

Є багато місць, де ви можете отримати безкоштовну допомогу і консультацію, зараз або пізніше, якщо вам знадобиться допомога.

Пологові відділення в регіоні Південна Данія пропонують:

- Безкоштовні консультації з акушерками
- Безкоштовний переклад консультацій для вас через Tolkecenter Syddanmark
- Ви завжди можете запитати у вашої акушерки, якщо ви не знаєте про цю пропозицію або якщо бажаєте отримати допомогу пізніше під час вагітності

Lev Uden Vold (Консультації)
Телефонуйте анонімно, цілодобово за номером **1888**

Дізнайтеся більше на: levudenvold.dk

LOKK кризові центри (перебування в притулку)
У Південному регіоні є кризові центри в:
Есб'єрг, Фредерісія, Сьоннерборг, Хадерслев,
Колдінг, Оденсе, Обенро, Вайле.

Дізнайтеся більше на: www.lokk.dk/krisecentre/krisecentre-medlem-af-lokk/

Центр RED (Консультації та безпечний притулок для конфліктів, пов'язаних з честю)
Телефонуйте цілодобово за номером **70 27 76 66**

Дізнайтеся більше на: red-center.dk

Консультанти з безпеки (Консультації щодо конфліктів, пов'язаних з честю, та соціальним контролем)

Дізнайтеся більше на:

nc-maerk.dk/raadgivningstilbud/sikkerhedskonsulenterne/#accordion-kontakt-din-lokale-sikkerhedskonsulent

«Сестри проти насильства і контролю»
(Консультації щодо соціального контролю)
Відправте сердечко у приватному повідомленні через Messenger або Instagram.

Зв'язок по електронній пошті:

kontakt@soestremodvoldogkontrol.dk

Червоний Хрест (Клініка здоров'я для людей без датського CPR-номера або мережа підтримки для дорослих/дітей після пережитого насильства)

Мережа "Qnet": Зв'язок по електронній пошті:
qnet@rodekors.dk

Дізнайтеся більше на: www.rodekors.dk/vores-arbejde/sundhedsklinikken



STOP
MINO VOLD

Проект "Stop MinoVold"
підтримується Управлінням охорони здоров'я та Управлінням з міжнародного рекрутингу та інтеграції.

SOSTRE
MOD VOLD OG KONTROL


BYDELSMØDRE
Fonden for Socialt Ansvar


Region Syddanmark

SDU 
Syddansk Universitet

Наша підтримка вас під час вашої вагітності

STOP VIOLENCE

Наша підтримка вас під час вашої вагітності

Ми тут, щоб допомогти, якщо ви стикаєтесь із труднощами з вашим партнером, сім'єю або іншими людьми навколо вас.

На прийомі у акушерки:

Ваша акушерка хоче максимально підтримати вас під час вагітності. У рамках регулярного відвідування акушерки, вона буде вас запитувати – як спави вдома, чи відчуваєте ви конфлікти або насильство у стосунках з близькими, тими, хто оточує вас. Про це запитують всіх вагітних жінок – у розмовній формі, або ви заповнюєте анкету. Ми робимо це, тому що це може мати великий вплив на ваше здоров'я і на здоров'я вашої дитини. Ваша акушерка тут, щоб слухати і допомогти вам, а не щоб судити.

Ви не самотні.

Багато жінок в Данії переживають проблеми у стосунках, в сім'ї або з іншими людьми у своєму житті. Дехто живе у стосунках в яких є насильство або серйозні конфлікти. Це може впливати на ваше здоров'я і на розвиток вашої дитини. Наприклад, збільшується ризик передчасних пологів, психічних проблем, низької ваги при народженні. Якщо вам важко, тоді про це важливо поговорити. Ми можемо допомогти вам – як під час вагітності, так і після пологів. Тут ви можете прочитати про те, що таке насильство. Тут також зазначено, де ви можете отримати допомогу і з ким можна поговорити – це абсолютно анонімно.

Що таке насильство?

Насильство – це не лише удари, поштовки та штовхання, які завдають болю, синців та ушкоджень тіла. Насильство може також бути у формі слів, погроз та контролю. Якщо ви зазнаєте насильства – це ніколи не є вашою провиною. Тут ви можете прочитати про різні типи насильства та приклади того, як це може виглядати.

Психологічне насильство

- Це коли вас постійно принижують, знущаються, погрожують, контролюють або ізолюють від інших.
- Якщо вас називають поганою дружиною, нездатною матір'ю або повією. Або якщо вам говорять, що вас ніхто не любить і ви нічого не варті.
- Це також можуть бути погрози щодо втрати ваших дітей, втрати вашого дозволу на проживання (візи), якщо ви не зробите так, як каже інша людина.
- Це також психологічне насильство, якщо вас контролюють і ізолюють, наприклад, вам не дозволяють самостійно вирішувати, що вдягнути і з ким бачитись.
- Психологічне насильство зазвичай важко виявити навіть людині, яка його зазнає.

Сексуальне насильство

- Це коли вас змушують і погрожують зайнятися сексом, навіть якщо ви цього не бажаєте. Пам'ятайте, що ви маєте право сказати «ні» сексу, навіть якщо ви одружені з цією людиною.
- Це також сексуальне насильство, якщо вам кажуть, що ви винні у зраді вашого чоловіка або якщо вам кажуть, що ви повинні займатися сексом кожного разу, коли він цього захоче.

Фізичне насильство

- Це удари, штовхання, поштовхи, ляпаси, спроби задушення, вивання волосся, напад з ножем або іншими предметами.
- Фізичне насильство завдає вам болю і телесних ушкоджень. Також це може впливати на ваш психологічний стан, наприклад, викликати відчуття страху, суму чи тривоги.

Економічне(фінансове) насильство

- Це коли вам не дозволяють користуватись вашим банківським рахунком і ваш партнер вирішує, як витрачаються ваші гроші або дає вам лише кишенькові гроші.
- Це також може бути, якщо ви не маєте доступу до свого власного MitID або інші використовують це без вашого відома та дозволу.
- Це також вважається економічним насильством, якщо інші створюють борги на ваше ім'я.

Негативний соціальний контроль та конфлікти, пов'язані з честю:

- Це відбувається, коли ваш партнер, родина, свекри чи інші навколо вас стежать, обмежують або карають вас за недотримання певних норм і цінностей. Це може також бути сім'я з вашого рідного місця/регіону за кордоном, яка вас обмежує.
- Наприклад, вам можуть не дозволяти самій обирати свій одяг, висловлювати свою сексуальність, вирішувати, з ким ви спілкуєтесь або бачитесь, або чи можете ви працювати та отримувати освіту.
- Це може також означати суворі вимоги щодо вашої поведінки, оскільки ви повинні дбати про репутацію сім'ї. Наприклад, вам може бути заборонено спілкуватися з іншими чоловіками або голосно сміятися на вулиці.
- Це може включати примусове відправлення за кордон проти вашої волі, примушення до шлюбу або утримання в шлюбі, який ви не бажаєте.

Конфлікти, пов'язані з честю, і негативний соціальний контроль можуть виникати в сім'ях, де спільнота та традиційні (патріархальні) цінності є важливими, і де ваші права обмежені для захисту честі та репутації сім'ї.

Ви маєте право на допомогу та захист – навіть якщо ви перебуваєте в Данії через возз'єднання сім'ї. У Данії існують різні закони, для захисту і допомоги жертвам насильства.

У Данії ви маєте право на захист і допомогу у випадку насильства. Ви можете звернутися за допомогою до системи охорони здоров'я або муніципалітету. Вони зобов'язані допомогти вам і вашим дітям. Крім того, ви маєте право на захист у кризовому центрі, якщо зазнаєте насильства або боїтесь свого партнера та/або родини. Ви перебуваєте в Данії через возз'єднання сім'ї і зазнаєте насильства? Тоді ви можете подати заявку на незалежний дозвіл на проживання в Данії (Закон про іноземців §19, розділ 7).

Дізнайтеся більше про законодавство тут:

- levudenvold.dk/viden-om-vold/lovgivning/
- levudenvold.dk/hjaelp-og-radgivning/juridisk-radgivning/juridiske-sporgsmaal-om-vold-i-naere-relationer/opholdsgrundlag/

