

BLIJF JE THUIS WONEN EN ZOEK JE (SAMEN) HULP OF VERTREK JE?

Wat je beslissing ook is, weet dat je steeds hulp kan inroepen en er niet alleen voor staat, ook als je afhankelijk bent, en bijvoorbeeld geen eigen inkomen of wanneer je verblijfsvergunning je werd afgepakt.

Besluit je te blijven, sluit je dan niet af.

- Praat met mensen uit je omgeving (een buur, een vriendin, een familielid) en met professionele hulpverleners die jou (en je partner) kunnen helpen.
- Hou belangrijke telefoonnummers bij de hand. Roep 'hulp' 'au secours' of bel 112 bij te hevig geweld.
- Beslis en plan waar je naar toe kunt gaan als het geweld weer de kop op steekt.
- Spreek met je omgeving af hoe je hen kunt verwittigen wanneer er gevaar dreigt.
- Spreek met je arts. Laat medische attesten opstellen bij je huisarts over de slagen en verwondingen, je psychologische toestand en de duur van volledige arbeidsongeschiktheid, zelfs wanneer je werkloos bent. Je huisarts heeft beroepsgeheim. Bewaar die documenten op een veilige plaats. Zij kunnen later als bewijs dienen wanneer je je partner tijdelijk of definitief verlaat.

Zie voor verdere bruikbare tips:
website <http://igvm-iefh.belgium.be>

Vul aan, knip het strookje uit en steek het in je portemonnee, dan heb je de belangrijkste telefoonnummers steeds op zak.

WAAR KUN JE TERECHT?

Teleonthaal: **106**

CAW: **078/150300**

Vertrouwenspersonen:

Huisarts:

Plaatselijk politiekantoor:

Bij dringende tussenkomst: **112** + roep 'hulp' of 'au secours'.

BESLUIT JE WEG TE GAAN, NEEM DAN JE VOORZORGEN.

- Neem iemand in vertrouwen die je de nodige hulp en ondersteuning kan bieden.
- Neem kopies van belangrijke documenten (huwelijksboekje, sis-kaart, identiteitskaart, loonbriefje, kinderbijslag, huurcontract of kopie van het eigendomsbewijs als je (mede-)eigenaar bent, zicht- en spaarrekening, rekeningnummers, hypothecaire leningen), hou belangrijke telefoonnummers bij en laat reservesleutels maken.
- Probeer wat kleren, geld en eventueel medicatie voor jou en de kinderen te bewaren op een veilige plaats of bij een vertrouwenspersoon.
- Probeer een volmacht op je rekening in te trekken of regel een eigen bankrekening.
- Bedenk op voorhand hoe je op een veilige manier het huis kunt verlaten en zorg voor veilig onderdak voor jezelf en de kinderen. Kun je niet bij familie of vrienden terecht, wend je dan tot een vluchthuis of een opvangcentrum.
- Beschik je over weinig of geen inkomsten, dan kan je steeds financiële hulp aanvragen bij het OCMW.
- Ongeacht je financiële middelen kan je steeds een beroep doen op een advocaat, zelfs mogelijks gratis.
- Vraag om een medisch attest aan je huisarts of in het ziekenhuis, dat bewijst dat je het slachtoffer bent van geweld en/of neem reeds bestaande medische attesten mee. Het zijn belangrijke bewijsstukken om je rechten te laten gelden voor de rechtbank.
- Wend je tot de politie om aangifte te doen van het geweld, om eventueel een klacht in te dienen tegen de dader en breng hen op de hoogte dat je de echtelijke woning hebt verlaten.
- Weet dat de wet je de mogelijkheid biedt om het huis te verlaten zonder je rechten te verliezen, of je nu gehuwd bent of niet. Je behoudt je rechten met betrekking tot de kinderen, woning en goederen.



ERNEST BLEROTSTRAAT 1 - LOKAAL 2031
1070 BRUSSEL

skinn.be

BREEK DE STILTE VOOR JE ZELF GEBROKEN BENT



**GEWELD
TUSSEN
PARTNERS**
Praat erover!

Je staat
niet alleen
in je strijd

.be

Verantwoordelijke uitgever: Michel Pasteel, Ernest Blerotstraat 1 - 1070 Brussel

WAAROVER GAAT HET? HET GAAT OM GEWELD TUSSEN PARTNERS

Tal van vrouwen, maar ook mannen,
leven dag in dag uit met pijn en angst in hun relatie.
Vernederingen, beledigingen, verwijten, schelden...
Je gevoelens worden gekwetst.
Je voelt je belachelijk gemaakt, gekleineerd en gepest.

Rake klappen, verwondingen, blauwe plekken...
Je lichaam schreeuwt het uit.

Familie en vrienden niet mogen zien,
niet uit werken mogen gaan, ...
Afpakken van je paspoort of verblijfsvergunning.
Je raakt geïsoleerd.

Gedwongen worden tot ongewenste seksuele handelingen...
Je voelt je gebroken.

Geen inspraak hebben in beslissingen....
Je zelfvertrouwen gaat verloren.

Angst beheerst je leven.

Zwijg niet over partnergeweld
maar breng anderen op de hoogte,
zodat ze je kunnen helpen.

Deze folder is beschikbaar in volgende talen: Nederlands, Frans, Duits, Engels, Spaans, Italiaans, Chinees, Portugees, Pools, Servo-Kroatisch, Lingala, Swahili, Grieks, Turks, Arabisch, Russisch en Roemeens.

Voor bijkomende exemplaren

Contacteer: Instituut voor de gelijkheid van vrouwen en mannen,
Tel. : 02/233.49.47, gelijkheid.manvrouw@igvm.belgie.be

Partnergeweld komt voor in alle leeftijdscategorieën, alle sociaal-economische klassen, alle culturen en zowel binnen heteroseksuele als homoseksuele relaties. Meestal zijn vrouwen ervan het slachtoffer, maar toch mag niet uit het oog worden verloren dat ook mannen het slachtoffer kunnen zijn van partnergeweld.

Praten over partnergeweld is niet zo eenvoudig, waardoor het kan lijken alsof je de enige bent die ermee wordt geconfronteerd. Niets is helaas minder waar. Geweld in de privésfeer is de meest voorkomende geweldsvorm in onze samenleving.

Slachtoffers van partnergeweld zwijgen vaak uit schuldgevoel, schaamte of doordat ze overrompeld worden door tegenstrijdige en verwarde gevoelens voor hun partner. Vaak hoopt men dat alles wel vanzelf goed zal komen, vooral omdat gewelddadige uitbarstingen worden opgevolgd door rustigere periodes waarin de partner spijt betoont.

Geweld tussen partners is onaanvaardbaar. Niemand mag geweld gebruiken om welke reden dan ook. Geweld hoeft je niet als vanzelfsprekend te vinden of gewoon te accepteren. Bedreigingen, slagen en verwondingen, stalking en seksueel geweld zijn zelfs strafbare feiten.

Het slachtoffer kan zijn rechten laten gelden, kan hulp inroepen en kan stappen ondernemen om het geweld te stoppen.

BEN JIJ HET SLACHTOFFER VAN GEWELD? WAT KUN JE DOEN? DOORBREEK DE STILTE.

Beslissen wat je gaat doen is heel belangrijk maar tegelijkertijd ook heel moeilijk en vaak beangstigend. Het is belangrijk dat je erover praat, niet enkel met een vertrouwenspersoon, maar ook met gespecialiseerde hulpverleners die naar je luisteren, je adviseren en samen met jou een oplossing proberen vinden. Praten helpt om helder in te zien wat je wilt en wat je kunt doen. Zelf goed begrijpen wat er aan de hand is, is een voorwaarde om de toestand te kunnen verbeteren.

Onderstaande personen of organisaties zullen naar je luisteren, zonder een oordeel te vellen. Ze leggen je niets op. Zij luisteren, helpen je de situatie te begrijpen, geven je tips en ideeën en adressen voor verdere hulp. De hulp is vertrouwelijk, vrijwillig en anoniem.

Op de internetsite <http://igvm-iefh.belgium.be> kun je informatie vinden over welke organisatie in jouw regio hulp kan bieden.

TELE-ONTHAAL : 106

Voor een vertrouwelijk gesprek, bel Tele-onthaal op het nummer 106 (gratis, anoniem en permanent bereikbaar). Tele-Onthaal biedt ook hulp op www.tele-onthaal.be via online-gesprekken.

CENTRUM ALGEMEEN WELZIJNSWERK (CAW)

Voor gratis hulp, advies en informatie, contacteer een CAW in jouw regio. Bel naar 078/150300 (zonaal tarief vanaf een vast toestel) of surf naar www.caw.be/geweldinhetgezin.