

FIȘA ABUZULUI DOMESTIC

Este important de știut că nu există `ei și noi` atunci când ne gândim la victime și supraviețuitori ai abuzului domestic – ei sunt prietenii noștri, familia noastră, vecinii și colegii noștri.

Abuzul domestic nu este doar fizic – poate fi și emoțional, fizic, sexual, financiar sau de control al comportamentului. Oricare îi este forma, nu există #nicioscuzăpentruabuz în Lancashire.



#nicioscuzăpentruabuz
noexcuseforabuse.co.uk

Pentru oricine crede că se află la risc de abuz, este important să țineti minte că este disponibil ajutor și sprijin în propriul dvs interval de timp.

Dacă recunoașteți oricare dintre aceste sentimente sau comportamente, atunci dvs, sau cineva pe care îl/o cunoașteți, poate fi într-o relație abuzivă:

Vă simțiți vreodată:

- Denigrat(ă) sau redus(ă) la tăcere?
- Acuzat(ă) pentru abuz sau certuri?
- Izolat(ă) de familie sau prieteni?
- Împiedicat(ă) să mergeți la colegiu sau la muncă?
- Acuzat(ă) de lucruri pe care nu le-ați făcut?
- Restricționat(ă) în ce privește ce puteți purta, cu cine vă întâlniți, unde puteți merge sau ce puteți gândi?

Ați fost:

- Amenințat(ă)?
- V-au fost distruse lucruri ce vă aparțineau?
- V-a fost invadat spațiul personal?
- V-au fost verificate e-mailurile, mesajele sau scrisorile?

Ați fost vreodată rănit(ă) fizic prin a fi:

- Pălmuit(ă), lovit(ă) sau lovit(ă) cu pumnul?
- Împins(ă) sau îmbrâncit(ă)?
- Mușcat(ă) sau lovit(ă) cu piciorul?
- Ars(ă)?

Abuzul sexual se poate întâmpla oricui, indiferent dacă este femeie sau bărbat. Ați fost vreodată:

- Atins(ă) într-un mod în care nu doriți să fiți atins(ă)?
- Ați primit solicitări de natură sexuală nedorite?
- Ați fost rănit în timpul sexului?
- Forțat(ă) să faceți sex neprotejat – de exemplu, să nu folosiți un prezervativ?
- Forțat(ă) să faceți sex – Dacă partenerul(a) dvs, sau un fost partener, face sex cu dvs atunci când nu doriți, acesta este un viol

Raportați-l

Dacă doriți să raportați o infracțiune, dar nu sunteți într-un pericol imediat, puteți suna poliția la numărul 101 sau raportați online aici: lancashire.police.uk/reportcrime

Dacă aveți nevoie de poliție într-o urgență, vă rog nu vă temeți să apelați 999 – ei vă vor ajuta și vă vor proteja de pericol.

Dacă nu puteți vorbi într-o urgență

Apelați 999 de pe un telefon mobil

Atunci când apelați 999, operatorul (persoana la telefon) vă va întreba care serviciu de urgență îl solicitați. Ascultați întrebările operatorului de la 999. Dacă nu puteți spune `poliția` sau `ambulanța`, răspundeți prin a tuși sau prin a bate în telefon dacă puteți. Dacă vi se cere, tastați 55 pe telefonul dvs. Asta îi va spune operatorului de la 999 că este o urgență și că nu sunteți în siguranță pentru a vorbi.

Apelați 999 de pe un telefon fix

Dacă se aude doar zgomot de fundal și operatorii nu pot decide dacă este necesar un serviciu de urgență, atunci veți fi conectat(ă) la un operator al poliției.

Dacă puneți receptorul în furcă, linia telefonică fixă poate rămâne conectată timp de 45 de secunde în caz că îl ridicați din nou.

Atunci când sunt făcute apeluri la 999 de pe telefoane fixe, informațiile despre locația dvs ar trebuie să fie disponibile automat celor care preiau apelul pentru a ajuta în furnizarea unui răspuns.

Dacă sunteți surd(ă) sau nu puteți comunica verbal

Vă puteți înregistra la serviciul emergencySMS (SMS de urgență). Trimiteți mesajul text REGISTER la 999. Veți primi un mesaj text care vă va spune ce să faceți în continuare. Faceți asta când sunteți în siguranță pentru a putea trimite un mesaj atunci când sunteți în pericol.

Nu știu unde mă aflu și am nevoie de poliție pentru că este o urgență

Dacă aveți nevoie de poliție într-o urgență și nu sunteți sigur(ă) unde vă aflați, puteți folosi aplicația what3words sau site-ul web pentru a genera un cod aleatoriu de trei cuvinte pentru ca cei care se ocupă de apel să știe exact unde vă aflați. Acest cod oferă celor care se ocupă de apel de la poliție un mod simplu de a descrie precis unde vă aflați și le permite să direcționeze ajutorul direct la fața locului. Aflați mai multe despre what3words și cum vă poate ajuta într-o urgență prin vizitarea www.what3words.com

Sprrijinirea unei prieten(ă) dacă este abuzat(ă)

Dacă sunteți îngrijorat(ă) că un prieten(ă) este abuzat(ă), spuneți-le că ați observat că ceva nu este în regulă.

Vecinii și membrii comunității pot fi o linie de salvare pentru cei care trăiesc cu abuz domestic. Uitați-vă la vecinii dvs, dacă cineva vi se adresează, există sfat în această pagină despre cum să răspundeți. Poate că nu sunt pregătiți să vorbească, dar încercați să găsiți momente mai liniștite atunci când pot vorbi, dacă aleg să o facă.

Dacă cineva se destăinuie dvs că suferă abuz domestic:

- ascultați-i, și aveți grijă să nu-i blamați
- înțelegeți că este nevoie de tărie să vorbești cu cineva despre experimentarea abuzului
- oferiți-le timp să vorbească, dar nu-i forțați să vorbească dacă nu vor
- înțelegeți că sunt într-o situație înfricoșătoare și dificilă
- spuneți-le că nimeni nu merită să fie amenințat sau bătut, în ciuda a ceea ce a zis abuzatorul
- sprijiniți-i ca prieten – încurajați-i să-și exprime sentimentele, și permiteți-le să-și ia propriile lor decizii
- nu le spuneți să părăsească relația dacă nu sunt pregătiți – asta e decizia lor
- întrebați-i dacă au experimentat vătămare fizică – dacă da, oferiți-vă să mergeți cu ei la un spital sau medic de familie
- ajutați-i să raporteze agresiunea poliției dacă aleg să o facă
- fiți pregătit să le furnizați informații despre organizații ce oferă ajutor pentru persoanele care experimentează abuz domestic

Ajutor și susținere

Dacă sunteți îngrijorat că un prieten(ă), vecin sau o persoană iubită este victima abuzului domestic, atunci puteți vizita www.noexcuseforabuse.co.uk pentru detalii despre serviciile de sprijin în Lancashire.