



Schleswig-Holstein

Ministerium für Soziales, Jugend,  
Familie, Senioren, Integration  
und Gleichstellung

## فقط شجاعة!

إمكانيات عمل النساء ضد  
العنف في العلاقات



**الناشرة:**

وزارة الشؤون الاجتماعية، الشباب، الأسرة، كبار السن، الاندماج  
والمساواة في ولاية شليزفيغ-هولشتاين

**Adolf-Westphal-Straße 4, 24143 Kiel**

KIK شليزفيغ-هولشتاين  
مشروع التعاون والتدخل ضد العنف  
المنزلي لولاية شليزفيغ-هولشتاين

**التنفيذ:**

التصميم الإعلامي فراي ستيل، كرونسهاغن، صورة Photocase.com كيل،  
صورة الوزيرة: Conny Fehre Druck: LWK Ratjen  
تستند معلومات هذا الكتيب على كتيب "فقط شجاعة"- إمكانيات عمل النساء ضد  
العنف في العلاقات" الصادر عن مكتب الخدمات الاستشاري للنساء دوسلدورف  
م. ج. لقد تفضل مكتب الخدمات الاستشاري للنساء دوسلدورف ج. م. بالسماح لنا  
باستخدام العنوان والمحتوى.

ISSN 0935-4379

طبعة 5

فبراير/شباط 2023

حكومة الولاية في الإنترنت:

**[www.landesregierung.schleswig-holstein.de](http://www.landesregierung.schleswig-holstein.de)**

لقد تم إعداد هذا الكتيب من الورق المعاد تدويره. يتم إصدار هذه الطبعة في إطار الأعمال العامة التي تقوم بها حكومة بلد شليزفيغ-هولشتاين. لا يسمح باستخدام هذا الكتيب من قبل الأحزاب أو قبل من الأشخاص لأهداف الحملات الانتخابية أو المساعدة الانتخابية أو لأغراض الدعاية الانتخابية. لا يجوز استخدامه حتى ولو لم تكن هناك صلة زمنية بانتخابات مرتقبة على نحو يمكن فهمه على أنه تحيز من جانب حكومة البلد لصالح مجموعات معينة. يسمح للأحزاب باستخدام هذا الكتيب فقط بهدف اطلاع أعضائها عليه.



عزيزاتي القارئات،

لا يزال العنف المنزلي والعنف في شراكة الحياة من شريك الحياة من القضايا التي يعاني منها الكثير من الأشخاص، معظمهم في صمت. في سنة 2021 عانت رسميا 3899 امرأة في شليز فيغ-هولشتاين من عنف الشراكة في الحياة. كانت معظم هذه الحالات تتطلب تدخلا من الشرطة بسبب العنف المنزلي، وفي بعض الحالات كانت الشرطة تعتمد إلى طرد الفاعلين من الشقة المشتركة. حتى ولو كان الرقم مرتقعا بشكل كبير مخيف، فيجب علينا في الواقع الافتراض بأن الرقم أعلى من هذا بكثير لأن عدد الحالات التي لم يتم الإبلاغ عنها أعلى بكثير من هذا أيضا. بصفتنا حكومات الولايات نعتبر أن العنف المنزلي هو مشكلة المجتمع ككل. هو يؤثر علينا كمجتمع بأكمله لأن كل شخص هو جزء من المجتمع بأسره. لكل فرد الحق في الحفاظ على سلامة جسده. إنه حق أساسي وحق إنساني. إن إيجاد مخرج من هذا العنف ليس دائما بالأمر السهل. لهذا السبب أريد أن أقول لك ما يلي، أنت التي تتواجدين في مثل هذه الحالة، لا تخافي من طلب المساعدة لأنك لست وحدك. من هذا المنطلق أريد أن أشجعك على إيجاد طريقك الشخصي للخروج من العنف الذي تعانين منه. إذا لم تكوني متأكدة من أن ما تتعرضين له هو عنف أم لا، فيمكن لهذا الكتيب في تصنيفه أن يساعدك لأنه يهدف إلى إظهار الأشكال المحتملة للعنف. أنا على ثقة من أنه يمكنك استخدام هذا الكتيب للعثور على الدعم من الأشخاص المختصين ومن المساعدة التي تقدم لك هنا في هذا الكتيب. أنت لست وحدك. يمكنك أن تكوني شجاعة لأن لحظة شجاعة قصيرة يمكن أن تغير مجرى حياتك كلها.

  
Aminata Touré







- العنف ضد النساء في العلاقات - ماذا يعني هذا؟ - ٧  
ما الذي يجعل الانفصال صعبا؟ - ٩  
دوامة العنف - ١٠  
ما الذي يتعين علي كمهاجرة مراعاته بشكل خاص؟ - ١٢  
الحماية هي الأهم! - ١٤  
ما الذي يمكن أن يحميني بعد؟ - ١٦  
كيف يمكن للشرطة والقضاء مساعدتي؟ - ٢٠  
ماذا يمكن للعاملين في المجال الطبي عمله من أجلي؟ - ٢٦  
أين يمكن أن أسكن؟ - ٢٩  
من ماذا سأعيش؟ - ٣١  
ماذا سيحل بالأطفال؟ - ٣٦  
ما الذي يتعين عمله ضد الملاحقة المستمرة؟ - ٣٩  
ماذ يمكن للمحيط الاجتماعي عمله؟ - ٤٢  
قائمة المراجعة لحقيبة الطوارئ أو لمغادرة السكن - ٤٣  
وأخيرا - ٤٤  
عروض المساعدة - ٤٥



## العنف ضد النساء في العلاقات -

### ماذا يعني هذا؟

تعتبر النساء عرضة للتهديد في العلاقات أكثر من أي جرائم  
عنف أخرى. يسمى استعمال العنف ضد المرأة من قبل شريك  
الحياة بـ "العنف المنزلي". هذا العنف يحصل في الغالب في  
المنزل الذي يفترض فيه حقيقة شعور المرأة بالطمأنينة والراحة.  
إلى حد ٩٠ بالمئة من الجناة هم رجال والنساء الضحايا.

تؤكد الدراسات الحالية أن امرأة واحدة على الأقل من بين أربع  
نساء عانت ولو لمرة واحدة في حياتها من العنف الجسدي  
والجنسي في علاقتها بالشريك. يدور البحث هنا على نطاق واسع  
عن أنواع العنف الجسدي، النفسي، الجنسي، الاجتماعي والمالي.  
يظهر العنف المنزلي في جميع طبقات المجتمع وفي جميع  
الأعمار والانتماء العرقي. وتظهر مخاطر العنف الجسدي العنيف  
خاصة في مراحل الانفصال. الأطفال هم من يعانون من هذا  
العنف بشكل دائم.

وبعكس المشاجرة، الصراع أو الجدل فإن العنف يهدف إلى الرقابة  
وممارسة السيطرة المطلقة في علاقة الشراكة. هذا النوع من العنف  
هو - وهذا ليس من النادر - مرتبط بالعقلية القائمة على كره النساء  
من قبل الجاني. يدور العنف في العلاقات دائما بنفس الدوامة  
المؤلفة من التوتر، والتصعيد والندم. يبدأ كل شيء في العادة بشكل  
طبيعي، حتى في بعض الأحيان تظهر السعادة بشكل خاص كالقول:  
"أنت كل شيء بالنسبة لي، بدونك لا أستطيع العيش". ولكن في  
خضم السيطرة على هذه العلاقة الغير متساوية سرعان ما يظهر  
الجانب الآخر بشكل واضح. الرجل يزيد الرقابة على المرأة، يصبح  
شكاكا، يعتبر كل عمل منفرد تقوم به كتهديد موجه ضده. هنا يبدأ  
الهجوم بالكلام ثم يتبعه انفجار الغضب ثم يتبعه البدء باستعمال  
العنف بخطوات صغيرة.

لا يوجد أي سبب  
لاستعمال العنف في  
العلاقات!  
ليس عليكم أي ذنب  
ولا الجزء من الذنب!

على الجاني أن  
يتحمل وحده مسؤولية  
العنف الذي يرتكبه.  
إذا لم يكن الجاني  
على استعداد لذلك فلا  
يبقى أمامكم أيها  
النساء سوى حماية  
أطفالكم وحمايتكم  
من أعمال عنف  
أخرى.

يريد الشريك من كل ذلك أن يبقي الرقابة في العلاقة تحت سيطرته.  
من الممكن أيضا تحميل العوامل الخارجية مثل الاستياء من العمل أو  
الغيرة أو ظروف العمل الضاغطة مسؤولية استعمال العنف. ليس من  
النادر أيضا أن تعمد النساء على إخفاء هذه الأفعال أو إيجاد عذر لها.  
تحاول النساء إخفاء شعور الخوف أو اليأس والغضب عبر الضغط  
على النفس والتظاهر للشريك بأن كل شيء على ما يرام بهدف  
إرضائه. تأمل النساء من ذلك القدرة على تخفيف العنف في العلاقة.  
وبالرغم من ذلك فإن حدة العنف تزداد ويحصل بالتالي جروح  
خطيرة وتدمير. يتبع ذلك في الأغلب مراحل الإعتذار التي يظهر فيها  
الجاني ندمه على فعله، وبخاصة إبداء الاهتمام أو تقديم الهدايا  
للزوجة أو الشريكة. يتصرف الجاني والضحية في هذه المرحلة وكأن  
شيئا لم يحصل. يأمل العديد من النساء بأن هذا هو "الوجه الحقيقي"  
لشريك الحياة وبأن لا يحصل استعمال العنف ضدهن أبدا. ولكن  
دوامه هذه الأعمال تبدأ من جديد، واستعمال العنف ضد النساء  
يحصل باستمرار ويصبح أخطر من قبل. يعيش النساء في حالة دائمة  
من الخوف والضغط النفسي والعزلة الاجتماعية. يعمد الرجل غالبا  
إلى تهديد الزوجة أو الشريكة بأخذ أطفالها. ليس من السهل إيجاد  
طريق للخروج من هذا النسج المؤلف من الخوف والتبعية. إن هذا  
الكتيب موجه مباشرة إلى النساء المصابات بالعنف، اللاتي يردن  
الحصول على معلومات. هذا الكتيب يعطي القوة ويظهر طرق  
التخلص من العنف.

لا يوجد أي سبب لاستعمال العنف في العلاقات! لا تتحملن أي ذنب  
ولا الجزء من الذنب. على الجاني أن يتحمل وحده مسؤولية العنف  
الذي يرتكبه. إذا لم يكن الجاني على استعداد لذلك فلا يبقى أمامكم  
أيها النساء سوى حماية أطفالكم وحمايتكم من أعمال عنف أخرى.

## ما الذي يجعل الانفصال عن الشريك صعباً؟

يريد الكثير من النساء إنقاذ العلاقة والحب الذي يجعمهن بالزوج أو شريك الحياة. تفتش النساء في البداية عن حلول وتأمل بأن يتغير الزوج أو شريك الحياة. لا تريد النساء "تدمير" العائلة بسبب الحب اللامتناهي لأولادهن أيضاً. يسيطر على النساء الخوف من تصعيد العنف ضدهن في حالة الانفصال عن الزوج أو شريك الحياة. تثبت الدراسات بأن استعمال العنف يكون الأخطر عند حصول هذا الانفصال.

إضافة إلى ذلك تزيد في اغلب الأحيان أنماط حياة المجتمع والأحكام المسبقة من الوضع تعقيداً. "يوجد في كل حياة زوجية مشاكل" أو "لقد تعمدت استفزازة..." لا يأخذ الأصدقاء أو الجيران أو المؤسسات استعمال العنف في العلاقة على محمل الجد أيضاً. تلقى من قبلهم المسؤولية على عاتق النساء المصابات من هذا العنف. يعتمد إلى التخفيف من شدة العنف ضد النساء أو يعمل على تبريره. هنا تنشأ الأجواء التي تحمي الجناة وتمنع النساء من القيام بطلب المساعدة. وكلما طالت مدة العنف في العلاقة كلما أصبحت التبعية أقوى. يتكون لدى النساء الشعور بأنهن غير قادرات على تغيير شيء في الوضع. تبدأ لدى النساء الثقة بالنفس وبالمحيط بالتساؤل شيئاً فشيئاً.

**يعرف كل مكتب خدمات استشاري هذه الديناميكية تمام المعرفة وسيقوم بتقديم المساعدة لك في طريقك!**

# أنواع العنف

## العنف الاجتماعي

التقليل من قدرك في المحيط الاجتماعي،  
استعمال الأولاد كوسيلة ضغط، أرهابك في  
مكان العمل ...  
مراقبة اتصالاتك مع الآخرين أو منعك  
من ذلك، عزلك عن الآخرين، مراقبة  
اتصالاتك الهاتفية ...

**العنف الجسدي**  
الدفعة، الضرب، الركل، الخنق،  
التكبير، الحرق، الحرق بمواد  
حارقة، الإصابة بواسطة آلات أو  
سلاح أو تهديد ...

**العنف الجنسي**  
الاغتصاب، الإكراه على  
ممارسة الجنس، المعاملة  
كأداة للجنس، الإكراه على  
مشاهدة الأفلام الإباحية ...



**العنف النفسي**  
التخويف، الإهانة، التهديد،  
الإدعاء بأنك مجنونة،  
تحقيرك وإذلالك ...

**العنف الاقتصادي**  
المنع أو الإكراه على العمل،  
الامتناع أو تخصيص النقود،  
مراقبة النفقات الخاصة بك ...

In Anlehnung an das Modell Domestic Abuse Intervention,  
Projekt (DAIP) 1983

يتضمن هذا الجرافيك بيان أشكال السلوك العدواني. هو يظهر ترابط نظام من العنف يقف في وسطه دائما هدف الربح في الحصول على السلطة والمراقبة.

أصبحت حالات العنف الرقمي في تزايد مستمر منذ بضع سنوات . يستعمل الشركاء في العلاقة الوسائط الرقمية لكي يعتمدوا إلى التقليل من قيمة المرأة ومراقبتها وتهديدها وابتزازها. يمكن اختراق كلمات السر أو الحسابات. يتم في الغالب تركيب جهاز للتجسس دون أن تعلم المرأة بذلك. إن التقنية تجعل بالإمكان تتبع سير كامل الاتصالات وتحديد المواقع وقراءة محفوظات الأبحاث إلى آخره. ليس من النادر أن يقوم الشريك السابق في العلاقة باستعمال الوسائط الرقمية حتى بعد الانفصال لكي يستطيع الاستمرار بمراقبة الزوجة أو شريكة الحياة وتهديدها وتخويفها.

## السلطة والمراقبة

تشكل السلطة والمراقبة المحور الأساسي لاستعمال العنف ضد النساء. وللمحافظة على السلطة والمراقبة وترسيخهما ضد المرأة، يتم استعمال أنواع كثيرة من الضغوط التي تؤدي في النهاية إلى استعمال العنف الجسدي.



## ما الذي يتعين علي كمهاجرة مراعاته بشكل خاص؟

إن العنف المنزلي سواء أكان جسدياً أم نفسياً عمل يعاقب عليه القانون في ألمانيا. وهذا يسري أيضاً إذا كنت مكرهة على الزواج أو مهددة بالختان.

لا تتركي العوائق اللغوية والأحكام القانونية الأجنبية تقف مانعاً من حقك في الحصول على مساعدة من القانون. تحصلين على المساعدة من مكتب الخدمات الاستشارية للنساء أو من مأوى النساء أو من مكاتب الخدمات الاستشارية للهجرة. يخضع العاملون فيها لواجب الكتمان والسرية. أيضاً السؤال عما إذا كان للانفصال نتائج مباشرة على وضع إقامتك فإنه باستطاعتك الحصول على توضيح على هذا السؤال عن طريق محادثة سرية غير ملزمة. بالإمكان أيضاً بناء على رغبتك طلب مترجمات للقيام بمهمة الترجمة لك.

تملكين هذه الحقوق أيضاً كإمرأة هاربة!



تقوم مآوى النساء، مكاتب الخدمات الاستشارية للنساء، هواتف الطوارئ للنساء ومكاتب الخدمات الاستشارية الاجتماعية للهجرة بتقديم خدماتها بصفة مجانية!

تحصلين على المعلومات لذلك في الملحق أو تحت رقم هاتف المساعدة 08000 116016

إذا كنت قد تعرضت للعنف من زوجك بما في ذلك سوء معاملة، عليك ترك توثيق هذه الإصابات في تقرير طبي من قبل الطبيبة أو الطبيب المعالج حتى وإن كنت لا تريدين في بادئ الأمر اتخاذ أي خطوات (قانونية) بحقه. يجب عليك في هذه الحالة أن تسردي للطبيبة أو للطبيب كل ما حدث معك.

يمكنك أيضا ترك توثيق إصاباتك بتقرير من الطب الشرعي في المستشفى الجامعي شليز فيغ- هولشتاين (UKSH) أو من المستشفى الجامعي إندورف (UKE). إن توثيق الإصابات بتقارير طبية هو مهم جدا لعرضها أمام الدوائر الحكومية (مثلا في إطار المادة ٣١ من قانون الإقامة) أو بسبب إجراءات قانونية أخرى.

### توثيق سريع ومناسب لنتائج الإصابات:

المستشفى الجامعي شليز فيغ- هولشتاين (UKSH)

المكان كيل: 0431-500 15901

المكان لوبيك: 0451-500 15951

أو المستشفى الجامعي إندورف (UKE)

المكان هامبورغ: 040-7410 52127

## الحماية هي الأهم

إذا كان الأمر يدور حول استعمال العنف فإن حماية ضحايا العنف تعتبر من أهم الأشياء. كل ما يعمل به وما لا يعمل به يجب أن يقود في النهاية إلى ضرورة توفير الحماية اللازمة. وبما أنك أنت المتضررة من العنف فإنك أنت الخبيرة في شؤون حياتك بالذات لأنك أنت التي على علم ومعرفة بزوجك وعلى علم ومعرفة بطروف الحياة التي تعيشين فيها. أقدمي على فعل كل شيء من شأنه أن يوفر لك أكبر قدر من الحماية الشخصية. إذا كنت تشعرين بالخوف فعليك أخذ ذلك على محمل الجد. إن هذا الخوف هو دليل على أنك مهددة. تتوفر أمامك الفرصة بإمكانية التوجه إلى أحد مكاتب الخدمات الاستشارية للنساء المتواجد في مكان إقامتك أو في الجوار. يمكنك الاتصال بهذا المكتب في أوقات النهار (انظري الملحق). في أوقات الليل وفي نهايات الأسبوع وأيام الأعياد يمكنك الاتصال على رقم هاتف المساعدة 0800-0116016. اتصلي بالهاتف إذا كانت تساورك الشكوك بشأن وضعك. إنه من المهم جدا إدراك العنف في علاقات شراكة الحياة في وقت مبكر.

### "البوح بالسر"

إن كتمان حقيقة تعرضك للعنف لا يساعدك أبدا، بل على العكس يساعد الجاني أو الفاعل المستعمل للعنف ضدك. تجد العديد من النساء أنه من المرح وغير اللائق التحدث عن أعمال العنف التي يقوم بها الزوج. حتى ولو كنت تخجلين من إبلاغ الشرطة أو النيابة العامة فإنه يوجد دائما أناس لديك، هم محل ثقة، يمكنك التحدث معهم مثل الصديقات، الأصدقاء، الجيران، زميلات العمل والأقارب أو عليك التوجه إلى أحد مكاتب الخدمات الاستشارية للنساء أو إلى مأوى النساء (العناوين في الملحق). يمكنك البقاء في مأوى النساء مع أولادك في الليل والنهار.

يعود القرار لك وحدك بشأن ما هو هام بالنسبة لك في كل حالة على حدة. فهكذا تتسنى لك فرصة حماية حياتك وصحتك وحماية أطفالك.

هذا يخفف عنك ويرفع الإمكانية في زيادة حمايتك بشكل موضوعي. كلما زاد عدد الأشخاص الذين على علم ومعرفة باستعمال العنف ضدك كلما أبدى الناس المزيد من الإدراك والاعتبار لما يحدث معك.

### تدابير أمنية محددة

إلى جانب إمكانية منح الثقة لأشخاص معينة والتحدث معهم عن استعمال العنف ضدك أو إمكانية الهروب إلى مأوى النساء، توجد أيضا تدابير أخرى تحميك وتحمي أطفالك. هذا يكون عن طريق الاتصال بالشرطة أو تحضير ما يسمى بـ "حقيبة طوارئ" (انظري صفحة ٤٣)

### انطلاقا من ذلك فقد وصفت نساء متضررات التدابير التالية على أنها مجدية:

- إبلاغ الأشخاص الذين يحظون بثقتك والطلب منهم القدوم إليك في فترات منتظمة أو الاتصال بك بواسطة الهاتف خاصة في الأوقات التي يتزايد فيها الخطر
- جمع التقارير الطبية/وثائق الطب الشرعي
- السكن في غرفة يمكن إقفالها بمفتاح من الداخل أو التوجه إلى هكذا غرفة
- شراء هاتف نقال خاص بك وجعله دائما بحالة جهوزية في حوزتك لطلب المساعدة في حالة حصول شيء طارئ
- تجهيز "حقيبة طوارئ" تحتوي على الوثائق الهامة والملابس الضرورية لك (وللأطفالك) ووضعها لدى الشخص الذي يحظى بثقتك.

## ما الذي يمكن أن يحميني بعد؟

يمكنك أيضا إضافة إلى تدابير الحماية الشخصية استخدام فرص الحماية التي يقدمها لك القانون المدني.

- يمكنك بشكل خاص الاستفادة من:
- الأوامر القضائية المتعلقة بالحماية
- تخصيص الشقة للاستخدام الفردي
- حق حضانة الأطفال الفردي/حق تقرير مكان إقامتهم
- التقدم بطلب لدى المحكمة لإيقاف/تقييد حق الأب في علاقته بأولاده
- إضافة إلى ذلك يحق لك تقديم طلب للحصول على تعويض عن الأضرار وعن الآلام الحاصلة من جراء استعمال العنف. إن الأوامر القضائية وتخصيص الشقة للاستخدام الفردي هي تدابير تقع ضمن نطاق قانون الحماية ضد العنف. إن إمكانية الانتفاع من القانون متوفرة للجميع.

### تخصيص الشقة للاستخدام الفردي

بإمكانك المطالبة بأن يتم إخلاء الشقة المشتركة المستخدمة منك ومن شريك حياتك لكي تحسلي على استخدامها بمفردك. إن إمكانية حصولك على الشقة المستخدمة بشكل مشترك متوفرة حتى لو كنت قد هربت منها سابقا. ولكن يتعين عليك في هذه الحالة المطالبة شريك حياتك (السابق) خطيا في غضون ثلاثة أشهر بعد الاعتداء عليك القيام بإخلاء الشقة أو يمكنك تقديم الطلب خلال هذه المدة لدى المحكمة. يجوز لك تقديم هذه الطلب دوما إن كنت تعرضت للعنف والإساءة أو مازلت تتعرضين له من شريكك (السابق).



وهذا يسري بغض النظر عما إذا كنتم متزوجين أم لا، وبغض النظر أيضا عما إذا كان شريكك (السابق) قد قام بالتوقيع على عقد إيجار الشقة بمفرده أو كان توقيع عقد الإيجار قد حصل من قبلكما أو إذا كان هو مالك الشقة بمفرده أو كنتم تملكانها معا. إذا كنت أنت بمفردك مستأجرة الشقة أو كنت أنت المالكة فإن إجراء تخصيص الشقة لك يتم دون مهل قانونية. أما إذا لم تكوني مستأجرة أو (شريكة) في ملكية الشقة فإنه بإمكانك الحصول عليها لاستخدامها بمفردك لمدة تصل إلى ستة أشهر. ولكن يجب الأخذ بالحسبان بأنه عليك دفع البديل المالي لذلك (أجرة الشقة مثلا) لمالكها أو لمؤجرها. من الممكن أيضا تمديد هذه المهلة مرة أخرى لمدة تصل إلى ستة أشهر أيضا.

## الأوامر القضائية بالحماية

- يمكن للمحكمة أن تصدر تدابير أخرى بحق الجاني بهدف حمايتك.
- تتضمن هذه التدابير منع شريكك (السابق) من
  - دخول شقتك
  - الاقتراب من شقتك
  - المكوث في الأماكن التي تتواجدين فيها بشكل منتظم (مكان العمل، روضة الأطفال مثلا)
  - الاتصال بك شخصيا أو بواسطة الهاتف أو عبر خدمة الرسائل القصيرة أو عن طريق البريد الإلكتروني

هذه الأوامر القضائية محددة دائما بمدة زمنية معينة، غير أنه بالإمكان تمديد هذه المدة المحددة بناء على طلب يتم تقديمه لدى المحكمة المختصة.

## إلى أين يجب علي أن أتوجه؟

من أجل الحصول على أمر قضائي للحماية يجب عليك أن تتوجهي إلى المحكمة الابتدائية المحلية المختصة. توجد هناك أيضا محاكم الأسرة المختصة بهذه القضايا. ستتجاوب المحكمة مع طلبك هذا وتقوم باتخاذ الإجراءات اللازمة. يمكنك تقديم الطلب عن طريق الاستعانة بمحامية أو بمحام أو بنفسك لدى قسم تقديم الطلبات في المحكمة الابتدائية. يجوز لك إذا لم يكن لديك أي دخل على الإطلاق أو كان دخلك متدنيا أن تتقدمي بطلب لدى المحكمة للحصول على مساعدة لتغطية تكاليف الإجراءات القضائية. يمكنك بحسب الدخل الذي تحصلين عليه تحمل تكاليف قليلة فقط أو عدم تحمل أية تكاليف.

## كم تستغرق المحكمة من الوقت للبت في القضية؟

يتمثل خطر دوامة العنف المنزلي بسبب قيام علاقة شراكة الحياة واستمرارها. إذا كان الأمر كذلك فيجوز لك عندها التقدم بطلب إصدار أمر بالحماية بصفة مستعجلة. من الممكن ان تتم الموافقة على هذا الطلب في غضون ٢٤ ساعة تقريبا. يمكن للمحكمة في هذه القضية أن تتخلى عن الاستماع إلى أقوال شريك حياتك (السابق). قد يحصل في العادة بأن يتم تحديد موعد لاحق للنظر في هذه الواقعة. ولكي تحسلي على أمر بالحماية لك فإنه يتوجب عليك القيام بعرض قضيتك بشكل مقنع. ويتوجب عليك أيضا أن تسردى سوء المعاملة والإصابات والتهديدات أو المضايقات التي كانت تحصل من شريكك (السابق) بشكل مقنع للمحكمة وذلك عن طريق ذكر التاريخ والساعة مع الوصف الدقيق لمجريات ما حدث بالضبط. حتى ولو كان الأمر صعبا بالنسبة لك: حاولي أن تشرحي كل ذلك بشكل دقيق ومفصل. يجب عليك أن تقدمي هذا الوصف للمحكمة عن طريق الإدلاء بشهادة خطية تحت القسم. تقوم محاميتك أو محاميك أو العاملين في قسم تقديم الطلبات القانونية لدى المحكمة الابتدائية بإخبارك عن الشكل المطلوب لهذا القسم الخطي.

يتم عادة في الطلب إلحاق وصف الوقائع بالصيغة التالية: أنا الموقعة أدناه (اسمك) أؤكد بأنني قد أعلمت عن العقوبة في حالة تقديم يمين كذاب بخصوص شهادتي الخطية تحت القسم". من المفيد لك أيضا إضافة إلى إدلاء الشهادة الخطية تحت القسم تقديم أدلة إضافية (تقارير الشرطة، شهادات، تقارير طبية، ما يشابه ذلك). يرجى منك الاستفسار من محاميتك أو محاميك أو من قسم تقديم الطلبات لدى المحكمة الابتدائية عن كيفية حصولك على قرار المحكمة بشأن طلبك، وعن كيفية تبليغه لشريكك (السابق). يمكن للمحكمة أن تصدر أمرا يقضي بتنفيذ أمر الحماية حتى قبل تبليغه لشريكك (السابق). فبهذا يتم التأكد من تنفيذ إجراء الحماية حتى في غياب شريكك.

## ماذا يحصل إذا لم يتقيد شركي (السابق) بأمر الحماية القضائي؟

إذا قام شريكك بمخالفة أمر الحماية القضائية فعندها يمكنك - دون الحاجة إلى بذل مجهود يؤدي إلى قضية جديدة أمام المحكمة - الاستعانة بمأمورة التنفيذ/مأمور التنفيذ لوضع أمر الحماية القضائية موضع التنفيذ من جديد. يجوز لمأمورة التنفيذ/مأمور التنفيذ الاستعانة بالشرطة عند اتخاذ الإجراءات اللازمة ضد شريكك (السابق). إلى جانب ذلك لديك إمكانية بتقديم طلب لدى المحكمة لفرض غرامة إدارية أو حبس إداري بحقه. إن إخلال الجناة بأوامر الحماية القضائية عمل يخالف القانون ويعرضهم للعقوبة. يجب عليك إبلاغ الشرطة في حالة مخالفة الأوامر القضائية لكي تتمكن من بدء اتخاذ الإجراءات القانونية ضد شريكك (السابق).

## يمكن للشرطة والقضاء مساعدتي؟

### في حالة الطوارئ 110

لا تخجلي أبدا من إبلاغ الشرطة عن أعمال العنف التي تتعرضين لها من قبل شريك حياتك والاتصال بها على الرقم 100 لتقوم بحمايتك. تتمثل مهمة الشرطة في حالات الخطر الشديد بحماية الأشخاص والحفاظ على سلامتهم. إن من واجب الشرطة وبناء على الاتصال الهاتفي الضروري إمكان منع حدوث أعمال عنف أخرى. تقوم الشرطة باستجواب كل واحد منكما على حدة. يمكنك توضيح الظروف، أسردي ما حدث معك وأخبري عن الإصابات التي حصلت لك والتي من المحتمل عدم رؤيتها، أذكرني أسماء الشهود حال وجودهم.

لك خيار آخر وهو مرافقة الشرطة لك عند تركك المكان الذي تعرضت فيه لأعمال العنف وجلبك إلى مكان آمن مثلا إلى مأوى النساء.

### الطرد من قبل الشرطة

تستطيع الشرطة إجبار الجاني على ترك الشقة وانتزاع المفتاح منه ومنعه من الدخول إليها مجددا. يمكن أن تصل مدة إجباره على ترك الشقة إلى 4 أسابيع إذا كان الخطر ما زال قائما ويتمثل باستعمال الجاني العنف ضدك وضد أولادك من جديد. وانطلاقا من هذا تستطيع الشرطة منع الجاني من الاقتراب منك أو القيام بالاتصال بك. يمكن أن يطال المنع أيضا الأماكن التي تتواجد فيها (مكان العمل مثلا). إذا قامت الشرطة بطرد شريك حياتك من الشقة

منع الدخول  
نة يصل لمدة  
ع إذا كان  
ما زال قائما  
باستعمال  
العنف ضدك  
أطفالك من



فإنه سيتم إعلامك بذلك من قبل مكتب الخدمات الاستشارية للنساء الموجود في مكان إقامتك. إن مكتب الخدمات الاستشارية سيقوم من تلقاء نفسه بالاتصال بك وتقديم المساعدة لك وإعلامك عن الإمكانيات القانونية التي تحقق لك.

## إبلاغ الشرطة

يعتبر العنف الذي يمارسه الرجال ضد شريكات حياتهم/زوجاتهم عملا مخالفا للقانون وهو يخضع للعقاب بصفته على سبيل المثال إيذاءا بدنيا (جسيما أو خطيرا)، اغتصابا، إكراها أو تهديدا. إذا كنت ضحية عمل عنف بإمكانك تقديم شكوى جنائية بشكل شفوي لدى الشرطة. يمكن للأشخاص الآخرين تقديم شكوى جنائية ضد شريكك حال معرفتهم باستعمال العنف ضدك. يمكنك تقديم هذه الشكوى الجنائية مباشرة لدى النيابة العامة. هنا ينصح بتقديم هذه الشكوى بشكل خطي. يجب عليك في الشكوى الإخبار عما حصل معك بالتحديد وسرد الوقائع بذكر اليوم والساعة ومجريات الواقعة بالتفصيل. ومن المفيد لك وما يساعدك هو أن تسمي الشاهدات والشهود إن وجدوا وتقديم تقرير طبي أو صور للجروح المصابة بها مثلا مع وجود أدلة إثبات أخرى. لديك أيضا إمكانية الطلب من الطبيب الشرعي تدوين إصابتك في تقرير طبي كدليل إثبات. يمكن هنا للمكتب الاستشاري القيام بمساعدتك. بإمكانك أيضا أخذ أحد الأشخاص الذي يحظى بثقتك لتقديم الشكوى إذا كنت ترغبين في ذلك.

## ماذا يحصل بعد تقديم الشكوى؟

تقوم النيابة العامة والشرطة بعد تقديم الشكوى بالتحقيق. وهذا يعني بالدرجة الأولى الاستماع إلى أقوال كافة المشتكرين في هذه الواقعة. وبما أنه في العادة وعند حدوث مثل هذه الوقائع عدم وجود شهادات أو شهود غيرك أنت وحدك فإن لأقوالك هنا أهمية بالغة: عليك الإخبار من البداية عن جميع أعمال العنف الممارسة ضدك وعن جميع التهديدات من قبل شريكك. عليك ذكر جميع الأشخاص الذين قد شاهدوا أو سمعوا ما حدث معك. عليك تقديم - إذا كان في الإمكان - تقارير طبية عن الإصابات (أيضا القديمة) التي أصبت بها. أكتبي بروتوكول عن الوقائع لكي تتذكرينها. إشرحي في هذا البروتوكول ظروف الوقائع بدقة (التاريخ، الساعة، الشهود)، التهديدات الأخرى أو أعمال العنف الأخرى ضدك. هذه الوثائق تساعدك جدا في جلسات المحاكمة اللاحقة. إن تقارير الشرطة المتعلقة بقدمها على خلفية المشاجرات السابقة تعتبر مهمة جدا. سيتم على هذا الأساس استجواب شريكك (السابق) بشأن التهم الموجهة إليه. تقوم بعدها النيابة العامة باتخاذ القرار بمواصلة الإجراءات الجنائية بحقه أم لا. يتعلق هذا القرار بالدرجة الأولى بنتائج التحقيقات وبخاصة الأدلة المتوفرة لدى النيابة العامة المتعلقة بجسامة العمل الجرمي أيضا.

اكتبي بروتوكول  
عن الوقائع لكي  
تتذكرينها

## الإجراءات الجنائية المتخذة من النيابة العامة

بإمكان النيابة العامة في حالات العنف المنزلي "القليلة الخطورة" أن تفرض على شريك الجاني الاشتراك في دورة اجتماعية تدريبية. يتعلم شريكك في هذه الدورة كيفية تغيير سلوكه وتحسين قدرته في السيطرة على نفسه. إذا أوفى الشريك بهذا الشرط بإمكان النيابة العامة أن تعمد إلى إيقاف جميع الإجراءات الجنائية الصادرة بحقه. أما إذا لم يف الشريك بذلك فإن النيابة العامة ستستمر في مواصلة إجراءاتها الجنائية ضده.

في حالات العنف الجسيم المحتمل فيها إصدار حكم بحق الجاني شريك الحياة تعمل النيابة العامة على رفع الدعوى وتكون جلسة المحاكمة الشفوية أمام المحكمة الابتدائية أو أمام محكمة الولاية. في كلتا الحالتين يستمع إليك كشاهدة. ومن هذا المنطلق يمكنك في العادة أن تشتركي بشكل فعال في القضية بصفتك خصم متدخل (أنظري ما يأتي). يتم في المرافعة الشفوية أو لا الاستماع إلى الشهود وإلى عرض الأدلة. في النهاية تقوم المحكمة بإصدار الحكم. تعمل المحكمة على استدعائك إلى الموعد كشاهدة ويجب عليك مبدئياً الإدلاء بشهادتك. وبصفتك قريبة أو خطيبة أو زوجة أو مطلقة للمتهم لك الحق بالامتناع عن الإدلاء بأي أقوال (هنا تسمى شهادة). تكونين بالتأكيد الشاهدة الرئيسية في غالب الحالات لأن العنف في العلاقات نادراً ما يحصل بحضور أشخاص آخرين. إن شهادتك هي بالغة الأهمية للملاحقة القضائية.

إذا رفعت النيابة العامة  
الدعوى فتكوني أنت في  
غالب الحالات الشاهدة  
الرئيسية ويمكنك  
الحصول على المساعدة.

## الدعم في القضية

من المهم جداً أن تكوني على استعداد تام لحضور جلسات المحاكمة. يسيطر الخوف الشديد على كثير من النساء حال لقائهن الجاني من جديد. إن وصف التجارب الأليمة وأعمال العنف في قاعة المحكمة بجوها الغير شخصي والمخيف يشكل غالباً عبئاً كبيراً ترزح تحته أغلب النساء. لست مجبرة على القيام بذلك بمفردك. يوجد لديك عدة إمكانيات يمكنك الاستفادة منها:

## التحضير للقضية والمرافعة فيها

تعمل مكاتب الخدمات الاستشارية للنساء وهواتف الطوارئ منذ أعوام طويلة مع نساء تعرضت للعنف. تحصل كل امرأة على المساعدة كي تتمكن من إيجاد طريقها الشخصي.

تعرض مكاتب الخدمات الاستشارية للنساء مساعدتها لك لكي تجدي طريقك مهما كان: إن المستشاره الخاصة بك تعمل معك بانفتاح وتجبب على كافة اسئلتك ومخاوفك وتقف إلى جانبك لمساعدتك. تعتبر هذه المساعدة هامة جدا للكثير من النساء من أجل اجتياز الأوقات الطويلة والصعبة التي تستغرقها قضايا من هذا النوع. من الصعب جدا تحمل المخاوف والذكريات الأليمة والشكوك التي تراود النساء غالبا. إن المستشارات المتخصصات مؤهلات للعمل معك لإيجاد الإمكانيات والفرص التي تخفف عنك الضغوط الداخلية والخارجية.

### المرافقة النفسية والاجتماعية للقضية

هناك إمكانية تتمثل في تعيين مرافقة نفسية واجتماعية للقضية. وهذا هو نوع خاص من أنواع مرافقة ضحية العنف أثناء المحاكمة. لا تحتوي هذه المرافقة على أية استشارة قانونية ولا تعمل على إيضاح العمل الجرمي. هي مرافقة ومساعدة مجانية تقدم من خلال شخص متخصص وتبدأ من تاريخ تقديم بلاغ الشكوى لدى الشرطة وتنتهي عند انتهاء المحاكمة. تكون المهمات الموكلة إلى هذه المرافقة أو المرافق مساعدتك كشريك في تبادل الآراء أثناء سير المحاكمة. يقوم هذا الشخص بشرح استباقي دقيق لك عن كيفية سير المحاكمة وإطلاعك على حقوقك وواجباتك. يسمح لها/له بمرافقتك إلى جلسات الاستجواب والحضور والوقوف إلى جانبك أثناء هذه الجلسات. تجدين أسماء هؤلاء المرافقين والمرافقات لهذا العرض في المنطقة التي تسكنين فيها على الصفحة الأخيرة من هذا الكتيب.

### الدعوى العارضة

يحق لك كضحية لأعمال جنائية معينة تقديم دعوى عارضة. هذا ما يعطيك فرصة الاشتراك الفعلي في الدعوى الجنائية كخصم مدع إما بنفسك أو عن طريق توكيل محامية أو محام ينوب عنك.



**تملكين حقوق  
كثيرة كمدعية  
وخصم في  
هذه الدعوى**

بإمكانك كمدعية وخصم توكيل محامية أو محام يقوم بتمثيلك في هذه الدعوى العارضة. على المحامية أو المحامي في هذا الحالة القيام بتقديم طلب لدى المحكمة للسماح بقبول الدعوى العارضة. لديك العديد من الحقوق كخصم مدع في المحاكمة: تحصلين على نفس الحقوق لطرح الأسئلة كبقية المشتركين الآخرين في المحاكمة، سوف تستدعين دائما إلى موعد جلسات المحاكمة، بإمكانك الاشتراك في الجلسات بكاملها حتى لو تم استبعاد الحضور عنها. تملكين حق الحضور أيضا إلى المحكمة إذا كنت مخولة لذلك ولم تتقدمي بعد بطلب تقديم الدعوى العارضة. يجوز لمحاميته أو محاميك الاطلاع على ملف القضية وهذا يعني بأنك ستكونين على علم بما توصلت إليه التحقيقات ومن سيحضر جلسة المحاكمة. باستطاعة محاميته أو محاميك المطالبة بحقوقك في القضية، مثلا تقديم الطلبات المتعلقة بالأدلة، الاعتراض على الأوامر القضائية الصادرة أو الأسئلة المطروحة من قبل الأطراف الأخرى. كل ذلك يهدف إلى حمايتك ومساعدتك عند إدلائك بأقوالك كشاهدة. تتحمل خزينة الدولة تكاليف الدعوى العارضة في حالات معينة. يتمثل ذلك مثلا في ضحايا الاعتداء الجنسي. إذا كنت صاحبة دخل قليل أو كنت عديمة الدخل فإنه بإمكانك الحصول على مساعدة لتغطية تكاليف هذه الدعوى.

## ماذا يمكن للعاملين في المجال الطبي عمله من أجلي؟



العنف يضر دائما بصحة الضحية. يمتد نطاق الآثار التي يتركها العنف من الإصابات البدنية الظاهرة على كسور العظم مثلا، الرضوض، الجروح، الحروق اضطرابات النوم والطعام، الإكتئاب النفسية، الخوف وغير ذلك من الاضطرابات الرضحية الأخرى. تقصد المتضررات من العنف عاجلا أم آجلا الطبية أو الطبيب أو أحد المرافق الطبية. تحتل هنا العناية بالإصابات الحادة الأولوية بالطبع. من المهم جدا لكي تتمكن الطبيبة المعالجة أو الطبيب المعالج أو الممرضات أو الصيدلي أو الصيدلانية من تقديم أفضل العلاج لك القيام بإخبارهم عن سبب حصول هذه الإصابات. من الواجب أن يؤخذ وضعك على محمل الجد وأن لا تخضي لأي ضغوطات. إن طبيبتك أو طبيبك لن يحل مشكلتك ولكن بإمكانها أو بإمكانه تقديم المساعدة لك.

## توثيق سريع ومناسب لنتائج الإصابات:

المستشفى الجامعي شليزفيغ-هولشتاين (UKSH)

- المكان كبل: 0431-500 15901

- المكان لوبيك: 0451-500 15951

المستشفى الجامعي إيبندورف (UKE)

- المكان هامبورغ: 040-7410 52127

## توثيق الإصابات

باستطاعة الطبيبات والإطباء إلى جانب تقديم العلاج والعناية الطبية اللازمة والدقيقة القيام بأمر هام آخر ألا وهو توثيق الإصابات في تقارير طبية. إن عملية التوثيق تجعل من المعلومات المعطاة عما حدث قابلة للتحقق منها. وهذا يكون في غاية الأهمية في حال تقديم (شكوى) جنائية أو مدنية (تعويض عن الأضرار، تعويض عن الألام) وهذا يعزز من موقفك أمام المحكمة. إن التوثيق الدقيق لإصاباتك في تقارير طبية هو بالغ الأهمية لإجراءات الدعوى أو عند تقديم ذلك لدى الدوائر الرسمية ضمن إطار قانون الإقامة. إذا كنت قد قررت تقديم شكوى ضد من أساء معاملتك فإن هذه التوثيق يشكل أدلة ثابتة للقضية في المحكمة. من المهم جدا هنا ويعتبر الحاسم في الموضوع هو أن يتم وصف إصاباتك في وقت مبكر بشكل محترف أو حتى التقاط صور لهذه الإصابات. لقد جرت العادة حتى الآن أن يشار إلى هذه الإصابات في تقرير طبي من الطبيبة أو من الطبيب المعالج. لا يستطيع هؤلاء الأطباء والطبيبات القيام دائما بهذه المهمة لأسباب عديدة ومختلفة. توجد هنا إمكانية أخرى للتوثيق عن طريق الطب الشرعي. إن إمكانية التوثيق تتوفر في معهد الطبي الشرعي في المستشفى الجامعي شليزفيغ-هولشتاين أو في المستشفى الجامعي إيبندورف. يعمل في هذا المعهد طبيبات وأطباء متخصصين في توثيق وشرح الإصابات المختلفة

يمكنك إجراء فحوص  
طبية مجانية سواء في  
معهد الطبي الشرعي  
في المستشفى الجامعي  
شليزفيغ-هولشتاين أو  
في المستشفى الجامعي  
إيبندورف وطلب  
توثيق وحفظ هذه الأدلة  
الثابتة. يتعين عليك  
لهذا الغرض تحديد  
موعد عاجل.

ومدربين أيضا على حفظ وتأمين الأدلة الجنائية بعد حصول أعمال العنف. إن النتيجة من هذه الفحوصات تكون حجة ثابتة لدى المحكمة. يمكنك هناك الطلب والخضوع لفحوص طبية مجانية والطلب أيضا من الأطباء توثيق الإصابات كأدلة بتقارير طبية. يتعين عليك لهذا الغرض تحديد موعد عاجل (انظري ص ٢٧ أعلاه). تخضع الطبيبات الشرعيات أو الأطباء الشرعيون أيضا لواجب الكتمان وعدم البوح ولن يقوموا بأي عمل يخالف إرادتك سواء عن طريق إبلاغ الشرطة أو عن طريق إرسال نتائج الفحص إلى أشخاص آخرين. يتم الاتصال بمعهد الطب الشرعي عن طريق الطبيبة أو الطبيب المعالج لك.

## رفع الأدلة الجنائية السرية

يصعب على كثير من النساء اتخاذ القرار بتقديم شكوى جنائية أو عدم تقديم هذه الشكوى بحق من أساء إليهن بعد ارتكاب أعمال العنف مباشرة. يبدو هذا للنساء في بادئ الأمر وفي اللحظة غير مهم. ولكن هذا قد يتغير في الأشهر التالية. إن التوثيق السليم لنتيجة الإصابات لا يمكن التحقق منه وإدراكه دائما، ولكي يمكن الاستفادة من هذه النقطة في وقت لاحق بالذات فإنه من المهم جدا الحصول على هذه الأدلة المثبتة بالفعل في وقت قصير جدا بعد حصول الاعتداء لكي تكون أمام المحكمة حجة ثابتة. إن هذه الإمكانية هي متاحة عن طريق سرية رفع وحفظ الأدلة الجنائية أيضا في المستشفى الجامعي شليز فيغ-هولشتاين والمستشفى الجامعي إيبندورف. يتعين عليك بصورة عاجلة الاتفاق على موعد. إن نتائج الفحوصات ورفع وحفظ الأدلة هو مجاني بالنسبة لك. تخضع الطبيبات والأطباء هناك لواجب الكتمان.



## أين يمكنني أن أسكن؟

### مأوى النساء

إذا لزم عليك الهرب مباشرة من زوجك أو شريك حياتك فيمكنك عندها التوجه إلى صديقاتك وزميلاتك أو إلى أقربائك للمبيت عندهم أو عليك التوجه إلى مأوى النساء. يمكنك الاتصال بمأوى النساء في الليل والنهار. تجدين أرقام الهواتف المعينة لمكان إقامتك على الصفحة الأخيرة من هذا الكتيب. إن العناوين هي سرية للمحافظة على حماية النساء. إذا اتصلت وكان هناك مكان شاغر فإنه يتفق معك على مكان للالتقاء. إذا لم يكن هناك مكان شاغر في المأوى فإنه بمقدورك السؤال عن أرقام هواتف مأوى النساء الأخرى. يتم استقبال النساء والأطفال في مأوى النساء. سوف تلتقين هناك مع نساء أخريات للقيام معا بتحديد البرنامج اليومي. يعمل في مأوى النساء عاملات مؤهلات، صاحبات كفاءة. تقوم هذه العاملات بتقديم المساعدة والمشورة لك. يمكنك من هناك وضع أمورك الأخرى على الطريق السليم مثل الذهاب إلى عملك إذا كان ذلك آمنا بالنسبة لك وتنظيم ذهاب أطفالك إلى المدرسة أو إلى روضة الأطفال.

### الشقة المشتركة

إن الحل الأفضل لكثير من النساء وخاصة لمن لديهن أطفال هو أن يترك شريكك أو زوجك المعنف لك الشقة المشتركة بينكما. ولكن الحالات التي يكون فيها الجاني على استعداد لترك الشقة المشتركة هي حالات قليلة. لديك إمكانية القيام بتقديم طلب إخلاء الشقة المشتركة المستخدمة منكما لدى المحكمة. يمكنك الاطلاع على كيفية سير الإجراءات القضائية وما يجب عليك مراعاته على الصفحة ١٦ من هذا الكتيب.

## الشقة الجديدة

- يوجد عدة إمكانيات للعثور على شقة جديدة لك (ولأولادك):
- توجهي إلى مكتب الإسكان
- تقدمي عند الضرورة بطلب للحصول على وثيقة ترخيص من أجل شقة مدعومة من أموال حكومية
- اطلعي على الإعلانات الموجودة في الجرائد أو انشري إعلانا خاصا (من المستحسن وحفاظا على سلامتك أن تقومي بنشر هذا الإعلان بطريقة مشفرة عوضا عن الاسم)
- أعلمي الأشخاص أصحاب الثقة من حولك بأنك تبحثين عن شقة
- يمكنك عند الضرورة أيضا التوجه إلى سمسارة يتحمل مكتب التوظيف/مكتب الشؤون الاجتماعية تحت ظروف معينة تكاليف الانتقال وضمان الشقة و/أو رسوم السمسرة. يجب عليك الاستفسار جيدا عما إذا كان هذا ممكنا في حالتك. عليك الانتباه أيضا إلى ثمن الإيجار المعلن عنه ومساحة الشقة.

## حظر إعطاء المعلومات

من الضروري جدا لحمايةك أن تحافظي على سرية عنوان شقتك الجديدة. يمكنك لهذا الغرض تقديم طلب لحظر إعطاء أية معلومات عن مكان إقامتك لدى مكتب تسجيل السكان أو لدى مكتب خدمات المواطنين في الناحية التي تسكنين فيها (دليل الهاتف تحت اسم: إدارة المدينة). يجب عليك أن تظهرى هنا بشكل صادق ومقتنع بأن حياتك وصحتك وحريةك الشخصية معرضة للخطر إذا أعطي عنوانك للآخرين (هذا ينطبق أيضا على أطفالك). إضافة إلى ذلك بإمكانك إعطاء شهادة خطية تحت قسم. لا يسمح بعدها لمكتب تسجيل السكن بإعطاء عنوانك لأشخاص آخرين. عليك الانتباه إلى أنه يجب تمديد هذا الطلب قبل انقضاء المهلة الحالية المعينة. لا يوجد أي طلب مماثل لهذا الطلب في المؤسسات الرسمية والدوائر الحكومية أو لدى المحاميات والمحامين. يتعين عليك لهذا السبب في كل حالة منفردة العمل على الحفاظ على سرية بياناتك.

## من ماذا سأعيش؟

يمارس الكثير من الرجال الضغط على زوجاتهم عندما يدعون: "الن تحصلي مني على أي شيء" أو "أنت لا تملكين شيئا ولن تحصلي على أي شيء". وبغرض دحض هذه الإدعاءات قمنا بتبيان الإمكانيات المختلفة بشكل موجز: لا يمكن في كثير من الحالات أن تقوم المرأة التي تعمل على تربية أولادها بمفردها بإعالة العائلة من مصدر واحد فقط بل من عدة. حاولي الاستفسار عن الإمكانيات المتواجدة المنطبقة على وضعك. من المفيد في معظم الحالات الحصول على مشورة فردية ومساعدة من مكتب الخدمات الاستشارية أو مراجعة محامية أو محام بهذا الخصوص.

### الدخل الخاص

بالنسبة للنساء اللاتي يتمتعن بدخل خاص (مخصصات البطالة I أيضا، أي ALG I) فإنه لا يوجد أي تغيير في بادئ الأمر على الإطلاق. يجب أن يكون لديك في كل الأحوال حسابا بنكيا خاصا بك وإخبار صاحبة أو صاحب العمل الذي تعملين لديه أو الجهة المسؤولة عن مخصصات البطالة I بذلك لكي يتم تحويل مبلغ النفود إلى حسابك هذا. لديك أيضا متسع من الوقت للاستفسار بشكل مفصل عن تغيير فئة الضريبة. بإمكانك أيضا تقديم طلب للحصول على دعم مالي للسكن أو علاوة للأولاد إن كان دخلك متدنيا.

### النفقة الزوجية

يمكن التمييز بين نوعين مختلفين من النفقة الزوجية: النفقة بالنسبة للمنفصلين والنفقة بعد انتهاء الحياة الزوجية.

تطابق النفقة في سنة الانفصال الأولى على الأقل ومن حيث المبدأ الاتفاقات التي أبرمها الزوجان خلال فترة الحياة الزوجية. فإذا كنت خلال فترة الحياة الزوجية بدون عمل فإنه لا يلزم عليك من حيث المبدأ العمل أيضا. يجب عليك بالمقابل تقديم مبرر للمطالبة بالنفقة (مثلا تربية الأولاد القاصرين لغاية السنة الثالثة من العمر، بعدها حالات منفردة يجب تبريرها، المرض ...) . إضافة إلى ذلك يجب أن يكون زوجك قادرا على القيام بدفع النفقة. يجب عليك كسب نقودك بنفسك إذا كان ذلك منتظرا من ظروفك الشخصية التي تسمح لك بذلك. يتوجب

عليك في كل حال التوجه هنا لطلب المشورة. يمكنك أيضا الاطلاع على التوجيهات المختصرة التالية: يحق لك الحصول على ثلاثة أسابيع فارق الدخل المحتسب بهذه الطريقة. غير أنه يحق لزوجك إن كان يعمل الحصول على المبلغ التشاركي. يجب عليك بالضرورة التوجه إلى محامية أو محام للحصول على حساب مفصل ونهائي. (يحق لك عند الحاجة الحصول على مساعدة مالية مجانية لتغطية تكاليف الاستشارة).

يكفي من الناحية النظرية أن تتوصلي مع زوجك بالتراضي - دون مساعدة قانونية - إلى اتفاق على النفقة الزوجية بينكما. لا يوجد في الغالب أساس لتوضيح النفقة بشكل مشترك بين الطرفين إذا كان العنف هو المسيطر على هذه العلاقة. يرجى في هذه الحالة التوجه إلى محامية أو إلى محام في موعد أقصاه لحظة اضطرارك إلى استعمال حقك في المطالبة بالنفقة. ولربما توفرت لك إمكانية الحصول على النفقة بشكل إجباري من خلال فرض أمر قضائي عاجل.

#### + الدخل الصافي للزوجين

- ناقص الضرائب
  - ناقص المدفوعات الاجتماعية
  - ناقص مصاريف المهنة
  - ناقص رعاية كبار السن
  - ناقص نفقة الولد
- = فارق الدخل

## ملاحظات ثلاث هامة:

- لا توقعي أبداً على أي تنازل يطال النفقة قبل التفكير ملياً في ذلك أو دون مشورة من متخصص أو متخصصة.
- ليس من الممكن مبدئياً المطالبة بالنفقة بأثر رجعي. لذا يرجى الاستفسار فوراً عن كيفية المطالبة بالنفقة بشكل صحيح.
- عليك القيام - عند الإمكان - بجمع كافة المستندات اللازمة المتعلقة بحساب الدخل (عمل نسخ عنها عند الضرورة)

## بدل البطالة II (ALG II)، المخصصات الاجتماعية والمساعدة الاجتماعية

يتعين عليك مبدئياً المطالبة بحقوق النفقة من زوجك المنفصل عنك أو من طلبك قبل التقدم بطلبات للحصول على مخصصات حكومية. إذا كنت بعد حصولك على هذه النفقة بحالة مادية تحت الحد اللازم لتغطية احتياجاتك المعيشية فإنه بإمكانك عندها التقدم بطلب للحصول على مساعدة حكومية إضافية. يتم هنا في العادة التقدم بطلب للحصول على مخصصات البطالة II.

يشترط في الحصول على ذلك

- أن لا تكوني قد بلغت بعد السن المحدد قانوناً للحصول على معاش التقاعد والمتراوح ما بين 65 و 67 سنة. (يحق لك بعد ذلك الحصول على معونة اجتماعية).
- أن لا تكوني عاجزة عن العمل بشكل دائم. (في حال العجز يمكنك الحصول على معونة اجتماعية).
- أن تكوني مصنفة على القدرة على العمل لمدة ثلاث ساعات في اليوم على الأقل. (يمكنك في غير هذه الحالة الحصول على معونة اجتماعية)

يمكن للدوائر المختصة تحمل تكاليف الانتقال من السكن وضمان الشقة وتكاليف السمسرة بناء على طلب يتم تقديمه من قبلك. المهم هنا هو قيامك قبل ذلك بتوضيح مسألة تحمل هذه التكاليف مع الدائرة المعنية.

# Alg II

Mitglieder der Bedarf

Kunden Nr.

Name



## ملاحظة أخرى:

يرجى منك عند زوال المجموعة المعيشية إبلاغ الدائرة التي تتلقين منها هذه المخصصات بذلك فوراً. يتعين عندها أن يتم تحويل المخصصات المعينة إلى حسابك. قد يكون هذا مهم جداً مثلاً بعد طرد الشرطة لزوجك من الشقة، غير أنه يتعين عليك في كل حال القيام بذلك فور انفصالك عن زوجك.

## منحة السكن

يمكنك تقديم طلب للحصول على (مساعدة مالية لدفع الإيجار ومدفوعات الخدمات الإضافية) - بصفة مكملة لدخلك الشخصي - لدى الإدارة البلدية أو إدارة الدائرة. يرجى منك أن توضح هناك إذا كان يحق لك الحصول على مساعدة وقيمة مبلغ المساعدة. إذا كنت تتلقين بدل البطالة II (ALG II) أو على استحقاقات أساسية أخرى فإنه لا يحق لك الحصول على مساعدة السكن الإضافية.

## نفقة الأطفال

إذا كان أطفالك يعيشون معك فإنه من حَقك التقدم بطلب للحصول لهم على نفقة الأطفال. إن ما يسمى بلانحة دوسلدورف توضح القيمة المرجعية لعدد مبلغ النفقة. تتم ملاءمة هذه القيم المرجعية بشكل ديناميكي. يمكنك الاستعلام عن الأرقام الحالية أو إيجادها على صفحة الإنترنت التالية: [www.olg-duesseldorf.nrw.de](http://www.olg-duesseldorf.nrw.de)  
إذا كان الأب لا يدفع أو بإمكانه الدفع ولكن بشكل غير منتظم فإنه بإمكانك عندها التوجه إلى صندوق تسليف النفقة المتخصص التابع لمكتب الأطفال والقاصرين. يدفع صندوق تسليف النفقة دون قيد زمني نفقة الأطفال لغاية سن ١٢ سنة. يتوجه صندوق التسليف بعدها إلى الأب الملزم بدفع النفقة بغية استرداد المبلغ المدفوع عنه.

بإمكان الأولاد أيضا الذين تتراوح أعمارهم ما بين ١٢ سنة ولغاية ١٨ سنة الحصول على سلفة نفقة الأطفال. يرجى منك السؤال عن الشروط لدى صندوق تسليف النفقة. لا تنسى أن تبليغي صندوق عائلتكم عن وضعك الجديد لكي يتم تحويل مبلغ نفقة الأطفال لك مباشرة. إضافة إلى ذلك يجب عليك إبلاغ الصندوق بشكل خطي مع ذكر رقم نفقة الولد وإلى أين سيتم تحويل مبلغ نفقة الولد في المستقبل. يحق لأب الولد عندها أن يخصم حصته من نفقة الأطفال من مبلغ النفقة الملزمة بدفعه للولد. يمكنك الاستفسار عن قيمة هذه الحصة بالتحديد من محاميتك أو محاميك.

## علاوة الأطفال

تدفع علاوة الأطفال إلى الأبوين العاملين أو الآباء أو الأمهات الذين يقومون بتربية أطفالهم بمفردهم، ويكون الدفع عن كل ولد يعيش معهم في البيت. تدفع هذه العلاوة إذا كان المدخول الشهري لهم متدن ويغطي فقط حاجات الأهل دون حاجات الأطفال. يجب تقديم طلب علاوة الأطفال بشكل خطي لدى صندوق العائلة المحلي المختص في وكالة العمل الاتحادية.

## خدمات التعليم والمشاركة

بإمكان النساء الحاصلات على علاوة الأطفال وعلى مساعدة للسكن تقديم طلب للحصول على ما يسمى بـ خدمات التعليم والمشاركة لأطفالهن. هي نفقات تتعلق برحلات روضة الأطفال والمدرسة، حسابات النقل إلى المدرسة، حسابات التعليم وأيضاً المساعدة في دفع ثمن الغداء، اللوازم المدرسية، مساهمات النادي أو نفقات مدرسة الموسيقى. الرجاء منك السؤال لدى إدارة المدينة أو الإدارة المحلية عن هو المسؤول عن ذلك لأن هذا منظم بشكل مختلف.

## ماذا سيحل بالأطفال؟

### حق الحضانة المشترك

يحتفظ كل من الأب والأم بعد الانفصال أو الطلاق بحق الحضانة المشتركة للأطفال إلا إذا لم يكونا متزوجين ولم يقوموا بعد بتقديم تصريح لحق الحضانة المشتركة بينهما للأطفال. المفهوم من حق الحضانة المشترك للأطفال بأنه يجب عليك الاتفاق مع الأب بخصوص جميع الأمور الأساسية المتعلقة بالطفل. ما يجب أن يكون واضحاً بينكما هو مكان إقامة الطفل أي عند من سيبقى وفي أية مدينة سيعيش، أية روضة أطفال أو مدرسة سيزور، أية نشاطات يسمح له بممارستها في أوقات فراغه (هوايات، إجازات). إذا لم تتوصلا معا إلى اتفاق معين فإنه بإمكانك عندها التوجه إلى مكتب رعاية الأطفال والقاصرين للحصول على المساعدة أو إلى التوجه إلى مكتب الخدمات الاستشارية (مثلا مكتب استشارة تربوي مكفل في العادة القيام بالمساعدة). إذا أراد كل من الوالدين ذلك فإنه يتم الاستعانة بوساطة (إجراءات تسوية المنازعات) التي هي مفيدة جدا. تحصلين على عناوين عروض هذه الوساطة مثلا لدى أحد مكاتب الخدمات الاستشارية للنساء الموجود في ناحيتك. إذا لم تثمر هذه الوساطة عن نتيجة ما أو إذا كنت ما زلت تتعرضين للتهديد من أب الطفل أو ما زال هو يعاملك بشكل سيء أو يضر بك فإنه لا توجد هناك أية إمكانية للتوصل إلى تسوية خارج نطاق المحكمة. تبقى أمامك هنا لتوضيح المسائل العالقة إمكانية الاستعانة بمحامية أو محام لتقديم طلب لدى محكمة الأسرة لاتخاذ القرار المناسب. إذا كان طفلك يعيش معك فإنه من صلاحياتك أنت القيام باتخاذ القرار المتعلق بأمور الحياة اليومية (ومنها في المقام الأول تنظيم المسائل المتعلقة بالرعاية والحياة اليومية للطفل).





## حق الحضانة الفردي

إذا كنت تمارسين حق الحضانة المشترك مع الأب حتى الآن فإنه بإمكانك (الاستعانة بمحامية أو بمحام أو بمكتب رعاية الأطفال والقاصرين) على تقديم طلب لدى محكمة الأسرة للحصول على حق الحضانة الفردي لك بمفردك. يتوقف قرار المحكمة بشأن الموافقة على هذا الطلب بصورة مبدئية على مصلحة الطفل أولاً.

ملاحظات:

- لا يمكن تقديم الطلب للحصول على حق الحضانة الفردي للطفل إلا إذا كنت منفصلة عن الأب بشكل دائم وليس بشكل مؤقت فقط.

## حق التعامل مع الأطفال (حق الزيارة)

لكل طفل الحق في التعامل مع كل من أبيه وأمه على حد سواء.  
- يلتزم كل من الأب والأم بالاتصال مع الطفل بل ويحق لهما ذلك أيضاً.

- يحق للأجداد والإخوة والأخوات أو غيرهم من الأشخاص ذوي الصلة الوثيقة مع الطفل الاتصال به والحق بزيارته.

من الضروري جداً لتحقيق مصالح الطفل وتحقيق المسائل المتعلقة بالحماية أن نتحدث عن وضعك مع العاملة أو مع العامل في مكتب رعاية الأطفال والقاصرين. فهذا فقط تتسنى فرصة اتخاذ الإجراءات الملائمة. استفيدي من مساعدة العاملات في مأوى النساء أو من مكاتب الخدمات الاستشارية للنساء (انظري العناوين في الملحق) أو من مكتب الاستشارة للتربية أو من مساعدة رابطة الآباء والأمهات الذين يقومون بتربية أطفالهم بمفردهم. من الممكن تسليم الطفل لأبيه في مكان محايد و/أو عن طريق شخص آخر (مثلاً الصديقة أو الصديق، الجارة أو الجار). إضافة إلى ذلك يوجد إمكانية التعامل مع الطفل بحضور

مرافقة أو مرافقة أو تسليم الطفل للوالد بحضور مرافق أو مراقبة التعامل مع الطفل – الأشكال هنا مختلفة.

يرجى منك الاستفسار عن ذلك لدى مكتب رعاية الأطفال والقاصرين. هذا هو الحال عادة إذا كان الوالد المعني قد أساء معاملة الطفل أثناء الزيارة. خلاف ذلك فإنه يمكن بعد قيام أب الطفل باستعمال العنف ضد أم الطفل أن يعمد إلى تحديد حق زيارته للطفل عن طريق حضور مرافق لهذه الزيارة. تمثل هذه الإمكانية إجراء خاصا لا يحق للأب من خلاله الإلتقاء بطفله إلا بحضور مرافق محايد. هنا يقدم العديد من مكاتب مساعدة الشباب أو مكتب رعاية الأطفال والقاصرين عروضاً متخصصة في هذا المجال. يتمثل الغرض من ذلك في ضمان عدم تعرضك لأية مضايقة أو تحرش (ولا حتى بلغة أخرى) قبل وخلال وبعد فترة اتصال الأب بطفله. إضافة إلى ذلك يهدف ذلك إلى الحيلولة دون قيام طفلك سهواً أو عن عدم معرفة بذكر مكان إقامتك المجهول لأبيه. ولهذا فإنه من المهم أن تكون العاملات المرافقات في مثل هذه الحالات على علم بالعنف الذي تعرضت له وعلى دراية تامة بمخاوفك.

## ما الذي يتعين عمله ضد الملاحقة المستمرة؟

نفهم تحت كلمة ملاحقة الملاحقة المتكررة الدائمة، المكشوفة والمتخفية بحق شخص وضد إرادته بحيث تصبح الحياة الشخصية واليومية لهذا الشخص صعبة العيش.

تعلم الكثير من النساء مثل هذه الاعتداءات - منذ وقت طويل - وخصوصا بعد الانفصال. وبعد أن تعرض الكثير من المشاهير للملاحقة أصبح الرأي العام أكثر اهتماما بهذا الموضوع. في أغلب حالات الملاحقة المستمرة يقوم الأزواج (السابقين) بملاحقة زوجاتهم وحتى يتهديدهم. من الإشارات الهامة للملاحقة الدائمة بأنها لا تقتصر على اعتداء واحد مرة واحدة فقط بل على العكس فإن الضحية لا تشعر بعدها بالأمان أبدا لأنها لا تعرف متى وأين ستحصل الملاحقة المستمرة التالية كما وأنه لا يمكنها البتة أن تكون على ثقة دائمة بأن ذلك سيتوقف ويكون له نهاية.

تتم الملاحقة المستمرة بواسطة الاتصال الدائم عبر التلفون، البريد الإلكتروني، عبر مواقع التواصل الاجتماعي، عبر شخص ثالث كالعائلة، الأصدقاء، أرباب العمل إلى آخره، وذلك من خلال:

- الإرسال غير المرغوب فيه والدائم من "رسائل الغرام" عن طريق وسائل إعلام متعددة أو رسائل مهينة وسيئة
- إرهاب على الهاتف: الاتصال (على المجيب الألي أيضا) دون قول أي شيء أو مجرد التنهد أو التفوه بشتائم أو التهديد أو أقوال مشينة
- طلب سلع، الاشتراك بمجلات وغيرها من الأشياء تحت اسم الضحية
- ترك ورود أو رسائل صغيرة على السيارة أو في صندوق البريد
- الوجود المستمر بالقرب من الشقة أو مكان العمل
- مراقبة واضحة (شاملة) للضحية ومحيطها



- الملاحقة السيبرية على شكل إدخال قيود حاقدة في منتديات الإنترنت أو دفاتر الضيوف
- نشر إعلانات خاطئة في الجرائد (كإعلانات زواج أو وفاة)
- الإفتراء أو الإساءة للسمعة في محيط الأصدقاء أو في مكان العمل
- إلحاق أضرار عينية كخرق إطارات السيارة، كسر زجاج النوافذ
- التننec (مشيا على الأقدام، بالدراجة الهوائية أو بالدراجة النارية أو بالسيارة
- أعمال عنف بدءا بالاعتداءات البدنية وصولا إلى القتل

تفيد النساء في كل الحالات بأنهن قد أخذن مثل هذه الاعتداءات على محمل الجد في وقت متأخر. بهذه الأعذار "لا بد أنه سيتعلم أن يفهم"، أو "هكذا بإمكانني أن أعرف ما يجري عنده" كانت النساء تحاول لوقت طويل تجاهل هذه الملاحظات والتقليل من شأنها. وحده الخوف من أن الأمور "قد تتحول إلى الأسوأ" يدفع النساء المتضررات إلى الصمت وإلى تحمل الخوف والتقييدات المفروضة على حياتهم اليومية من جراء ذلك.

## الملاحقة هي جريمة منصوص عليها في المادة ٢٣٨ من قانون العقوبات.

نحن نريد أن نشجعك على طلب المساعدة. حتى ولم لو يكن هناك حل جذري نهائي فإنه بإمكان ضحايا الملاحقة أخذ الاحتياطات التالية التي تساعد وتجدي:

- إذا كنت ملاحقة فإنه يجب عليك أخذ ذلك على محمل الجد.
  - يجب عليك تقديم شكوى جنائية لدى الشرطة.
  - إن الرأي العام سيحميك. قد يكون مفيدا جدا إبلاغ العائلة، الأصدقاء، الزملاء والجيران.
  - من المفيد جدا لحفظ الأدلة القضائية أن تعمدى على توثيق كل ما أرسله الملاحق لك، كل ما أبلغه لك أو عمله بحقك مع التاريخ والساعة ("دفتر يوميات الملاحقة").
  - عند الإرهاب الهاتفي: الاتفاق على تعيين نغمة معينة للهاتف أو إنشاء رقم سري يعطى فقط لأشخاص مختارين أو تجهيز رصد الرقم المتصل لدى شركة الهاتف (مع دفع رسوم)
  - لا تستلمي أي طرد لا تنتظرينه.
  - تقدمي بطلب للحصول على أمر بالحماية وفقا للمادة ١ من قانون الحماية من العنف، أنظري صفحة ١٤.
  - عند تتبعك من الملاحق: التوجه إلى "مكان آمن" قريب (قسم الشرطة، محل، مطعم، متحف إلخ).
  - تحرير خطاب بالامتناع من قبل محامية أو محام (دفع رسوم) أو من أحد المرافق الرسمية.
  - المهم بالنسبة لك - وبمساعدة أحد الإختصاصيين- إدراك ماهية الخطورة في وضعك، التي تشكل الأساس لعمل مخطط الحماية الشخصية لك.
- اطلبي المساعدة: فقط الشجاعة!**

## ماذا يمكن للمحيط الاجتماعي عمله؟

كثيرا ما يكون المتضررون بشكل غير مباشر كالأقرباء، زميلات العمل أو زملاء العمل ، الصديقات والأصدقاء أول من يعلم بالوضع الصعب الذي تعاني منه النساء المتضررات. من المهم جدا للمرأة التي تعاني من العنف أن لا تغض النظر عن ذلك. إن التلميحات والأمور الأخرى الملقطة للنظر قد تكون نداء استغاثة. لا تتجاهلي هذه الأمور. ليس من السهل غالبا مساعدة المتضررة نظرا للأوضاع المعقدة التي تعيش فيها. يجب عليك في كل الأحوال احترام رغبة المرأة المتعرضة للعنف حتى وإن كان يعصب عليك فهمها بصفتك حيادية ليس لك علاقة مباشرة بالموضوع. من الصعب جدا على الأقرباء المقربين من المرأة المتعرضة للعنف تحمل عدم خروجها مباشرة من أوضاع العنف التي تعيشها. هي فقط بإمكانها ذلك ويجب عليها اتخاذ القرار وتحمل تبعات هذا القرار. في الحقيقة إن التهديد الذي تتعرض له النساء في علاقات الشراكة مع شركاء الحياة يزداد في فترة الانفصال. حتى أن التعليمات الموجهة إلى المرأة عن طيب خاطر للقيام بعمل ما تزيد من شدة الضغط عليها. أما ما من شأنه أن يخفف عنها فهو العروض الجيدة التي يمكنك أن تقي بها لها، وهذا يكون مثلا: "بإمكانك القدوم في أي وقت" أو "بإمكانك الاتصال بي في أي وقت" أو التنبيه أيضا إلى وجود مساعدة فعالة من متخصصين. يجب على كل امرأة أن تجد طريقا لها في التعامل مع أعمال العنف التي تتعرض لها. لا يوجد وصفة عامة تنطبق على كل الحالات للحصول على حل مرض. وبسبب الوضع الصعب والخطير للنساء في علاقاتهن مع شركاء الحياة فإنه لا يوجد "مخرج" سهل لهذا. بإمكان التدابير المتنوعة والدعم الكبير المساعدة في الحصول على التغيير المرغوب. تقدم مكاتب الخدمات الاستشارية للنساء وهاتف المساعدة الاتحادي تحت الرقم 08000 116 016 (مجانا وبشكل مجهول، مشورة بلغات عدة)، لك كقريبة معلومات ومساعدة ومشورة أيضا.

هاتف المساعدة الاتحادي (مجانا)

08000 116016

## قائمة المراجعة لحقيبة الطوارئ أو لمغادرة السكن

إذا كان لديك الوقت الكافي لتجهيز نفسك فإن هذه القائمة ستكون مجدية لك. يمكنك أخذ جميع الوثائق الأصلية الشخصية الخاصة بك:

- البطاقة الشخصية/جواز السفر
- بطاقة التأمين الصحي
- وثيقة الزواج
- وثيقة الولادة
- إثباتات عن وضع إقامتك و/أو وثائق أخرى إذا كنت هاربة
- عقد العمل
- بطاقة ضريبة الأجور/إفادة عن راتب العمل
- قرار معاش التقاعد
- التقارير الطبية/وثائق الطب الشرعي
- أمر الحماية المدني الصادر عن المحكمة
- مستندات التأمين الاجتماعي
- دفتر التوفير
- عقود التأمين
- شهادات العمل
- الشهادات المدرسية

إذا كان أطفالك سيأتون معك، لا تنسى أن تأخذي معك النسخ الأصلية للوثائق التالية:

- بطاقات الهوية الشخصية
- وثائق الولادة
- الشهادات

لا يسمح لك بأخذ الوثائق والمستندات المشتركة مع زوجك إلا على شكل صور عنها:

- عقد العمل أو العنوان الدقيق لرب العمل
- تحويلات الرواتب للسنة الماضية
- رقم تأمين التقاعد
- عقود التأمين وأيضا مستندات التأمين على الحياة
- عقود التوفير
- عقود التوفير للسكن
- عقد إيجار الشقة
- مستخرجات إيداع الأوراق المالية
- عقد شراء المنزل أو الشقة ومستخرج السجل العقاري
- عقود الأقساط وعقود القروض

من المستحسن لك عند مغادرتك الشقة عمل لائحة بالأغراض الموجودة في الشقة وكذلك فواتير شرائها أو فواتير أخرى. لا تنسى أيضا أخذ الأشياء التي تحتاجينها في حياتك اليومية كالملابس والنقود والبطاقة البنكية وغير ذلك.

في حالة الطوارئ انقذي نفسك وأطفالك بالدرجة الأولى!

## وأخيرا

نأمل أن تكوني قد وجدت من هذا الكم من المعلومات ما هو الصحيح بالنسبة لك.

يوجد الكثير من الطرق المختلفة والإمكانيات المتعددة للعمل، ومهما كان القرار الذي تتخذه فإنه بإمكانك الاستفادة من المساعدة المعروضة عليك بهذا الخصوص.

اختاري دائما - سواء تعلق الأمر بدعم من اختصاصيين أو من غيره - الأشخاص الذين يتمتعون بالكفاءة وأصحاب ثقة وود. يمكنك التحقق مثلا مما إذا كانت المحامية قديرة بارعة في مجال قانون الأسرة أو في التمثيل في الدعاوى العارضة ويكون ذلك عن طريق سماع ما يقوله الأشخاص الآخرون عنها أو عن طريق الاستفسار عنها لدى مكاتب الخدمات الاستشارية.

أما إذا كانت المحامية صاحبة انطباع جيد أم لا فهذا أمر متروك لك. تظهر كفاءة المساعدات والمساعدين في المقام الأول بعدم ممارستهم أي ضغط عليك بهدف دفعك إلى اتخاذ أي قرار. وحدها إمكانية التحدث ولو لمرة واحدة هي من الأهمية بمكان بالنسبة لك وتأتي في وقتها المناسب وخصوصا عند عدم معرفتك مما يتعين عليك ويجب القيام به.

**يرجى عدم التردد من الاستفادة من العروض المقدمة.**



## عروض المساعدة

### Kreis Nordfriesland

دائرة نوردفريزلاند

#### Frauenberatung und Notruf Husum

مكتب الخدمات الاستشاري ورقم طوارئ هوزوم

Norderstraße 22 | 25813 Husum

**Telefon:** 0 48 41 - 6 22 34

**Fax:** 0 48 41 - 8 79 12

info@frauennotruf-nf.de

#### Frauenberatung und Notruf Niebüll

مكتب الخدمات الاستشاري ورقم طوارئ نيبول

Friedrich-Paulsen-Straße 6a

25899 Niebüll

**Telefon:** 0 46 61 - 94 26 88

niebuell@frauennotruf-nf.de

#### Außensprechstunde in Tönning

ساعة الدوام الخارجي في تونينغ

كل ثاني يوم الثلاثاء من الشهر

الساعة 11-14، البلدية، غرفة الاجتماع/القاعة

البينى، 25832 Tönning؛ تحديد موعد على رقم

**Telefon:** 048 41 – 62234

0176 - 51333020

info@frauennotruf-nf.de

#### Außensprechstunde auf Sylt

ساعة الدوام الخارجي في زولت

كل ثاني يوم الثلاثاء من الشهر

من الساعة 10-14 في البريد القديم

Stephanstraße 6a, 25980 Westerland

تحديد الموعد على

**Telefon:** 0 46 61 - 942688

0176 – 50195044

### Stadt Flensburg

مدينة فلينسبورغ

هاتف الطوارئ للنساء فلينسبورغ

مكتب استشاري متخصص في حالات العنف

الجنسي ضد النساء والفتيات

Nikolaikirchhof 5 | 24937 Flensburg

**Telefon:** 04 61 - 90 90 82 00

**Fax:** 04 61 - 90 90 82 05

frauennotruf@fin-flensburg.de

www.fin-flensburg.de

#### Frauenhaus Flensburg

ملجأ النساء فلنيسبورغ

**Telefon:** 04 61 - 4 63 63

**Fax:** 04 61 - 4 70 00 31

frauenhaus@fin-flensburg.de

www.fin-flensburg.de

### Kreis Schleswig-Flensburg

دائرة شليزفيغ-فلينسبورغ

#### Frauenzentrum Schleswig e.V.

مركز النساء ج.م.

Capitolplatz 4 | 24837 Schleswig

**Telefon:** 046 21 - 2 55 44

**Fax:** 046 21 - 2 55 47

info@frauenzentrum-schleswig.de

www.frauenzentrum-schleswig.de

هاتف المساعدة الاتحادي (مجانا)

08000 116016

## عروض المساعدة

### Frauenzimmer e.V.

غرفة النساء ج.م.  
هاتف طوارئ ومكتب خدمات استشاري  
Rathausmarkt 3 | 24376 Kappeln  
**Telefon:** 0 46 42 - 72 94  
**Fax:** 0 46 42 - 92 03 77  
frauenzimmerkappeln@web.de  
www.frauenzimmer.org

### Kreis Dithmarschen

#### دائرة ديتمارشن

### Frauen helfen Frauen e.V.

نساء تساعد نساء ج.م.  
هاتف طوارئ ومكتب خدمات استشاري في ديتمارشن  
Alter Kirchhof 16 | 25709 Marne  
**Telefon:** 0 48 51 - 83  
**Fax:** 0 48 51 - 95 65 62  
info@frauenberatung-dithmarschen.de  
www.frauenberatung-dithmarschen.de

### Nebenstelle Heide

المكتب الفرعي هايدة  
Postelweg 4 | 25746 Heide  
**Telefon:** 04 81 - 6 41 59

### Nebenstelle Brunsbüttel

المكتب الفرعي برونسبوتل  
Von-Humboldt-Platz 9, Bürgerbüro  
Zi. 19 (EG) 25541 Brunsbüttel  
**Telefon:** 0 48 52 - 70 27

### Frauenhaus Dithmarschen

ملجأ النساء ديتمارشن  
**Telefon:** 0481 - 6 10 21  
**Fax:** 0481 - 6 10 22  
info@frauenhaus-dithmarschen.de  
www.frauenhaus-dithmarschen.de

### Kreis Rendsburg-Eckernförde

#### دائرة رينسبورغ-إكفورد

مكتب الخدمات الاستشارية فيا، نساء تساعد نساء ج.م.  
Langebrückstraße 8  
24340 Eckernförde  
**Telefon:** 0 43 51 - 35 70  
**Fax:** 0 43 51 - 25 08  
info@frauenberatung-via.de  
www.via-rendsbuerg-eckernfoerde.de

### !Via Frauenberatung

المكتب الاستشاري للنساء فيا!  
Frauen helfen Frauen e.V.  
نساء تساعد نساء ج.م.  
Königstraße 20 | 24768 Rendsburg  
**Telefon:** 0 43 31 - 43 54 393  
**Fax:** 0 43 51 - 25 08  
info@frauenberatung-via.de  
www.via-rendsbuerg-eckernfoerde.de

### Frauenhaus Rendsburg

ملجأ النساء فلينسبورغ  
**Telefon:** 0 43 31 - 2 27 26  
**Fax:** 0 43 31 - 2 25 88  
frauenhaus-rd@bruecke.org  
www.frauenhaus-rendsbuerg.de

### Landeshauptstadt Kiel

#### العاصمة كيل

مكتب استشاري وتخصصي للنساء ضد حالات العنف  
الجنسي  
Frauennotruf Kiel e. V.  
هاتف الطوارئ للنساء كيل ج.م.  
Dänische Straße 3-5 | 24103 Kiel  
**Telefon:** 04 31 - 9 11 44  
**Fax:** 04 31 - 9 19 25  
info@frauennotruf-kiel.de  
www.frauennotruf-kiel.de

### Frauenhaus-Beratungsstelle

#### Die Lerche

مكتب استشاري تخصصي للنساء دي ليرشيه  
مشورة فردانية وجماعية ضد العنف في العلاقات، عن  
الانفصال وعن الطلاق  
Olshausenstraße 13 | 24118 Kiel  
**Telefon:** 0431 - 67 54 78  
**Telefon:** 0431 - 67 94 833  
**Fax:** 04 31 - 67 94 834  
angsstelleLerche@frauenhaus-kiel.de  
www.frauenhaus-kiel.de

**مكتب الخدمات الاستشارية للنساء Eß-o-Eß**

استشارة، نقطة اللقاء ومعلومات للنساء ج.م.

Kurt-Schumacher-Platz 5 | 24109 Kiel

**Telefon:** 04 31 - 52 42 41

**Fax:** 4 31 - 52 69 07

mail@frauentreff-essoess.de

www.frauentreff-essoess.de

مكتب الخدمات الاستشاري النفسي والاجتماعي للنساء دو

كلارا ج.م.

Goethestraße 9 | 24116 Kiel

**Telefon:** 0431 - 5 57 93 44

**Fax:** 0431 - 5 57 99 83

psychosozial@donna-klara.de

www.donna-klara.de

**Frauenhaus Kiel**

ملجأ النساء كيل

**Telefon:** 04 31 - 68 18 25

**Fax:** 04 31 - 68 18 37

info@frauenhaus-kiel.de

نقطة اللقاء والاستعلام للمهاجرات ج.م. TIO

Dänische Straße 3-5 | 24103 Kiel

**Telefon:** 04 31 - 67 17 78

**Fax:** 04 31 - 79 96 38 21

mig@tio-kiel.de

**Kreis Plön**

دائرة بلون

مكتب الخدمات الاستشارية التخصصي في حالات

العنف ضد الفتيات والنساء

Frauennotruf Kiel e. V.

هاتف طوارئ للنساء ج.م.

Kirchenstraße 12 | 24211 Preetz

**Telefon:** 0 43 42 - 30 99 39

frauenberatungskreisploen@t-online.de

www.frauennotruf-kiel.de

**Frauenhaus Kreis Plön**

ملجأ النساء دائرة بلون

**Telefon:** 0 43 42 - 8 26 16

**Fax:** 0 43 42 - 8 28 11

info@frauenhauskreisploen.de

www.frauenhauskreisploen.de

**Kreis Ostholstein**

دائرة أوستهولشتاين

مكتب استشارة للنساء وهاتف طوارئ OH

مكتب استشارة أويتين

Plöner Str. 39 | 23701 Eutin

**Telefon:** 0 45 21 - 7 30 43

**Fax:** 0 45 21 - 62 27

kik@frauennotruf-oh.de

www.frauennotruf-oh.de

**Beratungsstelle Neustadt**

مكتب الخدمات الاستشارية نويشتات

Lienaustraße 14

23730 Neustadt in Holstein

**Telefon:** 0 45 61 - 91 97

**Fax:** 5 61 - 51 36 08

neustadt@frauennotruf-oh.de

www.frauennotruf-oh.de

**Frauenhaus Ostholstein**

ملجأ النساء أوستهولشتاين

**Telefon:** 0 43 63 - 17 21

**Fax:** 0 43 63 - 90 90 17

webmaster@fh-oh.de

**Kreis Steinburg**

دائرة شتاينبورغ

**Frauenhaus Itzehoe**

ملجأ النساء إيتسهويه

**Telefon:** 0 48 21 - 6 17 12

**Fax:** 0 48 21 - 6 33 84

Autonomes-Frauenhaus-Itzehoe@t-

online.de www.frauenhaus-itzehoe.de

برو فاميليا- مكتب اختصاصي عنف ومكتب استشاري للنساء

Feldschmiede 36-38 | 25524 Itzehoe

**Telefon:** 0 48 21 - 88 99 432

**Fax:** 0 48 21 - 88 90 15

itzehoe-fachstelle@profamilia.de

www.profamilia-sh.de

## عروض المساعدة

### Stadt Neumünster

#### مدينة نويمونستر

هاتف طوارئ نويمونستر، استشارة تخصصية في حالات العنف المنزلي والجنسي

Fürstthof 7 | 24534 Neumünster

**Telefon:** 0 43 21 - 4 23 03

**Fax:** 0 43 21 - 49 20 67

frauennotruf.nms@t-online.de

www.frauennotruf-neumuenster.de

### Autonomes Frauenhaus Neumünster

ملجأ النساء المستقل نويمونستر

**Telefon:** 0 43 21 - 4 67 33

**Fax:** 0 43 21 - 4 68 73

info@frauenhaus-neumuenster.de

www.frauenhaus-neumuenster.de

### Kreis Segeberg

#### دائرة سيغبرغ

#### Frauenräume e.V.

غرف النساء م.ج.

مكتب استشارة للنساء وهاتف طوارئ كيلورترينغ

51 | 22850 Norderstedt

**Telefon:** 0 40 - 5 29 69 58

**Fax:** 0 40 - 5 29 85 565

info@frauenberatungsstelle-norderstedt.de

www.frauenberatungsstelle-norderstedt.de

### Frauenhaus Norderstedt

ملجأ النساء نورديرشتيت

**Telefon:** 040 - 5 29 66 77

**Fax:** 040 - 5 24 64 82

frauenhaus.norderstedt@diakonie-hhsh.de

www.frauenhaus-norderstedt.de

### Frauenzimmer e.V.

غرف النساء م.ج.

Oldesloer Str. 20 | 23795 Bad Segeberg

**Telefon:** 0 45 51 - 38 18

**Fax:** 0 45 51 - 9 38 60

frauenzimmer-badsegeberg@t-online.de

www.frauenzimmer-badsegeberg.de

### Frauentreffpunkt Kaltenkirchen

مكان إلقاء النساء كالتكيرشن

Frauenräume e. V. Hamburger Straße 68

24568 Kaltenkirchen

**Telefon:** 0 41 91 - 8 56 99

**Fax:** 0 41 91 - 95 86 74

info@frauentreffpunkt-kaltenkirchen.de

www.frauentreffpunkt-kaltenkirchen.de

### Kreis Pinneberg

#### دائرة بينبرغ

#### Frauenhaus Elmshorn

ملجأ النساء المسهورن

**Telefon:** 0 41 21 - 25 895

**Fax:** 0 41 21 - 269 438

frauenhaus.elmshorn@gmx.de

www.frauenhaus-elmshorn.de

### Frauen helfen Frauen in Not e.V.

نساء تساعد نساء في الضيق م.ج.

Frauentreff Elmshorn Kirchenstraße 7 |

25335 Elmshorn

**Telefon:** 0 41 21 - 66 28

**Fax:** 0 41 21 - 6 37 17

info@frauentreff-elmshorn.de

www.frauentreff-elmshorn.de

### Frauenhaus Wedel

ملجأ النساء فيديل

**Telefon:** 041 03 - 1 45 53

**Fax:** 041 03 - 91 99 07

info@frauenhaus-wedel.de

www.frauenhaus-wedel.de

### Frauenhaus Pinneberg

ملجأ النساء بينبرغ

**Telefon:** 0 41 01 - 20 49 67

**Fax:** 0 41 01 - 51 43 05

info@frauenhaus-pinneberg.de

### Pinneberger Frauennetzwerk e.V.

شبكة النساء بينبرغ م.ج.

Dingstätte 25 | 25421 Pinneberg

**Telefon:** 0 41 01 - 51 31 47

**Fax:** 0 41 01 - 83 59 24

info@frauennetzwerk-pinneberg.de

www.frauennetzwerk-pinneberg.de

## Kreis Stormarn

### دائرة شتورمارن

#### Frauen helfen Frauen Stormarn e.V.

نساء تساعد نساء شتورمارن ج. م.  
هاتف طوارئ باد أولديسلو

Bahnhofstraße 12 | 23843 Bad Oldesloe

**Telefon:** 0 45 31 - 8 67 72

**Fax:** 0 45 31 - 8 83 22

frauenberatung@frauenhelfen-

frauenstormarn.de

www.frauenhelfenfrauenstormarn.de

#### BEST-Beratungsstelle für Frauen und Mädchen Ahrensburg e.V.

بيست- مكتب استشاري للنساء والفتيات آرينسبورغ ج. م.

Waldstr. 12 | 22926 Ahrensburg

**Telefon:** 0 41 02 - 82 11 11

**Fax:** 0 41 02 - 46 62 55

frauenberatung@best-ahrensburg.de

www.best-ahrensburg.de

#### Frauenhaus Stormarn

ملجأ النساء شتورمارن

**Telefon:** 0 41 02 - 8 17 09

**Fax:** 0 41 02 - 82 21 46

frauenhaus-stormarn@gmx.de

## Hansestadt Lübeck

المدينة الهانزية لوبيك

#### Autonomes Frauenhaus Lübeck

ملجأ النساء المستقل لوبيك

**Telefon:** 04 51 - 6 60 33

**Fax:** 04 51 - 62 43 86

info@autonomes-frauenhaus.de

#### Frauenhaus Hartengrube

ملجأ هارتنغروبه

مشورة الشرطة للطرد الزوجي

Hartengrube 14 -16 | 23552 Lübeck

**Telefon:** 04 51 - 70 51 85

**Fax:** 04 51 - 7 98 29 36

frauenhaus-luebeck@awo-sh.de

## Frauennotruf Lübeck

هاتف الطوارئ للنساء

استشارة ومساعدة ضد العنف الجنسي والتحرش،  
الوقاية والحماية من العنف والمرافقة في دعم الوضع  
النقسي والاجتماعي عند المحاكمة

Dr. Julius-Leber Straße 9-11 | 23552 Lübeck

**Telefon:** 04 51 - 70 46 40

**Fax:** 04 51 - 5 92 98 96

kontakt@frauennotruf-luebeck.de

www.frauennotruf-luebeck.de

## Frauenkommunikationszentrum

ARANAT e.V.

مركز اتصالات النساء أرنات ج. م.

Steinrader Weg 1 | 23558 Lübeck

**Telefon:** 04 51 - 4 08 28 50

**Fax:** 04 51 - 4 08 28 70

info@aranat.de www.aranat.de

## BIFF

مشورة ومعلومات للنساء لوبيك ج. م.

Holstenstraße 37-41 | 23552 Lübeck

**Telefon:** 04 51 - 7 06 02 02

**Fax:** 04 51 - 7 06 02 03

info@biff-luebeck.de www.biff-luebeck.de

## Kreis Herzogtum-Lauenburg

دائرة هيرتسوختوم-لاونبورغ

#### Hilfe für Frauen in Not e.V.

نساء تساعد نساء في الضيق ج. م.

مكتب استشاري للنساء

Pröschstraße 1 | 21493 Schwarzenbek

**Telefon:** 041 51 - 8 13 06

**Fax:** 041 51 - 89 71 05

frauen@beratungsstelle-

schwarzenbek.de www.frauen-in-not-

schwarzenbek.de

#### Frauenhaus Schwarzenbek

ملجأ النساء سفارتسينبك

**Telefon:** 0 41 51 - 75 78

**Fax:** 0 41 51 - 33 20

fh.Schwarzenbek@t-online.de

## عرض مرافقة نفسية واجتماعية للقضية

### Landgerichtsbezirk Kiel

دائرة محكمة ولاية كيل

Frauennotruf Kiel

رقم الطوارئ للنساء كيل

Dänische Straße 3-5 | 24103 Kiel

**Telefon:** 0431 - 9 11 44

info@frauennotruf-kiel.de

www.frauennotruf-kiel.de

### Landgerichtsbezirk Lübeck

دائرة محكمة ولاية لوبيك

Frauennotruf Lübeck

رقم الطوارئ للنساء لوبيك

Dr. Julius-Leber Straße | 23552 Lübeck

**Telefon:** 0451 - 70 46 40

www.frauennotruf-luebeck.de

kontakt@frauennotruf-luebeck.de

Kinderschutz-Zentrum Lübeck

مركز حماية الأطفال لوبيك

An der Untertrave 78 | 23552 Lübeck

**Telefon:** 0451 - 7 88 81

kinderschutz-zentrum-luebeck@awo-sh.de

www.kinderschutz-zentrum-luebeck.de

### Landgerichtsbezirk Flensburg

دائرة محكمة الولاية فلنسبورغ

Wagemut

فاغيموت

المكتب الاستشاري برو فامبلا

ضد حالات العنف الجنسي ضد البنات والصبيان

Marienstr. 29-31 (Eingang Lilienstr.)

24937 Flensburg

**Telefon:** 0461 - 90 92 627

info@wagemut.de

www.wagemut.de

### Landgerichtsbezirk Itzehoe

دائرة محكمة أيتسهويه

Verein für Jugendhilfe und Soziales

Pinneberg e.V.

جمعية مساعدة الشباب والشؤون الاجتماعية

بينبيرغ جمعية مسجلة

Bahnhofstraße 2c

25421 Pinneberg

**Telefon:** 01520 / 910 68 04

01520-897 69 24 أو

prozessbegleitung@ju-pi.de

Kinderschutz-Zentrum Westküste

مركز حماية الأطفال فيستكوسته

Markt 34 | 25746 Heide

**Telefon:** 0481 - 68 87 307

kinderschutz@dw-husum.de

www.dw-husum.de

## توثيق سريع ومناسب لنتائج الإصابات

### المكان لوبيك Lübeck

المستشفى الجامعي

شليز فيغ-هولشتاين

معهد الطب الشرعي

عيادة الطب الشرعي الخارجية

Kahlhorststraße 31-35, Haus

330

23562 Lübeck

الفروع الخارجية: (أويتين وأولدنبورغ)

يرجى منكم أخذ موعد:

0451 50015951

0451 50015952

rmed-opferschutz@uksh.de

أوقات الدوام: من الإثنين إلى الخميس

من الساعة الثامنة إلى الرابعة بعد الظهر الجمعة من الساعة الثامنة إلى الثالثة بعد الظهر (8-15)

خارج أوقات الدوام: 0451 5000 (أخصائي/أخصائية الطب الشرعي)

### المكان كيل Kiel

المستشفى الجامعي شليز فيغ-هولشتاين

معهد الطب الشرعي

عيادة الطب الشرعي الخارجية

Arnold-Heller-Straße 3, Haus U35

24105 Kiel

الفروع الخارجية: (فلنسبورغ، شليز فيغ وريندسبورغ)

يرجى منكم أخذ موعد:

0431 50015901

0431 50015902

rmed-opferschutz@uksh.de

أوقات الدوام: الإثنين إلى الخميس، من الساعة الثامنة إلى الساعة الرابعة بعد الظهر

الجمعة من الساعة الثامنة إلى الثالثة بعد الظهر (8-15)

خارج أوقات الدوام: 0431 5000 (أخصائي/أخصائية الطب الشرعي)

### المكان هامبورغ Hamburg

المستشفى الجامعي هامبورغ-إبيندورف

Hamburg-Eppendorf

معهد الطب الشرعي

Butenfeld 34, Haus Nord 81 (N81)

22529 Hamburg

(الفروع الخارجية: بينبرغ، المسهورن، إيتسهويه)

يرجى منكم أخذ موعد:

040 741052127

Vertrauliche.spurensicherung@uke.de

أوقات الدوام: 24 ساعة يوميا

(تحديد موعد ومشورة)

0152 22895261

أوقات الدوام: من الإثنين إلى الخميس، من الساعة التاسعة إلى الثالثة بعد الظهر (9-15)

الجمعة من الساعة التاسعة إلى الثانية بعد الظهر (9-14)

هاتف المساعدة الاتحادي (مجانا)

**08000 116016**