

Dhuna në familje

Konsultim dhe mbrojtje për persona të prekur

Ndihmë për personat, që ushtrojnë dhunë

Fëmijët dhe të rinjtë

Dhuna e seksualizuar

Dhuna psikike

Përndjekja

E drejta e qëndrimit

Lidhja e martesës me detyrim dhe rrethprerja e vajzave

Konsultim dhe mbrojtje për persona të prekur

Zyra të ndryshme përkrahin viktimat e dhunës në familje. Shpesh në mënyrë konfidenciale dhe falas dhe në rast nevojë me përkthim. Është e rëndësishme të kërkossh ndihmë!

E rëndësishme të dini

Çdo njeri ka të drejtë për një jetë pa dhunë. Personat e prekur shpesh e kanë të vështirë të kërkojnë ndihmë dhe të bisedojnë rreth kësaj teme. Një person i besueshëm, policia ose një zyrë konsultimi mund të ndihmojnë.

Ku gjej ndihmë?

Policia ndihmon në rrezik dhe kur ka një kërcënim konkret (117).

Gra me ose pa fëmijë gjejnë mbrojtje, konsultim dhe strehim në **strehimoren e grave në Aargau-Solothurn**. Ajo mund të kontaktohet me telefon për 24 orë në ditë (062 823 86 00).

Këtu mund të konsultohen të gjithë personat e prekur (edhe burra):

Konsultim për viktimat në Aargau, 062 835 47 90, www.opferberatung-ag.ch

Konsultimi për viktimat në Aargau këshillon dhe informon persona, që përjetojnë dhunë në familje, edhe të afërmit e tyre. Kjo ndihmë është falas. Bashkë me një profesionist ju mund të planifikoni hapat e mëtejshëm. Bashkëpunëtorët i nënshtrohen obligimit e ruajtjes së sekretit. Kjo do të thotë, që ata nuk kanë leje të informojnë asnjë tjetër për bisedat. As edhe policinë.

Zyra e kontaktit kundër dhunës në familje, 062 550 20 20, www.ahg-aargau.ch

Kjo zyrë kontakton persona të prekur nga dhuna pas një ndërhyrjeje policore dhe ofron konsultim. Edhe persona të prekur pa ndërhyrje policore, të afërm, komshi, eprorë etj. mund t'i drejtohen kësaj zyre. Konsultimi është falas dhe konfidencial.

Tel 143 – Dora e zgjatur, 143 (24 orë), English Hotline 0800 143 000, www.143.ch

Telefon për të gjithë për të çarë hallin. Ndhmon kur të bisedosh rreth problemit!

ZwüscheHalt, 056 552 08 70 (Zürich), www.zwueschehalt.ch

Institucioni ZwüscheHalt në Zürich, Bern dhe Luzern ofron strehim dhe konsultim për burra me ose pa fëmijë, që janë të prekur nga dhuna. Kërkohet një kontribut financiar. Fëmijët kanë të drejtë për një jetë pa dhunë. Ka oferta të posaçme konsultimi për ta. Mund t'i gjeni këtu. www.kinderschutz.ch/angebote/beratungs-und-meldestellen

Më shumë informacione (link, adresa, broshura, fletushka)

dev.hallo-aargau.ch/sq/haeusliche-gewalt/beratung-und-schutz-fur-betroffene

Ndihmë për personat, që ushtrojnë dhunë

Personi që plagos fizikisht ose shpirtërisht, duhet të mbajë përgjegjësinë dhe të kërkojë ndihmë. Nëpër konsultime mund të mësoni të ndryshoni sjelljen.

E rëndësishme të dini

A keni frikë të humbni kontrollin dhe t'i bërtisni personit përballë, ta godisni ose ta kërcënoni? A ndodh nganjëherë që nuk e dini se ku të shkoni me inatin tuaj? Merrni guximin të kërkonit ndihmë për veten. Dhuna është e ndaluar në Zvicër dhe dënohet.

Ku gjej ndihmë?

Program mësimor kundër dhunës në familje (Lernprogramm gegen Häusliche Gewalt), 062 550 20 20, www.ahg-aargau.ch

Në programin mësimor udhëhiqen persona, që ushtrojnë dhunë, të zgjidhin konflikte pa dhunë. Oferta zhvillohet në grup dhe u drejtohet personave nga mosha 18 vjeçare. Në raste të caktuara ekziston mundësia të ndiqni programin edhe veçmas. Në rast nevojë mund të merret një shërbim interpretimi.

Tel 143 – Dora e zgjatur (Die Dargebotene Hand), 143 (24 orë), English Hotline 0800 143 000, www.143.ch

Ai që ka nevojë menjëherë për dike me të cilin mund të bisedojë, mund të kontaktojë Tel 143 – Dora e zgjatur. Në çdo kohë ka dike atje. Edhe gjatë natës. Oferta është anonime.

Dhuna nuk është zgjidhja – asnjëherë.

Më shumë informacione (link, adresa, broshura, fletushka)

dev.hallo-aargau.ch/sq/haeusliche-gewalt/hilfe-fur-gewalt-ausubende-personen

Fëmijët dhe të rinjtë

Fëmijët dhe të rinjtë, që përjetojnë dhunë në shtëpi, kanë nevojë për ndihmë. Ata kanë të drejtë për një jetë pa dhunë.

E rëndësishme të dini

Kur fëmijët dhe të rinjtë përjetojnë dhunë në familje, kjo ndikon negativisht në zhvillimin e tyre. Edhe atëherë, kur dhuna nuk u drejtohet drejtpërsëdrejti fëmijëve dhe të rinjve. Disa vuajnë në heshtje, të tjerët shfaqin simptoma të ndryshme. Për shembull: probleme në shkollë, lagia e krevatit, dhimbje koke, çrregullime gjumi ose ushqyerjeje, probleme në raport me bashkëmoshatarët ose agresivitet.

Fëmijët dhe të rinjtë ku gjejnë ndihmë?

Për fëmijët dhe të rinjtë, që përjetojnë dhunë në shtëpi, ka rëndësi, që ata të bisedojnë me një person jashtë familjes për këtë temë. Për shembull: mësues, punonjës social, kujdestarë nxënësish, prindër të shokëve dhe shoqeve ose komshinjtë.

Zyrat vijuese konsultojnë fëmijë, të rinj dhe personat e tyre të kontaktit:

- **Skuadra profesionale e shërbimit psikologjik të shkollës kundër dhunës në familje**, 062 835 41 19, www.ag.ch/schulpsychologie
- **Grupet mbrojtëse për fëmijët të të dy spitaleve kantonale**, Aarau: 062 838 56 16, Baden 056 486 37 05
- **ask! – Shërbimi psikologjik për të rinjtë (nga moshë 16 vjeçare)**, Aarau dhe Baden, 062 832 64 40 ose onlajn, www.beratungsdienste.ch/jpd
- **Zyrat konsultuese për të rinjtë, për martesën dhe familjen**, lista me zyrat sipas qarqeve nën www.jefb.ch
- **Pro Juventute**, 147 (24h), www.147.ch
Tek Pro Juventute mund të telefononi 24 orë në ditë. Profesionisti nuk i tregon askujt për bisedën. Ai ju dëgjon dhe ju përkrah gjatë kërkimit të zgjidhjeve. Telefonata tek Pro Juventute është falas. Nuk duhet të jepet emri. Pro Juventute mund të kontaktohet edhe me SMS, Chat ose e-mail.

Më shumë informacione (link, adresa, broshura, fletushka)

dev.hallo-aargau.ch/sq/haeusliche-gewalt/kinder-und-jugendliche

Dhuna e seksualizuar

Dhuna e seksualizuar ekziston kudo: në jetën publike, në vendin e punës, në internet, por edhe në raport me partnerin dhe në familje. Pas një përdhunimi është e rëndësishme të bëhet një ekzaminim mjekësor, edhe nëse personi i cenuar nuk dëshiron të bëjë një kallëzim tek policia.

Çfarë është dhuna e seksualizuar?

Dhuna e seksualizuar nënkupton veprime seksuale, për cilat dikush shtyhet ose detyrohet. Disa shembuj janë: ngacmim seksual ose cenime seksuale, shtrëngim seksual, keqtrajtime seksuale në fëmijëri, shfrytëzim seksual ose përdhunim. Dhuna e seksualizuar ndodh edhe në internet. Për shembull, kur incizime intime me video ose foto të partneres ose partnerit shpërndahen pa miratimin e saj/e tij në mediat sociale. Dhuna e seksualizuar ndodh në të gjitha shtresat e shoqërisë dhe në të gjitha grupmoshat dhe mund të cenojë **gjithsecilin**. Dhuna e seksualizuar është e ndaluar në Zvicër dhe dënohet.

E rëndësishme të dini

Shumica e krimeve seksuale nuk kryhen nga persona të panjohur, por nga partnerët dhe partneret, ish-partnerët dhe ish-partnerët, të afërmit dhe kolegët dhe koleget. Personave të prekur shpesh u vjen turp dhe ata vuajnë nga ndjenjat e fajësisë. Nevojitet guxim të kërkon ndihmë. Sado pas një përdhunimi ka rëndësi, të bëni një ekzaminim mjekësor. Një kallëzim penal tek policia mund të bëhet edhe dikur më vonë.

Ku gjej ndihmë?

Kur ju ose një person, që e njihni, keni përjetuar dhunë të seksualizuar:

Ekzaminim mjekësor

Shkoni në ekzaminim mjekësor mundësisht **brenda 72 orëve**.

Klinika e gjinekologjisë Spitali kantonar Aarau +41 62 838 50 74, godina nr. 8,
Tellstrasse 25, Aarau

Qendra e emergjencave Spitali kantonar Aarau +41 62 838 41 41, godina nr. 1,
Tellstrasse 25, Aarau

Klinika e pediatriës Spitali kantonar Aarau +41 62 838 49 41, godina nr. 9, Tellstrasse
25, Aarau

Sigurimi i provave

- Nëse nuk mund të shkoni drejtpërsëdrejti në ordinancën e një mjeku të familjes ose në një spital, ruani prova si p.sh. rrobat në një thes letre.
- Komunikime Chat dhe mesazhe SMS mund të shërbejnë gjithashtu si prova. Siguroni këto të dhëna.

Përkrahje shtesë

- Zyra e konsultimit të viktimave në Aargau ofron ndihmë ligjore dhe psikologjike.
- Ajo informon edhe rreth avantazheve dhe disavantazheve të një kallëzimi penal.
- Kostot për trajtimet parandaluese merren përsipër nga institucioni Ndhma për Viktimat pavarësisht nga fakti, nëse bëni një kallëzim penal apo jo.
- **Kontakti:** Zyra e konsultimit të viktimave në Aargau, 062 835 47 90 ose Chat, www.opferberatung-ag.ch

Më shumë informacione (link, adresa, broshura, fletushka)

dev.hallo-aargau.ch/sq/haeusliche-gewalt/sexualisierte-gewalt

Dhuna psikike

Dhuna psikike shpesh fillon shumë ngadalë. Në shumicën e rasteve, të prekurit dhe mjedisi i tyre shpesh nuk e kuptojnë dhunën psikike për një kohë të gjatë.

Çfarë është dhuna psikike?

Dhuna psikike mund të jetë një formë e dhunës në familje. Ajo përfshin veprime të dhunshme si fyerje, poshtërime, shantazhe, krijimi i ndjenjave të fajësisë, bërtitje, kërcënime për vrasje, përndjekje, shpërfillje të fëmijëve ose të moshuarve, sjellje xhelozie ose terror psikik. Edhe shkatërrimi i sendeve ose torturimi i kafshëve shtëpiake hyn në këtë kategori.

Në dhunën psikike bëjnë pjesë edhe forma sociale dhe ekonomike. Ushtrimi i pushtetit dhe kontrollit luajnë një rol të rëndësishëm në këtë temë.

- Dhuna sociale: Ndalohet për shembull një person, të takohet me anëtarë të familjes ose me shokë dhe shoqe. Ose personi kontrollohet, kur ai takohet me kolegët dhe kolegët e punës.
- Dhuna ekonomike: Ndalohet një person të punojë ose ajo detyrohet për punë. Kontrollohen, kufizohen ose hiqen financat e saj ose ajo shfrytëzohet financiarisht.

E rëndësishme të dini

Dhuna psikike ndodh në të gjitha shtresat e shoqërisë. Në krahasim me dhunën fizike, ajo është më e vështirë të kapet. Sado edhe dhuna psikike është e ndaluar në Zvicër dhe dënohet.

Dhuna psikike shpesh është më subtile dhe nga jashtë duket më pak se dhuna fizike, por mund të ketë pasoja po aq të rënda dhe të rrezikshme për jetën. Të prekurit vuajnë nga një ndjenje e ulur e vlerës së vetes, nga çrregullime gjumi dhe ushqyerje, vështirësi përqendrimi dhe performance, ndjenje ankthi ose depresione. Prandaj ka rëndësi të kërkonit ndihmë sa më herët.

Ku gjej ndihmë?

Në raste rreziku ose kërcënimesh konkrete ndihmon policia (117).
Konsultim falas dhe përkrahje ofrohen nga këto zyra:

- **Zyra e kontaktit kundër dhunës në familje (Anlaufstelle gegen Häusliche Gewalt)**, 062 550 20 20, www.ahg-aargau.ch
- **Konsultimi i viktimave në Aargau (Opferberatung Aargau)**, 062 835 47 90 ose Chat, www.opferberatung-ag.ch
- **Tel 143** – Dora e zgjatur (Die Dargebotene Hand) (24 orë), 143, www.143.ch, English-Hotline 0800 143 000
- **Strehimorja e grave në Aargau-Solothurn (Frauenhaus Aargau-Solothurn)**, 062 823 86 00 (24h-Helpline), www.frauenhaus-ag-so.ch
- **ZwüscheHalt**, 056 552 08 70 (Zürich), www.zwueschehalt.ch (Strehimore për burra me ose pa fëmijë. Kërkohej një kontribut financiar.)

Më shumë informacione (link, adresa, broshura, fletushka)

dev.hallo-aargau.ch/sq/haeusliche-gewalt/psychische-gewalt

Përndjekja

Përndjekja është një formë dhune dhe mjaft rënduese. Është e rëndësishme të flisni për këtë problem dhe të merrni këshillime. Kërkoni ndihmë mundësisht sa më parë!

Çfarë do të thotë përndjekja?

Në një raport si çift, përndjekja ndodh shpesh gjatë ose pas një ndarjeje. Sado, përndjekëset dhe përndjekësit mund të vijnë edhe nga ambienti përreth, si për shembull nga rrethi i shoqërisë dhe i personave të njohur, nga komshinjtë ose nga puna.

Përndjekja ka shumë fytyra. Disa shembuj: pritja e vazhdueshme, vëzhgim dhe ndjekja në vendin e banimit ose të punës, kontaktim i përsëritur në çdo kohë të ditës dhe të natës, dërgimi i padëshiruar i dhuratave, hyrja me forcë në banesë për të spiunuar. Përndjekja ndodh shpesh onlajn. Personat përndjekës shfrytëzojnë për këtë veprim Instagram, TikTok, Snapchat, e-mail, sisteme GPS etj.

Kush është i prekur?

Përndjekja ndodh në të gjitha shtresat e shoqërisë dhe mund të prekë **gjithsecilin**. Në një lidhje si çift, përndjekja ndodh shpesh gjatë një ndarjeje. Shumë persona të prekur janë të cenuar fort në rutinën e tyre të përditshme dhe vuajnë nga stresi i vazhdueshëm.

E rëndësishme të dini

Përndjekja është e ndaluar në Zvicër dhe dënohet.

Në vijim ka disa **rekomandime për persona të prekur**:

- Caktoni herët dhe me vendosmëri kufij në kontakte të padëshiruara ose në ndjekje.
- Thoni personit përndjekës qartazi dhe pa ekuivok, që nuk dëshironi kontakt.
- Në asnjë mënyrë mos u përgjigjeni përpjekjeve të tjera për kontaktim.
- Shënoni datën dhe orën e të gjitha rasteve të përndjekjes.
- Ruani dhurata dhe fotografi.
- Beni fotografi ekrani nga mesazhet.
- Informoni shoqet dhe shokët, komshinjtë ose punëdhënësit dhe punëdhënëset.

Ku gjej ndihmë?

Në raste rreziku ose kërcënimesh konkrete ndihmon policia (117).
Konsultim falas dhe përkrahje ofrohen nga këto zyra:

- **Konsultimi i viktimave në Aargau**, 062 835 47 90, www.opferberatung-ag.ch
- **Zyra e kontaktit kundër dhunës në familje**, 062 550 20 20, www.ahg-aargau.ch

Mbrojtje dhe strehim:

- Gra me ose pa fëmijë gjejnë mbrojtje, konsultim dhe strehim në **strehimoren e grave në Aargau-Solothurn**. Mund të telefonohet 24 orë në ditë (062 823 86 00).
- **ZwüscheHalt**, 056 552 08 70 (Zürich), www.zwueschehalt.ch
ZwüscheHalt në Zürich, Bern dhe Luzern ofron strehim dhe konsultim për burra me ose pa fëmijë, që janë të prekur nga dhuna. Kërkohet një kontribut financiar.

Më shumë informacione (link, adresa, broshura, fletushka)

dev.hallo-aargau.ch/sq/haeusliche-gewalt/stalking

E drejta e qëndrimit

Personat e prekur nga dhuna në familje shpesh kanë frikë të humbasin të drejtën e tyre të qëndrimit gjatë një ndarjeje. Është e rëndësishme të informoheni në një zyrë konsultimi. Një konsultim nuk vë në rrezik të drejtën tuaj të qëndrimit!

E rëndësishme të dini

Kur keni marrë të drejtën tuaj të qëndrimit me anë të lidhjes së martesës në Zvicër (tërheqja e familjes) dhe pësoni dhunë në familje, në varësi të situatës mund të qëndroni në Zvicër edhe pas një ndarjeje.

Një qëndrim i përkohshëm jashtë banesës martesore (p.sh. në një strehimore grash ose në banesën e miqve) nuk çon në humbjen e lejes së qëndrimit. Nga që situata ligjore në një ndarje është komplekse dhe çdo situatë është e veçantë, një konsultim ju ndihmon më tej.

Lidhur me këtë temë është e rëndësishme, që të ketë prova për rastet e dhunës. Në ju rekomandojmë:

- Bëni fotografi të plagosjeve, foto ekrani nga kërcënimet ose fyerjet, të cilat i keni marrë në WhatsApp, Facebook etj.
- Ruajini provat në një vend të sigurt. Për shembull tek një shoqe ose në vendin e punës.
- Informoni disa persona, që keni afër, rreth dhunës, p.sh. një person nga rrethi i miqve, nga puna, nga lagja ose nga shkolla.

Ku gjej ndihmë?

Kur keni pyetje për të drejtën e qëndrimit pas një ndarjeje, ju mund të konsultoheni këtu:

Konsultim për viktimat në Aargau, 062 835 47 90 ose Chat,
www.opferberatung-ag.ch

Një profesionist shpjegon situatën aktuale ligjore dhe ju përkrah në hapat tuaj të mëtejshëm. Konsultimi është falas dhe konfident. I mundur me përkthim.

Më shumë informacione (link, adresa, broshura, fletushka)

dev.hallo-aargau.ch/sq/haeusliche-gewalt/aufenthaltsrecht

Lidhja e martesës me detyrim dhe rrethprerja e vajzave

Lidhja e martesës me detyrim dhe rrethprerja e vajzave janë të ndaluar në Zvicër. Përveç zyrave profesionale të specializuara, edhe zyrat e konsultimit të viktimave ofrojnë mbështetje.

Çfarë është lidhja e martesës me detyrim?

Nëse një person martohet nën presionin e familjes dhe kundër dëshirës së vet, atëherë kjo quhet lidhje martese me detyrim. Nëse personi qëndron në një martesë kundër vullnetit të tij, atëherë kjo quhet martesë e detyruar.

Shembuj për detyrime janë: kërcënim (për vrasje), shantazh, presion psikik ose dhunë fizike.

Veç grave mund të detyrohen edhe burra për lidhjen e një martese. Viktimat e lidhjeve të martesave me detyrim shpesh janë më të vegjël se 18 vjeçe.

E rëndësishme të dini

Lidhje martesash me detyrim dhe martesa të detyruara janë të ndaluara në Zvicër dhe dënohen.

Personat e prekur nga një lidhje e martesës me detyrim janë në një situatë ekstreme të presionit psikik. Për ta ndihma profesionale shpesh mundëson mbijetesën.

Ku gjej ndihmë?

Këto zyra këshillojnë persona të prekur dhe specialistë konfidencialisht dhe falas:

- **Konsultim për viktimë në Aargau**, 062 835 47 90, www.opferberatung-ag.ch
- **Zyra kombëtare e specializuar për lidhjen e martesave me detyrim**, Helpline 0800 800 007, www.zwangsheirat.ch

Çfarë është rrethprerja e vajzave?

Gjat rrethprerjes së vajzave, organet gjenitale të femrës rrethpriten. Ka forma dhe praktika të ndryshme. Shumë vajza dhe gra të rrethprera vuajnë fizikisht dhe shpirtërisht nga pasojat e rrethprerjes.

E rëndësishme të dini

Rrethprerja e vajzave është e ndaluar në Zvicër dhe dënohet. Prindërit mund të ndiqen edhe atëherë penalisht, kur ata organizojnë rrethprerjen e fëmijës së tyre jashtë Zvicrës.

Ku gjej ndihmë?

Zyrat e mëposhtme këshillojnë dhe përkrahin persona të prekur dhe profesionistë:

- **Zyra profesionale Shëndeti seksual në Aargau**, 062 822 55 22, www.seges.ch
Zyra profesionale në Aarau këshillon persona të prekur dhe profesionistë falas dhe konfidencialisht.
- **Klinika e grave në spitalin kantonial në Aarau**, 062 838 50 63 oder Tel. 062 838 50 70, www.ksa.ch
Konsultim, kontroll gjinekologjik, defibulacion në shtatzëni. Në rast nevojë organizohet një shërbim interpretimi.
- **Caritas Schweiz**, 041 419 23 55, www.caritas.ch
Caritas Schweiz këshillon familjet e prekur falas dhe konfidencialisht.
- **Konsultim i viktimave në Aargau**, 062 835 47 90, www.opferberatung-ag.ch
Edhe Konsultimi i viktimave në Aargau mund të japë mbështetje.

Më shumë informacione (link, adresa, broshura, fletushka)

dev.hallo-aargau.ch/sq/haeusliche-gewalt/zwangsheirat-und-madchenbeschneidung