

### خشونت خانگی چیست؟

خشونت خانگی عبارت است از هرگونه رفتار خشن یا غیرمجاز که در طول یک رابطه یا پس از پایان آن صورت گیرد. خشونت خانگی ممکن است شامل چیزی فراتر از خشونت فیزیکی یا جنسی باشد؛ این خشونت می‌تواند در بر گیرنده‌ی اشکال دیگری از سوءاستفاده به منظور کنترل یا تهدید کردن شخص باشد.

احترام، صداقت و اعتماد ارکان اساسی یک رابطه هستند. احساس آزردگی یا ناراحتی امری طبیعی است، اما رابطه‌ها هیچگاه نباید احساس ترس، تحقیر یا کنترل شدن را به فرد القا کنند.

در حالیکه بعضی از انواع خشونت‌های خانگی جرم جنایی محسوب می‌شوند. تمامی انواع خشونت‌های خانگی اعم از فیزیکی یا آزارهای جنسی، تهدیدها، مزاحمت‌ها و دیگر انواع سوء استفاده‌های احساسی و همچنین سوءاستفاده‌های مالی یا بهره‌کشی مضر هستند. اگر شما یا شخصی از آشنایان شما در رابطه‌ای خشونت آمیز یا آزاردهنده قرار گرفته باشد، ما به او کمک می‌کنیم. به یاد داشته باشید کسی که مورد خشونت و سوءاستفاده قرار گرفته هرگز مقصر نیست.

آیا من می‌توانم خشونت خانگی را به پلیس گزارش دهم؟

بله، شما ممکن است بخواهید یک خشونت خانگی را به پلیس گزارش کنید. همراه کردن پلیس و نظام قضایی برای ایجاد امنیت و متوقف کردن خشونت بسیار مهم است. یک شخص حامی می‌تواند در زمانی که شما جرمی را به پلیس گزارش می‌دهید در کنار شما باشد.

### چگونه می‌توانم کمک بگیرم؟

پلیس: اگر در خطر فوری هستید به 911 زنگ بزنید.

دفتر خدمات قربانیان: واقع در سازمان‌های انجمنی یا اداره‌های پلیس است. خدمات شامل حمایت‌های عاطفی، اطلاعات نظام قضائی، برنامه ریزی‌های امنیتی، ارجاع به مشاورین یا خدمات و حمایت‌هایی دیگر به قربانیان جهت رفتن به دادگاه می‌باشد.

لینک قربانیان VictimLINK: اطلاعات و ارجاعاتی را در اختیار قربانیان قرار می‌دهد و نیز به قربانیان خشونت‌های خانگی کمک‌های جدی سریع می‌رساند. این خدمات، محرمانه، ناشناس و چندزبانه هستند. شما می‌توانید هر زمانی از شبانه روز در هفت روز هفته با شماره لینک قربانیان 1-800-563-0808 تماس گرفته یا به وب سایت [www.VictimBC.ca](http://www.VictimBC.ca) مراجعه کنید.

اسکان موقتی و خانه‌های امن: اسکان موقت مکانی برای قربانیان خشونت‌های خانگی و فرزندان آنها تامین می‌کند. به وب سایت [www.BCHousing.org](http://www.BCHousing.org) به بخش اسکان و سپس اسکان اضطراری مراجعه کنید.

### برخی از نشانه‌هایی از یک رابطه‌ی آزاردهنده چیست؟

- آیا شریک شما بطور مکرر شما را چک کرده یا به شما به عنوان دارائی خود نگاه می‌کند؟
- آیا شریک شما فریاد کشیده، شما را تحقیر کرده و به شما ناسزا می‌گوید؟
- آیا شریک شما مانع کار کردن یا تحصیلات شما می‌شود؟
- آیا شریک شما عصبی مزاج بوده یا باعث ترس شما می‌شود؟
- آیا سعی می‌کنید به جای اینکه خودتان راضی باشید، شریکتان را خوشحال کنید تا آزرده نشوید؟

### مراحلی که در صورت نیاز به کمک باید طی کنید

- اگر خودتان یا فرزندتان در معرض خطر آنی قرار دارید یا به کمک‌های پزشکی فوری نیازمندید، با 911 تماس بگیرید.

- اگر جای خودتان یا فرزندتان امن نیست، به جای امنی بروید. برای یافتن اسکان موقت یا خانه‌ی امن، با لینک قربانیان VictimLINK تماس بگیرید.
- آنچه اتفاق افتاده را به شخص قابل اعتمادی بگوئید. حمایت‌های عاطفی و عملی دوستان یا بستگان خود را بپذیرید.
- با تماس با مرکز لینک قربانیان VictimLINK ، از خدمات قربانیان بهره بگیرید: 1-800-563-0808
- از یکی از کارکنان مرکز خدمات قربانیان برای افزایش برنامه‌ی امنیتی کمک بگیرید. برنامه امنیتی طرحی است که در کاهش احتمال خطراتی که به دلیل موقعیت خشونت آمیز، متوجه شما یا فرزندتان می شود، موثر است.
- اگر آسیب فیزیکی دیده‌اید یا مورد آزار جنسی قرار گرفته‌اید، در صورت امکان به بیمارستان، درمانگاه یا پزشک خود مراجعه کنید.
- اگر می خواهید با پلیس تماس بگیرید، اما شرایط اضطراری نیست، با شماره تماس غیر اضطراری پلیس در منطقه خود تماس بگیرید.
- اگر در مورد خشونت خانگی یا حقوق خود سوالی داشتید، حتماً از یکی از کارکنان دفاتر خدمات قربانیان سوال کنید.

### منابعی اطلاعاتی برای رفع خشونت خانگی

خشونت خانگی – ایالت بریتیش کلمبیا

• [www.DomesticViolenceBC.org](http://www.DomesticViolenceBC.org)

"لینک سلامت" HealthLink – ایالت بریتیش کلمبیا

• هر روز به صورت شبانه روزی با شماره رایگان 811 تماس بگیرید یا به وب سایت [www.HealthLinkBC.ca](http://www.HealthLinkBC.ca) مراجعه کنید.

• دسترسی آسان به اطلاعات و خدمات سلامتی غیر اضطراری.  
• خدمات ترجمه طبق درخواست شما به 130 زبان.

خط تماس کمک‌های پرستاری – ایالت بریتیش کلمبیا

• تلفن: 1-866-215-4700 هر روز به صورت شبانه روزی.  
• خدمات ترجمه به 130 زبان.

خط تماس کمک به کودکان

تلفن: 310-1234 هر روز به صورت شبانه روزی

انجمن خدمات حقوقی (مرکز تلفن LSS و خط مستقیم قانونی)

• تلفن: 1-866-577-2525 یا 604-408-2127

اگر قادر به درک و صحبت کردن زبان انگلیسی نباشم چه؟

مرکز لینک قربانیان VictimLINK برای همه زبان‌های اصلی دنیا که در ایالت بریتیش کلمبیا وجود دارد، خدمات مترجمی ارائه می‌دهد. شما می‌توانید با شماره 1-800-563-0808 تماس گرفته یا به وب سایت [www.VictimLinkBC.ca](http://www.VictimLinkBC.ca) مراجعه فرمائید.

برگه‌ی راهنمای حاضر از طریق بودجه دولت کانادا و ایالت بریتیش کلمبیا تهیه شده است.