

سواء أكنت تشعرين بأنك قادرة على ترك زوجك مدمن المخدرات أم لا، هناك أمور يمكنك القيام بها لتوفير مزيد من الأمان لك ولأسرتك.

في حالة الطوارئ.

إذا كنت في المنزل وتم تهديك أو مهاجمتك:

- ابتعدي عن المطبخ (حيث يمكن للزوج مدمن المخدرات الحصول على أسلحة مثل السكاكين)
- ابتعدي عن دورات المياه أو الحجرات الصغيرة أو الأماكن الضيقة حيث يمكنه الإيقاع بك
- الجئي إلى غرفة ذات باب أو نافذة للهروب منها
- الجئي إلى غرفة بها هاتف لطلب النجدة؛ واحتجزي الزوج مدمن المخدرات خارجها إذا استطعت
- اتصلي فوراً برقم 911 (أو رقم الطوارئ المحلي) لطلب النجدة؛ واحصلي على اسم مسئول إرسال النجدة
- فكري في جارٍ أو صديق لك يمكنك اللجوء إليه للمساعدة
- إذا حضر ضابط الشرطة، فأخبريه بما حدث وتعرفي على اسمه ورقم الشارة
- احصلي على المساعدة الطبية في حال إصابتك
- التقطي صوراً للكدمات أو الإصابات
- اتصلي بأحد برامج مكافحة العنف الأسري أو مركز حماية المتضررين من العنف الأسري أو اطلبي منهم مساعدتك في وضع خطة أمان

كيف تحمين نفسك بالمنزل

- تعرفي على الأماكن حيث يمكنك الحصول على المساعدة؛
- تذكري أرقام هواتف الطوارئ
- احتفظي بهاتف في غرفة يمكنك غلقها من الداخل؛ وإذا أمكن، احتفظي بهاتف جوال طوال الوقت
- إذا انتقل الزوج مدمن المخدرات للعيش في مكان آخر، فغيري أقفال الباب وركبي أقفال على النوافذ

- ضعي خطة للهروب من المنزل ودربي أطفالك عليها
- فكري في المكان الذي يمكن الذهاب إليه إذا احتجت للهروب
- اطلبي من جيرانك الاتصال بالشرطة حال رؤيتهم للزوج مدمن المخدرات في منزلك، واتفقي معهم على إشارة الاتصال بالشرطة، على سبيل المثال، إذا رن جرس الهاتف مرتين أو إذا أسدلت الستائر أو إذا أضاعت الأنوار
- احزمي حقيبة بها الأشياء المهمة التي تحتاجينها إذا اضطررت للمغادرة سريعاً؛ وضعيها في مكان آمن أو أعطيها لصديق أو قريب تثقين فيه
- ضعي في الحقيبة النقود ومفاتيح السيارة والمستندات المهمة مثل أوراق المحكمة أو جواز السفر أو شهادات الميلاد أو السجلات الطبية والأدوية أو أوراق الهجرة
- احصلي على رقم هاتف غير مُسجل في دليل الهاتف قومي بتعطيل إرسال هوية المتصل
- استخدمي جهاز رد آلي؛ واستعرضي الاتصالات على الشاشة

كيف توفرين

المزيد من الأمان للأطفال

- علميهم ألا يقحموا أنفسهم في المشاجرة، حتى إذا كانوا يرغبون في المساعدة
- علميهم كيفية الوصول إلى مكان آمن والاتصال برقم 911 وإعطاء عنوانك ورقم الهاتف للشرطة
- علميهم بمن يتصلون لطلب النجدة
- أخبريهم بضرورة الابتعاد عن المطبخ
- أعط ناظر المدرسة أو دار الحضانة نسخة من قرار المحكمة؛ وأخبريهم بعدم تسليم أطفالك لأي شخص بدون التحدث إليك أولاً؛ استخدمي كلمة سر بحيث يمكنهم التأكد من شخصيتك عبر الهاتف وأعطهم صورة للزوج مدمن المخدرات
- تأكدي أن الأطفال يعرفون ماذا سيقولون في المدرسة عند رؤيتهم للزوج مدمن المخدرات
- احرصي على إعلام المدرسة بعدم إعطاء عنوانك أو رقم هاتفك إلى أي شخص

كيف تحمين نفسك خارج المنزل

- قومي بتغيير عادات التنقل
- جربي استقلال وسائل مواصلات مع أشخاص مختلفين
- قومي بالتسوق في مكان مختلف وتعاملي مع بنك مختلف
- قومي بإلغاء أي حسابات بنكية أو بطاقات ائتمان مشتركة؛ وافتحي حسابات جديدة بينك مختلف
- احتفظي بقرار المحكمة وأرقام الطوارئ معك طوال الأوقات
- احتفظي بهاتف جوال وبرمجه على الاتصال برقم 911 (أو أي رقم طوارئ آخر)

كيف تحصلين على المزيد من الأمان في العمل

- احتفظي بنسخة من قرار المحكمة معك في العمل
- أعط صورة للزوج مدمن المخدرات إلى طاقم الأمن وزملائك في العمل
- أخبري رئيسك في العمل بهذا الأمر – وانظري هل يمكنهم أن يجعلوا وصول الزوج إليك أمراً صعباً جداً
- لا تذهبي لتناول الغداء بمفردك
- اطلبي من أحد ضباط الأمن أن يوصلك إلى سيارتك أو الحافلة
- إذا اتصل بك الزوج مدمن المخدرات وأنت في العمل، احتفظي ببيريد صوتي ورسالة إلكترونية بالمكالمة
- قد يساعدك صاحب العمل على العثور على موارد مجتمعية

استخدام القانون في مساعدتك

أوامر الحماية أو عدم التعرض

- اطلبي من برنامج مكافحة العنف الأسري المحلي مساعدتك في الحصول على أمر حماية مدنية ومساعدتك في إقامة دعوى جنائية
- اطلبي المساعدة في البحث عن محام

في معظم الأماكن، يمكن للقاضي أن يقوم بما يلي:

- إصدار أمر للزوج مدمن المخدرات بالابتعاد عنك أنت وأطفالك

العنف الأسري: نصائح الأمان لك ولأسرتك

إذا شعرت بالخطر،
فاتصلي برقم 911
أو رقم طوارئ الشرطة المحلية

للحصول على المساعدة في منطقتك، اتصلي
بالخط الساخن القومي لمكافحة العنف الأسري:

1-800-799-7233
1-800-787-3224 (TTY)

يتوفر مترجمون لكثير من اللغات.

شبكة نيفادا لمكافحة العنف الأسري.

- أخبري النائب العام باسم أي شخص يساعدك (المحامي)
- أخبري النائب العام بمن شهدوا الإصابات أو إساءة المعاملة
- اطلبي من النائب العام أن يخطر بك مسبقاً بموعد خروج الزوج مدمن المخدرات من السجن

توفير الأمان في دار القضاء

- اجلسي بعيداً عن الزوج مدمن المخدرات قدر الإمكان؛ ولا تنتظري إليه أو تتحدثي معه؛ ولا تتحدثي إلى أحد أفراد عائلته أو أصدقائه إذا كانوا هناك
- اصطحبي معك صديقاً أو قريباً حتى النظر في الدعوى
- أخبري مأمور الشرطة أنك تخافين من الزوج مدمن المخدرات واطلبي منه أن يضعك تحت المراقبة
- احرصي على الحصول على قرار المحكمة قبل المغادرة
- اطلبي من القاضي أو مأمور الشرطة الإبقاء على الزوج مدمن المخدرات هناك لبعض الوقت عند انتهاء المحكمة؛ وغادري على وجه السرعة
- إذا كنت تعتقدين أن الزوج مدمن المخدرات سيتبعك عند خروجك من المحكمة، فاتصلي بالشرطة على الفور
- إذا اضطررت للسفر إلى أية ولاية أخرى للعمل أو للهرب من هذا الزوج، فخذني معك قرار الحماية؛ فهو صالح في كل مكان.

- إصدار أمر للزوج مدمن المخدرات بترك منزلك
- منحك وصاية مؤقتة على أطفالك والزام الزوج مدمن المخدرات بدفع دعم مؤقت للأطفال
- إلزام الشرطة بالحضور إلى منزلك بينما يأخذ الزوج مدمن المخدرات متعلقاته الشخصية
- إصدار أمر بتمكينك من السيارة والأثاث والمتعلقات الأخرى
- إصدار أمر للزوج مدمن المخدرات باللجوء إلى أحد برامج مساعدة ممارسي العنف الأسري
- إلزام الزوج مدمن المخدرات بعدم الاتصال بك في العمل
- إلزام الزوج مدمن المخدرات بتسليم الأسلحة إلى الشرطة

إذا ساورك القلق بشأن أي مما يلي، فاحرصي على القيام به:

- عرض أي صور تبين إصاباتك على القاضي
- أخبري القاضي أنك لن تشعرين بالأمان إذا حضر الزوج مدمن المخدرات إلى منزلك لاصطحاب الأطفال في نزهة
- اطلبي من القاضي أن يلزم الزوج مدمن المخدرات بأخذ الأطفال من قسم الشرطة أو أي مكان آخر آمن وإعادة الأطفال إلى المكان نفسه
- اطلبي أن تكون أبة زيارات يصرح بها للزوج في أوقات محددة تحديداً دقيقاً بحيث تعلم الشرطة من قراءة قرار المحكمة أن الزوج مدمن المخدرات موجود في الوقت الخطأ
- أخبري القاضي بأن الزوج مدمن المخدرات قد قام بإيذاء أو تهديد الأطفال؛ واطلبي الإشراف على هذه الزيارات؛ وفكري في من يمكنه القيام بذلك بدلاً منك
- احصلي على نسخة مُعتمدة من قرار المحكمة
- احتفظي بقرار المحكمة معك طوال الأوقات.

الإجراءات الجنائية

- اعرضي قرارات المحكمة على النائب العام.
- اعرضي على النائب العام السجلات الطبية أو الصور الخاصة بإصاباتك إن وجدت.

تم إعادة الطباعة بإذن من نقابة المحامين الأمريكية من خطة أمان مكافحة العنف الأسري. نصائح أمان لك ولأسرتك، مشروع مشترك بين قسم ممارسات التأمين والجنح بنقابة المحامين الأمريكية ولجنة نقابة المحامين الأمريكية حول العنف الأسري

هذا المشروع مدعوم من قبل اللجنة رقم 2009-WF-AX-0005 من قسم مكافحة العنف ضد المرأة، الولايات المتحدة، وزارة العدل. تعد الآراء والاكتشافات والنتائج والتوصيات في هذه النشرة ملكاً للمؤلف (المؤلفين) ولا تعكس بالضرورة آراء وزارة العدل، قسم مكافحة العنف ضد المرأة.