اشاره آشنا هستند.

Flotte Lotte

تلفن:	۰۳۰ – ۴ ۱۶ ۷۰ ۱۱	
فکس:	۰۳۰ – ۴۰ ۷۱ ۳۵ ۹۲	
ایمیل:	info@flotte-lotte-berlin.de	
اینترنت:	www.flotte-lotte-berlin.de	

اتاق زنان e. V.





تلفن:	۰۳۰ – ۷۸ ۷۵ ۰۱۵	
فکس:	۰۳۰ – ۷۸ ۷۵ ۰۱۶	
ایمیل:	frauenzimmer-zuflucht@web.de	
اینترنت:	www.frauenzimmer-ev.de	

خدمات برای زنان معلول:

آپارتمان اضطراری مناسب برای صندلی چرخدار وجود دارد. یک زن نابینا می‌تواند سگ مراقب خود را همراه خود بیاورد.







آپارتمان‌های پناهگاه اضطراری Hestia

۰۳۰ – ۴۴۰ ۶۰ ۵۸	تلفن:	
۰۳۰ – ۴۴ ۰۵ ۵۰ ۴۰	فکس:	
zuwo@hestia-ev.de	ایمیل:	
www.hestia-ev.de	اینترنت:	






Matilde e. V.

۰۳۰ – ۵۶ ۴۰ ۰۲ ۲۹	تلفن:	
۰۳۰ – ۵ ۶۴ ۷۵ ۶۲	فکس:	
frauenzentrum.Mathilde@gmx.de	ایمیل:	
www.frauenzentrum-matilde.de	اینترنت:	

offensiv '91 e. V.

۰۳۰ – ۶۳ ۲۲ ۳۸ ۴۵	تلفن:	
۰۳۰ – ۶ ۳۱ ۶۰ ۰۱	فکس:	
info@frauenhaus-cocon.de	ایمیل:	
frauenhaus-cocon.berlin.de	اینترنت:	

Paula Panke

یا ۰۳۰ – ۴ ۸۵ ۴۷ ۰۲	تلفن:	
۰۳۰ – ۴ ۸۵ ۴۷ ۰۱		
۰۳۰ – ۴۸ ۰۹ ۹۸ ۴۷	فکس:	
	پیامک برای	
۰۱۶۳ – ۹ ۶۰ ۶۳ ۸۲	ناشنوایان	
zufluchtswohnung@paula-panke.de	ایمیل:	
www.paula-panke.de	اینترنت:	

خدمات برای زنان معلول:
کمک‌کنندگان **مقداری** بازبان اشاره آشنا هستند.



ZUFF e. V.

تلفن: ۰۳۰ - ۶۹۴۶۰۶۷
فکس: ۰۳۰ - ۶۹۸۱۸۳۵۸
ایمیل: mail@zufluchtswohnungen.de
اینترنت: www.zufluchtswohnungen.de

سایر پروژه های مسکونی و دفاتر

پروژه مسکونی بینا-فرهنگی

تلفن: ۰۳۰ - ۸۰۱۰۸۰۱۰
فکس: ۰۳۰ - ۸۰۱۰۸۰۱۵
ایمیل: info@interkulturelle-initiative.de
اینترنت: www.interkulturelle-initiative.de





خدمات اضطراری دختران

آپارتمان Crises از Wildwasser e. V.




نشانی: Bornemannstraße 12
13357 Berlin
تلفن: ۰۳۰ - ۲۱۰۰۳۹۹۰
فکس: ۰۳۰ - ۲۱۰۰۳۹۹۱
ایمیل: maedchennotdienst@wildwasser-berlin.de
اینترنت: www.wildwasser-berlin.de

دفاتر مشاوره در رابطه با خشونت جنسی


کمک به خود و مشاوره زنان

Friesenstraße 6 10965 Berlin ۰۳۰ – ۶۹ ۳۹ ۱۹۲ ۰۳۰ – ۶۹ ۳۸ ۸۵۲ selbsthilfe@wildwasser-berlin.de www.wildwasser-berlin.de	نشانی: تلفن: فکس: ایمیل: اینترنت:	    
---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

دفتر مشاوره دختران Mitte

Dircksenstraße 47 10178 Berlin ۰۳۰ – ۲۸ ۲۴ ۴۲۷ ۰۳۰ – ۲۸ ۴۸ ۴۹ ۱۵ dircksen@wildwasser-berlin.de www.wildwasser-berlin.de	نشانی: تلفن: فکس: ایمیل: اینترنت:	    
----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

گروه زندگی بینا-فرهنگی برای دختران Donya

Wriezener Straße 10/11 13359 Berlin ۰۳۰ – ۴۸ ۶۲ ۸۲ ۱۱ ۰۳۰ – ۴۸ ۶۲ ۸۲ ۱۲ donya@wildwasser-berlin.de www.wildwasser-berlin.de	نشانی: تلفن: فکس: ایمیل: اینترنت:	    
--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

KIZ (Kind im Zentrum) (کودک در مرکز)






Maxstraße 3a
13347 Berlin
۰۳۰ – ۲ ۸۲ ۸۰ ۷۷
۰۳۰ – ۲ ۸۲ ۹۳ ۹۰
kiz@ejf.de
www.ejf.de

نشانی: 
تلفن: 
فکس: 
ایمیل: 
اینترنت: 

Lara





دفتر تخصصی علیه خشونت جنسی با زنان*

Fuggerstraße 19
10777 Berlin
۰۳۰ – ۲ ۱۶ ۸۸ ۸۸
۰۳۰ – ۲ ۱۶ ۸۰ ۶۱
beratung@lara-berlin.de
www.lara-berlin.de

نشانی: 
تلفن: 
فکس: 
ایمیل: 
اینترنت: 

Women-night-café von Wildwasser e. V.


Mareschstraße 14
12055 Berlin
۰۳۰ – ۶۱ ۶۲ ۰۹ ۷۰
frauennachtcafe@wildwasser-berlin.de
www.wildwasser-berlin.de


نشانی: 
تلفن: 
ایمیل: 
اینترنت: 


شما می‌توانید در طول شب از اینجا کمک دریافت کنید.


سایر دفاتر مشاوره


شبکه زنان معلول Berlin e. V.

نشانی:  Leinestraße 51
12049 Berlin


تلفن:  ۰۳۰ - ۶۱ ۷۰ ۹۱ ۶۷
۰۳۰ - ۶۱ ۷۰ ۹۱ ۶۸


فکس:  ۰۳۰ - ۶۷ ۹۶ ۸۳ ۲۰


ایمیل:  info@netzwerk-behinderter-frauen-berlin.de


اینترنت:  www.netzwerk-behinderter-frauen.de


مشاوره همجنسگرایان زن

نشانی:  Kulmer Str. 20
Berlin 10783


تلفن:  ۰۳۰ - ۲۱ ۵۲ ۰۰۰


فکس:  ۰۳۰ - ۲۱ ۹۱ ۷۰ ۰۹


ایمیل:  info@lesbenberatung-berlin.de


اینترنت:  www.lesbenberatung-berlin.de


آمبولانس محافظت در برابر خشونت Charité

نشانی:  Birkenstraße 62, Hs. N
Berlin 10559

تلفن:  ۰۳۰ - ۴۵۰ ۵۷۰ ۲۷۰



فکس:  ۰۳۰ - ۴۵۰ ۷۵۷۰ ۲۷۰

ایمیل:  gewaltschutz-ambulanz@charite.de




اینترنت:  www.gewaltschutz-ambulanz.charite.de

خدمات اضطراری برای محافظت از کودکان برلین




خط تلفن حفاظت از کودکان

تلفن: ۰۳۰ – ۶۱ ۰۰ ۶۶ 
اینترنت: www.berliner-notdienst-kinderschutz.de 




خدمات محافظت از کودکان

نشانی: 
Gitschiner Straße 48/49
10969 Berlin
تلفن: ۰۳۰ – ۶۱ ۰۰ ۶۱ 
اینترنت: www.kindernotdienst.de 

خدمات اضطراری دختران

نشانی: 
Mindener Straße 14
10589 Berlin
تلفن: ۰۳۰ – ۶۱ ۰۰ ۶۳ 
اینترنت: www.berliner-notdienst-kinderschutz.de 

خدمات اضطراری جوانان

نشانی: 
Mindener Straße 14
10589 Berlin
تلفن: ۰۳۰ – ۶۱ ۰۰ ۶۲ 
اینترنت: www.berliner-notdienst-kinderschutz.de 

مشخصات ناشر

چه کسی این کتابچه را تهیه کرده است؟
چه کسی در تهیه این کتابچه همکاری کرده است؟

گروه "اقدامات حفاظتی برای زنان معلول" این کتابچه را تهیه کرده است.



این دفاتر نیز همکاری کرده اند:

- مکان جلسه زنان دفتر مشاوره
- این پناهگاه‌های زنان:

خانه زنان انجمن Caritas

پناهگاه زنان Hestia

۲. پناهگاه زنان مستقل

- این پروژه‌ها برای آپارتمان‌های اضطراری:

مکان زنان Augusta

اتاق‌های زنان

Paula Panke

- بیگ هات‌لاین و BIG-coordination

- پلیس برلین

- شبکه برلین برای زنان معلول

- اداره بهداشت، مراقبت و برابری، کنفرانس: زنان در تعارض و شرایط زندگی خاص.

شما اینگونه می‌توانید به گروه دسترسی پیدا کنید:

BIG-coordination نشانی: 

Durlacher Straße 11 a

10715 Berlin

mail@big-koordinierung.de ایمیل: 

www.big-koordinierung.de اینترنت: 

تصاویر توسط Reinhild Kassing از Kassel نقاشی شده اند.

© Reinhild Kassing

این کتابچه منتشر شده است توسط

BIG e.V.

Bei häuslicher Gewalt
Hilfe für Frauen und
ihre Kinder

BIG HOTLINE

BIG KOORDINIERUNG

BIG PRÄVENTION

طرح برلین علیه خشونت با زنان

BIG e.V.

Durlacher Str. 11 a • 10715 Berlin

تلفن: ۰۳۰ ۶۱ ۷۰ ۹۱ ۰۰

تله فکس: ۰۳۰ ۶۱ ۷۰ ۹۱ ۰۱

mail@big-koordinierung.de

www.big-koordinierung.de

و

Senatsverwaltung
für Gesundheit, Pflege
und Gleichstellung

be Berlin

اداره بهداشت،

مراقبت و برابری

Oranienstr. 106 • 10969 Berlin

برای کسب اطلاعات:

Susanna Thieme

تلفن: ۲۱۳۸ – ۹۰۲۸ (۰۳۰)

فکس: ۲۰۶۶ – ۹۰۲۸ (۰۳۰)

ایمیل: Susanna.Thieme@senaif.berlin.de

اولین نسخه ۲۰۱۶

BIG KOORDINIERUNG

Bei häuslicher Gewalt · Hilfe für Frauen und ihre Kinder