

# أنتِ لستِ وحدِ

موارد مخصصة للنساء اللواتي تُعرضن أو  
يتعرضن للعنف ولكل من ترغب  
في أن تكون جزءاً من الحل



وَيُعَدُّ عَنفًا

جَنسِيًّا أَيْضًا عِنْدَمَا:

يتحرّش بك أحدهم جنسيًا أو يهدّدك أو يضايقك في الشارع أو في العمل أو في الأماكن العامة.

تتلقّن تعليقات جنسية أو مهينة دون موافقتك.

يشارك أحدهم صورًا أو مقاطع فيديو حميمة تخصّك دون إذنك أو يهدّدك بنشرها. يعتدي عليك أحدهم جنسيًا.

ما هو العنف الذكوري؟

لا يقتصر العنف على الجوانب الجسدية فحسب، بل يمكن أن يكون عاطفيًا أو جنسيًا أو ماليًا أو رقميًا. قد تكونين ضحية للعنف إذا كان شريك حياتك:

يتحكم بك أو يجعلك تشعرين بالذنب. يُهينك أو يصرخ في وجهك أو يقلل من شأنك. يُخيفك، أو يُجبرك على ممارسات جنسية، أو يعتدي عليك بالضرب. يمنعك من الدراسة أو العمل أو الحصول على المال. يستخدم أطفالك لإيذائك أو للضغط عليك.

هذا ليس ذنبك. أنتِ

لستِ وحدك. وليس عليكِ

تحمل ذلك.

وإذا لم تكوني أنتِ، ولكنكِ تعرفين حالة مشابهة؟

استمعي، صدّقي، ورافقي. احصلي على المعلومات. لا تصمتي، فالعنف ليس شأنًا خاصًا.

## الشرطة الوطنية (UFAM)

الهاتف: 971823092

ماناكور 8، C/ Rambla rei Jaume, n.º

تقدم معلومات حول عملية الإبلاغ أو تقديم الشكايات  
وطلب أمر الحماية، وأخذ المحضر، والتحقيق، وتفعيل  
موارد الحماية.

## شبكة المرشدات - SOIB

هاتف المكتب بماناكور: 971177444

مستشارة توظيف متخصصة لمساندة النساء ضحايا العنف  
المنزلي. تتوفر المعلومات في مكاتب SOIB.

## القسم البلدي لرعاية النساء ضحايا العنف المنزلي في ماناكور

بالموعد: الهاتف: 971849100 تحويلة 5080. واتساب  
667073047 العنوان: C/ Major 22, 1er Piso

قسم متخصص في تقديم المعلومات والتوجيه والمرافقة  
طوال جميع مراحل العملية. يعمل على تيسير  
الوصول إلى الموارد المتخصصة. يقوم بتوفير المعلومات  
حول المساعدات المالية والتوجيه المهني.

## قسم المساعدة القانونية

بالموعد: 637787601 (ساعات العمل: من الاثنين إلى  
الجمعة، من الساعة 9:00 إلى الساعة 12:00) العنوان:

.C/ d'en Tià de sa Real, 6 (Espacio de Na Camel·la)  
مواعيد العمل: الثلاثاء من الساعة 15:30 إلى 20:30  
يقدم استشارات ومعلومات وتوجيه قانوني مجاني للنساء في  
مجالات القانون المدني والجنائي والإداري  
والعمالي والدولي وقانون الأجانب.

## خدمة المساعدة النفسية مخصصة للنساء ضحايا العنف المنزلي ولأبنائهنّ وبناتهنّ.

يمكنك طلب المساعدة من مركز الرعاية الصحية، أو مدرسة  
ابنك أو ابنتك، أو القسم البلدي لرعاية النساء  
ضحايا العنف المنزلي التابعة للبلدية.

## يمكنك التواصل أيضا مع خدمة Ibdona (متاحة على مدار 24 ساعة). الهاتف:

900 178 989

خدمة هاتفية متخصصة في قضايا العنف ضد النساء، تعمل  
على مدار الساعة، مع إمكانية المرافقة  
الشخصية لإتمام مختلف الإجراءات.

## وفي حالات الطوارئ

112

091-092 الشرطة الوطنية

معك. من أجلك. من أجل جميع النساء.



Ajuntament  
de **Manacor**



**Govern de les  
Illes Balears**

Conselleria de Famílies, Benestar  
Social i Atenció a la Dependència



Institut  
Balear de  
la Dona



Consell de  
**Mallorca**



**soib**  
formació  
i ocupació

Amb el finançament de:



**Pacte d'Estat**  
contra la violència de gènere

