

# أنا سابقى

هذا دليل عملي للنصائح و الدعم للعنف المنزلي في بلدية "هارينجي"

الطبعة السابعة - 2007

[www.haringey.gov.uk](http://www.haringey.gov.uk)



**Haringey Council**

عمل و شراكة مع:



Haringey **NHS**  
Primary Care Trust

## المحتويات

### المقدمة

### تعريف

قسّم الأول: أين تذهب للحصول على النصيحة والدعم

القسم الثاني: العنف المنزلي حقائق و أساطير  
ما العنف المنزلي؟  
أساطير وحقائق

القسم الثالث: ماذا يمكن أن أفعل مع العنف المنزلي؟  
الخطوات العملية  
التعامل مع الأزمات

### الإسكان

قسّم الرابع: الطوارئ / الإسكان المؤقت  
ملاجئ (بيوت آمنة للنساء اللواتي يهربن من عنف منزلي)

الإسكان والتشرّد  
إسكان البلدية  
بقاء في بيتك الحالي  
الشكاوى  
جمعيات الإسكان  
الإسكان المستأجر الخاص  
عمليات مراقبة الصحة والسلامة  
الحيوانات الأليفة

### الشرطة

القسم الخامس: ماذا يمكن للشرطة أن تفعل  
الذهاب إلى المحكمة

### القانون

القسم السادس: النصيحة القانونية

التشريع  
طلبات محكمة (إنذار قضائى)  
قدرة التوقيف (السلطة)  
فوائد ومضار طلبات المحكمة (إنذار قضائى)  
التعهدات  
التعويض  
الهجرة: قاعدة سنة واحدة  
اللاجئون وطالبوا اللجوء  
الخدمات العامة، مساعدات ونصائح قانونية  
نصح والصحة  
طلاق أو فصل

## المال

## القسم السابع:

المسعدات الإجتماعية / الدعم المالى (Income Support)  
قرض ضرائبى للعوائل العاملة (Working family Tax Credit)  
منحة باحثى شغل (Job-Seekers Allowance)  
منحة إعياء (Incapacity benefit)  
منحة إعتياش عجز (Disability Living Allowance)  
منحة الطفولة (Child benefit)  
منحة ضريبة البلدية (Council Tax Benefit)  
القروض والمنح (Loan & Grant)  
وضع ميزانية القروض (Budgeting Loans)  
قرض أزمة (Crisis Loan)  
منحة رعاية إجتماعية (Community Care Grant)  
دفعة أمومة (Maternity Payment)  
التزودات (Maintenance)  
مكان المطالبة  
المسعدات للمناح السكنية (Housing Benefit)  
المعلومات المفيدة الإضافية

## قضايا المساواة والنساء

## القسم الثامن:

## الأطفال

## القسم التاسع:

أطفال فى الملاجئ

إنتقال من المدارس  
قنون الأطفال  
الهجرة  
الأمهات السحاقيات  
الإختطاف  
أين تحصل على مساعدة ونصيحة لك وأطفالك

الخدمات الإجتماعية (Social Services)

القسم العاشر:

الصحة

القسم الحدي عشر:

الطبيب العائلي (GP) والدعم الآخر  
توجه مؤسسة الصحة العامة (NHS Direct)  
الوصول إلى الخدمات  
الدعم العاطفي  
أين تذهب للنصح الصحية

العنف الباقي على قيد الحياة – حياة  
بعد سوء الإستخدام

القسم إثنا عشر:

دليل المنظمات

القسم الثالث عشر:

## المقدمة

نحن فخورون لتقديم هذه الطبعة السابعة أنا سابقى - وهي دليل عملي للنصائح و الدعم للعنف المنزلي في بلدية "هارينجي" **Haringey**

بعد إقتراحاتك بدرنا بتحسين التصميم والتخطيط بالإضافة إلى تجديد كل المعلومات. "أنا سابقى" الموجود على الإنترنت [www.haringey.gov.uk](http://www.haringey.gov.uk) و مترجم باللغات الأتية الألبانية، الصينية الكنتونية والصينية المندرين، البنغالية، الفرنسية، الكردية الكرمنسي و الكردية السورني، الأوردو، التركية، الصومالية، الرومانية، البرتغالية والبولندية. على الإنترنت متوفرة أيضا معلومات أخرى حول العنف المنزلي مثل قرص (DVD) ما علة للحب بهذا" و نصائح و مسعدات في منشورات كلاهما متوفر في 7 لغات. يمكنك أيضا أن تطلب نسخة ورقية، يكون في علمك بأن كل سكان بلدية "هارينجي" يمكنهم أن يستعملوا الإنترنت مجان في كل مكتباتنا العامة.

نعتقد هنا في "هارينجي" بأن معالجة العنف المنزلي سيحسم في مساعدتنا لخلق مناخ أمني قوي للجاليات في البلدية

لذا حسنا المسعدات، الخدمات و النصائح للنجين من العنف المنزلي. الحدث البارز هو تأسيس وكالة "هارتستون **Hearthstone**" المتعددة الأقسام في 2003، هذه المبادرة المنفردة من نوعها أسست من طرف البلدية لتقديم مسعدات و نصائح للنجين من العنف المنزلي من خلال المركز الإتصال الواحد. أسست هذه الخدمة خلال إلتزام بلدية "هارينجي" ، شرطة، صحة، إسكان، إختبار، دعم ضحية، محاكم، ملاجي، مجموعات الجالية والنساء. نحن ملتزمين لدعم اللجين ونأخذ إجراءات ضد المنتهكين، بهدف إنجاز سياسة لا تسمح للعنف المنزلي.

سننخذ موقف شمولي لمعالجة قضايا العنف المنزلي بنسبة للعوائل والأطفال. أولوياتنا الإستراتيجية الرابعة 4 الرئيسية:

- تحسين الدعم والأمن لأولئك الذين يواجهون أو المهددون بالعنف المنزلي
- تحسين النوعية وتنسيق وتأثير الخدمات
- إعتقال المنتهكون المسؤولين
- تخفض التسامح بنسبة للعنف المنزلي في جالياتنا

أنا سابقى تلقي الضوء مباشرة على الوكالات التي توفر النصائح و الدعم للناجيين و ترشدهم على كل القضايا المتعلقة بالعنف المنزلي. معلمات متوفرة أيضا حول مجموعات واسعة من الخدمات. لأن العنف المنزلي يؤثر على كل سمات حياتنا؛ يؤثر على أماننا، صحتنا الطبيعية والعقلية وصحة عائلتنا و وضع معشتنا ، حالتنا المالية، والمحيط الذي نعشوا فيه.

أنا سابقى يخفف الجهد العاطفي الذي يرافق العنف المنزلي ويساعد ودعم الناس في كل الخدمات متوفرة. مرة أخرى، شكرا إلى كل الوكالات الذي شركت في إنتاج أنا سابقى. نحن دائما نرحب بأي ملاحظات، إضافات أو إقتراحات جديدة لتحسين هذا المصدر الثمين.

**عضو البلدية "نيلقون كنفار" Nilgun Canver**  
العضو التنفيذي للأمن و الجريمة في البلدية

## المقدمة

العنف المنزلي... دليل عملي للخدمات العنف المنزلي

العنف المنزلي جريمة. هو السبب الرئيسي في إصابة النساء بين أعمار 15 و 44 في المملكة المتحدة. لربما انتهكت حرمتك، لربما حدث لك هذا مرة واحدة فقط؛ لربما تعمل أو تعيش بجانب شخص ما الذي ينتهك الآن. بالرغم من أن هذا الدليل يرمز بشكل رئيسي إلى خدمات النساء، أيا كان، هذا الكتيب يمكن أن يشرح لك كيف وأين تحصل على مساعدة، نصيحة ودعم.

هذا الدليل موجه لمساعدتك. يزودك بمعلومات في العديد من المجالات تتناول قضايا مثل السكن، الأطفال، الهجرة، شؤون الصحة والخدمات الإجتماعية. إذا انتهكت، هناك ثلاثة خطوات يمكنك أن تأخذها؛

- الإعترف بأنه حدث لك هذا
- تقبل بأن اللوم ليس عليك
- طلب المساعدة والدعم

هذا الكتاب يرمز بشكل رئيسي إلى ضحايا العنف المنزلي الذي يستعمل ضد النساء، هذا التعبير المقصود لجنس المحايد هو أيضا يعترف بضحايا العنف المنزلي بنسبة للرجال كذلك.

تذكر:  
أنت لست لوحدك  
ليس خطوك  
المساعدة متوفرة  
لديك الحق أن تعيش بدون خوف!

### المفتاح

السكن		24 ساعة طوارئ	
معلومات على السكن		مسعدات/ نصائح	
خدمات قانونية		الأطفال والشباب	
سحاقي، خنثة دعم تغيير الجنس		نصح	
اللجىء، اللجىء		إختصاصين في العنف المنزلي	
اللجىين		السكن الإضطرابى	
سوء إستعمال المدة		استعمال العتف مجانى	
التدريب		الصحة	



## الجزء الأول

أين تذهب للنصيحة ودعم

عدد أرقام مفاتيح الطوارئ  
24 ساعة خط وطني لمساعدة العنف المنزلي  
وحدة شرطة أمن البلدية  
(شرطة طوارئ محلية بخصوص قضايا العنف المنزلي)  
08082 00 02 47  
020 8345 1944  
08457 90 90 90  
السامريون  
(24 ساعة خط سري للمساعدة إذا تحتاج شخص ما للكلام معه)  
999  
خدمات طوارئ  
020 8888 5362  
"هارتستون" Hearthstone  
خط الليل يوم عطلة نهاية الأسبوعية  
الرقم المجني: Nightline Freephone:  
الجمعة، السبت والأحد 8 مساءً - 1 صباحاً

هناك عموماً في كافة أنحاء "هارنجي"، ولندن، منظمات النساء ومراكز النصيحة العامة التي تزود مدى خدمات النصيحة والدعم للنساء. ندرك بأن في حالات العنف المنزلي، نساء قد يردن النصيحة من الخدمات خارج منطقتهم السكنية ولذا زدنا أيضاً (في الترتيب الهجائي) مدى منظمات النصيحة في كافة أنحاء لندن. يمكن لبعض من المنظمات أن تحيلك إلى خدمات الإسناد الأخرى التي قد تساعد حالتك.



## "هارتستون" Hearthstone

يزويد مركز "هارتستون" في بلدية "هارنجي" النصائح و الدعم لضحايا العنف المنزلي خلال نقطة إتصال واحدة. لذا، لا حاجة لزائر "هارستون" أن يتصل بوكالات أخرى و في أماكن أخرى لطلب دعم و نصائح. هذا المشروع سيغطي القضايا العامة حول العنف المنزلي بالمساهمة من شرطة الخدمات السكنية، الصحة و بمساهمة مختصين آخرين. قسم للإستقبال أيضاً متوفر.

الساعات الإفتتاحية: الإثنين إلى الجمعة من الساعة 10 صباحاً - إلى 4 مساءً

10 Commerce Road Wood Green London N22 8ED

رقم الهاتف: 020 8888 5362

رقم الفكس: 020 8889 6508

النصيحة والدعم في هارينجي

ADVICE & SUPPORT IN HARINGEY



تقرير حماية البالغين وخط النصيحة  
ADULT PROTECTION REPORT & ADVICE LINE

الهاتف: 020 8489 1400

حماية البالغين الضعفاء في "هارنجي" من الإنتهكات  
Protecting vulnerable adults from abuse in Haringey

جمعية خدمات الإجتماعية للنساء الإفريقيات

AFRICAN WOMEN'S WELFARE GROUP

Tottenham High Road London N17 9TA 594

رقم الهاتف: 5822 8885 020

رقم الفكس: 5266 8801 020

العنوان الإلكتروني: [awwghsaid@aol.com](mailto:awwghsaid@aol.com)

نصائح، دعم قانوني، وكالة الإحالة والتدريب للنساء الإفريقيات. قضايا تغطي مجال الصحة، اقسام اللغة الإنجليزية إلى دورات تدريب للأفراد و حضانة للأطفال.

مساعدة للنساء الآسيويات - مساعدة نساء آسيويات من "نيوهام" Newham " في هارنجي"

ASIAN WOMEN'S AID - NEWHAM ASIAN WOMEN'S AID AT HARINGEY

(المعروف سابقا بي: مساعدة نساء آسيويات "هارنجي" (حاوا)

( Previously known as: Haringey Asian Women's Aid ( HAWA)

رقم صندوق البريد: PO BOX 2604

London N22 6AT

رقم الهاتف: 020 8889 8342

رقم البريد الإلكتروني: [info@nawp.org](mailto:info@nawp.org) موقع الوب [www.nawp.org](http://www.nawp.org)

خدمات للنساء والأطفال الذين يفرون من العنف المنزلي. يمنح مأوى مؤقت و نصائح، دعم واتصالات بالخدمات للنساء الآسيويات باللغات الأوردو، الهندية، بنغالية، الغجراتي والبنجابي.

جمعية النساء الآسيويات للإستمرارية

ASIAN WOMEN'S ASSOCIATION FOR SUSTAINABILITY (AWAS)

"مركز سألبي" London N17 8JL Selby Centre Selby Road



رقم الهاتف: 020 8808 5510

رقم الفكس: 020 8880 3740

رقم بريد الإلكتروني: [awasnl@hotmail.com](mailto:awasnl@hotmail.com)

الإحالات و بعض العمال الإجتماعيون يساعدون النساء الآسيويات.

جمعية النساء البنغلاديشيات في هارنجي

BANGLADESHI WOMEN'S  
ASSOCIATION IN HARINGEY

مركز متلي Mitalee Centre Stanley Road

London N15 3HB

رقم الهاتف: 020 8365 7498

عروض للتدريبات، رعاية الطفولة والنصائح للنساء البنغلاديشيات.

الحياة الأفضل للنساء والعوائل

BETTER LIFE FOR WOMEN & FAMILIES

1a Willan Road Broadwater Farm London N17 6NG

رقم الهاتف: 9922 8808 020

رقم الفكس: 020 8801 8001

رقم بريد الإلكتروني: [info@betterlifeforwomenandfamilies.org.uk](mailto:info@betterlifeforwomenandfamilies.org.uk)

مشروع محلي للجالية برعاية الجالية. تشمل ايضا قضايا تتضمن نصائح، إحالات،  
العناية الإجتماعية، رعاية الطفولة، تدريب والتزويد بالعمل التطوعي.

فريق التنوع والمساوات

EQUALITIES & DIVERSITY TEAM

طابق الثالث مكتبة "ودغرين" Wood Green Library

187 -197 A High Road London N22 6XD

رقم الهاتف: 020 8489 2574 / 020 8489 2581

رقم بريد الإلكتروني: [equalities@haringey.gov.uk](mailto:equalities@haringey.gov.uk)

منتجات "أنا سابقى" ومصادر أخرى عن العنف المنزلي . متوفرة كذلك معلمات عن  
المنسق المكلف بي تسوية قضايا العنف المنزلي. للتفاصيل إتصال بمنتدى عنف المنزلي  
"بهارنجي".

جمعية "هارنجي" الإستشارية للمدمنين بالكحول

HARINGEY ADVISORY GROUP ON ALCOHOL (HAG)

590Seven Sisters Road Tottenham N15 6HR

رقم الهاتف: 020 8800 6999

رقم بريد الإلكتروني: haga@freeuk.com  
تزود نصائح و معلومات لضحايا العنف المنزلي أين الكحول كان السباب. موعد مع  
عامل اختصاصي لضحايا العنف المنزلي متوفرة في مكاتب "هاجا" HAGA أو  
"هارتسون" HEARTSONE.



فريق "هارنجي" لتوعيض على إدمام المخدرات  
HARINGEY DRUG EDUCATION TEAM  
رقم الهاتف: 020 8489 5083

منح دعم للموظفين في المدارس لتمكينهم تسليم تعليم ومعلومات على حسب العمر الملائم  
حول سوء إستعمال المخدرات، الكحول والتبغ، بالتوافق مع معايير المدرسة الصحية،  
وبمعايير منهج "بي إتش إس إي" PHSE و مكتب الرقابة و التفتيش Ofsted على الأطفال  
والشباب المتعرضين لمثل هذه الأفات .



فريق هارنجي للرعاية و اللجوء  
HARINGEY LEAVING CARE & ASYLUM SERVICE  
476 High Road Tottenham London N17 9JF  
رقم الهاتف: 020 8489 4902

منح دعم، نصائح وخدمات للاجئين المنفردين، الشباب والأطفال الطلبة اللجوء.



فريق خدمات هارنجي لجالية الغجر  
HARINGEY TRAVELLERS COMMUNITY TEAM  
40 Cumberland Road Wood Green N22 7SG  
رقم الهاتف: 020 8489 3602 / 3778 أو 3005  
دعم ونصائح حول العنف المنزلي للنساء من جالية الغجر.  
نقطة قسم المسعدات متوفرة في 40 Cumberland Road, Wood Green  
يوم الإثنين و الخميس. . . 8.45 صباحا - 4.00 مساء



مساعدة نساء "هارنجي"  
HARINGEY WOMEN'S AID  
رقم صندوق البريد: 915 Hornsey London N8 7EE  
رقم الهاتف: 020 8341 4665  
خدمات للنساء والأطفال الذين يفرون من العنف المنزلي. تدير "هج وي اي" HWA  
3ملاجئ آمنة لمساعدة النساء والأطفال الفرين من سوء المعاملات العاطفية و الإنتهاكات  
الجنسية والجسدية.

## منتدى نساء "هارنجي"

HARINGEY WOMEN'S FORUM

1 Bruce Grove London N17 6RA

رقم الهاتف: 020 8885 4705 رقم الفكس: 020 8880 9135

رقم البريد الإلكتروني: hwf@btconnect.com

نصائح و دعم للنساء خصوصا في قضايا العنف المنزلي بالإضافة إلى نصح واحد لو احد.  
مجال واسع لتدريبات في مجال الخدمات تعرض على النساء المحليات.

## خدمات "هرتس"

HARTS SERVICE

رقم الهاتف: 0845 303 2350

هذه الخدمات، تدار من طرف "بيبيك" وقف EPIC Trust، تزود الإسكان المرتبط بدعم العوائل الضعيفة و الأطفال في "هارنجي". ستتضمن أيضا مساعدة للطلب العون الإجتماعي و التعامل مع متأخرات الإيجار والديون الأخرى، معالجة مشاكل الإسكان، امكانيات التعليم، التدريب، التوظيف والخدمات الأخرى مثل الصحة.

## مركز هارتستون للدعم و النصائح لضاحية العنف المنزلي

HEARTHSTONE Haringey domestic violence

Advice & Support Centre

10 Commerce Road Wood Green

لندن N22 8ED

رقم الهاتف: 020 8888 5362 رقم الفكس: 020 8889 6508

مساء عطلة نهاية الأسبوع الرقم المجني

Nightline Free phone: 0800 0232794

(الجمعة، السبت و الأحد. . . 8 مساء - 1 صباحا)

وكالة "هارتستون" Hearstone مركز متعدد الدعم و النصائح يزود الخدمات للنجيين من العنف المنزلي في "هارنجي" خلال نقطة اتصال وحيدة. لذا زائر "هارتستون" سوف لن يجب له أن يتعامل مع وكالات مختلفة في المواقع مختلفة لكي يتحصل على نصيحة. هذه الشراكة تغطي قضايا عامة حول العنف المنزلي بالمساهمة مع شرطة الخدمات السكنية، الصحة و أشكال أخرى من المحترفين الآخرين. قسم نقطة الإتصال متوفر.

الساعات الإفتتاحية: الإثنين إلى الجمعة 10 صباحا 4 مساء

## مكتب "هورنزي" لنصيحة المواطنين

HORNSEY CITIZENS ADVICE BUREAU

7 Hatherley Gardens Hornsey

London N8 9JJ

رقم الهاتف: 0870 126 4030 رقم الفكس: 020 8374 2646  
نصائح حول المنحة الإجتماعية، نصائح سكنية وعامة لكل واحد.  
الساعات الإفتتاحية: الإثنين، الخميس، الجمعة 9.30-11.00 صباحا؛ الثلاثاء 4.30-6.30 مساءً؛ الأربعاء بموعد فقط  
نصائح عبر الهاتف: الإثنين، الأربعاء، الخميس والجمعة  
2.30 - 4.30 مساءً؛ الثلاثاء 2.30 - 3.30 مساءً



مركز النصيحة للاكراد  
KURDISH ADVICE CENTRE  
St Mary's Community Centre Birkbeck Road  
London N8 7PS

رقم الهاتف: 020 8347 8657  
رقم بريد الإلكتروني: info@kurdishadvicecentre.org.uk  
www.kurdishadvicecentre.org.uk

يزود التدريبات والنصائح للجالية من مصدر المركز. الأحداث المحلية والتدريب المعين الذي سيعرض على الجالية.



مشروع "نيا"

nia project

(سابقا مساعدة نساء توتنهام)

(formerly Tottenham Women's Aid)

صندوق البريد رقم : 6566 London E8 3ST

رقم الهاتف: 020 7683 1210 (خط نصيحة)

08457 023 468 (طوارئ)

خدمات للنساء والأطفال الذين يفرون من العنف المنزلي. يقدم أيضا إسكان مؤقت في "هارنجي" و"هاكني" Hackney.

يخص بشمال لندن

RELATE NORTH LONDON

Newby House 309 Chase Road Southgate N14 6JS



أنا سابقى...

رقم الهاتف: 020 8447 8101

رقم بريد الإلكتروني: admin@relatenl.org.uk

نصائح بالنسبة للعلاقات الشخصية للبالغين و الأزواج. نصح جماعي أيضا موفر. هناك دفع ملي لهذه الخدمة، قابلة للتفاوض طبقا للحاجة. سيستلمون سكان "هارنجي" دعم مالي.

خطوة لأفوق

STEPPIN' UP

رقم الهاتف: 020 8801 9976

خدمة إسناد حمل المراهقات.



ضابط إعادة تكامل حمل المراهقات

TEENAGE PREGNANCY

REINTEGRATION OFFICER

رقم الهاتف: 020 8489 2235

رقم بريد الإلكتروني: [teenagepregnancy@haringey.gov.uk](mailto:teenagepregnancy@haringey.gov.uk)

دعم بنسبة للمدرسة ، أبناء مراهقون في عمر المدرسة الإجبارية، ضمان وصول التلميذات الحامل وعوائلهم إلى التعليم المدارس. يشتغل أعضاء من فريق الحمل المراهق مع مختصين في التأديب و جمعيات أخرة لتوجههم إلى الخدمات المحلية و الإعانة الإجتماعية.

مركز "ملجاء ويت شبال" لإحالة المعتدي عليهم جنسيا

THE HAVEN WHITECHAPEL

SEXUAL ASSAULT REFERRAL CENTRE

9 Brady Street London E1 5DG

رقم الهاتف: 020 7247 4787

تزود الخدمات للجينن من الإغتصاب و الإعتداء الجنسي في شمال وشرق لندن.

الساعات الإفتاحية: 7 صباحا - 7 مساء سبعة أيام في الإاسبوع



السامريون

THE SAMARITANS

24 ساعة - 365 يوم في السنة

رقم الهاتف: 0457 90 90 90

إن السامريين دائما موجودين هناك لتقديم الدعم للمصابين بمشكل عاطفي أو تأكب نفسي لأي واحد سريرا و على مدار الساعة.





مكتب "توتنهام" لنصيحة المواطنين  
TOTTENHAM CITIZEN'S ADVICE BUREAU  
Tottenham Town Hall Approach Road  
London N15 4AJ

رقم الهاتف: 0870 126 4030

رقم الفكس: 020 8376 0909

نصيحة للمساعدة الإجتماعية، نصيحة سكنية وعامة لكل واحد.  
الساعات الإفتتاحية: الإثنين، الثلاثاء، الجمعة 9.30-11.00 صباحا؛ الأربعاء  
4.30 - 6.30 مساء؛ الخميس تعيينات فقط

نصيحة على الهاتف: الإثنين، الثلاثاء، الخميس، الجمعة 2.30-4.30 مساء؛ الأربعاء 2.30-3.30 مساء

مشروع النساء التركيات القبرصيات

TURKISH CYPRIOT WOMEN'S PROJECT  
140A Falkland Road Hornsey  
London N8 ONP

رقم الهاتف: 020 8340 3300

تقديم مساعدات و نصائح للنساء القبرصيات التركيات اللواتي يواجهن عنف منزلي.



مكتب "تربينك لاين" لنصيحة المواطنين

TURNPIKE LANE CITIZEN'S ADVICE BUREAU  
14A Willoughby Road London N8 0JJ

رقم الهاتف: 0870 126 4030 رقم الفكس: 020 8374 0527

نصيحة للمساعدة الإجتماعية، نصيحة سكنية وعامة لكل واحد.

الساعات الإفتتاحية: الإثنين. . . 4.30-6.00 مساء؛ الأربعاء، الخميس، الجمعة 9.30-11.00 صباحا؛ تعيينات الثلاثاء فقط

نصيحة على الهاتف: الإثنين 2.30-3.30 مساء؛ الثلاثاء الجمعة 2.30-4.30 مساء



دعم ضحية "هارنجي"

VICTIM SUPPORT (HARINGEY)  
24-26 Commerce Road Wood Green  
London N22 8E

رقم الهاتف: 020 8888 9878 رقم الفكس: 020 8888 9848

تقديم دعم عملي و عاطفي إلى ضحايا الجريمة الذين يعيشون و يعملون في بلدية "هارنجي". تقديم أيضا مساعدة للطلب تعويض لضحايا الجرائم



و الجرائم العنيفة، يزود معلومات على تأمين و إجراءات المحكمة.  
يحتوي أيضا على الدعم العاطفي لقصير أو طويل المدى.

موظف المكلف برعاية الشباب المعرضين للإدمان

VULNERABLE YOUNG PERSON'S  
SUBSTANCE MISUSE WORKER

رقم الهاتف: 020 8489 2230

الدعم والنصيحة للأطفال والشباب في المدارس السريع التأثير و "بي أس  
سي PSC" و المدمنون بالمخدرات والكحول و لتمكينهم دخول التعليم و/ أو المعالجة.



مشروع زورا للشباب

ZORA YOUNG WOMEN'S PROJECT

1 Bruce Grove London N17 6RA

رقم الهاتف: 020 8885 4705 رقم الفكس: 020 8880 9135

مشروع يستهدف النساء الشابات عمرهم 16-30. تقدم لهم نصائح تدريب ودعم.

أنشال

AANCHAL

مركز شارع بريانت الإجتماعي بريانت شارع

Bryant Street Community Centre Bryant Street

London E15 4RU

رقم الهاتف: 0845 451 2547

تقديم النصائح والدعم للنساء الآسيويات اللواتي يفرون من العنف المنزلي. يزودون أيضا  
برقم هاتفي للمساعدة على مدار 24 ساعة.



أكينا ماما أفريقيا

AKINA MAMA WA AFRIKA

334-336 Goswell Road London EC1V 7LQ

رقم الهاتف: 020 7713 5166 رقم الفكس: 020 7713 1959

عنوان البريد الإلكتروني: amwa@akinamama.org

عنوان الواب : www.akinamama.org

نصائح، تدريبات وخدمات معلوماتية للنساء الأفريقيات.



مشروع أشيانا

ASHIANA PROJECT

PO Box 816 London E11 1QY

رقم الهاتف: 0427 8539 020 / 020 8539 0427

عنوان البريد الإلكتروني: info@ashiana.org.uk

تقديم دعم، نصائح وإسكان مؤقت للنساء الإيرانيات والتركيات والآسيويات الجنوبيات  
الشباب اللواتي يفرون من أي نوع من الإضطهادات النفسية، الجسادية، الجنسية. يقدم أيضا  
خدمات أخرى على المستوى الشخصي و الجمعي .

قسم قوس قزح المكسور للعنف المنزلي "إل جي بي تي" (المملكة المتحدة)



BROKEN RAINBOW LGBT DOMESTIC  
VIOLENCE SERVICE (UK)

خط هاتف المساعدة: 020 8539 9507

عنوان البريد الإلكتروني: mail@broken-rainbow.org.uk

عنوان الوب: www.broken-rainbow.org.uk

تقديم خدمات و نصائح عبر خط الهاتف للسحاقيات، لرجال لوطيون، لثنائى الجنس والخنثى  
(إل جي بي تي) الذين يواجهون العنف المنزلي.

المركز الصيني للمعلومات والنصائح حول العنف المنزلي

CHINESE INFORMATION & ADVICE CENTRE  
DOMESTIC VIOLENCE OUTREACH

الطابق الرابع 4th Floor 104-108 Oxford Street

London W1D 1LP

رقم الهاتف: 020 7323 1538 / 020 7462 1281

عنوان الوب: www.ciac.co.uk

موظفون نساء وفريق ثنائي اللغة من متطوعي النساء المتدربات يقدمون نصائح ودعم  
عاطفي باللغات الصينية الكانتونية و المدران والإنجليزية.



أنفيلد ساهيلي

Enfield Saheli

مركز دعم للنساء الآسيويات

دار الجالية 311 Fore Street Edmonton N9 OP2

رقم الهاتف: 020 8373 6218

عنوان البريد الإلكتروني: info@enfield-saheli.org.uk

أنا سابقى...

الخدمات: مشروع الصحة العقلية، دعم قانوني، قسم عيادة، امتداد، النشاطات الإجتماعية  
الساعات الإفتتاحية: الإثنين الجمعة 9.00 صباحا 5.00 مساء

مساعدة النساء اليهوديات

JEWISH WOMEN'S AID

رقم صندوق البريد: PO Box London N12 9ZE

خط هاتف المساعدات: 0800 591 203

رقم هاتف المكتب: 020 8445 8060

عنوان البريد الإلكتروني: info@jwa.org.uk

عنوان الوب: www.jwa.org.uk

نصائح ونصح ودعم للجالية ومأوى للنساء. ساعات العمل المفتوحة.



مساعدة للنساء الأمريكيات اللاتينيات

LATIN AMERICAN WOMEN'S AID

Featherstone Street London EC1Y 8RT52

رقم الهاتف 020 7336 0888 ext 2 رقم الفكس: 020 7336 0555

خط هاتف المساعدة المستعجلة: 07958 536 242

تقديم نصائح، دعم وإسكان مؤقت إلى النساء الأمريكيات اللاتينيات الفرين من العنف المنزلي.

الإثنين والخميس 9.30-5.30 مساء؛ الأربعاء 9.30-1.00 مساء



خدمات حقوق النساء الأمريكيات اللاتينيات

LATIN AMERICAN WOMEN'S RIGHTS SERVICE

52 Featherstone Street London EC1Y 8RT

رقم الهاتف: 020 7336 0888 ext 2

رقم الفكس: 020 7336 0555

عنوان البريد الإلكتروني: lawrs@lawrs.org.uk

عنوان الوب: www.lawrs.org.uk

تقديم نصائح وتدريبات وخدمات معلوماتية للنساء الأمريكيات اللاتينيات.

الساعات الإفتتاحية: 10 صباحا - 5 مساء



لوحة مفاتيح لندن لسحاقي والمرحي

LESBIAN & GAY SWITCHBOARD LONDON

رقم الهاتف: 020 7837 7324

نصائح ودعم إلى السحاقيات والرجال اللوطيين في قضايا التي تتضمن العنف المنزلي.  
مفتوح 24 ساعة.





صديق لندن

LONDON FRIEND

86 Caledonian Road

Kings Cross London N1 9DN

رقم الهاتف: 020 78373337

يزود خط هاتف للمساعدة ونصح جمعي للسحاقيات، رجال لوطيون، الخنثى و أولئك الغير متأكدين من هويتهم الجنسية.

متوفر: 7.30 صباحا - 10 مساء



مركز الإيرلنديات في لندن

LONDON IRISH WOMEN'S CENTRE

59 Stoke Newington

Church Street London N16 0AR

رقم الهاتف: 020 7249 7318

رقم هاتف الفكس: 7923 9599

عنوان البريد الإلكتروني: [Info@liwc.co.uk](mailto:Info@liwc.co.uk)

تقديم نصائح للنساء في حاجة للسكن بضمن ذلك نساء اللواتي يهرين من العنف المنزلي. يعرض تدريبات أيضا وخدمات إسناد.

الإثنين - الجمعة 9.30-5.30 مساء؛ يفتح الخميس حتى 7 مساء بموعد فقط.



خط وطني للمساعدات ضحايا العنف المنزلي

NATIONAL DOMESTIC VIOLENCE HELPLINE

(بالإرتباط مع المساعدة ومأوى النساء)

رقم الهاتف: 0808 2000 247

عنوان الوب: [www.womensaid.org.uk](http://www.womensaid.org.uk)

24 ساعة خط هاتف لمساعدة ضحايا العنف المنزلي. خط هاتف متوفر لتحديد اللغة و نوع النقاش. دعم ونصائح وإحالة النساء و الأطفال الفارون من العنف المنزلي إلى اللجوء في العاصمة و خارجها.

مؤسسة الصحة العامة للتوجه (24 خط هاتف نصائح مع ممرضة)

NHS DIRECT (24 hour nurse led advice line)

52-54 Featherstone Street London EC1Y 8RT

رقم الهاتف : 0845 4647

عنوان الوب: [www.nhsdirect.nhs.uk](http://www.nhsdirect.nhs.uk)



معلومات صحية متوفرة صباحا: 9 صباحا - 5 مساء، الإثنين إلى الجمعة. قوائم مجموعات الدعم و معلومات أخرى عن العنف المنزلي

يخص بشمال لندن (يشمل برنات، هارينجي و هرتسمار)

RELATE NORTH LONDON

(covering, Barnet, Haringey & Hertsmere)

31 Genotin Road Enfield EN1 2AG

رقم الهاتف: 020 8367 7712



نصح يخص العلاقة الزوجية والأفراد. يجمع أيضا نصح جامعي . هناك دفع مالي مطلوب وهو قابل للتفاوض طبقا للحاجة. يتلقا سكان هارنجي نسبة دعم م.

حقوق النساء

RIGHTS OF WOMEN

52-54 Featherstone Street

London EC1Y 8RT

رقم الهاتف: 020 7251 6577

عنوان بريد الإلكتروني : [info@row.org.uk](mailto:info@row.org.uk)

عنوان الوب: [www.rightsofwomen.org.uk](http://www.rightsofwomen.org.uk)

نصائح / معلومات للنساء في المسائل القانونية بضمن ذلك توقف العلاقة، رعاية الطفولة، أبوة سحاقيّة، عنف محلي وجنسي.

أوقات الدوام: الإثنين والجمعة 10-1 مساء و 2-5 مساء؛ الثلاثاء والأربعاء مساء 10 و 2-8 مساء



الإحترام خط هاتف

THE RESPECT PHONELINE

خط هاتف الإتصال: 0845 122 8609

أي خدمة أولية للرجال الذين يبحثون عن المعلومات والنصائح لإيقاف سلوكهم السيئة أو العنيفة نحو خليلتهم. على أية حال، سيقبلون النداءات من أي مرتكب. أي خدمة أو ترجمة في الهاتف متوفرة لأولئك الذين لا يتكلمون الانجليزية.

الساعات الإفتتاحية: الثلاثاء، الأربعاء والخميس 2-4 مساء و 7-9 مساء؛ الجمعة 12-2 مساء



السامريون

THE SAMARITANS

40 Queens Road London N11 2QU

رقم الهاتف: 020 8889 6888 (فرع إيلينج)



24 ساعة: 0845 790 9090

عنوان الوب: [www.samaritans.org.uk](http://www.samaritans.org.uk)

إن السامريين داما موجدين هناك لتقديم دعم للمصابين بمشكل عاطفي أو تأكب نفسي لأي واحد سرىا و على مدار الساعة



خط النصائح القانونية لضحايا العنف الجنسي

SEXUAL VIOLENCE LEGAL ADVICE LINE

خط هاتف المساعدات (هاتف): 020 7251 8887

خط هاتف المساعدة (هاتف كتابي): 020 7490 2562

رقم بريد الإلكتروني: [info@row.org.uk](mailto:info@row.org.uk)

عنوان الوب: [www.rightsofwomen.org.uk](http://www.rightsofwomen.org.uk)

تقديم نصائح سرية ومجنبة إلى النساء حول قضايا العنف الجنسي الذي يتضمن إغتصاب، إعتداء جنسي، إعتداء جنسي على الطفل، إعتداء جنسي ذات علاق عائلية، تهريب ونصائح حول الجريمة القانونية العامة.

سولاص أنيوص

SOLAS ANIOS

مشروع الأيرلنديات ضاحيا العنف المنزلي

Irish Women's domestic violence Project

عنوان صندوق البريد: 4662 London SW16 2ZF

رقم الهاتف: 020 7813 0595

مأوى للأيرلنديات والأطفال، بضمن ذلك أولئك من الجالية الجواله، التي تواجه العنف المنزلي. تقديم نصائح و أيضا الدفاع على حقوقهم الإجتماعية، التركيز على الدعم العاطفي و الخدمات للأطفال.



أخوات ساوثهول السود

SOUTHALL BLACK SISTERS

52 Norwood Road

Southall Middlesex UB2 4DW

رقم الهاتف: 020 8571 9595

عنوان بريد الإلكتروني: [sbs@leonet.co.uk](mailto:sbs@leonet.co.uk)

مختصين في قضايا تتعلق بالعنف المنزلي و العمل الإجتماعي بشأن الحملات النسائية ضد العنف المنزلي.



شبكة البنات والنساء

WOMEN & GIRLS NETWORK



رقم صندوق البريد: London W14 0FE 13095

رقم الهاتف: 020 7601 4678 رقم الفاكس: 020 7602 0610

خط المساعدة: 020 7610 4345

عنوان البريد الإلكتروني: info@wgn.org.uk

عنوان الوب: www.wgn.org.uk

نصح عبر الهاتف ، نصح وجها لوجه، قسم عيادة للنساء والبنات اللواتي يواجهن أي شكل من أشكال العنف.

الساعات الإفتتاحية: الإثنين الجمعة 10:30 - 5:30 مساء

رابطة النساء

WOMEN'S LINK

غرف 417 - 419 London Fruit & Wool Exchange

Brushfield Street London E1 6EL

رقم الهاتف: 020 7248 1200

عنوان بريد الإلكتروني: info@womenslink.org.uk و

advise@womenslink.org.uk

عنوان الوب : www.womenslink.org.uk

مدار من قبل النساء للنساء. تقديم نصائح و مساعدة لإيجاد سكن عاجل.



مركز علاج النساء

WOMEN'S THERAPY CENTRE

10 Manor Gardens London N7 6JS

رقم الهاتف: 020 7263 6200

يوجد هناك العديد من النشاطات للنساء وعرض خدمات علاج/نصح. تنظيم جمعيات النساء اللواتي واجهن إعتداء جنسي.

الساعات الإفتتاحية: الإثنين الثلاثاء 12- 2 مساء؛ الأربعاء الخميس 2- 4 مساء



## الجزء الثاني العنف المنزلي أساطير و حقائق

هذا القسم. . .

- يوضح ما يعني التعبير "عنف المنزلي"
- "يعطي بعض الحقائق حول "العنف المنزلي"

### ما هو العنف المنزلي؟

يتضمن العنف المنزلي إعتداء جسدي أو جنسي.

قد يكون العنف المنزلي صفة أو ركلة أو ضربات أو إهتزاز أو إغتصاب أو جرح أو قتل.

العنف المنزلي ليس فقط هجوم فعلي. يتضمن أيضا تهديدات عنيفة، جسدية، مالية، عاطفية أو إعتداء جنسي. أي شئ الذي يئخذ بالقوة بعيدا عن سيطرك هو إنتهاك.

### الأساطير والحقائق

ما زال هناك الكثير من الأساطير والأفكار الشائعة حول العنف المنزلي - ما هي، لمن يحدث، من يرتكبه، ولماذا يحدث. هذه الأساطير في أغلب الأحيان تمنع النساء من التحدث عن الذي يحدث إليهم، وقد يعني بأن في أغلب الأحيان أولئك الذين يقررون الإخبار عن الشخص يأتون بأخبار غير مفيدة . هذه الأساطير والأفكار الشائعة تلعبان دور كبير في إسكات النساء و يمنعانهن من كلام حول تجاربهم.

**الأسطورة: هذا ليس "عنفًا"، هي فقط معركة مع بعضهم البعض.**

الحقيقة: يعتبر العنف من طرف الذكر مقبول و وتقريب متوقع . أي امرأة تضرب رجل يرى هذا بشكل مختلف جدا.

**الأسطورة: ربما هي " تبحث عن المشكلة " أو " تستحقها " بطريقة ما.**

الحقيقة: النساء لا "يبحنن" أو 'يستحقن' العنف. يقال لنا بأن تلك النساء يستحقن العنف إذا استجبن سلوك أو "ضيق" الرجال. لا رجل يمتلك الحق أن يكون عنيف ضد أي مرءة مهما كانت الظروف.

**الأسطورة: يجب عليها أن تكسب شيء من ذلك أو تغادر .**

**الحقيقة:** هناك الكثير من الأسباب الذي تجعل النساء غير قادرات أن تغادر ، مثل على ذلك :-  
ليس لها أي مكان ما للعيش فيه، قلة المال، الخوف من الرجل، الخوف من وجودها لوحدها مع  
أو بدون الأطفال.

**الأسطورة:** يحدث عليا العنف المنزلي فقط لأننا أنا هي المشكلة.  
**الحقيقة:** العديد من الناس في المملكة المتحدة تخضع إلى العنف المنزلي وأي نوع من العنف  
المنزلي خاطئ. هذا ليس هو ذنبك!

**الأسطورة:** هي حقاً لم يساء إليها، ولكن تليفق للحصول على إسكان / تسوية طلاق أفضل.  
**الحقيقة:** تحتج الكثير من الشجاعة للكلام حول تجربة العنف المنزلي، يجب من الوكالات أن  
تتصرف بسياسة الجزم.

**الأسطورة:** قد يحدث في مشاكل العائلة، لكنه لا يحدث في " جاليتنا ".  
**الحقيقة:** يمكن أن يحدث في أي عائلة، مهما طبقتها، جنسها، ثقافتها.

**الأسطورة:** لأن عندهم مشكلة كحول.  
**الحقيقة:** يستعمل المنتهكون الكثير من الأعذار لإختفاء الحقيقة بأنهم أختاروا لكي يكونوا  
عنيفين.

**الأسطورة:** أبقى في البيت فقط للأطفال.  
**الحقيقة:** يقلون الأطفال الذين عاشوا في بيوت سيئة بأن التأثيرات السلبية تبقى معهم إلى سن  
الرشد.

**الأسطورة:** بعض الناس يبحثون عن الشركاء السيئين و يتنقلون من شريك عنيف إلى آخر.  
**الحقيقة:** أنت لا تختار أن تخضع إلى العنف. في أغلب الأحيان ليس هناك عنف في بداية  
العلاقة.

### الجزء الثالث

ماذا يمكن لي أن أفعل في حالة العنف المنزلي؟

في هذا القسم. . .

- بعض الخطوات العملية للتعامل مع العنف المنزلي
- التعامل مع الأزمة

إذا تريد إنهاء العنف لكن يحاول إنقاذ علاقتكم، يجب عليك أن تبحث من أين يمكنك الحصول على الدعم و إذا يمكنك أن تهرب إلى مركز الطوارئ. تغير شخص سيء يتضمن أكثر من إيقافه أن يكون عنيف، يجب عليه أيضا أن يتخلى عن كل الأشكال الأخرى، التهديدات، الإذلال، السيطرة عليك من خلال المال، وتحديد ما يمكنك أن تفعل.

## الخطوات العملية

التعامل مع العنف المنزلي هي طريقة السيطرة على حياتك. أدرجنا بعض الأفكار التي قد تساعدك في تعامل مع حالتك.

1. أبحث ما هو الدعم المتوفر محليا (عيدة / مجموعات جالية / نصح / جلسات نصائح).
2. فكرة حوادث العنف المنزلي.
3. أبحث عن مكان يمكنك أن تستعمل بسرعة و بسهولة الهاتف وأبقي هاتفك النقل شغال.
4. هبى، وأحمل دائما معك قائمة أرقام هاتف لطوارئ. يضمن الأصدقاء، الأقرباء، وحدة أمن الشرطة الجالية المحلية، الشرطة المحلية، المأوى - خط مساعدة عنف لندن (حتى الأرقام المعروف يمكن أن تنسى عند الخوف).
5. حاول إحتفاظ ببعض المال للحافلة، القطار، ثمن سيارة أجرة.
6. احتفظ بمفاتيح البيت الإضافي، للشقة، للسيارة.
7. أبق المفاتيح ومال ومجموعات ملابسك (وأطفالك) محزمة جاهزة في حقيبتك واخزنهم عند صديق أو بيت قريب متعاطف.
8. إذا اردت المغدرة، غادري و هو غير موجود.
9. خذ كول أوراقك القانونية والمالية، شهادات الولادة والزواج، تعلمات محكمة، بطاقات صحة و وطنية، جواز سفر، رخصة قيادة، كتب المنحة الإجتماعية (BENEFIT BOOK)، دفتر عناوين، كتب بنك، دفاتر صكوك، بطاقات إنتمان الخ.
10. خذ كل أملاكك الشخصية التي لها قيمة عاطفية، على سبيل المثال الصور أو المجوهرات.
11. خذ لعب المفضل للأطفال.
12. خذ لباس عد أيام على الأقل .
13. خذ أي دواء أنت أو أطفالك قد تحتاجون.
14. أجر دردشة شكلية مع وحدة شرطة أمن الجالية - 020 8345 1944 ، أو "أرتستون" HEARTHSTONE- 020 8888 5362 واطلبي منهم تسجيل ملاحظة عن ندائك.

## التعامل مع الأزمات

- إذا أنت تواجه عنف حاليا، القائمة التالية للمعلومات قد تساعد بالإضافة أيضا إلى السابقة،
- أخبر طبيبك GP لكي سيفحص أي إصابة تصبك.

أنا سابقى...

- إبلاغ الشرطة عن الحادث قد يكون صعب لكن هذا يمكن أن يساعد في المستقبل. إذا أنت لست في خطر فوري، يمكن للشرطة أن تسجل الملاحظة عن شكوك بدون حاجة للمجيء إلى بيتك وتتكلم مع المرتكب.
  - أحتفظ برقم مصدر الشرط في مكان أمين.
  - إذا انتقلت من بيت لآخر، كوني حاذرة في إعطاء عنوانك الجديد، خصوصا إلى الأصدقاء والأقرباء.
  - إذا خرجت وتحتاج العودة لجمع أشياء يمكنك أن ترتب مع الشرطة للذهاب معك هناك.
- بدلا عن ذلك، يمكنك أن تسأل وكالة الدعم لترتيب المجي معك. التعمل مع العنف المنزلي قد تكون عملية طويلة لكن خطوتك الأولى مهمة نحو إمتلاك حياة أكثر أمنا.

## الجزء الرابع

### الإسكان

هذا القسم...

- الإسكان الطارئ القصير المدى
- ملاجئ
- إسكان وتشرّد
- إسكان البلدية
- تبقى في بيتك الحالي
- جمعيات الإسكان
- إسكان مستأجر خاص
- حيوانات أليفة

أي قرار لترك البيت بسبب العنف المنزلي يمكن أن يكون مؤلم. خذ خطوات لضمان بأنك يمكن أن تبقى في بيتك بسلامة أو بأنك يمكن أن تجد سكن بديل في أغلب الأحيان هذا هو أحسن حال

## طوارئ / إسكان قصير الأمد

عدد من الفنادق في لندن تزود إسكان أساسي، هم لا يتعاملون بشكل محدد بالعنف المنزلي لكن يمكن أن يساعدوا في حالة الطوارئ. يمكن على " شلتغرين " Shelterline أن حيلك إلى فندق - رقم الهاتف: 0808 800 4444. قد تكون الشروط أساسية جدا وفي أكثر الفنادق التي يجب أن تشترك في غرفة. قد يكون أيضا العرض في أي جزء من لندن. كل الأماكن توزع عادة من الساعة 10.30 صباحا، لذا من المهم تحاول الإتصال بالوكالات قبل هذا الوقت. على أية تحاول ملاجئ الليل أن وتسكنك في أي وقت كان. اتصل هاتفيا للحصول على مكان أو زور حيث لا رقم يدرج



## إتصال لندن

### London Connection

12 Adelaide Street London WC2N 4HW

رقم الهاتف: 020 7766 5550

رقم بريد الإلكتروني: info@london-connection.org.uk

مركز نهاري للأشخاص الذي تتراوح أعمارهم بين 16-25 سنة.

الساعات الإفتتاحية: الإثنين، الثلاثاء، الخميس 8 صباحا - 2.30 مساء؛ الأربعاء 8 صباحا - 1

مساء والجمعة 8 صباح - 1.30 مساء؛ السبت والشمس 9 صباحا - 2 مساء



## ريفار بونت 160

### Riverpoint 160

160 Coningham Road London W12 8BY

رقم الهاتف: 020 8746 0091

فندق بغرف ذات سرير واحد. العمال موجدين 24 ساعة يوميا.



## شلترين

### Shelterline

هاتف للإستعمال مجاني 24 ساعة Freephone: 0808 800 4444

(ماعدًا من النقال - يكلف نسبة الهاتف الجوال)

نصحات ومعلومات هاتفية حول السكن. تتضمن القضايا الأخرى منهم البحث عن السكن ،

إحالات لفندق، حقوق سكنية، طرد غير شرعي، معونة سكنية، عنف منزلي، وإسكان طارئ.



## الجمعية السكنية "ستونوال"

### STONEWALL HOUSING ASSOCIATION

وحدة 2A Leroy House 436 Essex Road 2

London N1 3QP

رقم الهاتف: 020 7359 5767

غنوان البريد الإلكتروني: stonewall@hostels.org.uk

تقديم خدمات و نصائح سكنية للسحاقيات والرجال اللوطيين لأي عمر.

خط نصائح: الإثنين، الخميس، الجمعة 10 صباحا - 1 مساء؛

الثلاثاء والأربعاء 2 مساء - 5 مسا



## ملاجئ (بيوت آمنة للنساء اللواتي يهربن من العنف لمنزلي)

هذا القسم الثانوي. . .

- يوضح ما هو المأوى
- يخبرك عن المعيشة في المأوى
- يدرج أرقام الإتصال للملاجئ

تزويد الملاجئ سكن مؤقت طارئ آمن للنساء والأطفال الذي يحتاجون الحماية من العنف. تقديم دعم كلا من العمال في المأوى ومن النساء التي تعيش هناك. يمكن لعمال الملاجئ تقديم معلومات ونصائح و دعم على تدريس الأطفال و الإسكان، الزواج، الفصل، المحاكم، البلدية، قسم الضمان الإجتماعي والوكالات الأخرى. يمكنهم أيضا تقديم دعم عاطفي بمساعدة النساء المقمات في الملجئ. إن عناوين الملاجئ سرية. هذه ضرورية لتكون النساء والأطفال في أمان. الملاجئ بيوت مشتركة. ستشترك في مناطق عمومية والمطبخ والحمام وغرف الجلوس. مدة المكوث للنساء في هذا المكان لا تتجاوز ستة أشهر، لكن قلة الإسكان قد يمكن للنساء أن تبقى هناك لمدة سنة (أو أحيانا أكثر) في مأوى. يقبل الملاجئ أي امرأة، مع أو بدون أطفال (مع ذلك البعض لا يأخذون الأولاد الذين يتجاوز عمرهم أكثر من 12 سنة)، التي سيئت معاملتها أو إنتهكت كرامتها.

سيبقى خط هاتف وطني لملاجئ العنف المنزلي في لندن مفتوح 24 ساعة و عادة تحال المرأة إلى مأوى خارج منطقتها لإجراءات وقائية، تترتب هذه الإجراءات كذلك على النساء الأخريات في ذلك المأوى. يمكنهم أن يستفسروا بشأن مدخل للمعوقين. نرحب أيضا بالنساء السحاقيات والمغايرات الجنس في الملاجئ. هناك أيضا في لندن بعض الجمعيات المختصة بالسكن مثل الملاجئ للنساء الآسيويات، النساء الأمريكيات اللتينييات، النساء الأيرلنديات، النساء اليهوديات، الإفريقيات / الكارابنات و النساء الشابات . كل الملاجئ يمكنك الإتصال بها عن طريق الـ24 الساعة خط مساعدة عنف منزلي وطني 0808 2000 247 - يمكن للبعض أن يتصلوا مباشرة. يمكنك الإتصال للمساعدة و الدعم بإستعمال الـ24 خط وطني لمساعدة ضحايا العنف المنزلي حتى و إذا لا تريد مكان في المأوى.

### تفاصيل للإتصال بالملاجئ

مشروا شيانا

ASHIANA PROJECT

عنوان صندوق البريد صندوق: PO Box 816

London E11 1QY



رقم الهاتف: 020 8539 0427 / 020 8539 9656

عنوان البريد الإلكتروني: [nfo@ashiana.org.uk](mailto:nfo@ashiana.org.uk)

تقديم دعم، نصائح وسكن مؤقت للنساء الإيرانيات والتركيات والآسيويات الجنوبيات  
الشباب الآتي يفرون من أي نوع من الإضطهادات النفسية، الجسادية، الجنسية. تقديم أيضا  
خدمات أخرى على المستوى الشخصي و الجالية الجمعي وهذا. ستقبل النساء العازبات  
بعمر بين 16-30 فقط

مساعدة النساء الآسيويات

مساعدة النساء الآسيويات في "هارينجي"

ASIAN WOMEN'S AID – ASIAN  
WOMEN'S AID AT HARINGEY

(المعروف سابقا بي: مساعدة نساء آسيويات "هارنجي" (حاوي)

Previously known as: Haringey Asian Women's Aid ( HAWA)

عنوان صندوق البريد: 2604

London N22 6AT

رقم الهاتف: 020 8889 8342

عنوان البريد الإلكتروني: [info@nawp.org](mailto:info@nawp.org)

عنوان الوب [www.nawp.org](http://www.nawp.org)

مأوى للنساء الآسيويات وأطفالهم.



بيت بيفيرلي لويس

BEVERLY LEWIS HOUSE

عنوان صندوق البريد: PO Box 7312

London E15 4TS

رقم الهاتف: 020 7473 2813

مأوى للنساء المتعوقات ذهنيًا. الإحالات ستكون فقط من طرف فريق للمعواقين ذهنيًا

مساعدات نساء "هارنجي"

HARINGEY WOMEN'S AID

عنوان صندوق البريد: PO Box 7312

London E15 4TS

رقم الهاتف: 7473 2813

مأوى للنساء والأطفال، الذي يعانون من العنف من الأزواج أو الشركاء.



مساعدة النساء اليهوديات

JEWISH WOMEN'S AID

عنوان صندوق البريد: PO Box

London N12 9ZE



رقم خط هاتف المساعدات : 0800 591 203

المكتب: 020 8445 8060

عنوان بريد الإلكتروني: info@jwa.org.uk

عنوان الوب: www.jwa.org.uk

تقديم نصائح و سكن مؤقت للنساء اليهوديات اللواتي يهربن من العنف المنزلي



مساعدات نساء آسيويات كران

KIRAN ASIAN WOMEN'S AID

عنوان صندوق البريد: PO Box 899

Leytonstone London E11 1AA

رقم الهاتف: 020 8558 1986

تقديم إسكان مؤقت ونصائح ودعم للنساء الإيرانيات، التركيات أو الآسيويات الجنوبيات وأطفالهم. لا يقبل النساء العازبات.



LATIN AMERICAN WOMEN'S AID

مساعدة النساء الأمريكيات اللاتينيات

Print House 18 Ashwin Street London E8 3DL

رقم الهاتف: 020 7275 0321

رق خط هاتف المساعدة الطارئ: 07958 242 536

تقديم سكن مؤقت إلى النساء الأمريكيات اللاتينيات الهربين من العنف المنزلي.



رقم خط هتق وطني لمساعدة ضاحيا العنف المنزلي

(بالإرتباط مع المساعدة ومأوى النساء)

NATIONAL DOMESTIC VIOLENCE HELPLINE

(In conjunction with Women's Aid & Refuge )

رقم الهاتف: 0808 2000 0808

عنوان الوب: www.womensaid.org.uk

24 ساعة رقم خط مساعدات، لضاحيا العنف المنزلي في كافة أنحاء الأمة. كل التفاصيل

للملاجئ في منطقة لندن، نصائح ودعم سكني، بضمن ذلك معلومات على الملاجئ السهلة

الوصول للنساء بحالات العجز.



مشروع نيا

nia project

عنوان صندوق البريد: PO Box 6566

London E8 3ST

رقم خط هاتف النصائح: 020 7683 1210

رقم هاتف خط الطارئ: 08457 468 023



صو لاص أنوص

SÓLÁS ANOIS

مشروع الأيرلنديات ضاحيا العنف المنزلي

Irish Women's domestic violence Project

عنوان صندوق البريد: PO Box 4662

London SW16 2ZF

مأوى للأيرلنديات والأطفال، بضمن ذلك أولئك من الجالية الجواله، التي تواجه العنف المنزلي. تقديم نصائح و أيضا الدفاع على حقوقهم الإجتماعية، التركيز على الدعم العاطفي و الخدمات للأطفال.

الإسكان والتشرد

Housing & Homelessness

كل القضايا السكنية ستعالج من طرف مركز "هارتستون" -Hearthstone -هارينجي للدعم و النصائح لضاحيا العنف المنزلي". سيقدمون لك الموظفون نصائح و تناقش معهم الخيارات للمتوفرة لديهم. إذا مسكنك ملك للبلدية و اسمك على الإيجار ستكون لك حقوق إضافية. إذا أنت من بيوت لمستأجر هارينجي يُمكنك أن تطلب إعادة إسكان. أحظر معك أكثر عداد ممكن من المعلومات حول ظروفك، على سبيل المثال تقرير طبيب أو أمر حضور محكمة. إذا تفضل الكلام مع مدير سكن النسائي، أو إذا نحتاج مترجما، يمكن أن يرتب لك هذا .

إذا لم تَسْتَطِيع البقاء في مسكانك الحالي بسبب تهديد بالعنف، ستكون مؤهل لكي يجهز لك إسكان مؤقت تحت بند قانون السكن 1996 و سيدرج اسمك على السجل السكن. هذا ينطبق سواء عندك أو ليس عندك أطفال. يحث البند أيضا بأن النساء اللواتي تريدنا الإبتعاد عن منطقتنا سيتمتعنا بوضع خاص. هذا يعني بانك ليس مطلوب منك أن تعود إلى المنطقة التي جئت منها سابق إذا أنت مهددة بالعنف المنزلي. إذا أنت لا تعيش مع شريكك العنيف، يصرح القانون بأن يجب على دائرة الإسكان أن تقيم و بصفة معقولة " إذا أنت قادر أن تمكث في السكن الحالي ". عندما تذهب إلى "هارتستون" -Hearthstone ستكون لك مقابلة مع موظف السكن. المطلب منك أن تحضر لهم أكبر ممكن من المعلومات. هذا لا يعني أنهم لا يصدقتك بل هذا بالأحرى هو لكي يمكن للموظف أن يثبت الحقائق لكي تكون الإجراءات سريعة وإيجابية. سيزودنك بمترجم إذا احتجت إليه. إذا عندك دليل مثل تقرير طبيب، إنذار قضائى، أو تقرير شرطة رجاء إجلبهم معك.

رجاء لاحظ بأن تقرير الشرطة معلومات سرية و يجب أن توقيع إستمارة إذا تريد الشرطة أن تعطي معلومات عنك إلى دائرة الإسكان. إذا أنت في الخطر الفوري، يمكن لموظف السكن أن يرتب لك للبقاء في سكن مؤقت طارئ؛ يمكن هذا أن يتضمن منام وفطور "a , "bed and breakfast" في فندق أو مأوى مساعدة النساء.

رجاء لاحظ:

- قد توضع خارج منطقتك السكنية، يمكن أن يكون خارج لندن.
- سيحاول الموظف أن يحظر مترجم من الخدمات إذا كان هذا مطلوب،
- إذا رفضت عرض سكني ، قد تكون في خطر ستجعل نفسك "مُتَشَرِّدَ عمداً."

### إسكان البلدية

البلدية لها مسؤولية قانونية لتزويدك بسكان إذا:

- أنت مشرد أو مهدد بالتشرد خلال 28 يوم؛
- أنت في ألمس " حاجة للمساعدة" و؛
- لم تجعل نفسك مشرد " عمداً"؛ إن القانون يصرح بأنك في ألمس حاجة إذا أنت توفر الشروط الآتية:
- أنت حامل؛
- عندك أطفال تحت سن 16، أو تحت سن 19 و في التعليم الدائم؛
- أنت ضعيف بسبب الشيخوخة، صحة عقلية سيئة، له إعاقة , عجز جسدي أو حاجة خاصة أخرى.
- إذا حصلت على الطلاق، ستعالج قضية الممتلكات للزوجين في إطار تسوية قانونية للطلاق. على أية حال، هذا قد يأخذ وقت طويل وهو قد يكون ضروري لجعل الترتيبات البديلة في هذه الأثناء في الحسبان.

تعمل "بلدية" هارينجي " بإصدار قائمة إنتظار وتفاصيل سكنية سيعطيان إليك عندما تقدم طلب للحصول على سكن.

### البقاء في بيتك الحالي

يمكن أن تقدم إلى المحاكم طلب لكي يكون عندك الحق أن تطرد المنتهك من بيتك الحالي. هذا يدعى "طلب إمتلاك" `Occupation Order` و هو موضح في البند 6. سواء تقرر أن تأخذ هذا الخيار سيعتمد هذا على كم أنت تشعر بالأمن. يمكنك أن تطلب البقاء في السكن المؤقت للطارئ بينما الإجراءات القانونية تصبح ساري المفعول. "بيوت لهارينجي"

`Home for Haringey` ستطرد أي مستأجر مدان بالعنف المنزلي لكن هذا سيطلبك الذهاب إلى المحكمة للإدلاء بالشهاد.

• إذا تحتاج أماناً إضافياً يمكنك أن تطلب الإنضمام إلى "مخطط جرس إنذار الجالية" `Community Alarm System`. هذا النظام يمكنك لإستدعاء المساعدة بضغظ زر واحد، يشتغل 24 ساعة يومياً وهو مرتبب بمركز الشرطة. هذا أيضاً جزء لمخطط الملجأ (أنظر في الأسفل)

• إذا أنت في سكن مستأجر من القطاع الخاص أو "مالك ساكن" `owneroccupier`، يجب أن تحصل على النصائح القانونية حول حقوقك في الملكية وصولك إليه. إذا أنت مستأجر من جمعية سكنية، تفحص عقد إيجارك وأتصل بمكتب جمعية إسكانك المحلي إذا تحصلت على الطلاق، ستعالج قضية الممتلكات للزوجين في إطار تسوية قانونية للطلاق. على أية حال، هذا قد يأخذ وقت طويل وهو قد يكون ضروري لجعل الترتيبات البديلة في هذه الأثناء في الحسبان يدير "هارتستون" مشروع الملجأ الذي يسمح لك البقاء بسلامة في بيتك خلال التدابير الأمنية المختلفة، بالمصادقة من قبل الشرطة. ضباط في "هارتستون" سيقدمون لك المزيد من المعلومات.

## الشكاوى

بلدية "هارينجي" ترحب بالشكاوى حول الخدمات. الشكاوى التي تتعلق بالسكن والخدمات الإجتماعية، الهاتف: 020 8489 0000 Ext. 3394  
Minicom: 020 8849 5978 أو خذ منشرات تشرح لك على الشكاوى في أي مكتب بلدية.  
عنوان الوب للبلدية: Haringey: www.haringey.gov.uk

## جمعيات الإسكان

جمعيات الإسكان منظمات لاربحية، تدار من قبل أعضاء متطوعيين. يزودون بسكن متوسط المدى، مكثف ذاتياً، مشترك أو طويل المدى. أكثر يجب جمعيات الإسكان في لندن أن تعطي المناصب الشاغرة إلى البلدية المحلية. على أية حال البعض يقبلون الإحالات من وكالات النصات.

إذا أنت مستأجر من جمعية سكنية، سياسة أو إجراءات جمعيتك بنسبة للعنف المنزلي منطبق عليك. هذه جمعيات إسكان محلية التي لها سياسة العنف المنزلي:

• ثقة سكنية حضرية

رقم الهاتف: 020 8902 5000 - أتصل بموظفك السكني.

• جمعية إسكان ملجأ: Sanctuary Housing association

رقم الهاتف: 0845 850 5566 - أتصل بموظفك السكني

• دائرة 33 Circle

رقم الهاتف: 020 7288 4000 - إتصال "كارولين تومسن" Caroline Thomson

• لندن وربع دائرة London & Quadrant

رقم الهاتف: 020 8852 9181 - "اتصل بأريفار جيمس" Oliver James

### الإسكان المستأجر الخاص

إذا أنت في الإسكان المستأجر الخاص، المطلب منك أن تطلب نصائح قانونية حول حقوقك في الملكية. بعض المعلومات العامة حول الإسكان و المستأجر الخاص. قد يكون السكن في لندن غالية وصعب. السعر المتوسط لتأجر غرفة قد يكون حوالي £70-£80 في الإسبوع. السكن صعب لدرجة أكبر إذا أنت عاطل عن الشغل.

هناك عدة طرق التي تمكن لك أن تبحث عن مكان للإستئجار.

• إستعمل أي إتصالات شخصية أو عائلية أو أصدقاء وإسألهم إذا يعرفون أي شخص للإستئجار. العديد من الأماكن تنجر بالسماع.

• صحف ومجلات لهم أقسام للإعلان عن إسكانا للإجار. مثل: "لوت" Loot ، "إفنيك

ستوندار" Evening Standard (أيام الأربعاء)، "كارديان" Guardian (أيام السبت

والخميس)، صحف محلية - "هارينجي للإعلان" Haringey Advertising ، "هارينجي مسقل"

Haringey independent ، "الصحيفة الوردية" The Pink Paper (سكن للوطنين

وسحاقين).

• وكالات ودلالات أملاك إسكان تجارية قد تكون وسيلة مفيدة لإيجاد سكن. أبدأ لا تعطي

أي مال لووكالة حتى تقبل و وتوقع على للإسكان الذي يعرض عليك.

"دي إس إس مرحبا" DSS Welcome - يعني صاحب البيت راغب للإستئجار إلى

الناس الحاصلين على المسعدة الإجتماعية. خدمات "هارينجي" السكنية لها أيضاً مخطط

يسمى "صاحب الملك المعتمد

Accredited Landlord Scheme. إن المخطط يدار بالإرتباط مع "تأجير الوكلاء"

3 Letting Agents ، الذي له إختيار عريض من الملكيات المتوفرة للإجار في

"هارينجي" وذات معايير عالي. هناك معايير إستحقاق للمخطط. الرجاء الاتصال

"بهارتستون" لنصائح إضافية.

الإسكان . . أنا سابقى

عمليات مراقبة صحة وسلامة

**Health & Safety Checks**

• ألقى نظرة خاصة على حالة السكن تنوى الإستئجار

• هل فيه تصليحات ضرورية هناك ، ومثال على ذلك: - رطوبة، تسرب

• قطرة الماء من السقف ؟

- هل الغاز والتدفئة والإضاءة وأن كل اللوازم للمطبخ تشتغل؟
- أن تكون قادر أن تهروب بسلامة في حالة النار؟
- هل الأقفال على الأبواب والنوافذ مضمونة؟
- هل أي شخص قادر الوصول إلى المفاتيح؟
- هل فيه شبكة نقل عمومي في المنطقة؟

في حالة أزمة ليس بالضرورة أن تبقي الملكية دائماً على حالة جيدة لكن ترك بيت يمارس فيه العنف هي الحاجة الأكثر إستعجالاً لكي تبتعد عن العنف المنزلي.

### الحيوانات الأليفة

- مشروع تأمين حرية الكلاب `The Dogs Trust Freedom` يمكنه أن يعتني بقطتك أو كلبك بينما أنت في الإسكان المؤقت. يمكنك أن تتصل بهم على رقم الهاتف التالي: 0800 298 9199 للمزيد من المعلومات.

### مشروع تأمين حرية الكلاب

#### The Dogs Trust Freedom

رقم صندوق البريد: PO BOX 50208

London EC1V 7XP

### هارتستون

يزويد مركز "هارتستون" المتعددة الخدمات في بلدية "هارنجي" النصائح و الدعم لضحايا العنف المنزلي خلال نقطة إتصال واحدة. لذا، لا حاجة لزائر "هارستون" أن يتصل بوكالات أخرى و في أماكن أخرى لطلب دعم و نصائح. هذا المشروع سيغطي القضايا العامة حول العنف المنزلي بالمساهمة من شرطة الخدمات السكنية، الصحة و بمساهمة مختصين آخرين. قسم للإستقبال أيضاً متوفر.

الساعات الإفتتاحية: الإثنين إلى الجمعة من الساعة 10 صباحاً - إلى 4 مساءً

10 Commerce Road Wood Green London N22 8ED

رقم الهاتف: 020 8888 5362

رقم الفكس : 020 8889 6508

عطلة نهاية الأسبوع في المساء Nightline

رقم هاتف المجاني : Freephone 0800 0232794

( الجمعة السبت و الأحد 8 مساءً - 1 صباحاً )



## الجزء الخامس الشرطة

هذا القسم

- يخبرك عن مخالفات العنف المنزلي
- يخبرك ما يمكنك أن تطلب من الشرطة لضمان أمانك
- يخبرك عن الذهاب إلى المحكمة (بسبب الطبيعة المعقدة للبعض من المعلومات ، زودناك مسرد في نهاية هذا القسم .)

### العنف المنزلي هي جريمة!

هناك عدد من المخالفات يمكن للمنتهك أن يتهم بيها منها المتعلقة بالعنف المنزلي. تتضمن هذه:

- إعتداء جسدي (ومثال على ذلك: -) (دفع أو تهديدات)  
Common assault (e.g. Shoving or threats)
- ضرر بالغ  
Grievous bodily harm
- أذى جسماني بليغ  
Actual bodily harm
- جرح خبيث (ومثال على ذلك: -) (جرح أو طعن)  
Malicious wounding (e.g. cutting or stabbing)
- إغتصاب  
Rape
- محاولة إغتصاب  
Attempt rape
- إعتداء مخل بالأداب  
Indecent assault
- محاولة إغتيال  
Attempted murder
- مضايقة  
Harassment
- ضرر جنائي  
Criminal damage
- سجن خاطئ  
False imprisonment
- إختطاف  
Kidnapping
- تخويف شاهد  
Witness intimidation

هي من ضمن صلاحيات الشرطة أيضا أن تعتقل شخصا لكي تمنع إعتداء جسدي آخر ولحماية شخص أو طفل ضعيف. عندم يعتقل مرتكب جريمة ، هناك خيار للشرطة لإصدار حذر رسمي إلى المنتهك. هذا الخيار يمكن أن يعيد النظر فيه إذا قررت المرأة بأنها لا تتمنى أن المنتهك يرسل إلى المحكمة. مثل هذا الحذر ليس إتهام إجرامي، ولكن

رغم هذا الشرطة تسجل الحادث رسمية ، و سيبقى في الوجود لثلاثة سنوات. فإذا ارتكب الجريمة مرة أخرى ضمن تلك الفترة الزمنية، سيجب على الشرطة أن تصدر حذر رسمي قد يجعل المنتهك يعتبر سلوكه المستقبلية.

الحماية من فعل البند Act 1997 أعطت للشرطة صلاحيات أكثر للتحري ضد المضايقات والملاحقات وأنشأت مخالقات إجرامية جديدة. البعض من هذه الصلاحيات ستساعد لمحاربة العنف المنزلي. الأمثلة ستكون إذا إنتظر شريكك السابق في أغلب الأحيان خارج بيتك أو عملك، أو جعل المكالمات الهاتفية المتكررة مصدر الإزعاج لإزعاجك أو تخوفك.

### ماذا يمكن للشرطة أن تفعل

هناك عدد من الأشياء التي قد تكون الشرطة قادرة على فعله:

- الرد على ندائك بسرعة
- تحضر امرأة شرطية إذا كان بالإمكان
- ترتيب لمترجم إذا كان هذا ضروري
- التكلم معك و مع المنتهك منفصلاً
- إعتقل المنتهك إذا كان هناك دليل على الهجوم أو مخالفة الأخرى أو إذا شروط أمر كفالة انتهك
- ترتيب لعلاج طبي لك إذا احتجته
- توفير النقل إلى مأوى أو مكان آمن آخر
- تسجيل كل حوادث العنف المنزلي ضدك
- أخذك إلى البيت الأصلي وحميتك إذا تَتَمنى جمع أغراضك
- أخذ صور الجراح
- نحاك للمختصن في الخدمات

إذا اعتقل منتهك وإتهم بمخالفة، قد يطلق سراحه بكفالة. إن شروط الكفالة ، التي تصدر من قبل المحكمة، ستصرح بأن يجب على المنتهك أن يبعد عنك. إذا تعدى المنتهك على هذه الشروط، يمكنهم أن يعتقلنه ثانية وهذا سيحسب ضده.

يجب على الشرطة أن تخبرك:

- عندما يطلق سراح المنتهك ، سواء أطلق سراحه بكفالة أو ما عدا ذلك
- هل اصدره التهمة
- أي اجراءت أخذت، بضمن ذلك تاريخ المحكمة القادمة

يجب عليك أن تسأل أي سؤال الذي تشعر بأنه ضروري لتوضيح حالتك. عندك الحق لتقديم بيان إلى الشرطة.

من المهم جدا أن تسجل ملاحظات ضباط الجريمة خصوصا في حالتك. ستجد هذه المعلومات المفيدة إذا تذهب لرؤية موظف الخدمات الإجتماعية، موظف نصائح، محامي أو مكتبك السكن المحلي

إذا استدعيت الشرطة إلى حادثة من المهم ضمان بأنك تتكلم معهم منفصلاً من شريكك. يمكن للجني أن يحاول إستعمال هذه الحالة أحيانا ليتهمك بأنك المخطئة لذا من المهم أن تحكي قصتك للشرطة في أول فرصة لك.

### الذهب إلى محكمة

عندما يتهم المنتهك بمخالفة، ستقرر "خدمة التاج للإدعاء" The Crown Prosecution سواء أن تحاكمه أو لا تحاكمه في محكمة قضاة أو محكمة جنائيات. يجب عليك أن تحضر المحكمة. إذا حضرت المحكمة، يمكنك أن تأخذ صديق أو قريب أو عامل أو دعم أو عامل إغاثة النساء معك لدعمك. إذا أنت قلق بشأن أمانك، يمكنك أن تتصل بكاتب المحكمة بالهاتف أو برسالة، سواء مقدما أو في نفس اليوم، وأطلب بأن عنوانك الجديد سيبقى طي الكتمان. يمكنك أيضا أن تطلب الجلوس في مكان منفصل من منتهكك بينما أنت تنتظر الجلسة.

هناك في "هارينجي" وحدة شرطة أمن البلدية مجهزة بضباط متدربين خصيصا. يمكنك أن تطلب الكلام مع امرأة شرطية. إن هدف الوحدة أن تزود النصائح ومعلومات سرية. لربما أيضا قادرة على تزويد دعم عملي مثل مرافقتك إلى المحكمة إذ اقررت الإستئناف في الحكم. ستتظم الشرطة مترجم إذا كان هذا ضروريا. إنا الشرطة أيضا موجهة في مركز "هارتستون" للخدمات في بلدية "هارنجي" النصائح و الدعم لضحايا العنف المنزلي

### هارستون

يزويد مركز "هارتستون" المتعددة الخدمات في بلدية "هارنجي" النصائح و الدعم لضحايا العنف المنزلي خلال نقطة إتصال واحدة. لذا، لا حاجة لزائر "هارستون" أن يتصل بوكالات أخرى و في أماكن أخرى لطلب دعم و نصائح. هذا المشروع سيغطي القضايا العامة حول العنف المنزلي بالمساهمة من شرطة الخدمات السكنية، الصحة و بمساهمة مختصين آخرين. قسم للإستقبال أيضا متوفر.

الساعات الإفتتاحية: الإثنين إلى الجمعة من الساعة 10 صباحا - إلى 4 مساء

10 Commerce Road Wood Green London N22 8ED

رقم الهاتف: 020 8888 5362

رقم الفكس : 020 8889 6508

عطلة نهاية الإاسبوع في المساء Nightline

رقم هاتف المجاني : 0800 0232794  
( الجمعة السبت و الأحد 8 مساء -1 صباحاً )

وحدة أمن للبلدية " هارينجي "  
**Haringey Police Community Safety Unit**  
98 Tottenham Lane  
London N8 7EJ  
رقم الهاتف: 020 8345 1944

## المسرد Glossary

### الكفالة Bail

ضمان للفرد أن يعود إلى المحكمة للمحاكمة.

### إنذار محكمة ( تسمى أيضا طلب محكمة ) Injunction

يمكن للمحكمة أن تأمر شخص ما بشكل حرفي أن لا يكون عنيف لك، أو إذا يجب أو لا يجب أن يعيش في بيتك. هذا يدعى أمر. يمكنك أن تحصل على النصيحة القانونية حول أخذ هذا الأمر، و/ أو إذا أنتتفكري الفراق أو الطلاق. الأوامر تستعمل عادة في حالات العنف المنزلي لحماية الشخص أن تنتهك.

## الجزء السادس القانون

### هذا القسم

- يشرح لك عن حقوقك والنصائح القانونية.
- يشرح لك التشريع
- يناقش حسنات وسيئات لإستعمال إنذار محكمة (injunction)
- يشرح لك الهجرة والعنف المنزلي
- يشرح لك حول الطلاق والإنفصال والعنف المنزلي
- يشرح لك أين يمكن لك أن تحصل على النصائح القانونية

العنف المنزلي جريمة بموجب القانون الإجرامي والمدني. قانونين جديدين القانون العائلي  
بند Protection Family Law Act 1996 والحماية من المضايقة بند

Protection From Harassment 1997 موضح على الصفحة الأخيرة  
سيكونان الأكثر استفدة عندما نتعامل مع العنف المنزلي.

### النصيحة القانونية

- يمكنك أن تحصل على النصائح القانونية المجانية بموجب المساعدة القانونية  
'Legal Help' وتساعد ضمن مخطط المحكمة (الإستمرة بالون الأخضر سابقا) إذا:
- إذا أنت ضعيف الدخل
  - ليس لك دخل، أو
  - تستلم مساعدة حكومية، ومثال على ذلك: - دعم دخ (Income Support).

المساعدة القانونية الطارئة قد تمنح بسرعة إذا هي ضرورية. مركز قانون المحلي أو  
محاميك سيكون عندهما الإستمرات الملائمة وسيساعدانك لإملائها. يمكن لمركز القنون أن  
يعرض نصائح مجانية وأحيانا أيضا تمثيل بغض النظر عن دخلك؛ تدير بعض المراكز و  
الجمعيات نصائح و جلسات نصائح قانونية مجانية أيضا. لإيجاد محامي يمكنك أن تسأل  
مأوى - خط مساعدة عنف لندن Refugee-London Violence Helpline، حقوق النساء  
Women Right أو أسئل الأصدقاء أو تصفح دفتر الهواتف. يمكن بعض منظمات الجالية أن  
تزودك بأسماء محامين للمساعدة القانونية. يمكنك أن تتصل بالجمعية القانونية أيضا على  
الرقم التالي: Law Society 020 7242 1222 أو دليل الخدمة الجالية القانونية على الرقم  
التالي: Community Legal Servic 0845 345 4345 أو عنوان الوب:  
www.clsdirect.org.uk للحصول على تفاصيل المحامين المحليين في منطقتك متخصصة  
في هذه المنطقة من القانون.

### التشريع

بند قانون العائلي 1996 بسط البعض من القوانين التي تتعلق بالعنف المنزلي والتي تعيش  
في البيت العائلي. يتضمن إجراءات أخرى أيضا مثل الوساطة (تحاول حل المشاكل)  
للأزواج المنفصلين. قد يكون هذا صعب لكن الدعم متوفر.

يهدف البند لمعالجة الأزواج المتزوجين والغير المتزوجين الذين يعيشون سوية في نفس  
البيت. على سبيل المثال تحت فعل القانون العائلي 1996 سحاقيه أو الرجال اللوطيين الذي  
يعيشون سوية لهم نفس الحقوق كناس المتباين الجنس.  
إن قانون الحماية من مضايقة 1997 هو قانون آخر قد يكون مفيد خصوصا إذا شريكك  
السابق يطارذك أو يضايقك أو إذا حالتك لا تقع تحت فعل القانون العائلي 1996، على  
سبيل المثال إذا ليس عندك أطفال و لم تعيشوا سوية.

على سبيل المثال إذا إنتظر المنتهك في أغلب الأحيان خارج بيتك أو عملك، أو جعل المكالمات الهاتفية مصدر الإزعاج المتكررة للتخويف أو إخافتك. يعطي هذا القانون الجديد سيعطي للشرطة المزيد من الصلحيات لتحري وخلق مخالفات إجرامية جديدة. بند 2004 من قانون جريمة وضحايا العنف المنزلي الجديد الذي جاء للتطبيق في أبريل/نيسان 2005. يمكن أن:

- يوفر المزيد من الحماية إلى الناجون من العنف المنزلي بجعل الهجوم العام (مثل الصفعة أو الدفع أو الهزة) مخالفة قديرة للتوقيف.
- القيام بخرق " أمر عدم تعروض " non-molestation order ' مخالفة جنائية تتهم المذنب و تؤدي للتوقيفه، رغم كون المتهم غير مدان .
- يسمح للتعيش والزواج الجنس الواحد حورية الوصول " أوامر كبح " Restraining Orders ' كأزواج وزوجات.
- خلق مخالفة إجرامية جديدة " تسبب أو تسمح لموت طفل أو شخص ضعيف ' إن " قاضي الشباب و الدليل الجنائ " البند 'The Youth Justice and Criminal Evidence Act 1999' مصممة لحماية أي واحد يدلي بشهادة أمام المحكمة بالسماح لإستعمال الشاشات، يعطي دليلاً عن طريق الفيديو وبالسماح للجمهور النضارة في الشرفة أن يتابوا القضية بوضوح

" محكمة القاضى الجنائ " بند The Criminal Justice act 2003 تسمح للمحكمة أن تسمع عن الإتهامات ضد المتهم و تمكنها أن تفهم القضية بجدية، وتؤخذ بالحسبان عندما يصدر الحكم. يسمح للشهود أيضا للإدلاء بالشهادة عن طريق الفيديو.

"التشويه التناسلي النسائي " 'The Female Mutilation Act 2003' يعتبر "التشويه التناسلي النسائي" مخالفة إجرامية على مواطن بريطاني أو ساكن بريطاني دائم في أي مكان في العالم، حتى في بلاد حيث أنه قانوني

تكتب بيانات شخصية للضحية، البيانات حول كيف أثرت الجريمة على الضحية عاطفياً ونفسياً من وجهة نظرهم. يمكن هذا للمحكمة فهم خطر الجريمة، حتى إذا ليس هناك إصابات تثبت هذا.

**تعين قضائ (أوامر) يمكنك أن تنال الحماية؛**

هناك تعينين محكمة رئيسيين إستعملت:

التعينات حول كيفية التصرف من شريكك مُستقبلاً – "أمر عدم تعروض"

'Non Molestation orders' تقول التعينات من يمتلك الحق للعيش

في البيت - " أمر تولى " . 'Occupation Ordeers'  
أي ' أمر عدم تعروض ' يعين للمرتكب أن لا يهاجم، يأذي أو يضايق الضحية،  
أو أي ' أطفال يعيشون معهم.

يقول "القانون العائلي" 'Family Law Act 1996' بأن غرض هذا التعيين أن يتأكد من  
الصحة، الأمن والساعدة للضحية وأي أطفال. يمكن للتحرش أن يأخذ شكل عنف جسدي  
أويتضمن مضايقة أيضا، مثل إرسال رسائل للتهديد. يمكن الآن للمحاكم أن تصدر ' أمر  
عدم تعروض ' لفترة محددة. على أية حال، في مسائل العائلة، سينتهي ' أمر عدم  
تعروض ' إذا سحوبت القضية.

" أمر تولى " تحت القانون العائلي Act 1996 أمر المحكمة حول البيت، و يبسط القانون  
ثانية. يمكن أن يستعمل لي:

- فرض حقل لبقاء في بيتك
- تأكد بأنك مسموح للعودة إلى بيتك إذا اضطرت للرحيل
- طلب المنتهك بمغادرة البيت، أو
- تحديد للمنتهك التحرك في البيت

سميت التعيينات المدرجة ' أمور تنظيمية' و ستأخذ المحكمة في الحسبان حاجات كل  
شخص الإحتياجات السكنية والتمويلية والصحية والأمنية والتصرف. يقول البند بأن يجب  
المحكمة أن تصدر أمر إذا أنت أو طفل من المحتمل أن يعاني من أذى خطير. ستحتاج  
المحكمة دليل من عندك ومنتتهك قبل جعل قرار حول أمر عدم تعروض أو أمر إحتلال.  
ستكون هذه الأوامر ستكون لفترة محددة لكن الأوامر الأخرى يمكن أن تمنح. إذا عشت  
سوية أو تزوجت يمكنك أن تقدم طلب للحصول على "أمر إحتلال" حتى إذا كانت بيتك  
فقط بإسم شريكك السابق. إذا أنت قلق بشأن وجود المنتهك، يمكنك أن تطلب من موظف  
المحكمة لإبقائه أو إبقائها بعيدا عنك.

أكس بارت

Ex-Parte

من المحتمل منح الأوامر " أكس بارت" 'Ex-Parte' الذي يعني أن المنتهك ليس من واجبه  
أن يعلم حول إجراءات المحكمة مقدما. هذا يحدث إذا الضحية أو الطفل كانا في خطر  
وشيك محتمل و يحتج لحماية مستعجلة أو إذا كان يعتقد بأن المنتهك يدرك إجراءات  
المحكمة و لكن كان يتفادى بتعمد أي إجراءات من المحكمة، أو إذا عرف المنتهك حول  
جلسة المحكمة وبهذا سيضع الضحية في خطر آخر بنسبة العنف المنزلي

## قوة التوقيف

### Power of Arrest

يصر القانون العائلي Act 1996 أن يؤكد بأن في أغلب حالات عنف أو تهديدات سيخويل القنون للشرطي أن يلقي القبض على المنتهك الذي لم يستجب لأمر محكمة. ليس كل أمر محكمة له سلطة التوقيف. إذا ليس هناك " مصادرة حكم توقيف" ' Power of arrest Attached ' لكن بدلا من ذلك ملاحظة المعروفة "بملاحظة إصدار ان جء" ' Penal Notice Attached ' يخبر المنتهك أن لا يعصي أمر المحكمة و لكن يخالف أوامر المحكمة ، و يستهين بالقضاء. في هذه النقطة يمكن تطبيق القانون و هو اصدار طلب توقيف للمنتهك و حبسه، اعتماد عاى المحكمة الذي اصدر فيه الحكم. إذا أردت أن تتصل بالشرطة لاحق لاحق، للمساعدة، يمكن أن تتصل بوحدة شرطة الأمن بالجالية.

## فوائد ومضار طلبات المحكمة (أوامر)

### Pros & Cons Of court Orders (Injunction)

يجب أن يلاحظ بأن من الضروري أن يقدم طلب الأوامر خلال 14 يوم من أخير حادث. الأوامر تمنح فقط بعد هذا الوقت إذا هناك ظروف مخففة. أيضا، تحتاج أن يكون عندك الاسم الكامل وعنوان المرتكب، لكي يطبق الأمر. هناك فوائد وضرر بنسبة لأمر المحكمة (إنذار) بأنك يجب أن تكون مدرك لقبل التقديم طلب للحصول على a طلب المحكمة. البعض من الفوائد والمضار تُدرج تحت:

### الفوائد

- يمكن أن تكون وسيلة من وسائل فعالة لإنهاء العنف، وسماح للضحية للبقاء في بيتهم
- قد يكون من المحتمل للوصول إلى المحكمة بسرعة، والضحية العودة إلى البيت بعد الوقت قصير جدا.
- يمكن لأمر محكمة أن تحمي أيضا ضحايا وأطفالهم خارج البيت مثل على ذلك: - في العمل، في مدرسة الأطفال
- يمكن أن يطر المنتهك من البيت

تعقد طلبات أوامر المحكمة في محاكم "المغلقة" على خلاف الإجراءات الإجرامية. هذا يعني بأن القاضي يخلي المحكمة من الناس الذين ليس لهم علاقة بالقضية. العديد من الضحايا يجدنا بأن هذه فائدة كبيرة. يمكنك أن تطلب بأن يبقى عنوانك طي الكتمان.

### الأضرار

- أمر محكمة علاج قصير الأمد
- أمر محكمة للضحايا الذين لا يتأهلون للمساعدة القانونية يمكن أن تكون غالية جدا

- خوف الضحية أن أمر المحكمة قد يزيد فقط له/لها خطر، خصوصاً إذا يفقد المنتهك بيته/بيتها
- عملية الذهاب إلى المحامي والمحكمة مرهقة؛ الرجل لربما عنده حق للحضور الجلسة
- قد لا يكون محتمل لإيجاد المنتهك لإعطائه الإنذار.

### التعهدات

قد يسئلك القاض إذا تقبل 'تعهد' من المنتهك إلى المحكمة التي هو / هي سوف لن يهاجمك. "التعهدات" تعطي أقل حماية من الأوامر ليس من الضروري أن تقبل واحد.

### كيف يحصل على طلب محكمة

يمكنك أن تتصل بأي محامي للقانون العائلي للتقديم طلب للحصول على هذه لأوامر. يمكنك أن تزور [www.lawsociety.org](http://www.lawsociety.org) أو تتصل بـ **0870 606 6575**. يمكنك أن تتصل أيضاً بوكالة محلية أو "مكتب نصيحة المواطنين" 'Citizen Advice Bureau' (CAB). لتفاصيل عن مكتب النصيحة المواطن المحلي يمكن أن تزور الوب [www.citizensadvice.org.uk](http://www.citizensadvice.org.uk) أو اتصل **020 7833 2181** لتفاصيل مكتب نصيحة مواطنيك المحلي. يمكنك أن تتصل "أيضاً بمكتب القانوني للخدمة الجالية" في **0845 345 4345** Community Legal Service أو تزور موقع ويبهم في [www.clsdirect.org.uk](http://www.clsdirect.org.uk). يمكنك أن تقدم طلباً للحصول على أمر المحكمة لوحدك. يمكنك أن تحصل على مساعدة من جمعية حقوق العنف المنزلي ضد النساء كتيب الأمر "دي أي واي" 'DIY Injunction Book'. للحصول على نسختك، يمكنك أن تتصل "بحقوق النساء" 'Right of Women' على الرقم التالي: **020 7251 2181**. يمكنك أيضاً أن تحصل على النصيحة القانونية من خط مساعدة النصيحة القانوني المجاني لحقوق النساء علا رقم التالي **020 7251 6577**

### الإجراءات الخاصة في الإجراءات الإجرامية

الدليل الأخير للعدالة الجنائية للشباب و الإجرام بند 1999 Act أدخلت بعض البنود القانونية لحماية الشهود و الضعفاء. صممت هذه الإجراءات لحماية الشهود تحت عمر 17 سنة. على أية حال، هذه الإجراءات مددت الآن إلى محكمة القضاة للبالغين. هذه خطوة مهمة في تطاق العنف المنزلي لأن، بطبيعته الحال، الناجون من العنف يخفون في أغلب الأحيان بإدلاء أمام المحكمة ضد

### الإجراءات الخاصة قد تتضمن:

- الشاشات - لكي يمكن الناجي من العنف أن يدلي بالشهادة بدون الحاجة لروايت المرتكب.

- وصلة فيديو - يدلي الناجي من العنف بشهادة أمام المحكمة من جناح الفيديو. قد يكون ذلك إذا بيانهم أخذ في شكل الفيديو الذي الفيديو سيلعب في المحكمة و سيسأل الناجي من العنف أسئلة حوله من طرف الدفاع.

يجب الملاحظة بأن بند هذه الإجراءات الخاصة ليست آلي. كل حالة تعتبر حسب ظرفه الخاص بقرار خدمة إدعاء التاج Crown Prosecution Service و ثم يصدر قرار سواء يقدم أو أن لا يقدم طلبا إلى المحكمة.

### التعويض

قد يكون أي محامي قادر على إدعاء للتعويض نيابة عنكم إذا كان المنتهك مدان لمخالفة في محكمة القضاة. لربما أنت قادر أيضا على التعويض خلال مخطط تعويض الإصابات الإجرامية. للتطلب هذا يجب أن لم تعد تعيش مع المنتهك ولا بد أن يكون هناك دليل هجوم. تقرير شرطة أو طبيب سيكون كافي. لبود أن يكون الهجوم مداوين عند الشرطة كجريمة، و يجب أيضا أن تساعد الشرطة في تحقيقاتهم.

### قضايا الهجرة

العنف المنزلي و قاعدة "السنين للأشخاص" 'The Two Year People' الذي يدخلان أو يبقيان في المملكة المتحدة على أساس الزواج أو العلاقة بزوج / شريك الذي هو مستقر في المملكة المتحدة أو مواطن بريطاني يعطا له إقامة استثنائية للبقاء في بريطانيا. سيخضعون إلى فترة إختبارية لمدة سنة، في نهاية المدة، بدعم شريكهم البريطاني، يمكنهم أن يقدموا طلب للحصول على الإقامة الدائمة. أثناء فترة السنة التي الشريك من الخارج ليس له عون مالي من الدولة. إذا توقفت العلاقة، يصبح الشريك من الخارج عرضة للإزالة من المملكة المتحدة ما لم يمكن أن يثبت الدليل المطلوب للعنف المنزلي تحت تنازل العنف المنزلي إلى القاعدة. هذا يعني إذا العلاقة توقفت بسبب العنف المنزلي، إذا تمكن الناجي من العنف المنزلي أن يقدم واحد من الأتي قد يمنح لها الإقامة الدائمة على نحو استثنائي خارج قواعد الهجرة:

" أمر عدم تعروض " non-molestation order ' أو أمر حماية آخر (ما عدا أكس بارت أو طلب موقت) ضد الضامن (إذا الضامن هو الشريك العنيف)؛ أو إتهام محكمة ضد الضامن؛ أو تفاصيل كاملة لتحذير شرطة ضد الضامن.

إذا أنت في هذا الموقع، أطلب نصيحة مستعجلة من مكتب النصائح المحلية، المجلس المشترك لرفاهية المهاجرين أو مكتب القانون المحلي قبل بدء الإجراءات القانونية (أنظر في نهاية هذا القسم كيف تتصل)

### اللاجئون وطالبو اللجوء

القضايا الأخرى بخصوص شؤون هجرتهم ما عدا "قاعدة السننتين" يمكن أن يضر اللجئيين والنساء الطالبات اللجوء. قد تتراوح هذه من قلة الدعم العاطفي والعائلي إلى قلة المصادر المالية. يجب أيضا أن نعلم بأن المساعدة من طرف الوكالات محدودة، كما هو قد يضر أي إجراءات مستمرة بمديرية الجنسية والهجرة.

### القائمة التالية قد تساعدك:

- احتفظ بكل الأوراق الشخصية حول حالتك وأطفالك في مكان آمن أو معك إذا كان بالإمكان
- احتفظ جواز سفرك معك في جميع الأوقات
- إتصال بمكتب مسجل لخدمات الهجرة الإستشارية مثل الواحد المدرج في الأسفل
- أعطي للمستشار التفاصيل لظروفك. يجب أن تكون الخدمات مجانية وسرية
- حاول أن تقيم الأحداث التي حدثت إليك
- تكلم مع الناس الذي تثيق فيهم حول ما حدث لك
- إتصال بخدمة مسندة النساء مثل نساء مثل الواحد المدرج في الأسفل
- دليل بلدية "هارينجي" للنساء

ما يلي قائمة من المنظمات المفيدة للاجئين وطالبي اللجوء الذي يمكن أن يعرض نصيحة معينة , مثل: هجرة للنساء التي تواجه العنف المنزلي:

الخدمات الإجتماعية العامة، عون ونصيحة قانونية

مساعدة اللجوء

ASYLUM AID

رقم الهاتف: 020 7377 5123

يسير مشروع إحتياجات النساء اللاجئات وأعطئهم نصائح قانونية مجانية.

الإثنين والثلاثاء 4.30 - 2 مساءً؛ الخميس 10 صباحا - 12.30 مساءً

COUNSELING & HEALTH

نصح والصحة

مركز دعم للجنين

Refugee Support Centre



رقم الهاتف: 020 7820 3606  
النصح المتعدد اللغات وخدمة العلاج بالتحليل النفسي للاجئين وطالبي اللجوء الذين يواجهون ضيق عاطفي.



مركز اللجوء القانوني  
Refugee Legal Centre

رقم الهاتف: 020 7780 3200

تزويد النصائح والتمثيل القانوني للذين يطلبون الحماية تحت القانون الإنساني الدولي والوطني و قنون اللجوء.



أخوات ساوثهول السود  
SOUTHALL BLACK SISTERS

رقم الهاتف: 020 8571 9595

نصائح هاتفية تعرض إلى النساء الآسيويات بشكل رئيسي عبر لندن في حالات العنف المحلي أو العنف الآخر و اللواتي تواجهن المشقة على حسب قواعد الهجرة



مجلس اللاجئين  
THE REFUGEE COUNCIL

240-250 Ferndale Road  
London SW9 8BB

رقم الهاتف: 020 7820 3000

في المركز موظفات نساء منهم للصحة العقلية. يزود أيضا العمل للجالية

## طلاق أو افتراق

إذا أنت مزوج، يمكنك أن تحصل على أمر الإفتراق أو الطلاق من زوجك. للحصول على طلب طلاق لا بد من أن يكون الزواج لا أقل من سنة. يمكنك أن تتصل بمحامي أو مركز قانون للنصائح. كل الأزواج الذين طلبوا للحصول على الطلاق سيعرض عليهم وساطة. الوساطة تعني أنت وشريكك السابق تتكلم مع بعضهم البعض، مع شخص من المحكمة ليرى إذا استطعت أن تنظم أشياء. إذا واجهت عنف منزلي الذي أنت يمكنك أن تخبر المحكمة بأنك خائفة من شريكك، وبأن الوساطة ليست ملائمة لك. يجب أن تصر على هذا لكنه حقك للرفض. أيضاً إذا أنت تطلب التفاوض حول إتصال شريكك السابق بالطفل ، إذا أنت خائفة منه يجب أن تخبر موظف المحكمة للخدمات الإجتماعية بأنك واجهت عنف منزلي، وترتيبات خاصة يجب أن تراتب لكي ترحل عليه. إذا تشعر بأن ترتيبات إتصال الطفل قد تؤثر على أمنك يجب أن تخبر المحكمة. للحصول على النصائح القانونية يمكنك

أنا سابقى...

أن تتصلَ بأي محامي بالنظر في دفتر الهواتف أو أي محامي في شارعك العام المحلي. ما يلي قائمة من بعض الأماكن من التي يمكنك أن تختار للنصائح.



### سلطة تعويض لإصابات الإجرامية

#### CRIMINAL INJURIES COMPONSATION AUTHORITY

Moreley House 26-30 Holborn Viaduc

London EC1A 2JQ

رقم الهاتف: 020 7842 6800

توضيح الأنواع المختلفة للماعونات التي عندك الحق فيها، يخبرك أين تذهب لحصول على مساعدات ونصائح على الأمور المالية



### المجلس المشترك للعون الإجتماعي للمهاجرين

#### JOIN COUNCIL FOR THE WELFARE OF IMMIGRANTS

115 Old Street

London EC1 V9RT

عنوان بريد الإلكتروني: info@jcwi.org.uk

خط نصائح وجلسات نصيحة: الثلاثاء والخميس 2-5 مساء



### حقوق النساء

#### WOMEN RIGHTS

52-54 Featherstone Street

London EC1A 8RT

خط هاتف النصائح: 020 7251 6577

عنوان بريد الإلكتروني: info@row.org.uk

عنوان الوب: www.rightsofwomen.org.uk

تقديم جلسات نصائح للنساء اللواتي يردن المساعدات أو النصائح أو المعلومات حول المشاكل القانونية: الثلاثاء، الأربعاء والخميس 7-9 مساء 2-4 مساء؛ الجمعة 2-5 مساء

### الجزء السابع

#### المال

إذا تعتبرن أب علاقتك العطفية عنيفة، ستحتاج لمعرفة حقوقك بنسبة للمساعدة المالية المتوفرة لعائلتك ونفسك. في الأسفل وصف حكومي للدعم المتوفر. إمتلاك رقم ملف الجريمة قد يساعدك عند طلب الإعانة الإجتماعية بعد حادثة العنف المنزلي.

## الإعانة الإجتماعية

### Welfare Benefits

هناك ان اعإات إجتماعية مختلفة قد تستفد منها حتى و لي تشتغل . هناك ثلاثة من الإعانات: المساهمة، الغير المساهمة و المنافع المجربة الوسائل . تُعتمد المنافع على المساهمة للدفع الضمان الإجتماعي عندما تعمل. تدفع ضمان إجتماعي عندما تعمل.

منافع غير مساهمة مدفوعة حق إلى الناس الذين يعيشون في بريطانيا لفترة زمنية معينة. ستدفع لإعانة المساعدين، الأشخاص الذين يربون أطفال والذين المنافع المبحالات العجز. و الذين لا يعتمدون على دفع مساهمات الضمان الإجتماعي أهي التي أو مدخرات أو دخل.

## دعم دخل

### Income Support

إذا أنت تشغل أقل من 16 ساعة إسبوعيا و عندك لوخدم قليل أو لست في العمل المأجور مطلقا، و لربما عندك الحق في الدعم الدخل. إذا عندك أطفال و عندهم الحق في الدعم الدخل الذي أنت ستستلم علاوة إضافية لكل طفل. إظفة لهذا لا يجب عليك أن تكون عندك مبلغ موفر من أكثر من £8,000. العلاوات الإضافية (Extra premiums) متوفرة أيضاً إذا أنت أب وحيد و له عجز، أو متقاعد أو تساعد معويق بالغ آخر الذي يستلم من دعم الإعاقين

إذا عندك رهن عقاري ' Mortgage '، قد يغطي الدعم الدخل البعض من الفوائد على دفعات رهنك 'interests'. الكمية ستعتمد على قيمة الرهن ومتى هي أخذت. هناك أشياء إضافية التي أنت قد يكون لك الحق فيها إذا أنت تستلم دعم دخل. تتضمن هذه معالجة أسنان مجاني، وصفات مجانية، فحص العين،، وإذا عندك الأطفال، وجبات طعام المدرسة مجاني للأطفال و عملة رمزية للحليب. مستندات صرف اللباس المجانية للأطفال في التعليم الثانوي متوفر خلال مكتب التعليم المحلي.

## ضريبة الإنتمان للعوائل العاملة

### Working Families Tax Credit

إذا عندك على الأقل طفل واحد، و تعمل 16 ساعة إسبوعيا على الأقل عندك دخل قليل؛ قد تكون مؤهل لضريبة الإنتمان للعوائل العاملة إذا أنت تدفع كلفة رعاية لمراعية أطفال ' childminder ' بينما أنت في العمل قد تستلم إنتمان ضريبة رعاية الطفولة ' Child Tax Credit '.

## علاوة باحثي شغل

### Job Seekers Allowance

لنتأهل يجب أن تكون مستعدا للعمل و نشيط في البحث عن عمل. إذا دفعت مساهمات كافية للضمان الإجتماعي ستحصل على "جي أي إس" " JSA " مساهمة و إلا تطلب "جي إس أي" ( دخل متصل)، الذي تشبه الدعم الدخل.

## منحة إجتماعية للعاجزين

### Incapacity Benefit

للحصول على هذه المنحة لبد أن تكون قد سهمت في الصندوق الضمان الإجتماعي وبصفة، منتظمة و كافية و تكون أيضا عاجزا عن العمل بموجب شهادة من المختصين. ستكون النسبة المالية و فقا عن المدة التي كنت عاطلا عن الشغل. ستستلم أيضا منحة إضافية إذا عندك أطفال.

## منحة عجز الحية

### Disability Living Allowance

هذا متوفرة إلى الناس الذين يحتاجون إلى المساعدة والعناية الشخصية أو بسبب مرض طبيعي أو عقلي أو عجز والذين إحتاجوا هذه المساعدة لمدة ثلاثة أشهر على الأقل. في الحقيقة لا يجب منك أن تستلم هذا النوع من العناية للحصول على المنحة. قد تحصل على هذه المنفعة سواء أنت تعمل أو لا تعمل.

## منحة الطفولة

### Child Benefit

هذه المنحة متوفرة لي أي واحد الذي عنده طفل تحت 19 سنة و يعيش معه وما زال في المدرسة. ستستلم مبلغ لكل طفل.

## منحة (معونة) السكن

### Housing Benefit

طالما، عندك أقل من £16,000 من المدخرات يمكنك أن تقدم طلب للحصول على معونة السكن لكي تدفع إيجارك. إذا تستلم دعم دخل، قد تصبح كل إيجارك مدفوعة. إذا أنت تشتغل لكن دخلك ضعيف، قد تحصل على بعض من إيجارك دفعت. معونة السكن يمكن أن تدفع لبيتين لمدة 52 أسابيع على الأقل إذا الغياب من البيت السابق نتيجة خوف من العنف، و تنوى العودة إلى البيت.

## منفعة ضريبة البلدية

### Council Tax Benefit

إذا تُستلم دعم دخل أو معونة سكن كاملة قد تصبح الضرائب البلدية مدفوعة كاملة من طرف الإعانة الإجتماعية. إذا تشتغل لكن دخلك ضعيف قد تحصل على بعض من ضريبة البلدية مدفوعة. إذا أن الوحيد البالغ في العائلة فلك 25% بالمائة تخفيض في ضريبة البلدية بغض النظر عن سواء تعمل أو لا تعمل.

## القروض والمنحة

### Loans & Grants

هناك أيضا قروض و منحات مختلفة قد تؤهلك للحصول عليها. الجدير بالذكر أن نقول بأن القروض الذي (تعيد دفعها) أسهل من القروض الذي (لا تعيد دفعها) كل القروض و المناح تدفع من طرف المكتب للإجتماعي و الإستثمارات موجهة للسحب من المكتب للضمان الإجتماعي.

## ميزانية القروض

### Budgeting Loans

يدفع هذا كئمن إيجار مقدما إلى صاحب الملك أو جمعية إسكانية خاصة، أو ضمان مأكّل والسكن. لا يمكن أن تدفع ثمن وجبات الطعام أو رسوم الخدمة. لا بد وأن تُستلم دعم داخل و لمدة 26 أسبوع و تكون أيضا مؤهل لمزانية القروض. ستعيد دفعها أسبوعيا عند ما تحصل على أي إعانة إجتماعية

## قروض أزمة

### Crisis Loan

من الممكن الحصول قرض أزمة و لكن فيه صعوبات كبيرة. الحصول على "قرض أزمة لدفع" لإجار مسبق أو اشتراء أغراض أو الية مهجور أو غير موجود بسبب خوف من عنف إضافي. قد تمنح قروض أزمة يوميا للمحتاج في أزمة مالية خانقة ، حتى تدفع له "منحة الدفع الداخلي" ' Income Support '. ستعيد دفعها أسبوعيا عند ما تحصل على أي إعانة إجتماعية

## منحة عناية الجالية

### Community Grant

تدفع هذه المنحة لتعويض، أغراض فقدت أو تركت في البيت بعد الفرار منها. هذا المال سيساعد أيضا لشراء أغراض أخرى للبيت الجديد. سيكون الدفع بصفة استثنائية. يمكنك أن تحصل على هذه المنحة إذا كان لك "دعم دخل"

أو ترتيب البيت بعد الخروج من 'مؤسسة' للعناية للصحية ( مثل: ملجئ لمساعدة النساء نزل للمشردين) أو تحتاج مساعدة لمنعك أن تعود إلى الملجئ أو تواجه ظغوت عائلية كبيرة. هذه المال لا تحتاج أن ترجعها.

## دفعه أمومه

### Maternity payment

هذه منحه لي £100، التي هي واجبه لدفع إذا أنت حبلى وتستلم دعم دخل، منحه عجز العامل أو الإئتمان العائلي. يمكنك أن تطلب أي وقت من 11 إسبوع قبل ولده الطفل و هذا حتى عمره ثلاثة شهور. هذا ليس من الواجبه أن يعاد الدفع.

**ملاحظة:** إذا يستلم المنتهك المنحه الإجتماعية و لا يقوم بحاجتك أنت و أولدك، يحق لك أن تشتك إلى دايرة مكتب الضمان الإجتماعي لكي يرد لك و أولدك النسبة المالية التي تحق لك.

## الصيانة

### Maintenance

يحق لك في الصيانة من أب الأطفال ، لكن إذا أنت تستلم منافع ، لكن ليس الكل، من هذه المنحه قد تحدف لك كمية معينة. إذا تنوى أن طلب المنحه، تحتاج لنصائح قانونية.

**أين تطلب:** هناك عدد من المنظمات المختلفة المشتركة في إدارة المنافع. يجب عليك أن تتأكد أنك تطلب في المكتب الملائم. يجب عليك أيضاً أن تخبرهم عندما ظروفك الإجتماعية تتغير. إن المكاتب الرئيسية و وكالة المنفعة التي تدير دعم الدخل، تدير أيضاً خدمة التوظيف علاوة باحثي شغل و البلدية تدير المسعدات للأجار السكني و ضريبة على المنفعة.

يجب أن ل تقبل الضغوط من قسم موظفي الضمان الإجتماعي في طلب إ الصيانة أو إلى تزويد المعلومات حول المنتهك. يمكن لقسم الضمان الإجتماعي أن يقطع دعم دخلك بحدود 20% بالمائة إذا أخفقت في تزويد المعلومات حول شريك سابق بدون سبب جيد. يجب على أية حال، أن نأكد بأن أحداث العنف المنزلي أو خوف العنف سبب كافي لحجب المعلومات ولا عقوبة يجب أن تفرض. إنك تمتلك الحق للإستئناف إذا تفرض العقوبة و يجب عليك أن تطلب نصيحة فورا

عندما تقدم طلب للحصول على إعانة من المستحسن أن تطلبها عن طريق مركز نصيحة أو منظمة.

إذا تريد المساعدة لترتيب أمورك المالية يمكنك أن تتصل بي:



**الخدمات القانونية للجالية المباشرة**  
**COMMUNITY LEGAL SERVICE DIRECT**

رقم الهاتف: 0845 345 4345

[www.clsdirect.org.uk](http://www.clsdirect.org.uk)

إذا أنت مؤهل للمساعدة القانونية اتصل بخط هاتف مساعدتنا الوطني  
0845 345 4 345 للنصيحة المجانية حول المنافع، ضريبة دامت عا، الإسكان، التوظيف،  
مشاكل الدين أو التعليم.



**منفعة ضريبة البلدية (بلدية هارينجي)**  
**Council Tax Benefit (Haringey Council)**

عنوان صندوق البريد: PO BOX 10505

Wood Green N22 7WJ

رقم الهاتف: 020 8489 2800

**منحة (معونة) السكن**

**HOUSING BENEFIT**

(مستأجروا البلدية الرجاء الاتصال بمكتبك السكني المحلي، العناوين في القسم السكني).



**مكتب "هورنزي" لنصائح المواطن**

**HORNSEY CITIZEN'S ADVICE**

دار بلدية هورسني: Hornsey Town Hall The Broadway

Crouch End London N8 9JJ

رقم الهاتف: 0870 126 4030

رقم الفكس: 020 8374 2646

عنوان بريد الإلكتروني: [cabhornsey@aol.com](mailto:cabhornsey@aol.com)

الساعات الإفتاحية: الإثنين 10 صباحاً - 5 مساءً (تعين)، 2 مساءً - 5 مساءً (هاتف)  
الثلاثاء 2 مساءً - 8 مساءً (تعين) 3 مساءً - 7 مساءً (هاتف) الأربعاء / الخميس 10 صباحاً  
- 1 مساءً (تعين) 2 مساءً - 5 مساءً  
(هاتف) الجمعة 10 صباحاً - 12 ظهر، 2 مساءً - 4 مساءً (هبوط في)

**مكتب نصائح المواطن توتنهام**

**TOTTENHAM CITIZEN'S ADVICE BUREAU**

دار بلدية توتنهام، Tottenham Town Hall

Tottenham Approach Road



London N15 4RY

رقم الهاتف: 020 8888 5362

ر: قم الفكس: 020 8889 6508

الساعات الإفتتاحية: تعيينات الإثنين؛ الثلاثاء 10 صباحا - 12 ظهر،  
2 مساء - 4 مساء؛ تعيينات الأربعاء؛ الخميس 10 صباحا - 12 ظهر،  
2 مساء - 4 مساء؛ الجمعة غلقت

مكتب نصائح المواطن تربيكليت

TURNPIKE CITIZEN'S ADVICE BUREAU

14A Willoughby Road

London N8 OJJ

رقم الهاتف : 0870 126 4030

رقم الفكس: 020 8374 0527

عنوان بريد الإلكتروني: cabturnpikelane@aol.com

الساعات الإفتتاحية: الإثنين 10 صباحا - 12 ظهر، 2 مساء - 4 مساء (هبوط في)؛  
تعيينات الثلاثاء؛ الأربعاء 10 صباحاً - 12 ظهر، 2 مساءً - 4 مساء (مكتب استقبال)؛  
الخميس / تعيينات الجمعة

رقم الهاتف: 0870 4030 126

المعلومات المفيدة الإضافية

- إذا أطفالك يختارون العيش مع أبيهم وأنت تعمل، ستتطلبك منك وكالة حماية الطفولة أن تدف مصارف عيشهم.
- أنت لست ملزمة أن تدفع ضريبة البلدية إذا أنت تعيش في سكن مؤقت يعتمد على عقد إيجارك.
- إذا عندك حسابات مصرف مشترك أو بطاقات الائتمان، تحتاج أن تتصل بالمصرف أو المؤسسة المالية ولتطلب منهم إزالة اسمك من الحساب. و بهذا ستصبح غير مسؤول عن أي فواتير أو سحب بدون رصيد الذي قد يتحملها المنتهك.
- إذا تركت بيتك وفواتيرك بسمك (ومثال على ذلك: - غاز، هاتف)، يجب عليك أن تخبر الإدارات والمنظمات المعنية بأنك لن تعيش في ذلك العنوان. إذا أنت تعمل أو تفكر بالعمل، من المهم أن تخبر مكتب الضرائب عندما تفسخ علاقتك بحيث يمكنك أن تكسب مال إضافي من قبل أن تبدأ تدفع الضريبة.
- يمكنك أن تسوق في الدكاكين الخيرية لتقليل كلفة اللباس الممتاز الجيد أكثر النساء الآن يختارون هذا الطريقة بحيث تسوقك بهذه الطارقة ستوفر المال و تحصل على سلعة ممتازة بأسعار منخفضة.
- الأسواق الشعبية ' Care Boot Sal ' تعرض حاجات مستعملة سلع ممتازة رخيصة لكن كن مستعدا للبحث.

- بعض وكالات النصيحة تقدم توجيه سري و مجاني لكيفية إدارة الديون وترتيب الميزانية. هذه أحسن طريقة لتوفير وإدارة المال.

## قضايا المساوات والنساء WOMEN & EQUALITY القسم الثامن

### هذا القسم

- يعطي أمثلة عن قضايا المساوات التي تخلق صعوبات إضافية للنساء بنسبة للعلاقات العنف

قضايا المساواة التي تؤثر أكثر على نساء:

- الزوج و الأقلية العرقية
- العجزة
- السن - النساء والشابات الأكبر سنا
- الجنس

هذه بعض الأمثلة عن قضايا المساوات التي تخلق صعوبات إضافية للنساء في العلاقات العنيفة.

الزوج و النساء الأقلية العرقية يواجهون و يمكن أن و يواجهون تمييز عنصري في حياتهم اليومية و يمكن هذا أن يكون مانعا إضافي إذا هم يواجهون عنف منزلي أيضا. الخوف من التمييز العنصري المؤسسي قد يجعل الأمر صعبا على الزوجين ولأقلية العرقية الذين هم ضحايا العنف المنزلي أن يبلغ الشرطة. لربما هو أيضا صعب للتحدث عن الحادث للموظف الإسكان أو موظفي الخدمات الإجتماعية. قد يستعملون التهديد الحقيقي أو المحسوس للترحيل. أي تردد لتغذية الأفكار الشائعة العنصرية قد تساعد على إبقاء الولاء للشريك. هناك قد يكون ضغطا إضافيا من شبكة العائلية الكبيرة بعدم ترك الشريك الإعتسفي، خصوصا إذا هو متمسك بجلب الخزي للجالية. العنف المنزلي ليس ذنب هناك منظمات وملاجئ لمساعدك بنصائح، ومستشارون قانونيون متوفرون من وكالات الدعم بخصوص قضايا الهجرة. (أنظري القائمة المدرجة لوكالات النصائح والدعم).

النساء المعوقات يمكن أن تتعرض لسوء المعاملة والعنف. قد يتوقع المعتني بك الرئيسي ' carer ' بأن تحمل مثل هذا سوء الإستخدام كشكل من أشكال لإمتنان لمساعدتهم. النساء بحالات العجز قد تخاف "المأساسية" 'institutionalisation' إذا تركت. قد تحس كما لو أن المنتهك زاد قوة للسيطرة على حياتك. على أية حال، هناك منظمات وملاجئ الذي يمكنهم

أن يساعدك. العنف المنزلي ليس ذنبك. بعض الملاجئ مكيفة للنساء بحالات العجز. بعض الوكالات لها مباني سهلة العبور ويمكنك أن تحصل على مترجمي لغة الإشارة. "إنتلاف عجز هارينجيجي"

' Haringey Disability Consortium ' يمكن أن يساعد ويُحملك حيث ضروري. إنه من الممكن أن تهجر علاقة عنيفة بغض النظر عن عجزك. هناك وكالات نصائح و مكاتب دعم لمساعدتك للتغلب على صدمة العنف المنزلي. (أنظري القائمة المدرجة لوكالات النصائح والدعم).

**النساء المسنات** التي تعيش على علاقات عنيفة يمكن أن تصبح معتمدة على المنتهك للعناية والإهتمام. قد يكون تعسوف عاطفي أو وقع خلال التهديد أو الإذلال. يمكن أن يكون إعتداء جسدي يؤدي إلى الجرح الجسماني، ألم، أو ضعف. قد يكون إعتداء جنسي. العقبات الهامة التي تواجه النساء المسنات للمغرة العلاقات العنيفة قد في تتضمن الصحة، التوظيف، التمويلات، العلاقات العائلية، والتثثير النفسي في بدء حياة جديدة في سن متأخر. اسمك قد لا يكون على الرهن العقاري أو عقد الإيجار لكن يمكنك أن تستلم مساعدة دعم من إدارة الإسكان المحلية إذا أنت في علاقة عنيفة. "سن يوهم" ' Age Concern ' يمكنه أن يساعدك ويحملك حيث حيث الضرورة.

**النساء لشابات** يمكن أن يواجهن صعوبات سكنية عندما تترك علاقة عنيفة لكن هناك مساعدة متوفرة لمساعدتك. على أية حال تجد إسكان مناسب على أية حال يمكنك أن تجدي إسكان عن طريق "ملاجئ النساء" ' Women's refuges ' وكالات أجرة خاصة و بلديتك المحلية أو جمعية إسكان (بالرغم من أن الإعتبرات قد تكون محدد). كونك شابة عندك الفرصة أن تتنعم بحياة خالية من العنف مجّانية. تُرك علاقة عنيفة يمكن أن تمنحك الثقة التي تحتاج إلى إعادة النظر في الأولويات أو إتباع الأهداف السطرية. أنت لست لوحدك. الدعم متوفر. (أنظري القائمة المدرجة لوكالات النصائح والدعم).

**المسحقات والنساء ذو العلة الجنسية** التي تواجه العنف المنزلي قد تتلقى عطف ظائل من الآخرين. إذا يشمل الأطفال ، قد يكون هناك خوف حول الكفالة، يجعله أصعب لهم حتى للشكوى. أي امرأة التي تواجه سوء التعامل على يدي امرأة أخرى قد يكون مستحيل للخروج عن الصمت في مجتمع الذي يبحث عن أي عذر لإدانة العلاقات بين النساء. قد يخافون إدانة أيضا من طرف جماعيات اللوطية بنفسها، التي تدرك ما عدا ذلك كترويد دعم كبير. خسارة ذلك الدعم يمكن أن يؤدي إلى العزلة. كما في الحالات الأخرى هي أسهل أحيانا لإنكار الذي يحدث. الإنكار يمكن أن يحدث الخوف من العقوبة بنُعاء للجماعة اللوطية اسم سيئ أو صحافة سيئة. يمكنك أن تتصل بوكالات الدعم الإختصاصية

والوكالات الأخرى الذي يقدمنا الخدمات إلى الناس الذين واجهوا " أو موفيبيا " 'homophobia' (أنظرفي القائمة المدرجة لوكالات النصائح والدعم).

## دفعه أمومة

### Maternity payment

هذه منحة لي £100، التي هي واجبة لدفع إذا أنت حبلى وتستلم دعم دخل، منحة عجز العامل أو الإنتمان العائلي. يمكنك أن تطلب بي ف أي وقت من 11 إسبوع قبل ولدة الطفل و هذا حتى عمره ثلاثة شهور. هذا ليس من الواجبه أن يعاد الدفع.

**ملاحظة:** إذا يستلم المنتهك المنحة الإجتماعية و لا يقوم بحاجتك أنت و أولدك، يحق لك أن تشتك إلى دايرة مكتب الضمان الإجتماعي لكي يرد لك و أولدك النسبة المالية التي تحق لك.

## الصيانة

### Maintenance

يحق لك في الصيانة من أب الأطفال ، لكن إذا أنت تستلم منافع ، لكن ليس الكل، من هذه المنحة قد تحدف لك كمية معينة. إذا تنوى أن طلب المنحة، تحتاج لنصائح قانونية.

**أين تطلب:** هناك عدد من المنظمات المختلفة المشتركة في إدارة المنافع. يجب عليك أن تتأكد أنك تطلب في المكتب الملائم. يجب عليك أيضاً أن تخبرهم عندما ظروفك الإجتماعية تتغير. إن المكاتب الرئيسية و وكالة المنفعة التي تدير دعم الدخل، تدير أيضاً خدمة التوظيف علاوة باحثي شغل و البلدية تدير المسعدات للأجار السكني و ضريبة على المنفعة.

يجب أن ل تقبل الضغوط من قسم موظفي الضمان الإجتماعي في طلب إ الصيانة أو إلى تزويد المعلومات حول المنتهك. يمكن لقسم الضمان الإجتماعي أن يقطع دعم دخلك بحدود 20% بالمائة إذا أخفقت في تزويد المعلومات حول شريك سابق بدون سبب جيد. يجب على أية حال، أن نأكد بأن أحداث العنف المنزلي أو خوف العنف سبب كافي لحجب المعلومات ولا عقوبة يجب أن تفرض. إنك تملك الحق للإستئناف إذا تفرض العقوبة و يجب عليك أن تطلب نصيحة فورا

عندما تقدم طلب للحصول على إعانة من المستحسن أن تطلبها عن طريق مركز نصيحة أو منظمة.

إذا تريد المساعدة لترتيب أمورك المالية التي أنت يمكنك أن تتصل بي:

## الخدمات القانونية للجالية مباشرة

رقم الهاتف: 0845 345 4345

www.clsdirect.org.uk

إذا أنت مؤهل للمساعدة القانونية اتصل بخط هاتف مساعدتنا الوطني  
0845 345 4 345 للنصيحة المجانية حول المنافع، ضريبة دامت عا، الإسكان، التوظيف،  
مشاكل الدين أو التعليم.

## منفعة ضريبة البلدية (بلدية هارينجي)

**Council Tax Benefit (Haringey Council)**

عنوان صندوق البريد: PO BOX 10505

Wood Green N22 7WJ

رقم الهاتف: 020 8489 2800

## منحة (معونة) السكن

**HOUSING BENEFIT**

(مستأجروا البلدية الرجاء الاتصال بمكتبك السكني المحلي، العناوين في القسم السكني).

## مكتب "هورنزي" لنصائح المواطن

**HORNSEY CITIZEN'S ADVICE**

دار بلدية هورسنسي: Hornsey Town Hall The Broadway

Crouch End London N8 9JJ

رقم الهاتف: 0870 126 4030

رقم الفكس: 020 8374 2646

عنوان بريد الإلكتروني: cabhornsey@aol.com

الساعات الإفتتاحية: الإثنين 10 صباحاً - 5 مساءً (تعين)، 2 مساءً - 5 مساءً (هاتف)  
الثلاثاء 2 مساءً - 8 مساءً (تعين) 3 مساءً - 7 مساءً (هاتف) الأربعاء / الخميس 10 صباحاً  
- 1 مساءً (تعين) 2 مساءً - 5 مساءً  
(هاتف) الجمعة 10 صباحاً - 12 ظهر، 2 مساءً - 4 مساءً (هبوط في)

## مكتب نصائح المواطن توتنهام

**TOTTENHAM CITIZEN'S ADVICE BUREAU**

دار بلدية توتنهام، Tottenham Town Hall

Tottenham Approach Road

London N15 4RY

رقم الهاتف: 020 8888 5362

رقم الفكس: 020 8889 6508  
الساعات الإفتتاحية: تعيينات الإثنين؛ الثلاثاء 10 صباحا - 12 ظهر،  
2 مساء - 4 مساء؛ تعيينات الأربعاء؛ الخميس 10 صباحا - 12 ظهر،  
2 مساء - 4 مساء؛ الجمعة غلقت

**مكتب نصائح المواطن تربيكايت**  
**TURNPIKE CITIZEN'S ADVICE BUREAU**  
14A Willoughby Road  
London N8 OJJ

رقم الهاتف : 0870 126 4030

رقم الفكس: 020 8374 0527

عنوان بريد الإلكتروني: [cabturnpikelane@aol.com](mailto:cabturnpikelane@aol.com)

الساعات الإفتتاحية: الإثنين 10 صباحا - 12 ظهر، 2 مساء - 4 مساء (هبوط في)؛  
تعيينات الثلاثاء؛ الأربعاء 10 صباحاً - 12 ظهر، 2 مساء - 4 مساء (مكتب استقبال)؛  
الخميس / تعيينات الجمعة  
رقم الهاتف: 0870 126 4030

### المعلومات المفيدة الإضافية

- إذا أطفالك يختارون العيش مع أبيهم وأنت تعمل، ستتطلبك منك وكالة حماية الطفولة أن تدف مصارف عيشهم.
- أنت لست ملزمة أن تدفع ضريبة البلدية إذا أنت تعيش في سكن مؤقت يعتمد على عقد إيجارك.
- إذا عندك حسابات مصرف مشترك أو بطاقات الائتمان، تحتاج أن تتصل بالمصرف أو المؤسسة المالية ولتطلب منهم إزالة اسمك من الحساب. و بهذا ستصبح غير مسؤول عن أي فواتير أو سحب بدون رصيد الذي قد يتحملها المنتهك.
- إذا تركت بيتك وفواتيرك بسمك (ومثال على ذلك: - غاز، هاتف)، يجب عليك أن تخبر الإدارات والمنظمات المعنية بأنك لن تعيش في ذلك العنوان. إذا أنت تعمل أو تفكر بالعمل، من المهم أن تخبر مكتب الضرائب عندما تفسخ علاقتك بحيث يمكنك أن تكسب مال إضافي من قبل أن تبدأ تدفع الضريبة.
- يمكنك أن تسوق في الدكاكين الخيرية لتقليل كلفة اللباس الممتاز الجيد أكثر النساء الآن يختارون هذا الطريقة بحيث تسوقك بهذه الطارقة ستوفر المال و تحصل على سلعة ممتازة بأسعار منخفضة.
- الأسواق الشعبية ' Care Boot Sale ' تعرض حاجات مستعملة سلع ممتازة رخيصة لكن كن مستعدا للبحث.

- بعض وكالات النصيحة تقدم توجيهه سري و مجاني لكيفية إدارة الديون وترتيب الميزانية. هذه أحسن طريقة لتوفير وإدارة المال.

## قضايا المساوات والنساء WOMEN & EQUALITY القسم الثامن

### هذا القسم

- يعطي أمثلة عن قضايا المساوات التي تخلق صعوبات إضافية للنساء بنسبة للعلاقات العنف

قضايا المساواة التي تؤثر أكثر على نساء:

- الزوج و الأقلية العرقية
- العجزة
- السن - النساء والشابات الأكبر سنا
- الجنس

هذه بعض الأمثلة عن قضايا المساوات التي تخلق صعوبات إضافية للنساء في العلاقات العنيفة.

الزوج و النساء الأقلية العرقية يواجهون و يمكن أن و يواجهون تمييز عنصري في حياتهم اليومية و يمكن هذا أن يكون مانعا إضافي إذا هم يواجهون عنف منزلي أيضا. الخوف من التمييز العنصري المؤسسي قد يجعل الأمر صعبا على الزوجين ولأقلية العرقية الذين هم ضحايا العنف المنزلي أن يبلغ الشرطة. لربما هو أيضا صعب للتحدث عن الحادث للموظف الإسكان أو موظفي الخدمات الإجتماعية. قد يستعملون التهديد الحقيقي أو المحسوس للترحيل. أي تردد لتغذية الأفكار الشائعة العنصرية قد تساعد على إبقاء الولاء للشريك. هناك قد يكون ضغطا إضافيا من شبكة العائلة الكبيرة بعدم ترك الشريك الإعتسفي، خصوصا إذا هو متمسك بجلب الخزي للجالية. العنف المنزلي ليس ذنب هناك منظمات وملاجئ لمساعدك بنصائح، ومستشارون قانونيون متوفرون من وكالات الدعم بخصوص قضايا الهجرة. (أنظري القائمة المدرجة لوكالات النصائح والدعم).

النساء المعوقات يمكن أن تتعرض لسوء المعاملة والعنف. قد يتوقع المعتني بك الرئيسي 'carer' بأن تحمل مثل هذا سوء الإستخدام كشكل من أشكال لإمتنان لمساعدتهم. النساء بحالات العجز قد تخاف "المأساسية" 'institutionalisation' إذا تركت. قد تحس كما لو أن

المنتَهك زاد قوة للسيطرة على حياتك. على أية حال، هناك منظمات وملاجئ الذي يمكنهم أن يساعدك. العنف المنزلي ليس ذنبك. بعض الملاجئ مكيفة للنساء بحالات العجز. بعض الوكالات لها مباني سهلة العبور ويمكنك أن تحصل على مترجمي لغة الإشارة. "إنتلاف عجز هارينجيجي"

' Haringey Disability Consortium ' يمكن أن يساعد ويُحيلك حيث ضروري. إنه من الممكن أن تهجر علاقة عنيفة بغض النظر عن عجزك. هناك وكالات نصائح و مكاتب دعم لمساعدتك للتغلب على صدمة العنف المنزلي. (أنظري القائمة المدرجة لوكالات النصائح والدعم).

**النساء المسنات** التي تعيش على علاقات عنيفة يمكن أن تصبح معتمدة على المنتَهك للناية والإهتمام. قد يكون تعسوف عاطفي أو وقع خلال التهديد أو الإذلال. يمكن أن يكون إعتداء جسدي يؤدي إلى الجرح الجسماني، ألم، أو ضعف. قد يكون إعتداء جنسي. العقبات الهامة التي تواجه النساء المسنات للمغرة للعلاقات العنيفة قد في تتضمن الصحة، التوظيف، التمويلات، العلاقات العائلية، والتثثير النفسي في بدء حياة جديدة في سن متأخر. اسمك قد لا يكون على الرهن العقاري أو عقد الإيجار لكن يمكنك أن تستلم مساعدة دعم من إدارة الإسكان المحلية إذا أنت في علاقة عنيفة. "سن يوهم" ' Age Concern ' يمكنه أن يساعدك ويحيلك حيث حيث الضرورة.

**النساء لشابات** يمكن أن يواجهن صعوبات سكنية عندما تترك علاقة عنيفة لكن هناك مساعدة متوفرة لمساعدتك. على أية حال تجد إسكان مناسب على أية حال يمكنك أن تجدي إسكان عن طريق "ملاجئ النساء" ' Women's refuges ' وكالات أجرة خاصة و بلديتك المحلية أو جمعية إسكان (بالرغم من أن الإعتبرات قد تكون محدد). كونك شابة عندك الفرصة أن تنتعم بحياة خالية من العنف مجانية. ترك علاقة عنيفة يمكن أن تمنحك الثقة التي تحتاج إلى إعادة النظر في الأولويات أو إتباع الأهداف السطرية. أنت لست لوحداك. الدعم متوفر. (أنظري القائمة المدرجة لوكالات النصائح والدعم).

**المسحقات والنساء ذو العلة الجنسية** التي تواجه العنف المنزلي قد تتلقى عطف ظائل من الآخرين. إذا يشمل الأطفال ، قد يكون هناك خوف حول الكفالة، يجعله أصعب لهم حتى للشكوى. أي امرأة التي تواجه سوء التعامل على يدي امرأة أخرى قد يكون مستحيل للخروج عن الصمت في مجتمع الذي يبحث عن أي عذر لإدانة العلاقات بين النساء. قد يخافون إدانة أيضا من طرف جماعيات اللوطية بنفسها، التي تدرك ما عدا ذلك كترويد دعم كبير. خسارة ذلك الدعم يمكن أن يؤدي إلى العزلة. كما في الحالات الأخرى هي أسهل أحيانا لإنكار الذي يحدث. الإنكار يمكن أن يحدث الخوف من العقوبة بئطاء للجماعة اللوطية اسم سيئ أو صحافة سيئة. يمكنك أن تتصل بوكالات الدعم الإختصاصية

والوكالات الأخرى الذي يقدمنا الخدمات إلى الناس الذين واجهوا " أو موفيبيا " 'homophobia' (أنظري القائمة المدرجة لوكالات النصائح والدعم).

## القسم التاسع الأطفال والشباب

### هذا القسم

- يناقش قدر تنثير العنف المنزلي بالأطفال
- تعطي نصائح على الأطفال في الملاجئ
- تعطي نصائح على ما العمل حول تدريس الأطفال
- عرض نصائح عملية على منع أطفالنا أن يختطفوا
- تدرج إتصالات لك وأطفالك

**في 90% من حوادث العنف المنزلي الأطفال موجودون في البيت في ذلك الوقت.**

إذا أنت في علاقة سيئة ولك أطفال، سيكون أخذ القرار صعب.

ردود فعل الأطفال في بيت أين يجد شخص عنيف مختلفة، إنهم يحتاجون دعم. يرمون اللوم على أنفسهم أو يبذون غير آمنون، وحيدين، خائفين أو مرتبكين. قد يعزلون أو يخرجون أمام أصدقائهم. قد يحسون إستياء نحوك أو يشعرون بالعجز. هناك المزيد من الأجوبية. من الأفضل أن يكونوا صادقين وصرحاء مع الأطفال حول الوضع. يجب أن يخبر الأطفال بأن العنف خاطئ ولا يحل المشاكل. أحياناً، الأطفال ينتهك عرظهم. إذا تشك بأن هذا حدث، حاول مساعدهتهم و تحدث معهم عن الموضوع. قد تريد بمسنادة أطفالك بمساعدتهم عن طريق منظمات الدعم الولدين أو العائلي. (أنظر إلى قائمة الإتصال).

الأطفال متأثرون بمشاهدة الجدل والإعتداءات. هناك منظمات من الممكن أن تساعد في التعامل مع هذه المشاكل. (أنظر إلى قائمة الإتصال). في أغلب الأحيان الرجال يحاولون إيقاف النساء بالتهديد بأنهم لن يتركهم يأخذون الأطفال أو بإخبار المرأة بأنه سيأخذ الأطفال. كلتا هذه الحلتين غير محتملة جداً، وهناك أشياء التي يمكن أنت أن تفاديها أن تحدث.

### أطفال في الملاجئ

إذا طفلك موجد في مأوى، قد تكون هذه المرة الأولى التي يقابل أطفال آخرين في حالة مماثلة له. بينما أنت في المأوى، سيقمون الموظفون بمساعدتك لترتيب تسجيل أطفالك في مدرسة أو حضانة محلية ويساعدونك أيضاً في إجابة أسئلتهم حول المأوى. إنها فكرة جيدة لإخبار المدارس حول العنف المنزلي الذي عنيت منه و ما هي المساعدة الموفرة لديهم. على سبيل المثال، خوفك من اختطاف أطفالك، إنه من الضروري للمدرسة أن تُناقش

تدابير أمنية إضافية. قد تكون قلقة بشأن التأثير الذي تركه العنف على أطفالك وحاجتك لطلب الدعم. إذا المدرسة تُعرف حول العنف في البيت سيكتبون في أغلب الأحيان الرسائل التي يمكن أن تساعدك عندما تبدأ بالإجراءات القضائية أو تذهب إلى البلدية.

### تحويل من المدارس

إذا أظفرت أن تغير المدرسة لطفلك، يمكنك أن تتصل بالمدرسة الأقرب إلى عنوانك الجديد أو يتصل بقسم التعليم في البلدية. سيزويدنك قائمة المدارس المناسبة أو بالمناصب الشاغرة وأي قوائم إنتظار.

### قنون الأطفال

#### Children Act

يعطي قنون الأطفال ' Children Act 1989 ' المسؤولية لكلتا الأباء المسؤولية على أطفالهم بدلا من رعاية ووصول بطلبات الإتصال والإقامة. هذا يهدف لتشجيع الأباء للمجيء إلى الإتفاقيات فقط لتضمن المحاكم عندما ضرورية القصى. لكن مثل هذه القرارات يمكن أن تكون صعبة جدا و يجب عليك أن لا تتحمل المخاطر بأمنك الخاص. عندما تقرر المحاكم حول هذه الأمور، يجب أن تكون مصالح الطفل أو الأطفال من الأولويات الأساسية. يجب للعوامل الأخرى بأن تؤثر كثير على القرار، مثل رغبات الأطفال؛ حاجاتهم التربوية والعاطفية والطبيعية، عمرهم، الجنس والخلفية، الأذى أو خطر الأذى الذي عانا منه الطفل أو الأطفال من قبل وقابليات الوالد. من المحتمل إذا كانوا الأطفال عيش معك أن يسمح لأبهم للإتصال (وصول). إذا خفت إختطافهم أو إنتهكات نحوهم، يمكنك أن تسأل المحاكم بعدم المقابلة أو الإشراف عليها لتفادي بأن يقابلك.

### الهجرة

إذا جاء الأطفال معك من الخارج للإنضمام إلى أبيهم وأنت ترد أن تنفصل من الأب بسبب العنف، يصبح وضعك و وضع الأطفال بنسبة للهجرة وضع سيء. من المستحسن أن تطلب نصائح قانونية من محامي جيد أو مستشار هجرة على هذا فورا.

### الأمهات السحاقيات

الأمهات السحاقيات قد يحتاجن للحصول على النصائح الإخاصة، خصوصا إذا يعتقدون بأن المنتهك الذكر قد يستعمل جنسه لمحاولة والحصول على رعاية الأطفال.

### الإختطاف

العديد من النساء يخفن بأن أطفالهم سيختطفون لتسليط الضغط عليهم لعودة أو حتى بأن أطفالهم سيكونون مقترض من البلاد. إذا هذا a يخاف عليك، هناك خطوات عملية ووقائية التي أنت يمكن أن تأخذ.

- أبق وثائق الطفل معك (ومثال على ذلك: - جواز سفر، شهادات ميلاد، بطاقة الصحة) في مكان آمن.
- إذا الطفل ليس عنده جواز سفر، قدم اعتراضاً بمكتب جواز السفر. إذا أنت متزوجة إعطيهم نسخة الأمر أو الرعاية السكنية (Custody / residence) order.
- لا توافقي على الأب أن يأخذ الطفل إلى الخارج للعطلة.
- أبق كل طلبات المحكمة / نساخ في مكان آمن.
- احتفظي بأخر صور لكل الأطفال والأب.
- احتفظي بكتاب أوصاف للأطفال والأب.
- حذري المعلمين أن لا يسلموا الأطفال إلى الأب، أقربائه أو أصدقائه.
- يمكنك أيضاً أن تقدمي إلى المحكمة طلب "منع الخطوات" 'Steps Order Prohibited' طلب الذي يمكنك أن على سبيل المثال، يسمح للاتصال فقط (وصول) الزيارة تكون إلا بحضور بالغ آخر. اسأل مركز أو محامي قانوني للنصيحة.



## خط للأطفال

## Childline

خط رقم الهاتف للأطفال: 0800 1111



## الأطفال الكونيون والخدمة العائلية (إتش أي جي أي ووثبة)

COSMIC CHILDREN & FAMILY SERVICES (HAGA & DASH)

رقم الهاتف: 020 8800 6999



رقم هاتف للأطفال مجاني: 0800 3895257 Freephone Line:

عنوان الإلكتروني: childrenandfamilies@haga.co.uk

مساعدات و نصائح خدمات للأطفال وعوائلهم المتأثرين بسوء إستعمال الكحول أو المخدرات.



## مكتب التربية لهارينجي

48 Station Road Wood Green N22 4TY

HARINGEY'S EDUCATION OFFICE

رقم الهاتف: 020 8489 3326

عنوان الإلكتروني: www.childcarelink.gov.uk

المدارس، طالب يمناح، السنوات الإبتدائية وألعاب، توجيه للبالغين وخدمات للشباب.



## (إتش واي بي سي إس) - مشروع منطقة "ودقرين"

HYPC - WOOD GREEN AREA YOUTH PROJECT

المجمع الرياضي "النهري الجديد وايت هارت لين"

New River Sports Complex White Heart Lane

Wood Green London N22 5QW

رقم الهاتف: 020 8489 8944

رقم الفكس: 020 8881 1050

عنوان بريد الإلكتروني: youth.office@haringey.gov.uk

"مكتب هارينجي لنصح الشباب"

' Haringey Young Peoples counselling Service ' نصح للشباب الذين يقطنون في

هارينجي، تقديم نصح واحد لواحد لأولئك الذين يواجهون صعوبات مع:  
العائلة والأصدقاء، المدارس، الإنتهاك، الترهيب أو العلاقات أو الفاجعة أو سوء الإستخدام  
أو عنف وتمييز عنصري وتمييز، مستقبلك، قضايا إحترام النفس العلاقات والأخرى تدير  
The HYPCS – أيضا إجتماعات للتركيز للشباب في و خارج المدرسة على المواضيع  
مثل: إدارة الغضب؛ تدريب في الإصرار؛ مهارات الإتصال؛ الترهيب؛ المواقف؛ قرار  
نزاع وقضايا ذات العلاقة الأخرى.

البداية البيئية هارينجي

HOME START-HARINGEY

مركز "رولاند هيل للطفولة وايت هارت لين"

Rowland Hill Centre for Childhood

White Heart Lane London N17 7LT

رقم الهاتف: 020 8352 4151

عنوان الإلكتروني: info@homestart-haringey.org.uk

دعم وصدقة و عروض عملية إلى العوائل مع الأطفال و الشباب في بيوتهم نساعد لمنع  
الأزمات والتفكك. يجب على العوائل أن تكون عندها على الأقل طفل واحد تحت سن  
الخمسة.

هورنزي (بلدية هارينجي)

HORNSEY (HARINGEY COUNCIL)

Town Hall Annex Crouch End Broadway

Crouch End N8 9JJ

رقم الهاتف: 020 8489 1856

مركز خدمات الزبائن هورنزي

HORNSEY CUSTOMER SERVICES CENTRE

Broadway Annex Hornsey Town Hall

Crouch End N8 9JJ

الساعات الإفتتاحية: الإثنين إلى الجمعة 8.45 صباحا - 5 مساء





مركز خدمات الزبائن شمال توتنهام  
**NORTH TOTTENHAM CUSTOMER SERVICES CENTRE**  
639 High Road Tottenham N17 8BD  
الساعات الإفتتاحية: الإثنين إلى الجمعة 8.45 صباحاً - 5 مساءً



"إن إس بي سي سي"  
**NSPCC**  
رقم الهاتف: 0800 800 5000  
رقم خط هاتف حماية الطفل  
Child protection Helpline



مشروع ني يا - الشبيبة العاملة  
**Nia project – Young people's worker**  
رقم الهاتف: 020 7424 5000  
عنوان الإلكتروني: [ypw@niaproject.plus.com](mailto:ypw@niaproject.plus.com)  
رقم خط هاتف مساعدات للشباب القلق بشأن العنف المنزلي.



حقوق النساء  
**RIGHTS OF WOMEN**  
رقم الهاتف: 020 7251 6577  
رقم خط هاتف نصيحة للأمهات السحاقيات



خدمات إجتماعية (أطفال وشباب)  
**SOCIAL SERVICES (Children & Young People)**  
Tottenham North 768 – 772 High Road Tottenham N17 0BU  
رقم الهاتف: 020 8489 5499  
الساعات الإفتتاحية: الإثنين إلى الجمعة 8.45 صباحاً - 5 مساءً



مركز خدمات الزبائن جنوب توتنهام  
**SOUTH TOTTENHAM CUSTOMER SERVICES CENTRE**  
"أباكس هاوس" 820 Seven Sisters Road  
Tottenham N15 5PQ  
الساعات الإفتتاحية: الإثنين إلى الجمعة 8.45 صباحاً - 5 مساءً

## البداية المتأكدة هارينجى

### SURE START HARINGEY

عيادة "لانسداون" صحة لسيادات

Lansdowne Health Clinic

239 Lordship Lane Tottenham N17 6AA

رقم الهاتف: 020 8885 6196

عنوان الوب: [www.surestart.com](http://www.surestart.com)

تقديم "شور" خدمات إلى الأطفال تحت عمر الأربعة وعوائلهم لتهيئة الأطفال للمدرسة. تتضمن الخدمة ألعاب، جلسات تعليم ومشاريع صيفية وتزود نصائح قبل وبعد الولادة و الإحالة إلى وكالات أخرى عند الضرورة. يديرون أيضا نصائح عن العمل و أقسام الإنجليزية للأباء. تتعمل " شور" مع وكالات واسعة من الوكالات التمثالية والمتطوعة لكي نسلم الخدمات الملائمة مستتدة على حاجة السكان المحليون.

## مركز خدمات زبائن ودغرين

### WOOD GREEN CUSTOMER SERVICES CENTRE

طابق أرضي 48 Station Road Wood green N22 7TY

رقم الهاتف: 020 8489 0000 (الإثنين إلى الجمعة 8.45 صباحاً - 5 مساءً)

رقم الهاتف الصم: 020 8489 2088 Minicom

الساعات الإفتتاحية: الإثنين إلى الجمعة 8.45 صباحاً - 5 مساءً



## الخدمات الإجتماعية

### SOCIAL SERVICES

الجزء العشر

## هذا القسم

- يوضح لماذا أنت لربما إتصلت بموظف الخدمات الإجتماعية
  - يخبرك كيف قد يساعدك موظف الخدمات الإجتماعية
  - يدرج الخدمات الإجتماعية في البلدية
- إذا تريد الإتصال بالخدمات الإجتماعية أو قسم التعليم، أنت يمكنك أن تتصل بمركز خدمات زبائن للمعلومات. بعض النساء يذهبن إلى مراكز خدمات الزبائن أو الخدمات الإجتماعية للمعلومات والبحث العام فقط ليطلبون موظف ما للكلام معه.

موظفون المعلمات و الخدمات الإجتماعية يعترفون بأنه صعب لأي واحد يغير مجرى حياتهم. مع هذا موظفي الخدمات الإجتماعية المتعاطفين قد يكونون قادرين على دعمك خلال النظر إلى خيارائك والتغييرات التي أنت قد تريد أن تحدث. العديد من النساء يتصلن

بالمجموعات المحلية للسكن للنصائح والدعم. إذا كنت تود الكلام مع امرأة من جاليتك الخاصة , المجموعة الجالية أو الخدمات الإجتماعية سيحلون أن يتصلوا بالمنظمات ذات العلاقة التي ستساعدك على العثور على شخص ما.

### فرق خدمات الإجتماعية التي قد تكون قادرة على مساعدتك:

- أطفال وعوائل
- ناس أكبر سنا
- اللجنون وطالبوا اللجوء
- صعوبات في تعلم
- إتصال مسافرين
- صحة عقلية
- حالات عجز طبيعي وضعف حسي

أحيانا الشخص الذي يهاجمك تهاجم أطفالك أيضا أو أطفالك قد يؤذون بوجدهم في نفس المكان. يتنثرون الأطفال أيضا بمشاهدة العنف وبشهادة الإعتداء الشفوي. الشرطة، المدرسة، العائلة المعنية أو الجيران قد يظهرون مخاوف بنسبة أمن و صحة أطفالك فسيبلغنا مكتب الخدمات الإجتماعية. الخدمات الإجتماعية ستعمل سوية معك للوصول إلى مصدر أي أذعاء.

إذا حدث هذا لك سيحاولون موظفوا الخدمات الإجتماعية عادة أن يساعدوا الأم لحماية أطفالها من تجربة أخرى من الإنتهاك، إذا امكن أن تناقش المشاكل بشكل مفتوح. قد يخصص لك موظف خدمات إجتماعية الذي يسعدك للحصول على الخدمات، يساعد بإسكانك ويفيد القضايا والحاجات ذات العلاقة الأخرى.

ماذا يمكن للخدمات الإجتماعية أن تقديم:

- خدمة إحالة طارئة.
- نصيحة حول ما يمكنك أن تفعل حول حالتك.
- معلومات حول جمعيات دعم النساء.
- معلومات ودعم للأباء المتوحد.
- مساعدة بالمتترجمين بضمن ذلك مترجمي الضعف الحسيين.

مراكز خدمات زبائن

Customer Service Centre

نصائح على كل خدمات البلدية من ضمن هذا خدمات إجتماعية - للزيارات فقط ولا يأخذون المكالمات الهاتفية.

### مركز خدمات زبائن هورنزي



#### Hornsey Customer Service Centre

Broadway Annex Hornsey Town Hall

Crouch End N8 9JJ

الساعات الإفتتاحية: الإثنين إلى الجمعة 8.45 صباحا - 5 مساء



### مركز خدمات زبائن جنوب توتنهام

#### SOUTH TOTTENHAM CUSTOMER SERVICES CENTRE

"اباكس هوس" Apex house 820 seven Sisters Road

Tottenham N15 5PQ

الساعات الإفتتاحية: الإثنين إلى الجمعة 8.45 صباحا - 5 مساء

### الخدمات الإجتماعية

#### SOCIAL SERVICES



### مركز خدمات زبائن شمال توتنهام

#### NORTH TOTTENHAM CUSTOMER SERVICES CENTRE

الساعات الإفتتاحية: الإثنين إلى الجمعة 8.45 صباحا - 5 مساء

### مركز خدمات زبائن ويدقرين

#### WOOD GREEN CUSTOMER SERVICES CENTRE

طابق أرضي: 48 Station Road Wood Green N22 7TY

رقم الهاتف: 020 8489 0000 (الإثنين إلى الجمعة 8.45 صباحا - 5 مساء)

(مساء)

رقم الهاتف للصم: Minicom: 020 8489 2088

الساعات الإفتتاحية: الإثنين إلى الجمعة 8.45 صباحا - 5 مساء

### الصحة

#### الجزء أحد عشر

#### هذا القسم

- تلخيص الطروق التي قد تؤثر صحيا على المرأة بسبب العنف المنزلي.
- تقديم نصائح على " الجي بي " ' GP ' ودعم آخر.

- تقديم معلومات على خدمات مؤسسة الصحة العامة المباشرة 'NHS Direct'.
- تقديم معلومات على الخدمات .
- تقديم معلومات على أين تختار نصائح الصحة.

تريد أن تعرف من أين تحصل على العناية الطبية، بضمن ذلك "الجي بي" العناية الطارئة والعناية العاطفية. العيش في جوء أعتسفي يمكن أن يؤثر على صحتك الطبيعية والعاطفية لكن المساعدة والدعم متوفر.

## "الجي بي" والدعم الآخر

### GP and other support

البقاء معافي و الإعتناء بصحتك العاطفية والجنسية والعقلية والطبيعية لذا أنت تعتني بجسمك الكامل وعقلك. لا يجب أبداً أن تكون عصبي أو خائف من الذهاب إلى طبيبك و تخبره عن مشكلة العنف المنزلي الذي تعاني منه. ذهبك إلى طبيبك قد يسعدك مثل أن يكتب رسالة نية عليك للمحكمة وإجراءات رسمية أخرى. يمكن للممرضة أو المشرة الصحية أن تقدم لك دعم عاطفي وعملي.



## المؤسسة الصحة العامة

### NHS DIRECT

المؤسسة الصحة العامة NHS Direct رقم خط الهاتف مساعدة 24 ساعة 0845 4647 إتصل لإستلام النصائح والمعلومات الطبية على كل الخدمات الصحية تتضمن الإيجاد طبيب أو طبيب أسنان أو فاحص بصر.

عنوان وب المؤسسة الصحة العامة هوك: [www.nhsdirect.nhs.uk](http://www.nhsdirect.nhs.uk) تزودك بمعلومات على الخدمات الصحية وترتبطك بمجموعات مساعدة نفسية. إذا تحتاج مساعدة في الإتصال ببعض من الخدمات الصحية المحلية، أدرجت المنظمات الجالية في هذا الكتيب يمكن أن يساعدك.

## الدعم العاطفي

### Emotional Support

العيش مع تأثيرات العنف المنزلي يمكن أن يكون صعبة. الكلام مع صديق أو مستشار يمكن أن يساعد على إعادة أشياء إلى منظور سهل الانقياد لكي يمكنك أن تكون قادر على التحمل. يعطيك النصح فرصة للكلام بشكل خاص مع شخص ما حول مشاعرك وأفكارك،

أنا سابقى...

والبحث في ماذا تريد أن يتغير في حياتك. تذكر، بأن طبيبك قد يكون قادر على النصح بشأن الخيارات في مجال المساعدات ونصائح و ماهي الإجراءات التي يمكن أن تنفذ.

إذا تشعر إنك في حالة إنتحارية وتحتاج الكلام مع شخص ما، السامريون، رقم خط هاتف 24 ساعة مساعدة 0845 790 9090.

### أين تذهب للنصائح الصحة

قد تريد الكلام مع الطبيب GP لكن يمكنك أيضا أن تحصل على النصائح من:

### فريق صحة العقل للبلدية



#### COMMUNITY MENTAL HEALTH TEAM

274 Tynemouth Road Tottenham N15 4RH

رقم الهاتف: 020 8275 4089

"داش" (خدمات نصائح المخدرات)



#### DASH (Drug Advice Service Haringey)

80 Stroud Green Road Finsbury Park

London N4 3EN

تقديم مجموعة واسعة من الخدمات، معلومات ونصائح للبالغين الذين يواجهون المشاكل بإستعمال المخدرات. تُعرض معلومات أيضا إلى الأقرباء والشركاء والأصدقاء.

### "إتش أي جي أي" (مجموعة الإستشارية على الكحول)



#### HAGA ( HARINGEY ADVISORY GROUP ON ALCOHOL

520 Seven Sisters Road

London N15 6HR

رقم الهاتف: 020 8800 6999

الساعات الإفتتاحية: الإثنين إلى الجمعة 11 صباحاً - 4 مساءً (عيادة محلية)؛ الأربعاء 11 صباحاً - 4 مساءً للنساء فقط  
تقديم نصائح على الإفراط في الكحول.



### مركز دخول مستشفى شمال "ميدلسيكس"

#### NORTH MIDDLESEX HOSPITAL WALK-IN-CENTRE

Sterling Way Edmonton

London N18 1QX

رقم الهاتف: 020 8887 2000

الساعات الإفتتاحية: الإثنين إلى الجمعة 7 صباحاً - 10 مساءً؛ السبت إلى الأحد 9 صباحاً - 10 مساءً



خدمات صحية تقودها ممرضات التي تتعامل مع أمراض وإصابات بسيطة.

الملجأ "وايشبال" مركز إحالة إعتداء جنسي

THE HAVEN WHITECHAPE SEXUAL  
ASSAULT REFERRAL CENTRE



رقم الهاتف: 020 7246 4787

الساعات الإفتتاحية: الإثنين، الخميس، الجمعة 9.30 - 11.00 صباحاً؛ الثلاثاء 4.30 - 6.30 مساءً؛ الأربعاء بموعد فقط

نصيحة هاتف: الإثنين، الأربعاء، الخميس والجمعة 2.30 - 4.30 مساءً؛ الثلاثاء 2.30 - 3.30 مساءً

نصيحة على المنافع، نصيحة سكنية وعامة لكل.

عندما تترك علاقة عنيفة تتوقع في أغلب الأحيان بأنك ستصبح سعيد ومبتهج. أجل هذا يتحقق في أغلب الأحيان ، على أية حال، عندما أنت تكون في أمن و بعيد عن العنف يمكنك أن تبدأ السماح لنفسك لإحساس بأي شئ حول تجاربك.

تختار النساء طرق مختلفة أ للتعامل مع أثر التجربة المؤلمة للعنف المنزلي وقد تبدأ بداية جديدة :

- أن تغير أسلوب حياتهم
- أن تصبح أكثر إستقلالية
- أن تتمتع بالفرصة للقيام بإختيارات أكثر
- أن تنضم إلى مجموعات سكان محليون
- أن تعود إلى التعليم أو العمل

يمكن أن تحدث هذه التغييرات تأثير إيجابي على حياتك. بعض النساء يجدنها مفيدة جدا للتحدث عن تجاربهم مع النساء اللواتي كان عندهن تجارب مماثلة على سبيل المثال، كجزء من مجموعة دعم. لكن من المهم أن تكون مدركة بكيفية إحساس لسمع قصص النساء الأخريات خصوصا النساء اللواتي لم تدركهم فرصة للتحدث عن شعورهم، سيكون لقاء في برنامج نصح واحد لواحد، قد يكون قذا اللقاء مؤلم جدا. يختارنا النساء الأخريات أن يمرسنا حركات جسدية للشعور بالتحسن حول أنفسهم، على سبيل المثال، حصص تأمل، يذهبنا إلى جمنازيوم (في الحلتين الدخول للنساء فقط وجلسات تمرين متعددة)، إنضمام إلى حصص دفاع عن النفس أو حصص تمرين في مركز ترفيهي محلي. بعض النساء قد يحاولنا إتخاذ قرارات حول مستقبلهم فورا، بالرغم من أن تعرضك للعنف يمكن أن يجعلك تشعر كما لو أنك ليس لك سيطرة على حياتك. لذا يمكن أن يحس بأن قرار اختيار ما يلبسه في الصباح فقط يصبح إختيار ضخم ، أو سواء أن ينهض في الصباح

مطلقاً أم لا. من المهم بأنك تُعطي نفسك وقتاً لتقرير ما تريد أن تفعل: تحاول وتحصل على عمل، تغير شغلك، تدخل تعليم إضافي.

**فقط يمكنك أنت أن تقرر ما تريد من الحياة وما الذي هو أفضل لك!**

أن تكون في علاقة عفيفة مرهقة ومؤلمة وصعبة لكن الحياة بعد المعنات يمكن أن تعطيك الفرصة للسيطرة على حياتك والوقت للتغلب على البعض من التجارب المؤلمة. يمكنك أن تطوير طرقك الخاص أيضاً للعيش مع تجاربك وتنتقل إلى حياة أكثر إيجابية.

### راحة البال كنز

ثروة أعظم من الذهب  
أكثر ثمناً من الجوهرة  
إذا أنت تحمل هذه الجائزة  
أنت غني ما بعد كل الغناء  
مع ذلك الحياة قد تكون قاسية  
لا تستطيع أن تسلبك من الكنز  
ذهني هادئ.  
أنا جلسة في البيت وأتساءل إذا  
هناك شيء في الحياة أفضل من هذا  
الرعب، الخوف، الصيحة والبكاء  
هل هو أنا الذي يكذب؟  
الكذب الذي يبدو مسيطر  
أخذ عائلتي وكل ما أعرف  
حدث اليوم نفس الشيء ثانية  
لكن هذا اليوم، الشعور ليست أحد من الألم  
ذهني وجسمي غاضبين وحزينين  
لذا أعتقد هذا أفضل وقت لحزم حقائبي  
ذهني مضطرب - ماذا عافعل؟  
حتى بدون تفكير - إلى الشرطة أذهب  
هناك أحصل على العطف، شخص ما الذي يهتم  
لا أحد يدرك ما لم كانوا هناك  
الناس يدقون حول المكان

إن الدموع التي تسقط تلسع وجهي . . .  
. . . ثم يئتي شخص ما ويقول لي  
هناك فضاء في مكان، هل أنت على استعداد للرحير؟  
أصبح مع الطفل و أسحب  
أي مكان في مأوى أين أنا سأذهب  
هناك حبيبت بالشفقة والإبتسامات  
بالشاي والسيجرة، سأكون بخير لفترة  
اسمي وتفاصيلي كلها اتخذت  
ثم أن الوقت أن يتجولوا بي  
فصل جديد في حياتي أو شك أن يبدأ  
جلبي من مكان إلى الآخر  
قسم الضمان الإجتماعي  
المدارس، والأطباء، لكن الإسكان الأكثر أهمية  
كل الأمور صويبت من قبل عمال الجمعية الخيرية  
حتى يأتي الوقت و يعتقدون بأنك يمكن أن تتحمل  
بقدمك الأفضل يرسل  
هناك دائما أمل

ألف من قبل امراتين سكنت في 'Tottenham Women's Aid Residents'

اتصل بنا

نسعي لإبقاء " أنا سابقى " دقيق وأحدث ممكن، على أية حال إذا كنت تود لإبداء أي  
إقتراحات، تعليقات، إضافات أو لطلب نسخ إضافية الرجاء منكم أن لاتترددوا بالاتصال  
بنا.

الإتصال:

فريق التنويع والمساواة

**EQUALITY & DIVERSITY TEAM**

خدمات الرئيس التنفيذي الطبق الثالث: Wood Green Library

187 – 197A High Road London N22 6XD

رقم الهاتف: 020 8489 2574

عنوان البريد الإلكتروني: equalities@haringey.gov.uk

أنا سابقى...

إني بقيت