



**UNHCR**  
The UN Refugee Agency

# Τι πρέπει, Τι δεν πρέπει να κάνετε & Τι να λέτε σε άτομα επιζώντα έμφυλης βίας

Έμφυλη βία θεωρείται κάθε επιβλαβής πράξη **εναντίον ενός ατόμου που βασίζεται στις κοινωνικές διαφορές μεταξύ ανδρών και γυναικών**. Περιλαμβάνει πράξεις που προκαλούν σωματική, σεξουαλική ή ψυχική βλάβη ή πόνο, απειλές, βία και άλλους περιορισμούς της ελευθερίας. Οι πράξεις αυτές μπορεί να συμβαίνουν δημόσια ή ιδιωτικά. Η έμφυλη βία μπορεί να πλήττει άνδρες, γυναίκες ή παιδιά, αλλά κυρίως πλήττει τις γυναίκες και τα κορίτσια σε όλες τις κοινωνίες.



Η έμφυλη βία μπορεί να επηρεάσει **την υγεία, την ψυχική υγεία, την ασφάλεια ή την κοινωνικο-οικονομική κατάσταση του επιζώντος ατόμου**, το οποίο μπορεί να απευθυνθεί στις σχετικές υπηρεσίες υποστήριξης.

**\*\*Η βία δεν είναι ποτέ σφάλμα του ατόμου που τη βιώνει και όλα τα άτομα πρέπει να αντιμετωπίζονται και να υποστηρίζονται με σεβασμό.\*\***

#### ● ΠΡΕΠΕΙ ΝΑ:

- ✓ **Γνωρίζετε τις διαθέσιμες υπηρεσίες** στην περιοχή σας και μοιράζεστε ακριβείς πληροφορίες.
- ✓ **Ακούστε** και ρωτήστε για τις ανάγκες και τις απειλές.
- ✓ **Ρωτήστε** αν υπάρχει κάποιο έμπιστο άτομο που θα μπορούσε να σας υποστηρίξει.
- ✓ **ΖΗΤΗΣΤΕ άδεια** αν επικοινωνήσετε με κάποιο άτομο εκ μέρους του επιζώντος ατόμου (π.χ. αστυνομία ή οργάνωση), εκτός αν πρόκειται για κατάσταση απειλητική για τη ζωή.
- ✓ **Σέβεστε** το δικαίωμα του ατόμου να λαμβάνει τις δικές του αποφάσεις, αλλά λάβετε υπόψη ότι τα παιδιά μπορεί να μην είναι σε θέση να λάβουν τις δικές τους αποφάσεις.
- ✓ **Να χειρίζεστε** κάθε πληροφορία που μοιράζεστε **ως απόρρητη**.
- ✓ **Μιλήστε με υποστηρικτικό τρόπο** και διαβεβαιώστε το επιζών άτομο ότι **η βία δεν είναι ποτέ δικό του λάθος**.

#### ● ΠΡΕΠΕΙ ΝΑ ΜΗΝ:

- ✗ **Παρέχετε ψευδείς πληροφορίες ή δίνετε ψευδείς υποσχέσεις.**
- ✗ **Δίνετε τις δικές σας συμβουλές, κάνετε συγκρίσεις με άλλα άτομα και υποθέτετε** ότι ξέρετε τι είναι καλύτερο.
- ✗ **Προσπαθήστε να μεσολαβήσετε, να πάρετε θέση ή να βρείτε λύση** με το άτομο που προκάλεσε τη βλάβη.
- ✗ **Κοινοποιείτε πληροφορίες** για το περιστατικό ή για το άτομο σε κανέναν, εκτός αν έχετε τη συγκατάθεση του επιζώντος ατόμου.
- ✗ **Ζητάτε λεπτομέρειες ή προσπαθείτε να μάθετε** τι συνέβη αργότερα.
- ✗ **Αμφισβητείτε, κρίνετε ή αντικρούετε** αυτά που σας λέει κάποιο άτομο.

## ΠΑΡΑΔΕΙΓΜΑΤΑ ΓΙΑ ΤΟ ΤΙ ΠΡΕΠΕΙ ΝΑ ΛΕΤΕ:

- ✓ «Σε πιστεύω.»
- ✓ «Η συζήτησή μας θα μείνει μεταξύ μας.»
- ✓ «Θα προσπαθήσω να σας υποστηρίξω όσο μπορώ, αλλά δεν είμαι επαγγελματίας και θα σας ενημερώσω για το πού μπορείτε να βρείτε βοήθεια.»
- ✓ «Πώς μπορώ να σε υποστηρίξω;»
- ✓ «Αυτό που συνέβη δεν ήταν δικό σου λάθος.»
- ✓ «Λυπάμαι που σας συνέβη αυτό.»
- ✓ «Σας φαίνεται ασφαλές αυτό το μέρος; Υπάρχει κάποιος άλλος μέρος όπου θα αισθανόσασταν πιο άνετα να κάνετε αυτή τη συζήτηση;»
- ✓ Σας ευχαριστώ που το μοιραστήκατε μαζί μου.»

## ΑΠΟΦΥΓΕΤΕ ΝΑ ΠΕΙΤΕ:

- ✗ «Θα μπορούσε να ήταν και χειρότερα. Είσαι τυχερός/ή που δεν συνέβη κάτι πιο τρομερό.»
- ✗ «Δεν φταις εσύ, αλλά ίσως δεν έπρεπε να κάνεις κάτι για να το προκαλέσεις.»



## ΔΙΑΘΕΣΙΜΕΣ ΥΠΗΡΕΣΙΕΣ ΓΙΑ ΤΑ ΕΠΙΖΩΝΤΑ ΑΤΟΜΑ ΕΜΦΥΛΗΣ ΒΙΑΣ

Ρωτήστε το επιζών άτομο **για τις άμεσες ανάγκες του**. Θυμηθείτε ότι αν το άτομο έχει υποστεί σεξουαλική βία τις τελευταίες 72 ώρες ή σωματική κακοποίηση, θα πρέπει να του πείτε να επισκεφθεί το πλησιέστερο νοσοκομείο το συντομότερο δυνατό. Σε 72 ώρες ή τρεις ημέρες από το περιστατικό, υπάρχει ακόμα χρόνος για να λάβει θεραπεία για την πρόληψη της μόλυνσης από τον ιό HIV και για να βοηθήσετε στην πρόληψη της εγκυμοσύνης.

Εάν **αισθάνονται φόβο και ανασφάλεια**, παρακαλείστε να τους ενθαρρύνετε να επικοινωνήσουν με την αστυνομία (τηλεφωνικός αριθμός: 100) ή με μία από τις παρακάτω γραμμές βοήθειας για υποστήριξη. Η βία εναντίον οποιουδήποτε, γυναίκας, άνδρα ή παιδιού, αποτελεί ποινικό αδίκημα που τιμωρείται από τον ελληνικό νόμο και τα θύματα βίας μπορούν να προστατευτούν από το ελληνικό κράτος. **Αν είστε μάρτυρας μιας πράξης βίας οποιουδήποτε τύπου**, είστε υποχρεωμένοι από το νόμο να καλέσετε άμεσα την Αστυνομία, ενώ το περιστατικό λαμβάνει χώρα, και η παρέμβαση της αστυνομίας μπορεί να αποβεί σωτήρια. **Για τη βία κατά ατόμων κάτω των 18 ετών**, είστε υποχρεωμένοι από το νόμο να ενημερώσετε την Αστυνομία, όχι μόνο ενώ το περιστατικό λαμβάνει χώρα.



## ΤΗΛΕΦΩΝΙΚΕΣ ΓΡΑΜΜΕΣ ΒΟΗΘΕΙΑΣ

Αστυνομία 100	ΕΚΑΒ (Ασθενοφόρο) 166	Τηλεφωνικός αριθμός έκτακτης ανάγκης 112
------------------	-----------------------------	---

- **Βία κατά των γυναικών 15900:** Γραμμή βοήθειας SOS της Γενικής Γραμματείας Δημογραφικής και Οικογενειακής Πολιτικής και Ισότητας των Φύλων (Γ.Γ.Δ.Ο.Π.Ι.Φ.) για υποστήριξη γυναικών (ελληνικά, αγγλικά)
- **Εμπορία ανθρώπων 1109:** Α21, νομική και ψυχοκοινωνική υποστήριξη σε άτομα που κινδυνεύουν από εμπορία ανθρώπων και σε άτομα που έχουν πέσει θύματα εμπορίας ανθρώπων (διατίθεται διερμηνεία σε περισσότερες από 200 γλώσσες)
- **Επείγουσα κοινωνική βοήθεια 197:** Γραμμή βοήθειας για την προστασία του ΕΚΚΑ, πληροφόρηση, καθοδήγηση, ψυχοκοινωνική υποστήριξη και παραπομπή (ελληνικά, αγγλικά)
- **LGBTQI+ 6971693446:** Γραμμή βοήθειας «Emantes» (WhatsApp), Πληροφορίες και υποστήριξη για λεσβίες, ομοφυλόφιλους, αμφιφυλόφιλους, τρανσέξουαλ, queer και intersex (LGBTQI+) πρόσφυγες στην Ελλάδα (λειτουργεί κυρίως μέσω κειμένου και Google translate, αλλά διατίθεται διερμηνεία σε διάφορες γλώσσες, εφόσον ζητηθεί)



**UNHCR**  
The UN Refugee Agency

Ύπατη Αρμοστεία του ΟΗΕ για τους Πρόσφυγες  
Αντιπροσωπεία στην Ελλάδα

Μιχαλακοπούλου 91, 11 528, Αθήνα  
Τηλ. 216 2007800 | Fax 210 6726417  
Email: [great@unhcr.org](mailto:great@unhcr.org) | [www.unhcr.org](http://www.unhcr.org)