

Συμβουλευτικό Κέντρο Αλεξανδρούπολης**Ανοιχτό: Δευτέρα έως Παρασκευή 07:00 – 15:00**Διεύθυνση: Καρτάλη 2 (θέση ΚΑΠΗ Β), 1ος όροφος,
Τ.Κ. 681 00 Αλεξανδρούπολη
Τηλ: 2551025629, E-mail: isotita@alexpolis.gr**Συμβουλευτικό Κέντρο Βέροιας****Ανοιχτό: Δευτέρα έως Παρασκευή 08:00 – 16:00**Διεύθυνση: Καπετάν Άγρα 3Α, Βέροια, Τ.Κ. 591 31
Τηλ.: 23310 65304, Φαξ: 23310 64530
E-mail: isotita@veria.gr**Συμβουλευτικό Κέντρο Θεσσαλονίκης****Ανοιχτό: Δευτέρα έως Παρασκευή 09:00 – 17:00**Διεύθυνση: Αλεξανδρουπόλεως 10
(Δυτική Είσοδος/City gate), 546 27, Θεσσαλονίκης
Τηλ.: 2310 528984 & 528988, Φαξ: 2310528980
E-mail: thessaloniki@isotita.gr**Συμβουλευτικό Κέντρο Καβάλας****Ανοιχτό: Δευτέρα έως Παρασκευή 07:00 – 15:00**Διεύθυνση: Κων. Παλαιολόγου 9, Καβάλα, Τ.Κ. 654 03
Τηλ.: 2510 451390, 2510 451394, 2510 451365, 2510 451385
Φαξ: 2510 451397
E-mail: womensaid@dkavalas.gr**Συμβουλευτικό Κέντρο Καστοριάς****Ανοιχτό: Δευτέρα έως Παρασκευή 07:30 – 15:30**Διεύθυνση: Νέες Εργατικές Κατοικίες Καστοριάς, Τ.Κ. 521 00
Τηλ./Φαξ: 24670 22122
E-mail: counsellingwomenkastoria@gmail.com**Συμβουλευτικό Κέντρο Κατερίνης****Ανοιχτό: Δευτέρα έως Παρασκευή 07:00 – 16:00**Διεύθυνση: Αυγουστίνου 21, Τ.Κ. 601 00
Τηλ./Φαξ: 23510 36678
E-mail: womenaid@katerini.gr**Συμβουλευτικό Κέντρο Κοζάνης****Ανοιχτό: Δευτέρα έως Παρασκευή 08:00 – 16:00**Διεύθυνση: Ι. Μακρυγιάννη 22, Τ.Κ. 501 00 Κοζάνη
Τηλ.: 24610 49672, Φαξ: 24610 49673
E-mail: kozani@isotita.gr**Συμβουλευτικό Κέντρο Κομοτηνής****Ανοιχτό: Δευτέρα έως Παρασκευή 08:00 – 16:00**Διεύθυνση: Κων. Παλαιολόγου 8, (δημοτική αγορά νούμερο 8),
Τ.Κ. 691 32, Κομοτηνή
Τηλ.: 25310 33290, Φαξ: 2531033370
E-mail: komotini@isotita.gr**Συμβουλευτικό Κέντρο Σερρών****Ανοιχτό: Δευτέρα έως Παρασκευή 07:30 – 17:00**Διεύθυνση: Ίωνος Δραγούμη 10, Τ.Κ. 621 22
Τηλ.: 23210 22253, Φαξ: 23210 22268
E-mail: womenaid@serres.gr**Συμβουλευτικό Κέντρο Φλώρινας****Ανοιχτό: Δευτέρα έως Παρασκευή 07:00 – 15:00**Διεύθυνση: Στεφάνου Δραγούμη 4,
(είσοδος μέσα στη στοά Τέγου, 2ος όροφος)
Τηλ.: 23850 24081, F: 23850 24083
E-mail: symv.kentro.flo@gmail.com

Το φυλλάδιο αυτό εκδόθηκε με την υποστήριξη της Ύπατης Αρμοστείας του ΟΗΕ για τους Πρόσφυγες στο πλαίσιο της συνεργασίας της με τη Γενική Γραμματεία Ισότητας των Φύλων.

Δεν είσαι μόνη Δεν είσαι η μόνη

Μπορείς
να λάβεις
βοήθεια



Είσαι γυναίκα και έχεις δεχτεί απειλές βίας, εκφοβισμό, ταπείνωση, προσβολές ή σε έχουν εξαναγκάσει σε απομόνωση; Σε έχουν χτυπήσει;

Προσπάθησε κανείς να σε αναγκάσει να προβείς σε σεξουαλική επαφή ή σε άλλες σεξουαλικές πράξεις; Σε εξαναγκάζουν (ή σε έχουν εξαναγκάσει) να παντρευτείς κάποιον;

Είσαι γυναίκα και αισθάνεσαι ότι κινδυνεύεις να υποστείς οποιαδήποτε μορφή βίας;

Είσαι μητέρα με παιδιά και αισθάνεσαι ότι κινδυνεύεις να υποστείς οποιαδήποτε μορφή βίας;

Σε περίπτωση που αντιμετωπίζεις οποιαδήποτε από αυτές τις καταστάσεις, μπορείς να ζητήσεις βοήθεια και προστασία.

Η Γενική Γραμματεία Ισότητας Φύλων, ο αρμόδιος κρατικός φορέας για την πρόληψη και την καταπολέμηση της βίας κατά των γυναικών, έχει ένα δίκτυο δομών που μπορεί να σου παρέχει βοήθεια: μπορείς να απευθυνθείς σε ένα Συμβουλευτικό Κέντρο, όπου θα σε ακούσουν και θα σου παρέχουν στήριξη, καθώς και πληροφορίες σχετικά με το πώς να ξεπεράσεις την κατάσταση αυτή. Επίσης, είναι δυνατό να παραπεμφθείς σε έναν ασφαλή Ξενώνα με τα παιδιά σου ^[1], όπου θα σου παρέχουν κατάλυμα, φαγητό και στήριξη.



Επομένως, μπορείς να έρθεις σε επαφή με τον υπεύθυνο της δομής προσωρινής υποδοχής, όπου διαμένεις, ή με την Υ.Α. του ΟΗΕ για τους Πρόσφυγες ή με μια Μη Κυβερνητική Οργάνωση που δραστηριοποιείται στη δομή που διαμένεις ή με προσωπικό του φορέα που σου παρέχει στέγαση σε διαμέρισμα, και αυτοί θα σου παρέχουν περισσότερες πληροφορίες σχετικά με το πώς να έχεις πρόσβαση σε βοήθεια. **Μπορείς, επίσης, να καλέσεις στην τηλεφωνική γραμμή 15900 (σε ελληνικά ή αγγλικά).**

^[1] Κορίτσια νεότερα από 18 ετών και αγόρια νεότερα από 12 ετών.

Οποιαδήποτε πληροφορία μοιραστείς μαζί τους, θα παραμείνει εμπιστευτική και δεν θα τη γνωστοποιήσουν σε κανέναν άλλο, χωρίς την άδεια σου.

Επιπλέον, ανάλογα με τις ανάγκες και τις επιθυμίες σου, μπορεί να σε παραπέμψουν σε νοσοκομείο για την παροχή κατάλληλης ιατρικής βοήθειας ή και ιατρική εξέταση, σε περίπτωση που επιθυμείς να καταγγείλεις το περιστατικό.

Τι θα συμβεί στη συνέχεια:

Το προσωπικό του Συμβουλευτικού Κέντρου:

- Θα σε ακούσει,
- Θα σου παρέχει υποστήριξη και συμβουλές,
- Θα σε παραπέμψει σε κατάλληλες υπηρεσίες, ανάλογα με τις ανάγκες σου,
- Σε περίπτωση που επιλέξεις να παραπεμφθείς σε Ξενώνα, η οικονομική βοήθεια που τυχόν ελάμβανες πριν την παραπομπή σου σε Ξενώνα, δεν θα διακοπεί. Αν είσαι κάτω από 18 ετών, το Εθνικό Κέντρο Κοινωνικής Αλληλεγγύης (ΕΚΚΑ) μπορεί να σου παρέχει βοήθεια. **Μπορείς, επίσης, να καλέσεις στην τηλεφωνική γραμμή 1107 (σε ελληνικά ή αγγλικά).**

Ειδικότερα, αν πρόκειται για περιστατικό βιασμού:

- Απευθύνσου το συντομότερο δυνατό στο πλησιέστερο νοσοκομείο,
- Προσπάθησε να μην πλυθείς πριν την εξέταση σε νοσοκομείο,
- Διατήρησε τα ρούχα που φορούσες και μην τα πλύνεις, σε περίπτωση που επιθυμείς να καταγγείλεις το περιστατικό στην αστυνομία, καθώς μπορεί να υπάρχουν στοιχεία τα οποία θα είναι χρήσιμα στο πλαίσιο της έρευνας.

Όλες οι υπηρεσίες είναι δωρεάν.