

## النص الأصلي باللغة الفرنسية

خوف

عزلة

إهانات

إصابات

تهديدات

إذا كنت

امرأة مهاجرة ذات وضع قانوني غير مستقر،

فقد تفيدك هذه النشرة.

## هل تجددين نفسك في بعض هذه الأوضاع ؟

هل تجددين فيها شخصا من المحيطين بك ؟

- جئت إلى كندا للالتحاق بزوجي الذي يكفلني.
- جئت إلى كندا للعمل في مجال الرعاية المنزلية.
- جئت إلى كندا لطلب اللجوء.
- ليس لي أي وضع قانوني بكندا.
- أعيش في الخفاء.
- أنا مجبرة على ممارسة الدعارة.
- لم أتلق سوى قدر قليل من التعليم.
- الوظيفة التي أعمل بها أقل كثيرا من مؤهلاتي وهي متدنية الأجر.
- لا أخرج من المنزل إلا قليلا أو لا أخرج أبدا. ولا أرى سوى القليل من الناس، باستثناء زوجي وأبنائي. وأنا أشعر بالعزلة.
- أجد صعوبة في التحدث بالفرنسية أو الانجليزية.

### أستمر في الحياة مع زوجي لهذه الأسباب :

- الزواج بالنسبة لي أمر مهم جدا.
- أحبه ويحبنى.
- أخشى أن يلغي كفالتني وأن يتم طردي من كندا.
- أخشى أن يؤخذ مني أطفالي.
- ليس لدي مال وأخشى أن أصبح بلا مأوى.
- أخشى من انتقامه، وأن يوشي بي، وأن يتم القاء القبض عليّ.
- لا أعرف أحدا غيره بكندا.
- لا أعرف القوانين ولا الموارد التي يمكن أن تقدم لي المساعدة.
- ليس عندي تأشيرة، ولا جواز سفر، ولا تصريح عمل.
- أخشى أن يُصادر أوراقي الثبوتية.
- أخشى أن تنبذني جاليتي وعائلتي وعائلة زوجي إذا تركته.
- لا أريد أن يتدخل الأطباء أو رجال الشرطة أو موظفو الدولة أو القضاة في حياتي الخاصة.

في هذه النشرة، تشير كلمة "زوج" إلى أي شخص تربطك به حاليا أو كانت تربطك به من قبل علاقة عاطفية وحميمة.

## هل تعيشين بعض هذه الأوضاع ؟

هل أنت شاهدة عليها ؟

زوجي :

- يحقر من شأنني، ويهينني أمام أطفالي أو أقاربي، ويتهمني بالجنون، ويوجه لي اللوم.
- يسخر مني، ويهزأ مما أفعله أو أقوله، ويجعلني أشعر بالخزي.
- يقول إنني أم سيئة.
- يهدد بإلغاء كفالتني.
- يهدد بإيذاء الأشخاص الذين أحبهم أو بأخذ أطفالي مني.
- يرفض أن أتلقى مساعدة من شخص غير معروف لدينا.
- يكسر أو يهدد بكسر الأشياء التي أحبها أو حرمانني من الأشياء التي أحتاج إليها، مثل الهاتف أو الكمبيوتر الذي استخدمه في الاتصال بأقاربي.
- يريد دائما أن يعرف أين أنا ومع من.
- ينتقد أقاربي.
- لا يكف عن الاتصال بي عن طريق الهاتف، أو الرسائل المكتوبة أو البريد الإلكتروني، أو يلاحقني باستمرار حتى بعد قطع صلاتنا معا.

## زوجي :

- يهدد بتلطيخ سمعتي.
- يستخدم كلمات نابية في الحديث معي، أو يرفع صوته، أو يقوم بحركات توجي بالتهديد.
- يدفعني، يصفعني، يقرصني، يخنقني، يحرقني، يركلني بقدمه، يشد شعري، يبصق عليّ.
- يهدد بإصابتي بجروح أو بقتلي.
- يجبرني على إقامة علاقات جنسية أو تصرفات حميمة غير مرغوب فيها، أو يهدد بمعاشرة العاهرات.
- يجبرني على ممارسة الدعارة.
- يحتجزني ويصادر أوراقى الثبوتية.
- يتحكم في نفقاتي أو ينفق كل أموالى.
- يعاملني معاملة العبيد.
- يهدد بأنه سينتحر، أو يقتلني، أو يقتل الأطفال.

نعم ؟

هذه التصرفات دليل على

**العنف الزوجي.**

وهذه النشرة موجهة لك.

لم أكن أعرفه جيدا . كان قد عاد للبلد لمدة شهرين لعقد زواجنا . ومنذ وصولي إلى كندا وهو يبسيء معاملتي ومعاملة طفلا، ويمضي وقته في الصباح في وجهي . ولا أجرؤ على الشكوى لعائلتي، فهي ترى أنني سعيدة الحظ جدا لأنني أعيش في كندا .

## العنف الزوجي يتسلل

بهدوء،

وبمكر، في العلاقات

الحميمة والعاطفية

يكرر زوجك دائما عبارات وحركات تحقر من شأنك وتجرح مشاعرك.

يوجه لك الأوامر. ويتطلب الطاعة. ويقرر كل شيء بدلا عنك. وهدفه هو التحكم فيك والسيطرة عليك.

إن زوجك، لكي يجعلك تبقين معه، فهو يعدك بأن يتغير، رغم أنه يستمر في إذلالك وفي ممارسة العنف معك.

إن زوجك، لكي يتحكم فيك، فهو يثير الشك والحيرة لديك بأن يقول لك أنك المخطئة أو أنك عنيفة.

إن زوجك، لكي يسيطر عليك، فهو يمارس العنف اللفظي والبدني.

حتى وقت غير بعيد، كان كثيرا ما يقول لي كم أنا جميلة ولطيفة في نظره. كنا سعيدين لأننا أصبحنا أخيرا نعيش في نفس البلد. ثم أردت أن أعمل. لكنه رفض تماما الحديث عن هذا الموضوع. وكذلك الحال بالنسبة لدروس الفرنسية. كان يرفض أن ألتحق بهذه الدروس. وكنت أظل حبيسة المنزل طوال اليوم. كنت أشعر بالاختناق.

الزوج العنيف يشبه أي رجل آخر ويمكن أن يكون له منصب محترم في المجتمع.  
يمكن أن يحظى بتقدير الآخرين وأن يكون لطيفا مع الجميع.  
لا يعاني بالضرورة من مشاكل صحة عقلية، أو ادمان كحول، أو أزمات مالية، أو مشاكل بالعمل.  
قد ينتمي إلى أي جالية، بما في ذلك أن يكون كيبكي الأصل، وقد يكون متدينا أو غير متدين.

يمكن أن يظهر العنف الزوجي سواء في علاقة بين رجل وامرأة أو في علاقة مثلية جنسية.

**العنف الزوجي لا يتوقف من تلقاء نفسه،  
لا مع مرور الوقت، ولا مع الحب،  
ولا مع تحسن الظروف المعيشية.**

## العنف الزوجي لا يقتصر على

### الضرب والإصابات الجسدية

العنف النفسي أقل ظهوراً للعيان، لكنه ليس أقل تدميراً.

- أن تُعامل المرأة تكراراً باحتقار، وتُتهم بالجنون، وتتعرض للسخرية فيما يخص جسمها أو حياتها الجنسية.
  - أن يتم التحكم باستمرار في تحركاتها.
  - أن تُمنع بانتظام من زيارة أقاربها، أو تُهدد بمنعها من الاتصال بهم.
  - أن تتعرض للمضايقات بشأن معتقداتها أو روحانياتها.
  - أن تُمنع من الدراسة ومن تعلم الفرنسية والانجليزية.
  - أن تُهدد بالطرد من كندا.
- فهذا عنف زوجي.

كان يكرر على مسمعي طوال اليوم أنني هربت  
من بلدي لأني جبانة. أو أن فتاة مثلي تستحق أن  
تنال هذه المعاملة. كان يتلذذ بتذكيري تفاصيل  
كنت أريد نسيانها. وكانت هذه الكلمات تؤلمني  
أكثر مما مررت به من الألم.

العنف النفسي يدمر احترام الذات.

وينتهي بنا الأمر إلى تصديق ما يدعيه الزوج. ونشعر بالغباء والجنون.  
ونعتقد أننا نستحق اللوم.

## العنف الاقتصادي غير معروف ولكنه ليس أقل إدلالاً.

- أن تضطر المرأة إلى طلب المال.
  - أن تتم مراقبة نفقاتها.
  - أن تُجبر على تحمل كافة النفقات.
  - أن تُجبر على إعطاء كل مالها.
  - أن تُمنع من العمل بوظيفة.
  - أن تُجبر على العمل في ظروف متدنية أو مهينة.
  - أن تُجبر على الاستدانة.
- فهذا أيضا عنف زوجي.

كان عليّ أن أعمل لقاء أجر ضئيل للغاية لأن  
أوراقتي لم تكن سليمة. وكثيراً ما كنت أضطر  
لأن أطلب منه دفع اجار السكن. ولكن كلما  
زادت ديوني كلما كان يستغني.

إذا كنت تواجهين عنفا نفسيا أو اقتصاديا،  
اطلبي المساعدة.

راجعي الصفحة الأخيرة، حيث تجدين بها قائمة  
الخدمات التي تلبي احتياجات النساء المهاجرات من  
ضحايا العنف الزوجي.

## من بين كل أشكال العنف،

يعتبر بعضها جرائم

- **التهديدات**  
مثلا التهديد بإصابتك وبقتلك.
  - **العنف الجسدي**  
مثلا لوي ذراعك وضربك.
  - **الإهمال الإجرامي**  
مثلا حرمانك من العلاج أو الطعام لدرجة تعرضك لخطر الموت.
  - **العنف الجنسي**  
مثلا إجبارك على إقامة علاقات جنسية أو ممارسات جنسية غير مرغوب فيها.
  - **التحرش**  
مثلا الاتصال هاتفيا بك دون توقف أو تتبعك لدرجة تخشين فيها على سلامتك.
  - **الاحتجاز**  
مثلا حبسك في غرفة أو منعك من الخروج من المنزل.
- إذا كنت تعانين من واحد أو أكثر من أشكال العنف هذه، يمكنك الاتصال برقم 911 للإبلاغ عنها وحماية نفسك.

مع مرور الوقت، يمكن لأشكال العنف أن تتغير بعدة طرق وتتراكم بعضها فوق البعض الآخر.

مع مرور الوقت، تزداد وتيرة وحدة أشكال العنف.

منذ وصولنا إلى كندا كان يبيع لنفسه كل شيء. كان عليّ أن أبقى إلى جواره كل مساء وفي عطلات نهاية الأسبوع. كان يجب أن أكون مستعدة لعمل كل ما يريد، مثلما كان يرى على الانترنت أو في أعلامه.

**من حقه أن تنعمي بحياة يكتنفها الاحترام والأمان.**

فهذا ما ينص عليه ميثاق حقوق وحرريات الإنسان في كيبك

والميثاق الكندي للحقوق والحرريات.

## فيما يلي بعض الأسباب التي قد تدفع بك إلى طلب المساعدة

- أنا خائفة وأريد البقاء على قيد الحياة.
- أريد ضمان أمني وأمن أولادي.
- لم أعد أريد مواجهة هذه المشكلة بمفردي.
- أريد أن يقوم أحد ما بتحذير زوجي من أنه غير مسموح أن يعاملني بهذه الطريقة.
- أحتاج للشعور باحترام الناس.
- أحتاج للبروح بما أشعر به وللتخلص من التوتر.
- أريد الحصول على معلومات تتعلق بحقوقني وبإجراءات الهجرة الخاصة بي.
- أريد تصحيح وضعي القانوني.
- أرغب في استعادة حياة أسرية يسودها الانسجام.
- أود استعادة احترامي لذاتي والثقة بنفسني، والتخلص من الشعور بالذنب، ومن الشعور بالخزي.
- أريد ايجاد وسائل لحماية نفسي، مثل الاتفاق على إشارة مع شخص أثق به لكي يتصل برقم شرطة النجدة 911 في حالة الطوارئ.

كنت أخاف جدا أن يؤذيها. وكانت ابنتي تشاهد كل شيء، حتى لو لم أكن أريد ذلك. وفي كل مرة كنت أراها ترتجف خوفا. ولم أعد أستطيع رؤيتها وهي تحتل هذا. كنت أريد حمايتها.

إذا كان أمنك أو أمن أقاربك  
مهدداً،  
فلا تتردد في الاتصال برقم 911.

يجب ألا تشعرى بالذنب. فزوجك هو المسؤول عن عنفه.  
يجب ألا تشعرى بالخزي. فالكثير من النساء يعشن هذا الوضع.  
في كل أنحاء العالم، يلجأ بعض الرجال إلى العنف للسيطرة على زوجاتهم.  
العنف الزوجي مشكلة خطيرة تهتم الجميع.

لا تبقي وحيدة.

تحدثي إلى شخص تثقين به، مثلا، شخص يعمل في مجال الصحة أو التعليم، أو إلى إحدى جاراتك.

وحتى بعد البوح بمشكلاتك، فحق الاختيار يظل دائما في يدك.

لا يمكن لأحد اجبارك على ترك زوجك أو البقاء معه.

هل تعرفون امرأة مهاجرة ذات وضع  
قانوني غير مستقر تعاني من العنف  
الزوجي؟

إذا تمكنتم من اكتساب ثقتها، تستطيعون مساعدتها

استمعوا اليها دون الحكم عليها

صدقوها

قد تتردد المرأة المهاجرة ذات الوضع القانوني غير المستقر، قبل البوح بمشاكلها لشخص  
آخر أو قبل الكشف عن العنف الزوجي، وذلك لعدة أسباب.

منها على سبيل المثال :

- الخوف من حكم الآخرين عليها لأنها لا تتحدث الفرنسية أو الانجليزية؛
- الخجل من التحدث عن مشكلة تعتقد أنها تتعلق بحياتها الخاصة؛
- الخوف من عدم تصديقها أو الحكم عليها، لا سيما لو كانت قد تعرضت من قبل للعديد  
من مواقف التمييز والعنصرية.

إن الكشف عن المشكلة يتطلب الكثير من الشجاعة. ولمساعدة الضحية، استمعوا اليها دون  
الحكم عليها وحاولوا فهم العقبات التي تواجهها.

### ساعدوها على التخلص من الشعور بالذنب

باعتبارها حامية التقاليد والروابط الأسرية، تشعر العديد من النساء المهاجرات ذوات الوضع القانوني غير المستقر، بالذنب لامتهان شرف الزوج والأسرة أو الافتقار إلى الولاء. كما يشعر البعض الآخر بالذنب للتسبب، حسب اعتقادهن، في فشل مشروع لم تشمل الأسرة بكندا.

وغالبا ما تشعر الضحية بأنها مسؤولة عن عنف الزوج الذي يتبارى في إلقاء اللوم على الزوجة وفي انكار أنه هو الذي يمارس العنف، لا سيما وإن كان الزوج يحظى بدعم في محيط الأسرة أو الجالية.

قولوا للضحية أن الزوج هو المسؤول عن أفعال العنف التي يرتكبها.

فسلوكة العنيف هو الذي يحطم الأسرة.

## احترموا خياراتها وأسلوبها

العنف الزوجي مدمر. وهو يبدد الثقة بالنفس. ويبدو الطريق طويلا لاستعادة الشخص لقدرته وسيطرته على حياته.

وفيما يلي بعض الأسباب التي قد تدفع بالمرأة المهاجرة ذات الوضع القانوني غير المستقر بأن تتغاضى عن العنف:

- الأمل في استعادة العلاقة العاطفية أو الحب؛
- الخوف من أن تُطرد من كندا؛
- عدم معرفتها بالموارد المتاحة وبحقوقها؛
- التخوف من سلطات الشرطة والعدالة؛
- الخوف من أن تحرم من أطفالها أو من أن تُترك دون موارد.

حاولوا فهم خلفيتها الثقافية واحترام خياراتها. فسواء تركت زوجها أو لم تتركه، يمكنكم توجيهها إلى الموارد المتخصصة التي من شأنها أن تساعد على توضيح موقفها (انظروا الصفحة الأخيرة من هذه النشرة).

## قدموا لها الدعم

إن العزلة التي تعاني منها الضحية تمثل جزءا من العنف الزوجي. وغالبا ما تكون هذه العزلة أكثر أهمية بالنسبة للمرأة المهاجرة ذات الوضع القانوني غير المستقر، والتي فقدت شبكة معارفها الاجتماعية الأصلية وأصبح عليها أن تتعلم أساليب ثقافية وقيم جديدة. فبينما تكافح الكثير من النساء من أجل البقاء، لجأت هي إلى كندا لتعيش في أمان.

اعرضوا مساعدتكم على الضحية. تحدثوا إليها. اطلعوها على حقها في اللجوء إلى موارد الدعم السرية. وإذا طلبت معرفة المزيد، قدموا لها هذه النشرة. واعرضوا عليها، إن أرادت، أن ترافقونها في مساعيها.

### تغلبوا على آراء التحيز وعدم الشفافية

يعتقد الكثير من الناس أن المرأة المهاجرة ترضى بالعنف الزوجي لأسباب تتعلق بعاداتها وتقاليدها أو بالدين. وهذا خطأ. وببساطة، فإن هذه المرأة تواجه صعوبات أكثر من غيرها في الخروج من هذه الأزمة. وعند وصولهن إلى كندا، تواجه النساء المهاجرات ذات الوضع القانوني غير المستقر العديد من التحديات التي تجعلهن أكثر عرضة للعنف الزوجي.

وكما كانت الضحية تعاني من العزلة، كلما تمكن الزوج من ممارسة العنف معها. تحلوا بروح الانفتاح والأهم من ذلك، لا تستبعدوا الضحية من حياتكم.

تذكروا أن اللامبالاة

تساعد على العنف الزوجي ...

## الموارد

في كافة أنحاء كيبك،

يمكنكم الاتصال هاتفيا طوال أيام الأسبوع وعلى مدار الساعة.

**SOS violence conjugale (النجدة في حالات العنف الزوجي)**

**1 800 363-9010** (للاتصال من خارج مونتريال) (خدمة صوتية أو خدمة مطبوعة ATS)

**514 873-9010** (للاتصال من داخل مونتريال) (خدمة صوتية أو خدمة مطبوعة)

**SOS violence conjugale** على دراية بجهات تقديم المساعدة للمرأة المهاجرة أو التي تنتمي إلى إحدى الجاليات العرقية الثقافية.

وهذه الخدمة الهاتفية مجانية، وسريّة، وتقدم دون ذكر الأسماء، وهي متخصصة في حالات العنف الزوجي. فمكالمة واحدة تسمح للضحية أو أقاربها أو الشهود بالحصول فورا على خدمات الاستعلام والاستشارة والإيواء.

### شرطة النجدة 911

للحصول على مساعدة فورية، إذا كنت في خطر أو شاهدا على واقعة عنف.

**911** (خدمة صوتية) (تتوافر الخدمة المطبوعة في بعض المناطق)

**310-4141** (في البلديات التي لا تتوافر فيها خدمة 911)

**\*4141** (للاتصال عن طريق الهاتف المحمول)

### استعلامات الصحة (Info-Santé)

للحصول على معلومات أو مراجع، مثل المراكز المحلية لخدمات المجتمع (CLSC) ومراكز الصحة والخدمات الاجتماعية (CSSS) (خدمة صوتية) **811**

يمكنكم الحصول على نسخة من هذه النشرة باللغات الفرنسية والانجليزية والاسبانية عن طريق الاتصال مع **Secrétariat à la condition féminine** (أمانة المرأة) على الرقم التالي: **418 643-9052**.

كما تتوافر هذه النشرات أيضا على موقع الانترنت التابع لأمانة المرأة ([www.scf.gouv.qc.ca](http://www.scf.gouv.qc.ca)) وموقع **Table de concertation en violence conjugale de Montréal** (مائدة التشاور حول العنف الزوجي بمونتريال) ([www.tcvcm.ca](http://www.tcvcm.ca))، وذلك في صيغة PDF باللغات الفرنسية والانجليزية والاسبانية وفي صيغة Word للغات المذكورة وبعض اللغات الأخرى. ويمكنكم الحصول عليها بالضغط على رابط المنشورات (Publications) بموقع أمانة المرأة.

الناشر: **la Condition féminine** (GYWfHfJUh{

التحرير: **Table de concertation en violence conjugale de Montréal** (مائدة التشاور حول العنف الزوجي بمونتريال) بالتعاون مع:

- Centre des femmes italiennes de Montréal (مركز مونتريال للمرأة الإيطالية) ([www.centrefim.org](http://www.centrefim.org))؛
- Table de concertation des organismes au service des personnes réfugiées et immigrante (مائدة مشاورات أجهزة خدمة اللاجئين والمهاجرين) (لجنة النساء ولجنة مساعدة اللاجئين) ([www.tri.qc.ca](http://www.tri.qc.ca)).

Dépôt légal : 2012

Bibliothèque et Archives nationales du Québec

Bibliothèque et Archives Canada

ISBN : 978-2-550-66098-9 (version électronique)

© Gouvernement du Québec, 2012