

## Her kadının korunmaya ve yardıma hakkı vardır

### Güvenlik önerileri:

Kendinizi tehlikede hissediyorsanız, mümkünse güvenli bir yer arayın kendinize ve hemen Polisi arayınız.

**Evin içerisinde:** Hangi oda bana koruma sağlayabiliyor ve kapısı kilitlenebiliyor? Orada cep telefonum çalışıyor mu? Acil çağrı merkezi ve kadın sığınma evi gibi önemli numaraları içerisine kayıt etmişimiyim?



**Şiddet suçlularını şikâyet ederek kendinizi ve başkalarını koruyun.**

**Yolda:** Taksi tarafından eve götürüldüyseniz, siz giriş kapısını açana kadar sizi beklemesini rica ediniz. Işıklı yerlerde park ediniz. Cep telefonunuzu ulaşabileceğiniz şekilde yakınınızda bulundurunuz.



**Bütün var gücünüzle, her şeyinizle karşı koyunuz:** bağırarak, vurarak, ısırarak, tırnağınızı geçirerek, tekme atarak. Bu şekilde yabancı suçluların çoğunluğu kaçış yolunu seçmektedir. Şiddetin izlerini koruyunuz. (Örn: Kıyafet)



[www.fgz-kaernten.at](http://www.fgz-kaernten.at)

**FGZ**  
Kärnten  
Frauengesundheitszentrum

**Kärnten Kadın Sağlık Merkezi** olarak, uzun süreli danışmanlık hizmeti aradığınızda sizi destekler ve sağlığınıza güçlendirmek konusunda size yardım ederiz.

**Adres:**  
Völkendorfer Straße 23  
9500 Villach

**Açılış saatleri:**  
Pzt., Salı, Prş., Cuma: 9.00 - 13.00  
Çarşamba: 15.00 - 18.30

## Şiddet tek bir kişinin kaderi değildir!

Şiddet, yaşı ne olursa olsun, görünümü ve davranışları nasıl olursa olsun her kadının başına gelebilir. Şiddete maruz kalan kadınlar her sosyal tabakadan bulunmaktadır ve kendilerinin suçu değildir! Örneğin Avusturya'da her 5 kadından biri eşi tarafından istismara uğramaktadır. Kendinizi tehdit altında hissediyorsanız veya bir şiddet olayı yaşamışsanız bile yardım alınız.

**Her kadın korunma ve güvenlik için gerekli yardım ve destek hakkına sahiptir!**



## Şiddet gerisinde izler bırakır!

Şiddet kadınlar için en büyük sağlık risklerinden biridir. Şiddet sadece vücuttaki yaralanmalara yol açmaz.

Psikolojik ve fiziksel sonuçlar ve hastalıklara bununla birlikte uzun yıllar sağlığını etkileyebilecek sonuçlara neden olabilir. Ayrıca, panik atak gibi şikayet ve hastalıklar oluşabilir, cinsel yolla bulaşan hastalıklar, kulak zarı yaralanması, kronik yumurtalık iltihabı, kendini yaralama davranışı, alkol ve ilaç bağımlılığı, istenmeyen gebelik, idrar yolu enfeksiyonları... da şiddete maruz kalmanın göstergesi olabilir.

## Kadınlara karşı şiddetin birçok yüzü vardır!

- **Vücudumuza ve bize ağrı ve zarar veren eylemler:** dayak, tekme, saç çekme...
- **Bizi korkutan eylemler:** tehdit etme, şantaj yapma, aşağılama, takip etme...
- **İstenmeyen dokunmalar:** okşama, öpme, tecavüz etme, cinsel istismar...
- **Ekonomik ve maddi zorunluluklar:** çalışma yasağı, zoraki çalıştırılma, kendine ait parayı verme...
- **Sosyal izolasyon:** kilitlemek, kontrol etmek, konuşma yasağı...
- **Bizi dışlayan, dezavantaj sağlayan ve tehdit eden toplumsal yapılar...**

## Yardım ve Destek:

Polis telefon: **133**

Acil servis: **112**

Polis SMS: **0800 - 133 133** (işitme engelliler için acil numara)

Kärnten Şiddete Karşı Koruma Merkezi: **0463 - 590 290**

Şiddete karşı kadın yardım hattı: **0800 - 222 555**

Kadın evi Villach: **04242 - 31 0 31**

Kadın evi Klagenfurt: **0463 - 44 9 66**

Oberkärntner Kadın evi: **04762 - 613 86**

Kadın evi Lavanttal: **04352 - 369 29**



**Kärntendeki bütün kadın evlerinde anonim ve bedava bilgi edinebilirsiniz!**