ΠΡΩΤΟΤΥΠΟ ΚΕΙΜΕΝΟ ΣΤΑ ΓΑΛΛΙΚΑ

φόβος

απομόνωση

εξευτελισμοί

τραύματα

απειλές

Εάν είστε

μετανάστρια
ή γυναίκα από εθνοπολιτισμική μειονότητα,

αυτό το φυλλάδιο ίσως σας αφορά.

Québec

Μήπως αναγνωρίζετε τον εαυτό σας σε μερικές από τις παρακάτω καταστάσεις;

Μήπως αναγνωρίζετε κάποιο πρόσωπο από το περιβάλλον σας;

- ❑ Είμαι μετανάστρια.
- ❑ Είμαι μόνιμη κάτοικος.
- ❑ Έχω αποκτήσει την καναδική υπηκοότητα.
- ❑ Ανήκω σε κάποια εθνοπολιτισμική κοινότητα (π.χ. ελληνική, της Γουινέας ή βιετναμέζικη).
- ❑ Ανήκω σε μια φανερή μειοψηφία (π.χ. είμαι Καναδή αϊτινής ή κινέζικης καταγωγής).
- ❑ Εξαρτώμαι ολοκληρωτικά από τα παιδιά μου ή τον σύζυγό μου, γιατί δεν μπορώ να εκφραστώ ούτε στα γαλλικά ούτε στα αγγλικά.
- ❑ Αισθάνομαι απομονωμένη. Από το σπίτι βγαίνω λίγο ή καθόλου. Βλέπω λίγους ανθρώπους εκτός από το σύζυγο και τα παιδιά μου.
- ❑ Έχω χαμηλή μόρφωση.
- ❑ Έχω μεγάλη δυσκολία να βρω μια δουλειά, γιατί τα διπλώματα και η εμπειρία μου δεν έχουν αναγνωριστεί εδώ.
- ❑ Έχω μια θέση για την οποία είμαι πολύ ειδικευμένη αλλά δεν αμοίβομαι καλά.
- ❑ Δυσκολεύομαι να επικοινωνήσω στα γαλλικά ή στα αγγλικά.

Μένω μαζί με τον σύζυγό μου επειδή:

- ❑ Τον αγαπώ και με αγαπά.
- ❑ Θεωρώ τον γάμο πολύ σημαντικό.
- ❑ Φοβάμαι πως αν τον αφήσω, η παροικία μου, η οικογένειά μου και τα πεθερικά μου θα με απορρίψουν, και αυτή η απόρριψη θα έχει αντίκτυπο σ'εμένα.
- ❑ Δεν έχω χρήματα και φοβάμαι μήπως βρεθώ χωρίς στέγη.
- ❑ Φοβάμαι την εκδίκησή του.
- ❑ Δεν γνωρίζω ποιος μπορεί να με βοηθήσει. Δεν ξέρω τα δικαιώματά μου.
- ❑ Δεν γνωρίζω κανέναν άλλο από αυτόν στον Καναδά.
- ❑ Δεν θέλω να ανακατευτούν στην προσωπική μου ζωή γιατροί, αστυνομικοί, κρατικοί υπάλληλοι ή δικαστές.

Σ' αυτό το φυλλάδιο, ο όρος «σύζυγος» αναφέρεται σε κάθε πρόσωπο με το οποίο έχετε ή είχατε μια αισθηματική ή στενή σχέση.

Μήπως ζείτε κάποιες τέτοιες καταστάσεις;
Μήπως βρεθήκατε μάρτυρας;

Ο σύζυγός μου:

- ❑ Με ταπεινώνει, με εξευτελίζει μπροστά στα παιδιά μου ή στους δικούς μου, με λέει τρελή, μου ρίχνει το φταίξιμο.
- ❑ Με κοροϊδεύει, με ρεζιλεύει για ό,τι κάνω και ό,τι λέω, με κάνει να ζω μέσα στην ντροπή.
- ❑ Λέει πως είμαι κακή μητέρα.
- ❑ Απειλεί να με στείλει πίσω στην πατρίδα μου.
- ❑ Απειλεί να κάνει κακό στα πρόσωπα που αγαπώ ή να μου πάρει τα παιδιά μου.
- ❑ Σπάζει ή απειλεί να σπάσει τα αντικείμενα που αγαπώ ή να μου στερήσει πράγματα που χρειάζομαι, όπως το τηλέφωνο ή τον υπολογιστή, χάρη στα οποία επικοινωνώ με τους δικούς μου.
- ❑ Θέλει πάντα να ξέρει πού και με ποιον είμαι.
- ❑ Κατακρίνει τους δικούς μου.
- ❑ Εποικοινωνεί αδιάκοπα μαζί μου με το τηλέφωνο, με μηνύματα SMS ή με ηλεκτρονικά μηνύματα και με παρακολουθεί συνεχώς παρόλο που δεν είμαστε πια μαζί.

Ο σύζυγός μου:

- ❑ Απειλεί να σπιλώσει τη υπόληψή μου.
- ❑ Χρησιμοποιεί χυδαίες λέξεις όταν μου μιλά, υψώνει τον τόνο της φωνής ή κάνει απειλητικές χειρονομίες.
- ❑ Με σπρώχνει, με χαστουκίζει, με τσιμπά, με πιάνει από το λαιμό, με καίει, με κλωτσά, μου τραβά τα μαλλιά, με φτύνει.
- ❑ Απειλεί να με τραυματίσει ή να με σκοτώσει.
- ❑ Μου επιβάλλει σεξουαλικές σχέσεις ή χειρονομίες που δεν θέλω, ή με απειλεί ότι θα πάει με πόρνες.
- ❑ Με εξαναγκάζει να κάνω παιδιά.
- ❑ Ελέγχει τα έξοδά μου ή ξοδεύει όλα τα χρήματά μου.
- ❑ Μου φέρεται σα να ήμουνα δούλα του.
- ❑ Απειλεί να αυτοκτονήσει, να με σκοτώσει ή να σκοτώσει τα παιδιά μου.

ΝΑΙ;

Αυτές οι συμπεριφορές είναι εκδηλώσεις
συζυγικής βίας.
Τούτο το φυλλάδιο **σας αφορά.**

Είχα μάθει να υποφέρω σιωπηρά για να διατηρήσω την αξιοπρέπειά μου. Κι έτσι, δεν ήθελα να μιλήσω γι αυτά. Για να μη νομίζει με τίποτα ο κόσμος ότι όλοι έτσι είμαστε στην παροικία μου!

Η συζυγική βία εγκαθίσταται σιγά σιγά,

ύπουλα, μέσα στις στενές και αισθηματικές σχέσεις

Ο σύζυγός σας επαναλαμβάνει συνεχώς λόγια και χειρονομίες που σας μειώνουν και σας πληγώνουν.

Σας δίνει διαταγές. Απαιτεί υπακοή. Αποφασίζει τα πάντα για σας. Στόχος του είναι να σας ελέγχει και να έχει εξουσία επάνω σας.

Για να σας κρατήσει κοντά του, ο σύζυγός σας υπόσχεται ότι θα αλλάξει, ακόμα και όταν συνεχίζει να σας ταπεινώνει και να ασκεί βία.

Για να σας ελέγχει, ο σύζυγός σας σπέρνει την αμφιβολία και τη σύγχυση με το να σας, λέει πως φταίτε εσείς ή πώς είστε βίαιη.

Ο σύζυγός σας είναι βίαιος προφορικά και σωματικά με σκοπό να σας εξουσιάζει.

Στις αρχές, όταν φτάσαμε στον Καναδά, με χαστούκιζε πότε πότε. Έλεγα πως φταίει η νευρικότητα, γιατί είχε πολλά θέματα να τακτοποιήσει. Όταν πρότεινα να εργαστώ για να τον βοηθήσω, μου απάντησε ότι έτσι κι αλλιώς δεν έκανα για τίποτα. Με τον καιρό, το πράγμα χειροτέρεψε. Τώρα είμαι μόνη μου και με εκφοβίζει όλο και περισσότερο.

Ένας βίαιος σύζυγος μοιάζει με οποιονδήποτε άλλον άντρα και μπορεί να κατέχει μια ευυπόληπτη, θέση μέσα στην κοινωνία.

Οι άλλοι μπορεί να τον εκτιμούν πολύ και να είναι ευγενικός με όλον τον κόσμο.

Δεν έχει απαραιτήτως προβλήματα ψυχικής υγείας, αλκοολισμού, χρηματικά ή επαγγελματικά.

Μπορεί να ανήκει σε οποιαδήποτε κοινότητα, ακόμα και να είναι κεμπεκιώτικης καταγωγής, και να είναι πιστός οπαδός ή όχι κάποιας θρησκείας.

Η συζυγική βία μπορεί να εκδηλώνεται σε ετεροφυλόφιλη ή σε ομοφυλόφιλη σχέση.

Η συζυγική βία δε σταματά από μόνη της, ούτε με τον καιρό, ούτε με τον έρωτα,
ούτε με τη βελτίωση των συνθηκών της ζωής.

Η συζυγική βία δεν περιορίζεται σε σωματικά χτυπήματα και τραύματα

Η ψυχολογική βία είναι λιγότερο ορατή, αλλά εξίσου ολέθρια.

- Να σε ταπεινώνει συχνά, να σε λέει τρελή, να σε γελοιοποιεί σε ό,τι αφορά το σώμα σου, τη σεξουαλικότητά σου.
- Να σε ελέγχει συχνά στο πού πας κι έρχεσαι.
- Να σε εμποδίζει συστηματικά να βλέπεις τους δικούς σου.
- Να σε καταπιέζει στην πίστη ή την πνευματικότητά σου.
- Να σε εμποδίζει να σπουδάσεις, να μάθεις γαλλικά και αγγλικά.

Είναι συζυγική βία.

Δε με άφηνε να βγω παρά μόνο για να πάω στον μπακάλη ή για προσευχή στο στην εκκλησία. Όταν επέστρεφα, εξακρίβωνε τα πάντα : σε ποιον είχα μιλήσει, τι είχα πει. Και τότε, αλίμονό μου αν οι απαντήσεις μου δεν του άρεσαν!

Η ψυχολογική βία καταστρέφει την αυτοεκτίμηση.
Στο τέλος, πιστεύεις τον σύζυγό σου. Αισθάνεσαι ηλίθια και τρελή.
Νομίζεις ότι οι κατηγορίες σού αξίζουν.

Η οικονομική βία δεν είναι πολύ γνωστή, αλλά είναι εξίσου ταπεινωτική.

- Να πρέπει να ζητιανεύεις λεφτά.
- Να βλέπεις να ελέγχει τα έξοδά σου.
- Να υποχρεώνεσαι να πληρώνεις όλα τα έξοδα.
- Να υποχρεώνεσαι να δίνεις όλα σου τα χρήματα.
- Να σε εμποδίζει να εργάζεσαι.
- Να είσαι υποχρεωμένη να χρεώνεσαι.

Πάλι συζυγική βία είναι.

Εργαζόμουν στο βενζινάδικο, και με υποχρέωνε κι από πάνω να κρατώ και τα παιδιά το σαββατοκύριακο. Τα χρήματα που κέρδιζα, δεν έβλεπα ούτε τι χρώμα είχαν! Αυτά που μου έδινε έφταναν μόνο για τα εισιτήρια του λεωφορείου.

Εάν ζείτε την ψυχολογική ή την οικονομική βία,
ζητήστε βοήθεια.

Συμβουλευτείτε την τελευταία σελίδα,
θα βρείτε εκεί υπηρεσίες που ικανοποιούν τις ανάγκες των μεταναστριών ή των γυναικών που προέρχονται από εθνοπολιτισμικές μειονότητες θυμάτων συζυγικής βίας.

Ανάμεσα από όλες τις μορφές βίας,
ορισμένες θεωρούνται ως εγκληματικές πράξεις

- **Οι απειλές**

  Για παράδειγμα, απειλεί να σας τραυματίσει, να σας σκοτώσει.

- **Η σωματική βία**

  Για παράδειγμα, σας στρίβει το χέρι, σας χτυπά.

- **Η εγκληματική αμέλεια**

  Για παράδειγμα, σας στερεί τις φροντίδες ή την τροφή, σε σημείο που ναμπαίνει η ζωή σας σε κίνδυνο θανάτου.

- **Η σεξουαλική βία**

  Για παράδειγμα, σας εξαναγκάζει σε σεξουαλικές σχέσεις ή σε σξουαλικές πρακτικές που δεν επιθυμείτε.

- **Η παρενόχληση**

  Για παράδειγμα, σας τηλεφωνεί συνεχώς ή σας παρακολουθεί, σε σμείο που να φοβάστε για την ασφάλειά σας.

- **Η κατακράτηση**
  Για παράδειγμα, σας κλειδώνει σε ένα δωμάτιο ή σας εμποδίζει να βγείτε από το σπίτι.

Εάν ζείτε μία ή περισσότερες από αυτές τις μορφές βίας, μπορείτε να τηλεφωνήσετε στο 911 για να κάνετε καταγγελία και να προστατευτείτε.

Με τον καιρό, οι μορφές βίας μπορεί να αλλάξουν με διάφορους τρόπους και να προστεθούν η μία στην άλλη.

Με τον καιρό, η συχνότητα και η σφοδρότητα των μορφών βίας αυξάνονται.

Έβρισκε πάντα τον τρόπο να με στριμώχνει για να με υποχρεώνει να κάνω πράγματα που δεν ήθελα, όπως να έχω οδυνηρές σεξουαλικές σχέσεις ή να κοιτάζω πορνογραφικές ταινίες.

Δεν έλεγα τίποτα, κι όλο έλπιζα ότι θα αλλάξει. Μια μέρα, με κοίταξε μες στα μάτια και μου είπε: «Αν πεις οτιδήποτε στην οικογένειά σου, θα σε σκοτώσω.» Τον πίστεψα.

Έχετε το δικαίωμα να ζείτε μια ζωή με σεβασμό και ασφάλεια.

Είναι καταχωρημένο στον Χάρτη των ανθρωπίνων δικαιωμάτων και ελευθεριών του Κεμπέκ και στον Καναδικό Χάρτη των δικαιωμάτων και ελευθεριών.

Να μερικοί λόγοι
που ίσως σας κάνουν να αποφασίσετε να ζητήσετε βοήθεια

- Δε θέλω πια να ζω μόνη μ'αυτό το πρόβλημα, χρειάζομαι βοήθεια.
- Θέλω να διασφαλίσω την ασφάλειά μου και την ασφάλεια των παιδιών μου.
- Έχω ανάγκη να νιώσω ότι με σέβονται.
- Έχω ανάγκη να τα πω όλα να ξαλαφρώσω, να βγάλω από μέσα μου το άγχος.
- Θέλω να πληροφορηθώ για τα δικαιώματά μου και για τις υπηρεσίες που υπάρχουν.
- Επιθυμώ να ξαναβρώ μια αρμονική οικογενειακή ζωή με τα παιδιά μου.
- Θα ήθελα να ξαναβρώ την αυτοεκτίμηση και την αυτοπεποίθησή μου, να βγάλω από πάνω μου τις ενοχές και τη ντροπή.
- Θέλω να βρω τρόπο να απελευθερωθώ.
- Θέλω να βρω τρόπους να προστατευτώ, για παράδειγμα, να έχω κάποιο συνθηματικό κώδικα με ένα πρόσωπο εμπιστοσύνης ώστε να ζητήσει βοήθεια για μένα στο 911, σε περίπτωση ανάγκης.
- Θέλω να μείνω ζωντανή μαζί με τα παιδιά μου.

Μονάχα ένα πράγμα επιθυμούσα, να είναι ασφαλή. Παρόλα αυτά, μια μέρα, είδα στα μάτια του μεγαλύτερού μου μια μεγάλη θλίψη. Έπαθα σοκ. Δεν είχα καταλάβει πως τα παιδιά μου υποφέραν το ίδιο με μένα. Πως είχαν μάθει να ζούνε με αυτόν τον εφιάλτη μέσα στη σιωπή, όπως εγώ!

Αν η ασφάλειά σας ή η ασφάλεια των δικών σας **απειλείται,**

μη διστάσετε να καλέσετε το 911.

Εσείς δεν πρέπει να αισθάνεστε ένοχη. Ο σύζυγός σας είναι υπεύθυνος για τη βίαιη συμπεριφορά του.

Εσείς δεν πρέπει να ντρέπεστε. Πολλές γυναίκες στο Κεμπέκ βιώνουν αυτή την κατάσταση.

Παντού στον κόσμο, οι άντρες χρησιμοποιούν τη βία για να ελέγχουν τις γυναίκες τους.

Η συζυγική βία είναι ένα σοβαρό πρόβλημα που μας αφορά όλους.

Μη μένετε μόνη.

Μιλήστε με κάποιον που του έχετε εμπιστοσύνη, για παράδειγμα, με κάποιο πρόσωπο που εργάζεται στον τομέα της υγείας ή της παιδείας, ή με μια γειτόνισσα.

Ακόμα και αν ανοίξετε την καρδιά σας, έχετε πάντα το δικαίωμα να κάνετε τις δικές σας επιλογές.

Κανείς δεν μπορεί να σας πιέσει με το ζόρι να εγκαταλείψετε τον σύζυγό σας ή να μείνετε μαζί του.

Γνωρίζετε κάποια μετανάστρια ή γυναίκα από εθνοπολιτισμική μειονότητα, που να είναι θύμα συζυγικής βίας; Αν κερδίσετε την εμπιστοσύνη της, θα μπορέσετε να τη βοηθήσετε

Ακούστε την χωρίς να κρίνετε

Πιστέψτε την

Οι μετανάστριες ή οι γυναίκες που προέρχονται από εθνοπολιτισμικές μειονότητες ίσως διστάζουν να εμπιστευτούν κάποιο άλλο άτομο ή να αποκαλύψουν τη συζυγική βία για πολλούς λόγους.

Παραδείγματος χάρη:

- Ο φόβος μην τις κρίνουν επειδή δεν μιλούν γαλλικά ή αγγλικά.
- Η ντροπή να μιλήσουν για ένα πρόβλημα που το θεωρούν προσωπικό.
- Ο φόβος να μην τις πιστέψουν ή να τις κρίνουν ιδίως εάν έχουν αντιμετωπίσει πολλά περιστατικά διακρίσεων και ρατσισμού.

Οι αποκαλύψεις απαιτούν μεγάλο κουράγιο. Για να βοηθήσετε το θύμα, ακούστε την χωρίς να την κρίνετε και προσπαθήστε να καταλάβετε τα εμπόδια που συναντάει.

Απενοχοποιήστε την

Σαν θεματοφύλακες της κουλτούρας τους και των οικογενειακών δεσμών, πολλές γυναίκες, μετανάστριες ή μέλη εθνοπολιτισμικών μειονοτήτων, θα αισθανθούν ένοχες πως ντροπιάζουν τον άνδρα τους και πως σπάνε τα οικογενειακά δεσμά. Άλλες πάλι, θα αισθανθούν ένοχες στην ιδέα πως απέκτησαν κάποια ανεξαρτησία και αυτοθπεποίθηση, που δεν είχαν στη χώρα καταγωγής τους.

Τα θύματα αισθάνονται πολύ συχνά υπεύθυνα για τη βία των συζύγων τους. Οι τελευταίοι καταφέρνουν με μεγάλη επιδεξιότητα να ενοχοποιήσουν τις γυναίκες και να αρνηθούν τη δική τους βία, προπάντων όταν υποστηρίζονται κι' από το περιβάλλον της οικογένειας ή της παροικίας τους.

Πείτε στο θύμα ότι οι σύζυγοι είναι εκείνοι που ευθύνονται για τις βίαιες πράξεις τους.

Οι βίαιες συμπεριφορές τους είναι αυτές που διαλύουν την οικογένεια.

Σεβαστείτε τις επιλογές της και το δικό της ρυθμό

Η συζυγική βία είναι ολέθρια. Ροκανίζει την εμπιστοσύνη του ανθρώπου προς τον εαυτό του. Ο δρόμος για να πάρει τον εαυτό του στα χέρια του και να προβάλει τις διεκδικήσεις του μπορεί να είναι μακρύς.

Ας δούμε μερικά κίνητρα που σπρώχνουν τη μετανάστρια ή τη γυναίκα των εθνοπολιτισμικών μειονοτήτων να ανέχεται τη βία:

- Η ελπίδα να ξαναβρούν την αισθηματική ή ερωτική τους σχέση.
- Τα ταμπού.
- Ο φόβος να απορριφθούν από την παροικία τους.
- Η έλλειψη πληροφοριών για τις υπηρεσίες και τα δικαιώματά τους.
- Η δυσπιστία απέναντι στις αστυνομικές υπηρεσίες και τη δικαιοσύνη.
- Ο φόβος μήπως της πάρουν τα παιδιά ή την εγκαταλείψουν χωρίς πόρους.

Προσπαθήστε να καταλάβετε τα βιώματά της και να σεβαστείτε τις επιλογές της. Είτε έχει εγκαταλείψει είτε όχι τον σύζυγό της, μπορείτε να την οδηγήσετε προς τις ειδικευμένες_Υπηρεσίες που θα την βοηθήσουν να ξεκαθαρίσει την κατάστασή της (συμβουλευτείτε την τελευταία σελίδα αυτού του φυλλαδίου).

Στηρίξτε την

Η απομόνωση των θυμάτων είναι μέρος της συζυγικής βίας και είναι ακόμα πιο σημαντική για τις μετανάστριες ή για τις προερχόμενες από εθνοπολιτισμική μειονότητα μια που έχουν χάσει το κοινωνικό δίκτυο που είχαν στη χώρα της καταγωγής τους και αναγκάστηκαν να μάθουν νέους πολιτισμικούς κώδικες και νέες αξίες. Ορισμένες γυναίκες δεν μιλούν ούτε γαλλικά ούτε αγγλικά και υποφέρουν ιδιαίτερα από απομόνωση. Άλλες πάλι, συναντούν ένα σωρό εμπόδια ψάχνοντας να βρούν εργασία.

Προσφέρετε τη συμπαράστασή σας στο θύμα. Μιλήστε της. Πληροφορήστε την για το δικαίωμά της να απευθυνθεί σε εμπιστευτικές Υπηρεσίες βοήθειας. Εάν ζητήσει να μάθει περισσότερα, δείξτε της αυτό το φυλλάδιο. Και αν το επιθυμεί, συνοδέψτε την στις ενέργειές της.

Πολεμήστε τις προκαταλήψεις και την απομόνωση

Υπάρχουν πολλοί που νομίζουν ότι η μετανάστρια γυναίκα ή εκείνη που προέρχεται από κάποια εθνοπολιτισμική μειονότητα δέχεται τη συζυγική βία λόγω της κουλτούρας της ή της θρησκείας της. Λάθος! Αυτές οι γυναίκες, απλούστατα, συναντούν περισσότερα εμπόδια από τις άλλες κι έτσι έχουν μεγαλύτερη δυσκολία να τα ξεπεράσουν. Πολλές οφείλουν να υπερβούν δυσκολίες που σχετίζονται με το γεγονός ότι ανήκουν σε μια μειονότητα, όπως η περιθωριοποίηση, η διάκριση και ο ρατσισμός. Αυτές οι προκλήσεις τις κάνουν πιο ευάλωτες στη συζυγική βία.

Όσο πιο απομονωμένο είναι το θύμα, τόσο ο σύζυγος μπορεί να την κακοποιεί ανενόχλητος. Φανείτε ανοιχτόμυαλοι και κυρίως, μην την απομακρύνετε από κοντά σας.

Να θυμόσαστε πως η αδιαφορία συντηρεί
τη συζυγική βία…

Αρμόδιες Υπηρεσίες

Παντού στο Κεμπέκ,
Μπορείτε να καλέσετε 7 μέρες την εβδομάδα 24 ώρες το 24 ωρο.

SOS violence conjugale (ΣΟΣ συζυγική βία)

1 800 363-9010 (για κλήσεις εκτός Μοντρεάλ) (VOIX και ATS)

514 873-9010 (για κλήσεις από το Μοντρεάλ) (VOIX και ATS)

Το SOS violence conjugale γνωρίζει όλα τα μέσα που βοηθούν τις μετανάστριες ή τις γυναίκες των εθνοπολιτισμικών μειονοτήτων.

Αυτή η τηλεφωνική υπηρεσία προσφέρεται δωρεάν, είναι απόρρητη, ανώνυμη και ειδικεύεται στη συζυγική βία. Με ένα απλό τηλεφώνημα τα θύματα, οι δικοί τους ή τυχόν μάρτυρες μπορούν **αμέσως** να έχουν πληροφορίες, συμβουλές και χώρο διαμονής.

Υπηρεσία έκτακτης ανάγκης 911

Για άμεση βοήθεια, εάν κινδυνεύετε ή εάν είστε μάρτυρας κάποιας βίαιης κατάστασης.

911 (VOIX) (ATS διαθέσιμο σε ορισμένες περιφέρειες)

310-4141 (στους δήμους όπου το 911 δεν είναι διαθέσιμο)

***4141** (για κλήσεις από κινητό τηλέφωνο)

Info-Santé (Πληροφορίες σχετικές με την υγεία)

Για συμβουλές και για παραπομπές, όπως τα CLSC και τα κέντρα υγείας και κοινωνικών υπηρεσιών (CSSS)

811 (VOIX)

Τα φυλλάδια αυτά είναι διαθέσιμα στην ιστοσελίδα της Γραμματείας της θέσης της γυναίκας / Secrétariat à la condition féminine (SCF) **(www.scf.gouv.qc.ca)** και της Συντονιστικής Επιτροπής για θέματα συζυγικής βίας του Μοντρεάλ / Table de concertation en violence conjugale de Montréal (**www.tcvcm.ca**) σε αρχείο PDF στα γαλλικά, αγγλικά και ισπανικά και σε μορφή Word για τις ίδιες και κάποιες άλλες γλώσσες. Κλικάρετε στη στήλη «Publications» της ιστοσελίδας της SCF.

Παραγωγή: **Secrétariat à la condition féminine**

Σύνταξη: **Table de concertation en violence conjugale de Montréal (Συντονιστική Επιτροπή για θέματα συζυγικής βίας του Μοντρεάλ)** με τη συνεργασία:

- της Ασπίδας της Αθηνάς (www.shieldofathena.com)
- του Maison pour femmes immigrantes de Québec (Σπίτι της μετανάστριας γυναίκας) (www.maisonpourfemmesimmigrantes.com)
- του Association des femmes immigrantes de l'Outaouais (Σύλλογος μεταναστριών γυναικών της περιοχής της Οττάβα) (www.afio.ca)

Québec

Dépôt légal : 2012
Bibliothèque et Archives nationales du Québec
Bibliothèque et Archives Canada
ISBN : 978-2-550-66095-8 (version électronique)
© Gouvernement du Québec, 2012