הרשות הלאומית לביטחון קהילתי
עיריית אור עקיבא
האגף לשירותים חברתיים אור עקיבא

נורות אדומות באלימות בזוגיות



לא תמיד זה מתחיל במכה.

אלימות בזוגיות יכולה להתחיל בדברים קטנים,
שנראים לכאורה כמו שליטה, קנאה או דאגה...

שליטה
רוצה תמיד לדעת איפה את.ה, עם מי,
מה את.ה עושה ומה את.ה לובש.ת

קנאה
מתעניין.ת, בודק.ת, מתקשר.ת שוב
ושוב לא סומך.ת

השפלה
מקטין/ה אותך, מבזה אותך או גורם/ת לך
להרגיש חסר/ת ערך - לבד או מול אחרים.

איומים
מאיֵם.ת עליך, על הקרובים אליך
או על עצמו.ה.

אלימות פיזית
דחיפות, מכות, משיכות, פגיעה -
גם אם זה 'קורה רק לפעמים'.

מזוהים סימנים?
אל תתעלמו.

יש תמיכה. יש עזרה. יש דרך החוצה.
אלימות בזוגיות היא לא גזירת גורל.

אתם לא לבד! לסיוע חייגו!

073-2170463
Enav_b@oraqiva.muni.il
היחידה לשלום המשפחה
עיריית אור עקיבא

100 משטרה
במצב חירום מיידי
פנו למשטרה

2106* מוקד עירייה

118
מוקד מידע וסיוע
פעיל 24 שעות

עיריית אור עקיבא

הרשות הלאומית לביטחון קהילתי

זוגיות טובה

לא אמורה לגרום לך לפחד.

לפעמים קשה לזהות מתי משהו בזוגיות כבר לא מרגיש נכון.

זה לא חייב להיות צעקות או אלימות פיזית.



שימי לב אם יש:

- קנאה ושליטה במי שאת פוגשת
- בדיקה של הטלפון, ההודעות או המיקום שלך
- לחץ לשלוח תמונות או לעשות דברים שלא נעים לך
- הקטנות, השפלות או ביקורת מתמדת
- ניסיון להרחיק אותך מחברות או מהמשפחה
- איומים, הפחדות או גרימת תחושת אשמה
- תחושה שאת צריכה "להיזהר" כדי לא להרגיז אותו

קשר בריא נותן מקום להיות מי שאת.
אהבה לא אמורה לקחת לך את החופש.

יש לך שאלה?
משהו מרגיש לך לא נכון?

סרקי את הקוד וקבלי מידע, כלים ועזרה.

i-risk.co.il

118
מוקד מידע וסיוע
פעיל 24 שעות