Ontario

Majirani, Marafiki na Jamii

Njia za Kuwajua na Kuwasaidia Wanawake Walio Katika Hatari ya Kuteswa

Majirani, Marafiki na Jamii

Je una wasiwasi kuhusu mtu ambaye unahisi anateswa lakini hujui la kufanya? Hii kipeperushi (brosha) inaelezea njia za kutambua dalili za kuteswa na njia unazoweza kutumia ili kutoa usaidizi.

Majirani, Marafiki na Jamii ni kampeni ya kufahamisha watu kuhusu dalili za kuteswa kwa wanawake ili watu walio karibu na mwanamke ambaye ana hatari ya kuteswa au mwanaume anayemtesa mkewe, waweze kusaidia.

Kila mmoja katika jamii ana wajibu wa kutoa usiadizi ili kuangamiza kuteswa kwa wanawake. Unaweza kutembelea mashirika ya kijamii yaliyo karibu nawe na yanayohudumia wanawake wanaoteswa au wanaume watesaji ili usaidie.

Hii kampeni ni ushirikiano kati ya serikali ya Ontario, Shirika la Mwongozo wa Wanawake la Ontario na Mabingwa Wanaojadiliana kuhusu Majirani, Marafiki na Jamii, kupitia kwa Kituo cha Utafiti na Elimu Kuhusu kuteswa kwa Wanawake na Watoto.

Dalili Onyo za Kuteswa

Labda unashuku kuwa jirani, rafiki au jamaa yako anateswa lakini hujui la kufanya au la kusema. Labda una wasiwasi ya kwamba utaifanya hali iwe mbaya zaidi ama hujui la kufanya. Kwa kufahamu dalili za kuteswa kwa wanawake, unaweza kutoa usaidizi.

Ukitambua dallili zifuatazo, ni muhimu uamue kuchukua hatua:

- Mwanaume anamdharau mkewe
- Mwanaume huongea bila kumpa mkewe nafasi ya kuongea wakati wa maongezi
- Mwanaume anamlinda au kumtafuta mkewe kila wakati hata akiwa kazini.
- Mwanaume anajipendekeza kuwa mhanga na ya kuwa ana huzuni mwingi
- Mwanaume anajaribu kukutenganisha wewe na mkewe
- Mwanaume anamtenda mke kama mali yake
- Mwanaume hudanganya ili aonekane kuwa yeye ni mzuri, au hujikuza na kujionyesha kama mwenye tabia nzuri
- Mwanaume anajifanya kuwa wa muhimu zaidi na wa thamani ya juu kuliko wote nyumbani kwake

- Mwanamke anaitetea tabia ya mumewe au anakuwa mgomvi na kukasirika
- Mwanamke anaogopa kuongea mumewe akiwepo
- Mwanamke anakuwa mgonjwa mara nyingi na anakosa kwenda kazini
- Mwanamke anaficha majeraha yake
- Mwanamke anatoa visingizio kuhusu kwa nini hawezi kukutana nawe ama anakuepuka barabarani
- Mwanamke ana huzuni, upweke, amejitenga na anauoga
- Mwanamke anatumia madawa ya kulevya au kunywa pombe kama njia ya kuvumilia

(Ingawaje mara nyingi mateso ni baina ya mme na mke, pia huweza kutokea kati ya uhusiano baina ya mabasha na pia uhusiano baina ya wasagaji.)

Dalili za Hatari Kuu

Hatari ni kubwa kama:

- Mwanaume ana uwezo wa kumpata mke na watoto wake
- Mwanaume anaweza kupata silaha
- Mwanaume ana historia ya kutesa mkewe na wengine
- Mwanaume ametishia kumuumiza au kumuua mke kama akimuacha: Anasema "Kama hutakuwa wangu, hutakuwa wa mwingine."
- Mwanaume anatishia kuwadhuru watoto, wanyama au kuharibu mali ya mkewe
- Mwanaume ametisha kujiua
- Mwanaume amempiga au amejaribu kumnyonga
- Mambo muhimu maishani mwa **mme** yanabadilika (kama vile, kazi yake, kuachana na mkewe, kuwa na huzuni)
- Mwanaume anaamini ya kuwa mkewe anamuona mwanaume mwingine

- Mwanamke amemuacha au anaamua kumuacha
- Mwanamke anahofia maisha yake na usalama wa watoto wake ama haoni hatari aliyomo
- Mwanamke anawapigania watoto wake kotini au **ana** watoto kutoka kwa uhusiano mwingine
- Mwanamke ana uhusiano na mwingine

- Mwanaume anamlaumu mke kwa kumharibia maisha
- Mwanaume hatafuti usaidizi
- Mwanaume anamlinda mkewe na kumsikiza anapozungumza kwa simu, anasoma imeli na barua zake na anamfuata kila aendapo.
- Mwanaume ana shida ya kuwa na kazi
- Mwanaume anatumia madawa ya kulevya na anakunywa pombe kila siku
- Mwanaume haeshimu sheria

- Mwanamke ana majeraha yasiyoelezeka
- Mwanamke hana njia ya kupata simu
- Mwanamke ana vikwazo ama shida zingine (kama vile kutofahamu kiingereza, si raia wa Canada, anaishi mashambani)
- Mwanamke hana marafiki wala jamaa

Takwimu inaonyesha kuwa wanawake wa chini ya miaka 25, vilema, wa kikabila la Kiaborigino na wamawake wanaoishi kimada wako katika hatari kubwa ya kuteswa. (Takwimu ya Canada: Vurugu kwa Familia nchini Canada. Maelezo ya Takwimu 2005)

Njia za kumsaidia Mwanamke

Hizi ni baadhi ya njia unaweza kufanya kusaidia iwapo utagundua dalili za kuteswa:

- Ongea na mwanamke kuhusu yale umeyaona na umjulishe kuwa una hisani. Mwambie kuwa unamwamini na kuwa si makosa yake.
- Muhimize asigombane na bwanake kama anatarajia kumuacha. Usalama wake lazima ulindwe.
- Jitolee kuwalinda watoto wakati anapotafuta msaada.
- Mkubalie mwanamke, watoto na wanyama wake wa nyumbani waje kwako. Akikubali, usimjulishe mmewe.
- Muhimize akupatie mzigo mdogo wa vitu muhimu umwekee nyumbani kwako iwapo atauhitaji baadaye.
- Fahamu kuwa wewe au yeye anaweza kupiga simu kwa Nambari Saidizi ya Wanawake Wanaoteswa, kituo cya wanawake wanaoteswa, au iwapo ni hatari kubwa pigia polisi simu.

Mwanamke akikataa kuwa Hateswi:

- Mhakikishie kuwa anaweza kuzungumza nawe wakati wowote.
- Usimkasirikie wala uamuzi wake usikuvunje moyo. Ni muhimu kuelewa kuwa ana uoga au hayuko tayari kuchukua hatua zingine.
- Jaribu kuelewa ni kwa nini mwanamke anasita kuomba msaada. Anaweza kuona haya.
- Jitolee kwenda naye iwapo atahitaji habari zaidi au usaidizi.
- Kama ana watoto, mjulishe kwa upole kuwa unahusika na usalama wake na pia wa watoto wake. Anaweza kugundua kuwa hali yake si nzuri akifahamu kuwa watoto wake wanaweza kuwa hatarini pia.

Kutoa Msaada bila Kusita

Haya ni baadhi ya mambo ya Kufikiria kuhusu kusaidia:

Hoja ya Kuwaza	Hoja ya Kufikiria
Unajisikia kuwa hayakuhusu	Huenda ikawa ni hali ya kufa na kupona. Vurugu inahusisha kila mtu
Hujui la kusema	Ni vizuri ukisema kuwa unajali na unahusika
Unaona kama utaharibu mambo zaidi	Mambo huenda yakawa mabaya zaidi iwapo hutafanya chochote
Mambo si mabaya sana yakuweza kuwahusisha polisi	Polisi wana mafunzo na njia za kutoa huduma
Unaogopa kuwa mwanaume atakudhuru wewe au familia yako	Muongeleze mwanamke akiwa peke yake. Wajulishe polisi kama ukitishwa
Unadhani kuwa mwanamke hataki kuondoka kwa sababu anashinda akirudi	Huenda mwanamke hana usaidizi anaouhitaji
Unaogopa kuwa atakukasirikia	Labda, unadhani mwanamke atajua kuwa unajali
Unahisia kuwa washiriki ni marafiki zako	Rafiki mmoja anateswa na hali anaishi kwa uoga
Unaamini kwamba mwanamke kama angetaka usaidizi angeutafuta	Mwanamke anaweza kuwa na uoga mwingi na ana aibu kuomba msaada
Unadhani ni jambo la kibinafsi	Si wakati mtu anapoumizwa

Hakikisha uko salama wakati wote. Usijiingize kati ya wanaopigana. Wapigie polisi simu wakati wa dharura. Kila mmoja anaweza kuzuia kuteswa kwa wanawake

Habari

Nambari inayotoa msaada kwa Wanawake Wanaoteswa inaitwa Femaide: **1-877- 336- 2433** hutoa huduma ya simu kwa masaa 24 na pia nambari TTY **1-866-860- 7082** ya huduma kwa wanawake wa Ontario wanaoteswa na viziwi. Huduma inayotolewa ni ya kisiri kutoka kwa watu wasiojulikana.

Watoaji huduma kwa nambari hii ya simu watakuelekezea njia ya kuwasaidia wanawake wanaoteswa au wanaume wanatesana. Watakuelezea juu ya dalili za kuteswa ambazo utakuwa umeziona na watakupatia ushauri na njia za kukuwezesha kutoa usaidizi.

Kwa habari zaidi kuhusu huduma za kusaidia Wanawake Wanaoteswa, angalia: **www.briserlesilence.ca** Wakati wa hali ya dharura, pigia polisi simu.

Watu wengi wa Ontario wanahisia kuwa ni wajibu wao kibinafsi kupunguza kuteswa kwa wanawake. Wanazingatia umuhimu wa dalili za kuteswa. Kwa habari zaidi, angalia: ***www.voisinsamisetfamilles.on.ca***

Mwezi wa tatu 2009

Inatapatikana kwa Kifaransa na lugha zingine

Imefadhiliwa na Serikali ya Ontario

SWAHILI