

אוניברסיטת תל אביב  
דקאנט הסטודנטים ע"ש רות ואלן זיגלר  
היחידה לחדשנות בהוראה  
מתחברים פלוס

מטלת סיום במסגרת הקורס: "אלימות כלפי נשים במשפחה: פרספקטיבה אינטרדיסציפלינרית"  
מס' קורס: 110375201

מרצות: ד"ר פאולה דניאלה שבאר-שפירא  
ד"ר דפנה הקר דרור  
ד"ר גילי עופר ביאלר  
מנחת פרויקטים: גבי עינת מיטל

**ויצ"ו לקידום מעמד האישה: מדריך לנשים נפגעות אלימות במשפחה**

דנה קטי (312539414) – עבודה סוציאלית  
למא פארס (209434539) – רפואת שיניים  
מעין שנדרוביץ' (200439529) – נשים ומגדר  
עידן רייטר (204294813) - משפטים  
פז אגמי (316280890) – נשים ומגדר  
רובא זיאדאת (207472358) – עבודה סוציאלית

סמסטר א', תש"ף  
26.02.2020

**תוכן עניינים**

מבוא ..... עמ' 1-2

סקירת ספרות ..... עמ' 3-9

**התוצר (המדריך) ..... (מיקום בקובץ : עמ' 12-67)**

מצגת סיכום התהליך ..... עמ' 10-15

סיכום ..... עמ' 16

נספחים ..... עמ' 17-29

## מבוא

בעבודה שלפניך נציג חוברת מידע אינטרדיסיפלינרית לנשים נפגעות אלימות שנכתבה במסגרת קורס "אלימות כלפי נשים במשפחה – גישה אינטרדיסיפלינרית" של כמה גורמים באוניברסיטת תל אביב: בית הספר לעבודה סוציאלית, הפקולטה למשפטים, התכנית ללימודי נשים ומגדר והחוג לחינוך רפואי בפקולטה לרפואה, בשיתוף עם תכנית "מתחברים פלוס" של היחידה לחדשנות בהוראה. תלמידות הקורס חולקו לקבוצות עבודה על כמה פרויקטים מעשיים, ופרויקט זה נערך ביוזמה ובשיתוף האגף לקידום מעמד האישה בויצ"ו.

נקודת המוצא לפרויקט הייתה בעיית הגישה למידע עמה מתמודדות נשים רבות שהן נפגעות אלימות. כפי שהוסבר לנו על-ידי ויצ"ו בטרם יצאנו לדרך, רבים מהזכויות, השירותים והאפשרויות העומדים בפני נשים נפגעות אלימות אינם מגיעים לידיעתן, ומשום כך רבות נמצאות במעגל האלימות לאורך שנים מבלי לקבל את העזרה הרלוונטית ביותר.

כפי שיפורט בסקירת הספרות שלהלן, לבעיית הגישה למידע כמה גורמים. ראשית, נשים רבות כלל לא מבינות או מגדירות עצמן כנפגעות אלימות מצד בן הזוג, ולכן לא מנסות לחפש מידע שיש בו כדי לסייע להן. שנית, גם למי שמעוניינת לחפש מידע שסייע לה להתמודד עם מצבה לא תמיד יש הבנה נדרשת או משאבים על מנת להגדיר איזה מידע היא מחפשת ולמה היא זקוקה. כך למשל, לא בטוח שאישה נפגעת אלימות תחשוב שיש גופים לא משטרתיים שבכוחם לסייע לה. כמו כן, תחושות אישיות של נפגעת האלימות כלפי הסטטוס של "אישה מוכה" או נפגעת אלימות עשוי להשפיע על סוג המידע המבוקש ולהפנות אותה לאפיקים לא ישימים או לא רלוונטיים. לכל זאת מצטרפת גם העובדה שכאמור לעיל, אלימות כלפי נשים במשפחה נוגעת להיבטים רבים ומגוונים בחיים, והדבר מעורר קושי בתעדוף חיפוש המידע לגבי כל היבט והיבט, הגורמים הרלוונטיים בעניינו וכדומה. שלישית, ואם לא די בכל זאת, בפני נשים נפגעות אלימות ניצבים חסמים מסוגים שונים המקשים עליהן למצוא מידע רלוונטי גם לאחר שהבינו שעליהן לחפש מידע והבינו איזה מידע כדאי לחפש. חסמים אלה כוללים חסמים אישיים, כגון בורות או מחסור במשאבים כספיים; חסמים רספונסיביים, הקשורים בתגובת האישה ותחושותיה לגבי עצם היותה נפגעת אלימות ולגבי השלכות אפשריות של פנייה לגורמים חיצוניים למשפחה; וחסמים הקשורים לסיטואציה של אלימות במשפחה, המאופיינת בבידוד האישה נפגעת האלימות ממקורות מידע ובלתי פורמליים, אופי הגופים שיש בכוחם לספק מידע ועוד.

חוברת המידע (או "המדריך") שכתבנו נועדה לנסות ולהתגבר על בעיית המידע בכמה אופנים. בראש ובראשונה, שאפנו לאגד במדריך את כל המידע הרלוונטי בכל התחומים בהם אישה נפגעת אלימות עשויה להזדקק למידע, כמו גם להפנות אותה לגופים שונים שיכולים לסייע לה בהתמודדות עם אתגרים מסוגים שונים, תוך הבהרה במה יכול לסייע כל גוף. בכך ניתן מענה הן לגורם השני של חוסר הבנה ומשאבים נדרשים להבנה איזה מידע לחפש, והן לחלק מהחסמים המקשים על מציאת מידע עדכני, מהימן ורלוונטי, כגון בידוד חברתי וחסמים אישיים. בתוך כך, אנחנו מקוות שהפצת המדריך בקרב נשות/אנשי מקצוע בגופים רשמיים ובלתי-רשמיים שונים תוכל להגביר את המודעות גם בקרבם הן לסוגי האלימות השונים והן לאפשרויות הרבות והמגוונות העומדות בפני נשים נפגעות אלימות, באופן שיוכל לסייע בהתגברות על אופי הארגונים המקשה על הגעה למידע וגם להגביר באופן כללי את הידע הרווח על התופעה ועל התמודדות עמה. יתרה מזאת, המדריך יכול שסייע בהתגברות גם על הגורם הראשון לבעיית הגישה למידע, בכך שהוא מפרט שורה ארוכה של התנהגויות שיכולות להיות אלימות כלפי נשים במשפחה, כך שמי שתגיע אליו אגב חיפושים אחרים

תוכל להזדהות עם האמור ואולי להיטיב להבין את מצבה, וכך גם אנשי/נשות מקצוע בתחומים שונים עמם באה האישה נפגעת האלימות במגע. הפנייה בלשון יומיומית ואישית עשויה אף היא לתרום לקירוב האישה לתוכן המדריך, כמו גם לשדר מסר של חוסר שיפוטיות והבנה למצבה, מה שעשוי לסייע להפחית חסמים אישיים ורספונסיביים.

חלוקת העבודה על תוכן חוברת המידע הייתה כדלקמן: על המבוא, פירוט סוגי האלימות השונים ואחרית הדבר אחראית פז אגמי; על הזכויות והאפשרויות העומדות בפני נפגעת האלימות בהיבט הרפואי אחראית למא פארס; על ההנחיות לשעת חירום, פירוט אפשרויות המגורים (ובתוכן – זכויות כלכליות) לנשים נפגעות אלימות, הזכויות לנשים חד הוריות וריכוז הארגונים המפורטים בסוף המדריך עמלה רובא זיאדאת; על פירוט ההליכים והאפשרויות הכרוכים בפנייה לרשויות האכיפה כתב עידן רייטר; על פירוט אפשרויות האכיפה העצמית העומדות בפני נשים נפגעות אלימות והפנייה לארגונים המספקים סיוע משפטי אחראית מעין שנדרוביץ; ועל הזכויות והאפשרויות המיוחדות הפתוחות בפני נפגעות אלימות שהן אמהות לילדים, לרבות ארגונים הנוגעים במיוחד לנשים אלה עמלה דנה קטי. כל הקבוצה תרמה לעבודה על החלקים השונים בחוברת המידע ובטקסט הנלווה, וכפי שניתן לראות בנספחים המצורפים, כל אחת מחברות הקבוצה ערכה ראינות או שיחות עם גורמים הרלוונטיים למידע בפרקים עליהם הייתה אחראית. בעמודים הבאים נציג בפירוט את בעיית הגישה למידע והגורמים לה כפי שאופיינו בספרות, לאחר מכן נביא בפניך את חוברת המידע במלואה ולבסוף נסכם. בנספחים המצורפים ניתן למצוא את סיכומי השיחות והפגישות שערכנו במהלך העבודה על המדריך. קריאה נעימה.



## סקירת ספרות

### חסמים בדרכן של נשים נפגעות אלימות למידע

אחד מהקשיים המרכזיים שנשים נפגעות אלימות מתמודדות עימו הוא חוסר נגישות למידע הרלוונטי אליהן, מידע אשר ביכולתו לסייע להן להתמודד הסיטואציה הסבוכה, הקשה והמורכבת בה הן נמצאות. כבר נטען ש"ידע הוא כוח", ועל מנת לחזק את מעמדן של נשים נפגעות אלימות ולאפשר להן לפעול בדרך שתהיה הכי טובה בעבורן, יש לפעול להנגשת המידע הרלוונטי לנשים הנפגעות. מטרת סקירת ספרות זו היא לסקור את החסמים שזוהו בספרות ובמחקר ככאלו אשר מקשים על נשים להגיע אל המידע לו הן זקוקות. הצבעה על הגורמים לקושי של נשים נפגעות אלימות להגיע אל המידע היא שלב ראשון והכרחי בדרך למציאת הפתרון.

אם כן, מהספרות עולה שהקושי של נשים נפגעות להגיע אל המידע הרלוונטי אליהן מתחיל בשלב מקדמי ביותר, במסגרתו על האישה תחילה להבין כי מצבה הוא כזה אשר נדרש "מידע" על מנת להתמודד איתו.<sup>1</sup> כלומר, על האישה נפגעת האלימות להכיר בכך כי המידע המצוי ברשותה הינו חסר, וההתמודדות עם המצב אליו היא נקלעה, מחייבת אותה לתור אחר מידע נוסף אשר יוכל לסייע לה. עם זאת, ממחקר איכותני שבוצע בארה"ב עולה כי נשים נפגעות אלימות לעיתים כלל אינן מבינות שהן סובלות מאלימות מצד בן זוגן, וישנם מקרים בהם הן סבורות שאלימות ברמה כזו או אחרת בתוך מערכת היחסים הינה דבר "נורמלי" ומהווה אמצעי בעבור גברים להביע את אהבתם כלפי נשותיהם.<sup>2</sup> מכאן, שככל שהאישה איננה מבינה שהיא נפגעת אלימות, ברי שהיא לא תכיר במצבה ככזה שדורש מידע על מנת להתמודד עימו, ולכן גם לא תנסה לתור אחר מידע שיסייע לה להתמודד עם מצבה.

בנוסף, גם במקרים שבהם האישה מכירה בכך שעליה לחפש אחר מידע חדש מתוך מטרה להתמודד עם מצבה, עליה להבין מהו סוג המידע שיכול לסייע לה.<sup>3</sup> אולם מהספרות עולה ששלב הגדרת סוג המידע הנדרש הינו מאתגר במיוחד בעבור נשים נפגעות אלימות, וזאת ממספר סיבות: ראשית, מאפיינים אישיים של האישה כגון הידע הראשוני שלה על משאבי המידע הקיימים, הגישה שלה לסיטואציה וחוויות העבר שלה, משפיעים על האופן שבו היא מלכתחילה מגדירה את הצורך שלהן במידע.<sup>4</sup> כך, למשל, ייתכן כי אישה נפגעת אלימות תניח בעקבות מידע מוקדם מצומצם שעומד לרשותה כי הרשויות הרלוונטיות היחידות לנשים במצבה הן רשויות אכיפת החוק, קרי המשטרה ולכן, סוג המידע שהיא תחפש יעסוק בהליך הגשת התלונה במשטרה וכו'. זאת כאשר בפועל ישנם גופים רבים אחרים שרלוונטיים ויכולים לסייע לה באספקטים הנוספים של האלימות ממנה ייתכן והיא סובלת, כגון האספקט הכלכלי, הרגשי, הרפואי וכו', אולם האישה כלל לא תנסה לחפש מידע בהקשר של תחומים אלו מתוך הנחה מוקדמת מוטעית שהם כלל אינם רלוונטיים לה. שנית, תחושותיה של האישה כלפי המצב שבו היא נמצאת משפיעות גם הן על האופן שבו היא מגדירה את

---

Jennifer E. Dunne, *Information seeking and use by battered women: A "person-in-progressive-situations" approach*, 24 LIBR. & INFO. SCI. RES. 343, 345 (2002)

Ruth Petersen et al., *Moving Beyond Disclosure: Women's Perspectives on Barriers and Motivators to Seeking Assistance for Intimate Partner Violence*, 40 WOMEN & HEALTH 63, 71 (2004)

<sup>3</sup> Dunne, לעיל ה"ש 1, בעמ' 345.

<sup>4</sup> שם.

הצורך שלה במידע – תחושות כגון אחריות למצבה, רצון לפרטיות, אשמה, בושה או פחד, עשויים להוביל לכך שהאישה תסבור שנדרש לה מידע מסוג אחד, ולא מידע מסוג אחר.<sup>5</sup> כך אישה אשר חשה תחושת אחריות למצבה, כלומר אישה שמאמינה כי האלימות ממנה היא סובלת מופעלת כלפיה באשמתה, עלולה לנסות לחפש מידע אשר יסייע לה להבין כיצד היא יכולה להשתפר כבת זוג, חלף חיפוש מידע אשר יסייע לה להתמודד עם האלימות מצד בן זוגה. שלישית, המולטידיסציפלינריות של תופעת האלימות כלפי נשים מקשה גם היא על האחרונות להבין מהו סוג המידע שנדרש להן. לתופעת האלימות במשפחה יש אספקטים משפטיים, פיננסיים, רפואיים, פסיכולוגיים ורגשיים. עקב כך, האישה נדרשת כבר בשלב מוקדם יחסית לתעדף בין כל אספקטים הללו, ולהבין לאיזה סוכן מידע עליה לפנות בכדי לקבל מידע על אודות כל אספקט ואספקט.<sup>6</sup> כל אלו, כאשר ייתכן והאישה כלל איננה מודעת לקיומם של האספקטים השונים, וייתכן שאף אין לה את המשאבים הפיזיים והנפשיים לפנות לגורמים כה רבים במקביל.

לבסוף, מהספרות עולה שגם לאחר שנשים נפגעות אלימות הגיעו למסקנה שיש להן צורך במידע, והבינו מהו סוג המידע לו הן נזקקות, ישנם מספר סוגי חסמים אשר מקשים עליהן להגיע למידע הרלוונטי להן. Dunne חילקה חסמים אלו לשלושה סוגים: **חסמים אישיים**, **חסמים רספונסיביים**

#### **חסמים קשורי סיטואציה.<sup>7</sup>**

**חסמים אישיים** יכולים לכלול בורות בנוגע לשירותי המידע הקיימים.<sup>8</sup> כך, ממחקר במסגרתו תושאלו כארבעים נשים נפגעות אלימות לאחר שהותן במקלט עלה כי אחד מהחסמים המרכזיים לגישתן של נשים נפגעות אלימות למידע הוא חוסר ידע בנוגע להיכן ניתן למצוא את המידע אותו הן מחפשות.<sup>9</sup> מסקנה דומה עלתה ממחקר נוסף אשר בוצע בארה"ב ממנו נראה היה ש-20% מהשירותים שנשים הצביעו עליהן ככאלו שרלוונטיים לצורך קבלת מידע במקרה של אלימות במשפחה כלל אינם מטפלים או עוסקים בנושא זה.<sup>10</sup> כלומר, חמישית מהשירותים שנשים מאמינות שפנייה אליהם תוכל לסייע להן לקבל מידע בהקשר של אלימות במשפחה, כלל אינם מספקים מידע שכזה, ופנייה של נשים אליהן תהיה חסרת תועלת. מעבר לכך, במחקר שנערך בקנדה 16% מהנשים נפגעות האלימות במדינה דיווחו שהן לא הכירו אף סוכנות או רשות אליה ביכולתן היה לפנות בבקשה לקבלת עזרה בתקופה שבה סבלו מהאלימות.<sup>11</sup>

חסם אישי אפשרי נוסף הוא העלויות הכספיות אשר לעיתים כרוכות בפנייה לאותם גופים שביכולים להציע לנפגעת האלימות סיוע ומידע. כך, הגעה פיזית למשרדיהם של גופים אלו, כרוכה בעלויות תחבורה, ולעיתים נפגעת האלימות אף נאלצת לשכור שירותי שמרטפות בעבור הילדים.<sup>12</sup>

---

<sup>5</sup> ש.ס.

<sup>6</sup> ש.ס.

<sup>7</sup> ש.ס., בעמ' 347.

<sup>8</sup> ש.ס.

<sup>9</sup> Roma M. Harris, *The Information Needs of Battered Women*, 28 RQ 62, 69 (1988)

<sup>10</sup> ROMA H. HARRIS & PATRICIA DEWDNEY, BARRIERS TO INFORMATION: HOW FORMAL

HELP SYSTEMS FAIL BATTERED WOMEN 102 (1994)

<sup>11</sup> Roma Harris et al., *Searching for help and information: Abused women speak out*, 23

LIBR. & INFO. SCI. RES. 123, 126 (2001)

<sup>12</sup> ש.ס.

בעיתיות זו מקבלת משנה תוקף בהקשר של נשים נפגעות אלימות שכן אלו סובלות לא פעם מאלימות כלכלית מצד בן זוגן,<sup>13</sup> וכפועל יוצא אין ברשותן את האמצעים הכלכליים לשאת בעלויות אלו. כמו כן, גם פערי שפה יכולים להקשות על נשים לגשת למידע שכן לרוב שירותי המידע מונגשים בשפה הרווחת במדינה, ונשים אשר משתייכות לקבוצות מיעוט יתקשו למצוא מידע בשפה המובנת להן.<sup>14</sup>

**חסמים רספונסיביים** – חיפוש המידע של נשים נפגעות אלימות מוגבל גם על ידי האופן שבו לרוב נשים נפגעות אלימות מגיבות לסיטואציה בה הן נמצאות.<sup>15</sup> ברוב המקרים נשים נפגעות אלימות חשות אחרית למצבן, רצון לשמור על פרטיותן, אשמה, בושה ופחד כתוצאה מהפעלת האלימות כלפיהן. תחושות אלו מרתיעות נשים מפני פנייה לגורמים רשמיים כגון שירותי הרווחה, ואפילו מפני פנייה לחברים קרובים או משפחה, לשם קבלת מידע.<sup>16</sup> מסקנה זו עולה ממחקר במסגרתו נשאלו כשמונים נשים נפגעות אלימות במקלט באנגליה מדוע הן לא פנו לקבלת עזרה מחברים או בני משפחה, ואחת התשובות שהנשים ענו הייתה חוסר רצון להכביד על אחרים.<sup>17</sup> תשובה זו משקפת תחושות של בושה וכן רצון מצד הנשים לשמור את האלימות כדבר "פרטי".<sup>18</sup> באופן דומה, במחקר איכותני אשר נערך בארצות הברית בשנת 2002 עלה כי נשים חשות שאלימות במשפחה היא בגדר טאבו, קרי נושא שלא נהוג לדבר עליו, וכי מצופה מהן לשמור בסוד את שהן חוות.<sup>19</sup> כלומר, כיוון שנשים חשות בושה ואף מרגישות צורך לשמור את היותן נפגעות אלימות בסוד, הן נמנעות מפנייה לגופים אשר ביכולתם לספק להם מידע ולסייע להן להתמודד עם המצב אליו הן נקלעו. כמו כן, נשים נפגעות אלימות ציינו שהפגיעה בביטחון והערכה העצמית שנגרמה להם עקב מערכת היחסים האלימה היוותה גם היא חסם מפני פנייה לגורמים שלישיים,<sup>20</sup> דבר אשר כמובן מוביל לאי נגישות למידע רלוונטי. יובהר כי חסם זה שונה מהחסם אשר תואר לעיל (בעמוד 1) הנוגע להשפעת תחושת נפגעת האלימות לגבי המצב בו היא נמצאת על הערכתה איזה מידע יהיה רלוונטי עבורה.

בנוסף, הפחד מפני נקמה מצד בן הזוג האלים, מהווה גם הוא חסם רספונסיבי משמעותי אשר מקשה על נשים להשיג את המידע לו הן זקוקות.<sup>21</sup> נשים חוששות שאם בן זוגן יגלה שהן התייעצו עם גורם שלישי על מצבן, הוא עלול להגיב לכך בהגברת האלימות כלפיהן, או אפילו בפגיעה בגורם איתו הן התייעצו.<sup>22</sup> טענה נוספת שעלתה בספרות היא שנשים מנסות להגן על בן הזוג האלים,<sup>23</sup>

---

<sup>13</sup> "חקיקה בנוגע להתעללות נפשית וכלכלית במסגרת המאבק באלימות במשפחה" (סקירה משפטית משווה של הלשכה המשפטית של הכנסת, 11.5.2015).

<sup>14</sup> Roma Harris et al, לעיל ה"ש 11, בעמ' 126.

<sup>15</sup> Dunne, לעיל ה"ש 1, בעמ' 348.

<sup>16</sup> שם.

<sup>17</sup> Marjorie Homer, Anne Leonard, Pat Taylor, *Personal Relationships: Help and Hindrance*, in MARITAL VIOLENCE 100 (Norman Johnson ed., 1985).

<sup>18</sup> Dunne, לעיל ה"ש 1, בעמ' 348.

<sup>19</sup> Ruth Petersen et al, לעיל ה"ש 2, בעמ' 71.

<sup>20</sup> שם, בעמ' 72.

<sup>21</sup> Dunne, לעיל ה"ש 1, בעמ' 348.

<sup>22</sup> שם.

<sup>23</sup> Ruth Petersen et al, לעיל ה"ש 2, בעמ' 73.

ולכן נמנעות מפנייה לגורמים שלישיים מחשש שמא אותם הגורמים יובילו לנקיטת צעדים כנגד בן הזוג. ההימנעות מפנייה לגורמים שלישיים מקשה על האישה להגיע למידע חשוב אשר עשוי לסייע לה.

חסם רספונסיבי נוסף אשר מגביל את גישתן של נשים למידע הוא החשש מפני "אובדן". מהספרות עולה כי נשים נפגעות אלימות אינן פונות לשירותים השונים מחשש לאבד את "אבי ילדיהן" ולפגוע בשלמות משפחתן, וכן מתוך חשש להישאר בודדות ולהפסיד את האספקטים החיוביים שבכל זאת קיימים בזוגיות עם בן הזוג האלים.<sup>24</sup> מעבר לכך, נשים חוששות שמה פניה לשירותי הרווחה ודיווח על אלימות במשפחה, תביא לאיבוד המשמורת שלהן על ילדיהן.<sup>25</sup>

סוג החסמים השלישי הוא **חסמים קשורי סיטואציה**, כאשר הטענה בספרות היא שהמאפיינים של הסיטואציה של אלימות במשפחה מולידים חסמים אשר מונעים מנשים נפגעות אלימות גישה למידע.<sup>26</sup> כך למשל, אחד המאפיינים של מערכת יחסים אלימה הוא בידודה של האישה מכל מקור מידע שהוא – פורמלי (רשויות וגופים ציבוריים) ובלתי פורמלי (משפחה, חברים והסביבה הקרובה). מבחינת המקורות הבלתי פורמליים, גברים אלימים נוטים לשלוט בתקשורת של האישה למול גורמים שלישיים, ובכלל זאת הורים, ילדים, שכנים וחברים. כתוצאה מכך, הגבר מונע מהאישה גישה למקורות מידע בלתי פורמליים,<sup>27</sup> זאת בזמן שמחקרים מראים שמקורות בלתי פורמליים מהווים מקור מידע חשוב בעבור נשים נפגעות אלימות, שכן פנייה למקורות הרשמיים כמו רשויות הרווחה או המשטרה תתבצע לרוב רק לאחר מספר תקריות אלימות.<sup>28</sup> בנוסף, מבחינת המקורות הפורמליים, מחקרים מראים שהפחד של הנשים מפני האפשרות שבן הזוג האלים יגלה שהן פנו לגורמים שלישיים או חיפשו מידע מרתיע אותן גם מפני פנייה לגורמים רשמיים, שכן החשש הוא שבן הזוג יגלה ניסיונות אלו, ויגיב באלימות מוגברת.<sup>29</sup>

חסם קשור סיטואציה נוסף נובע ממאפייני ואופי הגופים אשר מהווים מקורות מידע בעבור נשים נפגעות אלימות.<sup>30</sup> ראשית, גופים אלו סובלים ממחסור במשאבים וכוח אדם,<sup>31</sup> דבר אשר פוגם באיכות השירות הניתן לנשים.<sup>32</sup> דוגמה למחסור במשאבים בגופים אלו ניתן למצוא בעובדה שבחודש מרץ 1995 בעיר ניו יורק לבדה נדחו בקשות של כ-300 נשים וילדים להיכנס למקלטים, עקב העדר מקום במקלטים לנשים נפגעות אלימות בעיר.<sup>33</sup> שנית, הפריסה הגיאוגרפית של הגופים המיועדים לשרת נשים נפגעות אלימות לעיתים איננה מספיקה, ונשים אשר מתגוררות במקומות מרחוקים עלולות שלא להיות מסוגלות להגיע לשירותים שביכולת גופים אלו להציע להן. בקנדה

---

<sup>24</sup> שם, בעמ' 72.

<sup>25</sup> שם.

<sup>26</sup> Dunne, לעיל ה"ש 1, בעמ' 349.

<sup>27</sup> Dunne, לעיל ה"ש 1, בעמ' 348.

<sup>28</sup> HARRIS & DEWDNEY, לעיל בה"ש 10, בעמ' 52.

<sup>29</sup> Dunne, לעיל ה"ש 1, בעמ' 349.

<sup>30</sup> שם.

<sup>31</sup> שם.

<sup>32</sup> Harris et al., לעיל ה"ש 11, בעמ' 127.

<sup>33</sup> שם.

למשל, 14% מהנשים נפגעות האלימות דיווחו שאין שירותי רווחה זמינים באזור מגוריהן.<sup>34</sup> שלישית, נשים אשר פונות לקבלת סיוע מהגופים השונים, לרוב נתקלות ברשימות המתנה ושעות קבלה אשר אינן בהכרח נוחות או תואמות את הלוי"ז של נפגעת האלימות, דבר אשר מקשה על האחרונה ליצור קשר עם גופים אלו לשם קבלת המידע לו היא זקוקה.<sup>35</sup>

בנוסף, מהספרות עולה שכ-56% מהגופים אשר נועדו לתמוך בנשים נפגעות אלימות עוסקים בעיקר בהפניה של הנשים לגופים אחרים.<sup>36</sup> דהיינו, כאשר אישה נפגעת אלימות פונה למחצית מהגופים אשר נועדו לסייע לנשים במצבה, היא לא צפויה לקבל את המידע לו היא זקוקה, אלא לקבל הפנייה לגוף אחר. יתרה מזאת, מהמחקר נראה כי אותם הגופים לעיתים מפנים את הנשים לגופים אחרים אשר כלל אינם רלוונטיים בעבור נשים נפגעות אלימות,<sup>37</sup> כלומר מדובר על הפניות שווא. כפועל יוצא, נשים עלולות למצוא את עצמן תקועות בתוך "מעגל של הפניות", כאשר בסופו של דבר, הן לא יגיעו למידע אותו הן מחפשות וצריכות.<sup>38</sup> ממצאים אלה הינם בעייתיים במיוחד כאשר עסקינן בנשים נפגעות אלימות, שכן מהספרות עולה שככל שאישה נפגעת אלימות לא הצליחה למצוא מידע או עזרה בשלבים הראשונים של הפעלת האלימות כלפיה, היא תיטה להרים ידיים, ולא לחפש עוד מידע או עזרה, עד שכבר מדובר יהיה על מקרה חירום.<sup>39</sup> אי לכך, הפניות מרובות של אישה נפגעת אלימות בין גופים, ובוודאי הפניות שווא, עלולות לרפות את ידיה של האישה, עד כדי מצב שבו היא תוותר על האפשרות למצוא מידע רלוונטי שיכול לסייע לה.

כמו כן, מחסום נוסף אשר מקשה על נשים לפנות לשירותים הרלוונטיים בעבור נשים נפגעות אלימות, הוא שאותם שירותים מכונים לעיתים בשמות שאינם אינדקטיביים, וכפועל יוצא נשים מתקשות לאתרם.<sup>40</sup> בארה"ב לדוגמה, מקלטים לעיתים מכונים בשמות כמו Haven House ו-Rainbow Place, חלף שימוש בשמות פשוטים כגון "New-York women's shelter". השימוש בשמות אלו מקשה על נשים לאתר את המקלטים, במיוחד בעתות משבר בהן אין לאישה את הפנאי לעשות את הבירורים הנדרשים בכדי להבין כיצד נקרא המקלט באזור מגוריה. דוגמה לעומק הבעיה ניתן למצוא בתוצאות מחקר אשר נערך בארה"ב לפיו רק 5.4% מהנשים שהשתתפו במחקר ידעו מהו שמו של המקלט לנשים נפגעות אלימות באזור מגוריהן.<sup>41</sup>

אינדיקציה נוספת לקושי שנשים חוות בהתנהלות למול הגופים אשר נועדו לסייע להן ניתן למצוא במחקר אשר הראה כי נשים נפגעות אלימות אשר לוו על ידי עורך דין הצליחו יותר בתהליך להשגת המשאבים שהיו נחוצים להן, מאשר נשים אשר לא יוצגו על ידי עורך דין.<sup>42</sup> העובדה כי נשים אשר

---

<sup>34</sup> Harris et al., לעיל ה"ש 11, בעמ' 126.

<sup>35</sup> שם.

<sup>36</sup> HARRIS & DEWDNEY, לעיל בה"ש 10, בעמ' 106.

<sup>37</sup> שם, בעמ' 110-111.

<sup>38</sup> Dunne, לעיל ה"ש 1, בעמ' 349.

<sup>39</sup> Harris et al., לעיל ה"ש 11, בעמ' 126.

<sup>40</sup> HARRIS & DEWDNEY, לעיל בה"ש 10, בעמ' 93.

<sup>41</sup> שם.

<sup>42</sup> Cris M. Sullivan & William S. Davidson, *The Provision of Advocacy Services to Women Leaving Abusive Partners: An Examination of Short-Term Effects*, 19 AM. J. OF COMMUNITY PSYCHOL. 953, 959 (1991).



מהם עלה כי ישנו חוסר בידע, מדידה והערכה של תוכניות הטיפול הקיימות. כלומר, ישנו חוסר במאגר נתונים משותף ומעודכן עבור נשים נפגעות אלימות אשר יספק עבורן מידע רלוונטי בהתמודדות עם האלימות, וכן קיים חוסר במחקרים הנוגעים למידת יעילותן של תוכניות הטיפול הקיימות כיום.



**מה אני יכולה לעשות?**

**חוברת מידע**

**אינטרדיסציפלינרית עבור**

**נשים הנמצאות**

**במעגל האלימות**



## תוכן עניינים

- הקדמה והתנהגות בשעת חירום..... עמ' 1-2
- סוגי אלימות: לתת שם לפגיעות השונות..... עמ' 3-9
- מה את יכולה לעשות בהיבט של טיפול רפואי..... עמ' 10-16
- אפשרויות מגורים..... עמ' 17-28
- מקלטים לנשים נפגעות אלימות..... עמ' 17-25
- דירות מעבר..... עמ' 25-26
- סיוע בשכר דירה בקהילה..... עמ' 26-28
- ההיבט הכלכלי – זכויות שחשוב להכיר ולממש..... עמ' 29-30
- פנייה למשטרה ולרשויות החוק..... עמ' 31-33
- ההיבט המשפטי – איך תוכלי להגן על עצמך?..... עמ' 34-37
- ילדים – כיצד לשמור עליהם בתוך ההתמודדות הזאת..... עמ' 38-42
- אחרית הדבר..... עמ' 43
- למי לפנות? ארגונים שיכולים לסייע לך בכל הנושאים האלה ועוד..... עמ' 44-54

שלום לך 😊,

אם הרמת את המדריך הזה מהסטנד כנראה שאת חשה ספקות לגבי מערכת יחסים שאת נמצאת בה. משהו לא מרגיש לך נכון או מתאים באופן בו מתייחסים אלייך, בנוקשות כלפיך או חלילה באלימות פיזית שאת סובלת ממנה. אל תדאגי, מדריך זה בא לסייע לך.

קודם כל, נפרוש בפניך את הסוגים השונים של האלימות ומה הייחוד של כל אחד מהם. במידה שתרגישי שחלק או אפילו כל הדברים שמצוינים כאן מתרחשים במערכת יחסים שלך, אנחנו ממליצות לך לפנות לקבלת עזרה במרכז נפגעות אלימות של ויצ"ו במקום הקרוב למגוריך וכמובן לקרוא את האמור בחוברת זו. במדריך נפרט עבורך את הזכויות שמגיעות לך ואיזה ארגונים יכולים לסייע לך בהיבטים השונים של חיך.

**הכי חשוב שתזכרי, לא משנה מה, את לעולם לא לבד, את לא אשמה ויש לך את הזכות הבלתי מעורערת להיות מוגנת ולהרגיש בטוחה.** חשוב לנו לציין שאת זאת שתבחרי מה את רוצה לעשות עם המידע הזה.

כתיבתו של המדריך נועדה לספק לך ידע, אך היא לא מחליפה פנייה למרכז נפגעות אלימות של ויצ"ו כדי לקבל את העזרה הממשית והמקצועית שהן יכולות להעניק לך בחינם. עזרה זו יכולה לכלול, למשל, בירור מה הרצונות שלך לגבי עצמך ולגבי מערכת היחסים וסיוע במימושם, מתן מעטפת תומכת בכל תחומי החיים, כולל סיוע לך ולילדיך בהיבט הכלכלי ובמידה שתרצי גם הפנייה למקלט לנשים נפגעות אלימות.

שימי לב, **גם אם מערכת היחסים שלך הסתיימה**, היא לקראת סיום או שנדמה לך שהיא עומדת להסתיים – את זכאית לקבל שירות, תמיכה וטיפול במרכז של ויצ"ו. אז בואי נתחיל.

## הנחיות לשעת חירום

**במידה שאת מרגישה שבן זוגך עומד לנקוט באלימות פיזית כלפיך, עליך לבצע את ההנחיות הבאות:**

- (1) האופציה הכי טובה היא לעזוב את הבית ולהתרחק מבן זוגך לפני שהמצב מחמיר.
- (2) מומלץ מאוד להכין מראש תכנית בריחה עם תיק חירום שיכלול:
  - חפצים אישיים לך ולילדיך.
  - מפתחות של הבית.
  - כסף.
  - תעודת זהות.
  - מסמכים אישיים – עותקים שצילמת מבעוד מועד.
  - רשימת כתובות וטלפונים של:
    - ❖ בניו/משפחה – כדי שתוכלי לגור אצלם/ בבטחה עם ילדיך.
    - ❖ חברות/ים – ששיתפת מבעוד מועד את מה שקורה לך עם בן זוגך כדי שיוכלו לסייע לך ברגע האמת ולתת לך ללון אצלם/ בבטחה עם ילדיך.
    - ❖ שירותי טיפול – את יכולה להתקשר אליהם 24/7 שיעזרו לך לאתר מקום בטוח לגור בו בינתיים (המספרים מפורטים בסוף המדריך).



### טלפונים לשעת חירום:

משטרת ישראל: 100

מגן דוד אדום: 101

איחוד והצלה (שת"פ עם ביטוח "הראלי"): 1221

קו חירום ארצי: 1800-220-000

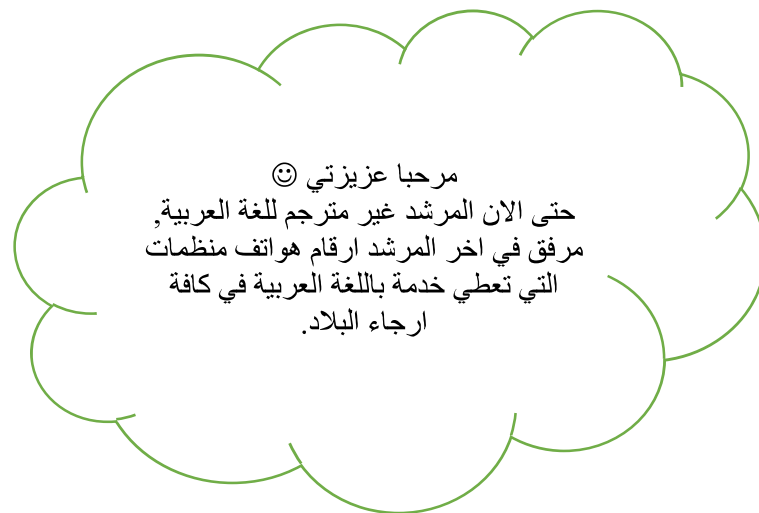
מוקד החירום למניעת אלימות: 118

נעמת – המרכז למניעת אלימות במשפחה \*3090

עמותת ל.א. ללחימה באלימות נגד נשים - 1-800-353-300

(3) התקשרי לאחד השירותים בקהילה שמפורטים במדריך זה. באמצעותם תוכלי לקבל שירותי הגנה, ליווי, טיפול, ייעוץ כללי ומשפטי ועוד.

(4) אם לא הצלחת לבצע את כל הסעיפים שתוארו לעל ובן זוגך הרביץ או נהג באלימות חמורה כלפיך, שתפי חברה/ או קרובת משפחה שאת סומכת עליה ותארי מה קרה שם עם ירידה לפרטים כדי שהיא יהיו מודעים למצב ויוכלו לסייע לך להוציא את תכנית הבריחה לפועל. **עדיף בכל מצב שהוא שלא תשמרי בבטן את ההתמודדות גם במקרי האלימות שיפורטו להלן.**



## סוגי אלימות

לכל אישה יש זכות בסיסית לכבוד, לשלמות הגוף ולחיים בטוחים ושלווים ללא הטרדות, הצקות או אלימות מכל סוג שהוא. להלן נפרט את סוגי ההתנהגויות אשר בכל גווניהן פוגעת בזכות הבסיסית לכבוד שמגיעה לך.

אם משהו מההתנהגויות הללו מצלצל לך מוכר, אנחנו ממליצות לך להמשיך ולקרוא את חוברת המידע וכמובן לפנות לייעוץ ולתמיכה באחד ממרכזי ויצ"ו או באחד הארגונים האחרים המפורטים בסוף המדריך. שימי לב, ההתמקדות כאן היא באלימות מצד בן זוג, אבל אם את מבחינה בהתנהגות כזו מבן משפחה אחר, מדובר באלימות לכל דבר.

### אלימות פסיכולוגית

- יצירת אקלים של פחד ומתח קבוע שיוצר אצלך סטרס מתמיד שכל רגע הוא יכול לפגוע בך ו/או בילדייך ו/או בחיית המחמד פיזית ולאבד את כל רכושך.
- יש לו פנטזיית שליטה שכל העולם יהיה סביבו ואת תפעלי לפי רצונו וקו מחשבתו ובעצם תבטלי את עצמך.
- לא מתנהג מוסרית – הוצאת דיבה, לשון הרע והעלבה נגדך, פועל בצורה תוקפנית.
- מטיל עלייך את האשמה שבגללך גרמת לו להגיב בצורה אלימה.
- את שומרת נאמנות רגשית ומינית לרצונות בן הזוג ומקריבה את עצמך למענו באמצעות ביטול שאיפותייך. למשל, אין כזה דבר לא להסכים עם דעתו ולהתעמת איתו על כך.
- פיתוח תלות, פסיביות וחוסר ישע בבן הזוג – מרגישה תחת שליטה ואילוצים בלתי סבירים של בן זוגך.
- מאיים/ת להוציא אותך מהארון מול בני משפחתך וחברייך כשאת לא מוכנה.
- משמיע לגלוגים שמבזים אותך. מגחך אותך באמצעות דברי לעג. למשל, "איך את יכולה להיקרא אישה כשעדיין לא נכנסת להריון?".
- משמיע אמירות גזעניות כלפיך או כלפי העדה שאת משתייכת אליה.
- משפיל אותך.
- מבייש אותך באמצעות שימוש בכינויי גנאי.
- מתגרה בך.
- מקלל אותך.
- מפעיל עלייך מניפולציות.
- שולח מבטים מאיימים ותוקפניים.
- פוגע בשמך הטוב.
- מחליט בשבילך מה תלבשי.
- את מרגישה מוטרדת כל הזמן ושרוחד נשברה.
- מערער לך את הביטחון העצמי ומעורר בתוך נפשך ספקות לגבייך.
- מערער את הערך העצמי שלך באמצעות העלבה מתמדת.
- מפתח לך רגשי נחיתות – מטיח את אותן עלבונות ומילים מקטינות שוב ושוב.
- צועק עלייך כל הזמן.
- גורם לך לפקפק בעצמך.

- מתפרץ בכעס מוקצן ומפחיד אותך (ערבוב של אהבה וכעס, רגש אמביוולנטי שאנחנו יכולות להבין שהוא יכול לגרום לך לבלול).
- מאיים במניעת טיפול תרופתי.
- לוחץ לך על הנקודות הרגישות – מנצל את המצוקה הנפשית.
- לא נותן לך ללכת לבד לאירועים חברתיים.
- מפתיע אותך באירועים חברתיים שלא הוזמן אליהם ונשאר איתך עד סופם כדי להחזיר אותך הביתה בלי לתת לך אפשרות לפתח שיחות חולין עם חבריך.
- בידוד חברתי ומשפחתי (מאשים אותך ברכילות כשאת דיברת עם חברה/ו או קרוב/ת משפחה).
- מכריח אותך לנתק את הקשר עם בני/ות המשפחה ולא מרשה לך להיפגש עם חברות/ים.
- מונע ממך לצאת מהבית או לנוע בחופשיות.
- לא מאפשר לך לצאת מהבית לאירועים תרבותיים.
- מונע ממך לפתח או לעסוק בתחביבים שלך.
- עוקב אחרייך לכל מקום (מבצע מארב) – פגיעה בשלוות חייך, בפרטיות המגיעה לך, בחירותך. נותן לך תחושה של רדיפה מתמדת. למשל, עוקב אחרייך למקום העבודה – מסיע/הולך איתך בהלוך, ממתין מתחת לבניין/נכנס איתך למקום העבודה ואוסף אותך חזרה הביתה.
- בן הזוג, משפחתו או חבריו מפקחים עלייך כל הזמן ומבטלים את רצונותייך. הם מכניעים אותך לרצון המשפחה כדי לשמור על כבוד המשפחה ולא נותנים לך אפשרות לעצמאות, מה שיכול ליצור אצלך תחושה של חוסר אונים.
- בעת פנייה לקבלת עזרה בן הזוג או בני משפחתו יאשימו אותך בחוצפה כי את מערערת את שלום הבית, ויבקשו ממך להעמיד פנים שהכל בסדר למען הילדים או אפילו להמשיך לספוג התנהגות אלימה מצד בן הזוג (להישאר רגועה וסבלנית עם שליטה עצמית).
- בני המשפחה המורחבת של בן הזוג באים אלייך בטענות בגלל משפחת המוצא שלך. למשל "בגלל איך שגידלו אותך יצאת כמו שיצאת" ועוד.
- משמיע קנאה כשאת בהריון ודורש לתשומת לב.
- דורש התייחסות בלתי פוסקת או לא סבירה כשאת מטפלת ברך הנולד.
- מערער את הביטחון שלך ביכולתך להיות אמא טובה לילדיך.
- מאיים לסכן את עתידך המקצועי.
- מאיים לרצוח אותך עם או בלי נשק – גורם להרגיש כל הזמן בסכנה ממשית לחיך.
- מאיים שיתאבד או יפגע בעצמו אם תעזבי אותו.
- מאיים שיפגע בך או ירצח אותך ו/או את ילדיך.
- תקיפה באיום שקרוב לשימוש באלימות. למשל, הרמת יד אבל בלי לנגוע בך.
- סוחט אותך כדי שתבצעי מעשים שאת לא מעוניינת בהם. למשל, מאיים שיספר סוד בפומבי שרק הוא יודע כדי לגרום לך לעשות כרצונו.
- יוצר לך כאב נפשי שמשפיע עלייך גופנית.
- דורש הכרת תודה על זה שבסוף הוא לא פגע בך פיזית.
- האקס/הגרש יוצר איתך קשר ללא הפסקה בצורה אובססיבית ולא מפסיק למרות שאינך מעוניינת.

יותר ממחצית מקרי האלימות הפסיכולוגית הביאו בהמשך גם לאלימות פיזית – בבקשה אל תפחיתי בסכנה שבה את נמצאת גם אם בן הזוג (עדיין) לא הרים עלייך יד. המחוקק אפילו מכיר בהתעללות הנפשית כשווה בחומרתה לאלימות הפיזית.

## אלימות רוחנית

- פגיעה בערך שלך באמונה, כמו ביטול מעמדך ב-"אשת חייל".
- פגיעה ברמת האמונה האישית ובהתפתחות הרוחנית שלך.
- הגבלת פעולותיך באורח החיים הדתי שלך.
- מכריח אותך או פועל באופן שגורם לך לחטוא: לחלל את השבת, לאכול לא כשר, להכריח אותך לקיים מגע מיני במהלך הנידה (שימי לב, מבחינה משפטית מדובר באונס) ועוד.
- מונע ממך לקיים את אורח החיים שנהוג בהלכה. למשל, להכריח אותך ללבוש משהו שאת לא בחרת, למנוע ממך להדליק נרות שבת או למנוע ממך לרכוש מוצרים כדי לבצע הפרשת חלה בטענה שזה בזבוז זמן וכדומה.
- לגרום לך לדאגה מצפונית ללא עוול בכפך.
- כפיית יחסי מין כחלק ממצוות "פרו ורבו" או בנימוק דתי אחר, למרות שאינך רוצה או מעוניינת.
- ערעור תפיסת עולמך הרוחנית או הדתית.
- זלזול באמונתך ורגשותיך כלפי אלוקים, למשל "אין כל ערך בתפילתך".
- חיבול בקשר עם אלוקים.
- לפגוע בחוויה הדתית שלך.
- פגיעה בזהותך הדתית.
- לדרוש ממך ללכת עם לבוש צנוע כשאת מרגישה שהדרישות לבוש שהוא הציב מוקצנות ויותר מדי בשבילך.

## אלימות דיגיטלית

- הקלטות שבהם הוא צועק עלייך.
- מקליט את השיחות שאת מנהלת, מאזין להן ואף מתערב.
- עובר על הדואר האלקטרוני האישי שלך, בוחר מה תקראי ומה לא.
- מסרונים שבהן הוא מאיים עלייך.
- מתקשר או שולח לך הודעות בצורה תכופה שפוגעת לך בשגרת החיים.
- יודע על שיחות שביצעת בלי שהוא היה שותף ודורש לקבל הסבר מדוע הסתרת זאת מפניו.
- יודע על מקום הימצאותך באמצעות אפליקציות מעקב מובנות במכשיר או דרך שיתוף מיקומים ברשתות החברתיות.
- התקין מצלמות שניתן לראות אותן מרחוק ודורש הסברים על דברים שעשית.
- ביצוע פעולות עסקיות באמצעות חשבון הבנק והאשראי שעל שמכם או שמך דרך אתר האינטרנט והאפליקציה ללא ידיעתך.
- מאיים להפיץ תמונות מסך של הודעות אישיות, תמונות שלך ומידע חסוי שעלול לגרום לך למבוכה.
- מפיץ חומרים אישיים שלך ברבים.
- יוצר קשר עם המנהל והקולגות שלך באמצעות שליחת הודעות בדואר האלקטרוני ובדף הפייסבוק.

- עושה לך "ביוש" (shaming) ברשתות החברתיות והדואר האלקטרוני שלך או של העסק. למשל, מפיץ חומרים או לועג עלייך בהודעות או רשומות (פוסטים).
- שולט מרחוק באמצעות IOT (Internet Of Thing), כלומר שולט על כל מוצר חשמל חכם בבית שמחובר לטלפון החכם. למשל, הוא יקבע מרחוק מתי לכבות את הדוד ואף לא להשאיר לך מים חמים למקלחת, ימנע ממך להדליק את המזגן או ינעל את הדלת כך שלא תוכלי לפתוח אותה ועוד.
- מפרסם רשומות ברשתות החברתיות במטרה שאנשים יהיו בריונים ברשת כלפיך.
- מצלם אותך בזמן קיום יחסי המין ללא אישורך ומפיץ ברבים.
- האקס/הגרוש יוצר איתך ועם מכרייך קשר בהודעות, שיחות ובקשות חברות ואף שולח בקשת חברות למרות שנפרדתם.
- האקס/הגרוש פותח פרופילים מזויפים ברשתות החברתיות לאחר שחסמת אותו במטרה ליצור איתך קשר.
- האקס/הגרוש יוצר קשר עם הילדים באמצעות משחקים בקונסולות/תכנות/דפדפן כדי לדעת מה קורה איתך לאחר פרידתכם או באופן כללי נגד רצונך.

## אלימות כלכלית

- מבטל את עצמאותך הכלכלית ומפתח תלות כלכלית שלך בו.
- מונע ממך גישה לאמצעים הכלכליים – מחזיק בכל הכספים שעומדים לרשות שניכם.
- עוקב אחר הפעולות שביצעת בחשבון הבנק וכרטיס האשראי האישי שלך.
- דורש לקרוא את פירוט התשלומים שביצעת עבורך באמצעות חשבון הבנק הפרטי שלך / כרטיס האשראי שרשום על שמך.
- אחרי כל קנייה שביצעת את חייבת להראות לו קבלה.
- מכריח לבחור עבורך את התחבושת/הטמפון הזול ביותר או בכלל דורש שתקני את המוצרים הזולים ביותר, ללא כל אפשרות בחירה מצדך.
- סוחט או מנצל את חשבון הבנק/כרטיס האשראי שלך למטרותיו.
- מאיים שלא יתמוך בך פיננסית.
- מאיים שלא ייתן תמיכה כלכלית לגידול הילדים לצורך קיום בסיסי.
- מאלץ אותך להעביר את משכורתך לחשבונו.
- מכריח אותך לחתום על הלוואות.
- מכריח אותך לחתום על הזמנת סחורה וחתימת ערבויות לצורך הקמת עסק שאין לך מעורבות בו.
- משאיר אותך עם חובות העסק, המשכנתא והבנק בלי להעניק תמיכה כלכלית.
- לא נותן לך כסף כדי לקנות מוצרים בסיסיים לקיום.
- מקציב את דמי כיסך – הוא מגדיר כמה כסף מותר לך להוציא.
- בן הזוג הוא האחראי היחיד על חשבונות הבית.
- מגדיר לך מה מותר ואסור לקנות במכולת/בסופר בהתאם לסכום הכסף שהוא נתן לך.
- מטיף לך כשאת לא מעוניינת להסתפק במועט ולדרוש ממך לפעול בחסכנות.
- מעקב אחר חשבון הבנק.
- פגיעה פיננסית.
- העלמת כספים.
- העברת כספים ללא ידיעתך.

- הסתרת כספים.
- מחליט עבורך על אמצעי התשלום. למשל, נותן לך רק מזומן ומונע ממך להוציא כרטיס אשראי וכספומט.
- הימנעות מתשלום מזונות.
- כופה עלייך לבטל את בעלותך על הדירה, העסק, המניות, אגרות החוב או נכסים נוספים ולהעביר את כל אלה על שמו.
- כופה עלייך להעביר את חשבון הבנק המשותף על שמו.
- כופה עלייך להעניק לו ייפוי כוח לתיקים הפיננסיים שלך.
- לא מערב אותך בהחלטות שמשפיעות על משק הבית/העסק של שניכם.
- כופה עלייך לדרוש קצבה מביטוח לאומי/קצבת אבטלה ולהשתמש בה לטובתו.
- מונע ממך למצוא מקום עבודה/לעבור למקום עבודה חדש.
- כופה עלייך באיזה תפקיד תעבדי.
- אוסר עלייך לעבוד בכלל.
- מונע ממך לרכוש תרופות שאת חייבת לקחת.



### אלימות ברכוש

- מאיים שיזרוק את הרכוש.
- מאיים שאם תצאי מהבית למפגש עם בני/ות משפחה ו/או חברות/ים, לא יהיה לך לאן לחזור.
- מסלק וזורק את רכוש הדירה שיש לך/לילדייך זיקה סנטימנטלית כלפיו – משהו שחשוב לך רגשית גם אם אין לו ערך כלכלי.
- נפטר מרכוש בניגוד לרצונך.
- מונע את הזכאות על הדירה מבני/ות המשפחה. למשל, העביר את הבעלות בדירה על שמו.
- מונע ממך את האפשרות להיכנס הביתה. למשל, לשנות את מנעול דלת הכניסה.
- מונע ממך להשתמש ברכוש המשותף לשניכם. למשל, למנוע ממך לצפות בטלוויזיה.
- משחית בצורה חלקית של חפציך בין אם הם אישיים או לא אישיים, כלי עבודה, מסמכים אישיים, דברים סנטימנטליים עבורך. למשל, קריעת תמונה או ניפוץ אגרטל שעדיין ניתן להדביק אותו, סדיקת מראה ועוד.
- הורס את חפצי הבית. למשל, מנפץ אותם בשעת כעס.
- משמיד מסמכים אישיים.
- פוגע בטובין.
- הורס מולך דברי ערך הכולל גם דברים בעלי ערך סנטימנטלי עבורך.
- יוצר נזק ברכוש המשותף.
- מחרים את תעודת הזהות, דרכון, רישיונות ותעודות נוספות שלך ושל ילדייך.
- יוצר נזק בדירה.
- מחליק את היד על השולחן ומעיף את כל מה שהיה מונח לרצפה.
- שופך את הסיר על הרצפה.
- גוזר את הבגדים שלך.
- לא נותן לך לנהוג.
- מעביר את בעלות הדירה והרכב על שמו.



- מוכר את הרכב ללא ידיעתך וקונה רכב חדש בלי להביא לך את המפתח כדי שתוכלי לנהוג בו.
- רוצח או פוצע את חיית המחמד שלך/ילדייך.



### אלימות מינית

- אונס: קיום יחסי מין ללא הסכמתך (כופה עלייך את רצונו) ואת מרגישה כנועה.
- הפיכתך מסובייקט לאובייקט – מבטל את רצונותייך ואת נהפכת לכלי שרת של רצונו.
- תוקף אותך מינית.
- קורע את איבר המין בזמן חדירה בכוח.
- נוגע בך באזורים האינטימיים ללא אישורך.
- כופה עלייך לקיים סאדו-מאזו בניגוד לרצונך.
- דורש ממך לספק אותו מינית בכל זמן שהוא חפץ לפי רצונו. למשל, לבצע מין אוראלי ("למצוץ לו") לו ברגע שהוא פוקד.
- חונק אותך במפתיע בזמן קיום יחסי מין ומאיים עלייך תוך כדי שבביל לגרום לך להרגיש קרבה למוות ושהאיומים שלו תקפים בכל עת גם כשאת הכי חשופה מולו.
- מתנהג בסדיסטיות – משפיל אותך ופועל באגרסיביות בעת קיום יחסי המין.
- דורש יחסי מין אנאליים במטרה לבזות אותך.
- משאיר אותך בכוח ערה עד שתקיימי איתו יחסי מין.
- מציק, מתחנן או מפציר בך עד שאת "נעתרת" לקיים איתו יחסי מין מכל סוג שהוא רק כדי שיניח לך. לא מוכן לקבל חוסר עניין או רצון שלך במין.
- מסרסר אותך עם חברים ומכרים שלו – גורם לך לבצע אקטים מיניים נגד רצונך עם אנשים אחרים.
- מקיים גילוי עריות עם הילדות/ים.



### אלימות פיזית

- פגיעה בגופך = פגיעה בחירותך.
- מרים יד.
- דוחף.
- סוטר.
- מכה.
- שורט.
- מכבה עלייך סיגריה.
- דוקר אותך.
- שובר לך את השיניים/העצמות.
- בועט לך בבטן, בייחוד כשנכנסת להריון ואף גרם להפלה.
- גורם לחבלה/קרעים בעור.
- גורם לפצעים.
- רודף אחרייך כשאת מנסה לנוס ממנו.
- מכריח את ילדייך לצפות בו כשהוא מכה אותך.
- חוטף את ילדייך/חיית המחמד.

- לא מאפשר לך לקחת טיפול תרופתי שאת זקוקה לו.
- מחליט עבורך מה ומתי לאכול, מתי מותר ללכת לישון ואפילו מתי להשתמש בשירותים. רוצח.

כל סוגי האלימות האלה הם סוגים שונים של עינויים בשבי משפחתי שיכולים לפתח תסמינים פסיכו-סומטיים ולפגוע באיכות חיידך. לכן, בן הזוג פוגע בשלמותך הפיזית גם אם אינו פגע בך פיזית ולכן אנו ממליצות לך בחום לצאת ממערכת היחסים הזו.

אלימות היא אין סופית מבחינת האופן שבו היא יכולה לבוא לידי ביטוי. אלימות היא לא סכסוך שיצא מכלל שליטה, זה לא שני אנשים שהתחילו להתווכח – אלא אלימות זה מנגנון שליטה, בקרה ופיקוח והיא דרך להפחיד נשים כדי לצמצם את עולמן ואת חופש הבחירה שלהן ואת חופש המחשבה שלהן.

גם אם הוא התנצל לאחר אחת או כמה מפעולות אלה, זה לא מצדיק שתישארי איתו. ההתנצלויות והרצון שלו לפצות עשויים להיות זמניים עד ההתנהגות האלימה או המכה הבאה. לאור זאת, אנחנו מבקשות ממך, אל תתני לו עוד הזדמנות. אנחנו יודעות, זה קשה בייחוד כשכבר החלטת להיכנע והנפש שלך הלכה לאיבוד בתוך המערכת יחסים הזאת, אבל אנחנו מאמינות שהגיע הזמן שתמצאי אותה חזרה. אל תפחדי, פני לארגונים שמתוארים במדריך והם ישמחו לעזור לך.

חשוב מאוד שתדעי: נפגעות אלימות מינית ואלימות במשפחה פטורות מתשלום בפנייה לחדר מיון לכל טיפול באשר הוא ולכן אין צורך לטופס 17 (סידור התחייבות מקופת חולים).

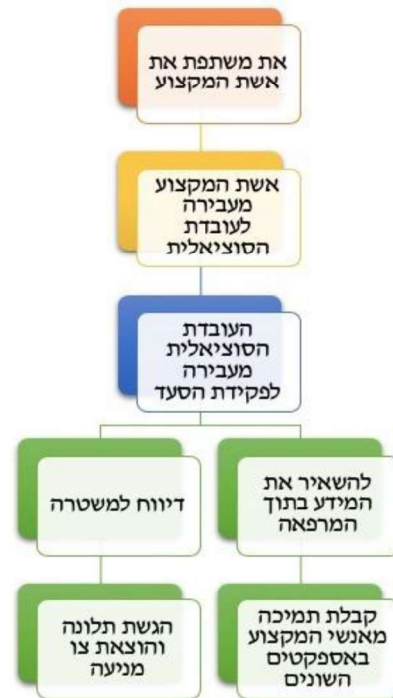
בית החולים מחויב לדווח למשטרה על כל מקרה של אלימות פיזית ומינית אשר מגיע לטיפול.

### **! זכויות המטופלים והמטופלות בעת תהליך הבדיקה הרפואית:**

- קיימת זכות לשמירה על סודיות מוחלטת לאורך כל התהליך, על פי חוק.
- אם את הולכת לרופא/ה בקופת החולים הי/וא אינו/ה מחויב/ת לדווח למשטרה על אלימות שאת סובלת ממנה, אלא רק ליידע אותך שיש לך את האופציה להתלונן בפניהן/ם.
- אם תגיעי לחדר מיון בבית החולים, בית החולים מחויב לדווח למשטרה על כל אירוע אלימות מינית ופיזית אשר מגיע לטיפולו – אך זכותה של כל מטופלת לא להגיש תלונה ולא לתת עדות במקום. ניתן במידה ותרצי להגיש תלונה בבית החולים או בתחנת המשטרה גם במועד מאוחר יותר.
- קיימת זכות לקבל מידע על ההליכים הבירוקרטיים והרפואיים הצפויים בכל שלב בתהליך הרפואי.
- קיימת זכות לליווי על ידי בתן/ משפחה, חברה/ או מלווה אחר/ת (למשל ממרכז הסיוע לנפגעות ולנפגעי תקיפה מינית) בכל פגישה עם רופא/ה ובעת קבלת כל טיפול רפואי.
- בכל שלב בתהליך הבדיקה הרפואית, את יכולה לבקש לעצור או להגיד שאינך מעוניינת, הבחירה בידיך. מכיוון שבדיקה ותיעוד הממצאים יכולים לשמש אותך בעתיד כראייה, אנו ממליצות לך להיבדק במלואה.

### **נוהל הטיפול**

כשאת מגיעה לטיפול בין אם זה אצל רופא/ה מכל סוג שהוא, מרפא/ה בעיסוק, פיזיותרפיסט/ית ועוד ואת משתפת את מערכת היחסים האלימה שלך עם בן הזוג או שהרופא/ה או המטפלת/ת שמים לב לסימנים פיזיולוגיים על גופך, יש להם מחויבות לכתוב זאת במערכת הפנימית של המרפאה. כלומר, הן/ם מיידעות/ים את העובד/ת הסוציאלית שעובד/ת במרפאה שאליה הגעת שתפקידו/ה להעביר את המידע לפקיד/ת הסעד. נוהל זה קיים גם במחלקת יום בבית חולים.



## איך אנשי/נשות המקצוע יתייחסו למה שתגידי?

**לבדוק חשיפה לאלימות** – איש/אשת המקצוע י/תברר את מצבך לפי שאלון רפואי שמפורט בהמשך.

**להקשיב** – איש/אשת המקצוע רוצה לסייע לך והו/יא כאן בשבילך, לכן אל תרגישי לא בנוח אם תראי שיש עומס במרפאה או כמות רבה של מטופלות/ים. איש/אשת המקצוע מפנה את זמנה עבורך ותפקידה הוא גם לדחות מטופלים אחרייך, לכן נצלי את הזמן שניתן לך כדי למצות את הסיוע שאת יכולה לקבל עד תום.

**לעמוד לצידך** – אל תחששי שתשמעי ביקורת כלפיך מהצוות הרפואי, הן/ם מאמינות/ים לך, ורק רוצות/ים לעזור לך.

**להעריך סיכון מיידי** – הו/יא י/תרצה להעריך את רמת הסיכון שבה את נתונה כשאת נמצאת כרגע במערכת יחסים עם בן זוג שמתעלל בך.

## איך זה עובד?

1. איש/אשת הצוות הרפואי י/תשאל אותך כדי להעריך את מצב הסיכון שעמו את מתמודדת בהתאם לשאלון הבא:

אל: מרכז ועדת אלימות - בי"ח / לשכת בריאות מחוזית/ מחוז קופת חולים תאריך: \_\_\_\_\_  
 מאת: \_\_\_\_\_ מסגרת/מחוז: \_\_\_\_\_

**הנדון: הודעה על חשד לאלימות במשפחה (בגירים, קטינים, חסרי ישע, זקנים) ותקיפה מינית**

**פרטים על הנפגע/ת:**

ת.ז. \_\_\_\_\_ שם משפחה \_\_\_\_\_ פרטי \_\_\_\_\_ מין: זכר/ נקבה  
 ת.לידה \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ ארץ לידה \_\_\_\_\_ ש. לידה \_\_\_\_\_ ש. עליה \_\_\_\_\_ דת: \_\_\_\_\_  
 כתובת \_\_\_\_\_ טלפון: \_\_\_\_\_ -  
 איתור ראשוני  איתור חוזר

**סוג הפגיעה:**

1. מינית
2. פיזית
3. הזנחה/מניעת טיפול
4. נפשית
5. הטרדה מאיימת
6. התעמרות כלכלית ו/או מניעת זכויות
7. תקיפה מינית בידי זר

**תאור הפגיעה:**

\_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_

**סיבת הפניה: המוצהרת למסגרת הרפואית: (יש להיעזר בדף עזר למילוי סיבת הפניה - מצורף כנספח 1)**

1.  חבלות / כוויות
2.  מיילדות וגינקולוגיה
3.  פגיעה מינית
4.  תסמינים פנימיים
5.  תסמינים נפשיים (כולל נסיונות אוכדניים והתמכרויות)
6.  סימנים להזנחה
7.  מעקב (רפואי/תרופתי/הריון/ התפתחות הילד)
8.  אחר (פרט): \_\_\_\_\_

**לבתי חולים בלבד:**

האם היה אשפוז לצורך הגנה? כן/ לא  
 במידה והיה אשפוז - ציין מספר ימים: \_\_\_\_\_

**הגורם הפוגע/ת:**

1.  בן /בת הזוג (כולל פרוז, גרוש)
2.  הורה (אב/אם)
3.  בן/בת של הקורבן
4.  בן משפחה אחר
5.  אדם אחראי: עובד מוסד, מטפל, משפחה אומנת ועוד
6.  אדם מוכר שאינו בן משפחה
7.  אדם זר
8.  אין מידע

**מסגרת האיתור וההתערבות הראשונית**

**בנפגע/ת:**

- בי"ח \_\_\_\_\_  
 חזר מיון  
 מחלקות אשפוז (פרוט)  
 מרפאות חוץ (פרוט)  
 מרכזים לטיפול בתקיפה מינית בבי"ח  
 קהילה \_\_\_\_\_  
 מרפאות קופת חולים  
 מוקדים לרפואה דחופה  
 מכונים להתפתחות הילד  
 תחנות טיפת חלב  
 יהודות לטיפול בית  
 תחנות לבריאות נפש  
 לשכות בריאות: \_\_\_\_\_  
 אחר (פרוט): \_\_\_\_\_

**הגורם המאתר: פרוט:**

- רופא  
 אחות  
 עו"ס  
 פזיותרפיסט  
 עובד רנטגן  
 טיפת חלב

פרא רפואי אחר

גורם אדמינסטראטיבי

**הפניה להמשך טיפול:**

**פרוט:**

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

1. משטרה
2. פקיד סעד
3. שירותי רווחה בקהילה
4. מרכז למניעת אלימות
5. מרכז סיוע לנפגעי תקיפה מינית בקהילה
4. מרכז לטיפול בתקיפה מינית בבית חולים
6. גורם מטפל בקופ"ח:
7. שירותי בריאות הנפש
8. טיפול פרטי/ שב"ן
9. אחר (פרוט):
10. לא הופנה / סירוב להפניה

שם ממלא/ת הטופס:	מסגרת:	תפקיד:
טלפון:	חתימה:	
<b>*במידת וממלא הטופס אינו הגורם המאתר נא לציין פרטי הגורם המאתר:</b>		
שם:	מסגרת:	תפקיד:
טלפון:		

<b>באם נמסרה הודעה למשטרה / פקיד סעד * (מחק את המיותר *):</b>			
פרטי מוסר ההודעה:	שם	תפקיד	
פרטי מקבל ההודעה:	שם	כתובת	תפקיד
מועד מסירת ההודעה:	שנה	חודש	יום שעה

**לגבי נשים נפגעות אלימות בלבד:**

<b>יידוע מטופל על אפשרויות סיוע בנושא אלימות במשפחה [תקנה 3(ב)]</b>			
ביום ____/____/____ יידעתי את גב'מר _____ על כך שבאפשרותה/ו לפנות לתחנת משטרה, למחלקה לשירותים חברתיים ולמרכז לטיפול ומניעת אלימות במשפחה, ונתתי לה/לו כתובת ומספרי טלפון ליצירת קשר עם גורמי הטיפול האמורים, לפי רשימה שהפני משרד הבריאות.			
4			



**נספח 1 - דף עזר למילוי סיבת הפניה המוצהרות של הנפגעת/למסגרת הרפואית:**

<b>תסמינים פנימיים:</b>		<b>חבלות:</b>	
<input type="checkbox"/>	30. מחלה כרונית לא מאוזנת	<input type="checkbox"/>	1. פגיעת ראש
<input type="checkbox"/>	31. כאב כרוני	<input type="checkbox"/>	2. פגיעת על הפנים (עיניים, לסת/אף שבור, שפה פצועה וכו')
<input type="checkbox"/>	32. זיהומים	<input type="checkbox"/>	3. חבורות או חתכים באזור הצוואר
<input type="checkbox"/>	33. חולשה/ התעלפות	<input type="checkbox"/>	4. חבורות המופיעות בקבוצות בשלבים שונים של ריפוי
<input type="checkbox"/>	34. סימפטומים במערכת העיכול	<input type="checkbox"/>	5. חבורות בצורה של חפץ (כגון כף יד, לפיתה וכו')
<input type="checkbox"/>	35. סימפטומים במערכת הנשימה	<input type="checkbox"/>	6. שריטות או סימני רצועות
<input type="checkbox"/>	36. סימפטומים במערכת קרדיו-וואסקולארית	<input type="checkbox"/>	7. כוויות (למשל: סיגריות, מגהץ, נזל חם וכו')
<input type="checkbox"/>	37. סימפטומים במערכת הנורולוגית	<input type="checkbox"/>	8. סימני נשיכות (בגודל של פה מבוגר)
<input type="checkbox"/>	38. התייבשות או תת-תזונה	<input type="checkbox"/>	9. נקע / סדק / שבר
<input type="checkbox"/>	39. פצעי לחץ	<input type="checkbox"/>	10. ריבוי שברים או שברים בשלבי החלמה שונים
<input type="checkbox"/>	40. אנמיה	<input type="checkbox"/>	11. ציפורניים שבורות
<input type="checkbox"/>	41. תלונה על כאב אחר:	<input type="checkbox"/>	12. סימני קרחה
		<input type="checkbox"/>	13. אחר:
<b>שינויים נפשיים והתנהגותיים:</b>		<b>גניקולוגיה ומיילדות:</b>	
<input type="checkbox"/>	42. סימפטומים של דיכאון	<input type="checkbox"/>	14. כאב או גירוי באזור איבר המין
<input type="checkbox"/>	43. סימפטומים של חרדה	<input type="checkbox"/>	15. זיהומים ומחלות מין
<input type="checkbox"/>	44. מצב בלברלי / אי התמצאות	<input type="checkbox"/>	16. סימני טראומה באזור איבר המין
<input type="checkbox"/>	45. נסיון אובדני	<input type="checkbox"/>	17. כאבים בזמן מגע מיני
<input type="checkbox"/>	46. התמכרויות שונות (סמים אלוהול)	<input type="checkbox"/>	18. הפרעות במחזור החודשי
<input type="checkbox"/>	47. הפרעות אכילה	<input type="checkbox"/>	19. בעיות פוריות
<input type="checkbox"/>	48. הפרעות שינה	<input type="checkbox"/>	20. הריון
<input type="checkbox"/>	49. אחר:	<input type="checkbox"/>	21. הריון לא רצוי
<b>סימנים להזנחה:</b>		<input type="checkbox"/>	22. לידה
<input type="checkbox"/>	50. פצעים וזיהומים שאינם מטופלים	<input type="checkbox"/>	23. דמום/הפלה/לידה מוקדמת
<input type="checkbox"/>	51. אי קבלת עזרים רפואיים הנחוצים	<input type="checkbox"/>	24. מעקב הריון מאוחר/לא סדיר
<input type="checkbox"/>	52. מצב היגייני ירוד	<input type="checkbox"/>	25. סיבוכי הריון
<input type="checkbox"/>	53. לבוש בבגדים שאינם תואמים את עונת השנה	<input type="checkbox"/>	26. פגיעות בעובר
<input type="checkbox"/>	54. עייפות תמידית	<input type="checkbox"/>	27. אחר:
<input type="checkbox"/>	55. אי קבלת תרופות או קבלת יתר	<input type="checkbox"/>	28. אחר:
<b>פניה לשם מעקב:</b>		<input type="checkbox"/>	<b>פגיעה מינית</b>
<input type="checkbox"/>	56. פניה לשם מעקב תרופות/התפתחות הילד/הריון או מעקב אחר:		29. פגיעה מינית /אונס

**נספח 2: לשימוש באיתור מקרי אלימות בין זוגית בלבד!**

**כלי להערכת מסוכנות לאלימות בין בני זוג \***

להלן כלי להערכת מסוכנות לנשים נפגעות אלימות בין זוגית. יש לסמן את גורמי הסיכון שמתקיימים. כאשר קיים גורם סיכון יש לתת לו את הערך שמצוין לידו, כאשר הגורם אינו קיים יש לתת לו את הערך "0". בסיום, יש לסכם את ערך הנקודות של כל גורמי הסיכון יחדיו. יתקבל ציון מסוכנות שנע בין 0-36. ציון הגבוה מ-10 מעיד על סיכון גבוה. ציון הגבוה מ-20 מעיד על סיכון גבוה מאוד!

מאפייני הדינמיקה הזוגית	מאפייני רקע של התוקף	אלימות בהורה או בעבר
1 קנאה קיצונית	1 התמכרות	1 הסלמה לאחרונה
1 רכושנות קיצונית	3 עבריינות אלימה	3 אלימות המורה בעבר
1 הגבלת פעילות (stalking)	1 קיום נשק חם	1 אלימות כלפי ילדים
	1 פסיכופתולוגיה	1 אלימות כלפי אחרים/בע"ח
	1 אבטלה	
מצב הקורבן	מצב נפשי /רגשי של התוקף	איומים לפגיעה
3 נחושה לבצע פעילות לשינוי	3 חווית אובדן קשה	3 איומים קונקרטיים
1 חשה סכנה לחייה	2 העדר אלטרנטיבה לאובדן	2 איומי רצח חדישים
2 לא חופשייה להתגונן	1 עיסוק אובססיבי באישה	1 מימוש איומים בעבר

\* ד"ר אורלי אינס  
ציון כולל \_\_\_\_\_

- קחי בחשבון שהו/יא גם י/תשאל על מצב ילדייך, אנו ממליצות שתעני להו/ בכנות כדי שהו/יא י/תוכל לעזור לך עד כמה שניתן.
2. הו/יא י/תשאל – האם ברצונך להתלונן במשטרה או שהמידע יישאר כחלק מחסיון רפואי בתוך המרפאה? ההחלטה היא שלך אם להתלונן למשטרה או לא, שימי לב שכל מידע שאת מוסרת יכול לעזור לך בבית משפט בעתיד בין אם תמסרי למשטרה ובין אם לא.
3. העובד/ת הסוציאלי/ת י/תשב אתך וי/תפרט לך את כל הזכויות והדרכים שאפשר לסייע לך בהן לפי מצבך כמו שפרטנו במדריך זה.
- אלו אנשי/נשות מקצוע עם ניסיון רב במקרים הללו ולכן גם אם תחליטי להסתיר, הן/ם כבר ישימו לב שמהו לא כשורה. לאור כך, אנו ממליצות שתשתפי כי גם ככה הבחירה נשארת בידייך, אם להתלונן או לא.**
4. לאחר ששיתפת ותיארת לעומק את מצבך, הצוות הרפואי ילווה אותך בכל התהליך, אך הפנייה תעשה דרכך (אל תשכחי אף פעם, את לא לבד, תמיד תהיה לך אוזן קשבת ולמי לפנות) ועומדות מולך מספר אופציות (את יכולה חלק או את כולן):
- העובד/ת הסוציאלי/ת שברווחה – תהליך הפנייה מפורט בפרק זכויות כלכליות.
  - משטרה – תהליך הפנייה למשטרה מפורט בפרק משטרה.
  - קו חם לנשים נפגעות אלימות – מספרי הטלפון מופיעים בתחילת המדריך ובסופו.
  - המוקד העירוני.
  - מקלטים לנשים נפגעות אלימות – כשאת מרגישה שחיך בסכנה (כמו גם חיי ילדייך) – מתואר בפרק אפשרויות מגורים.
5. אף אחת/ד לא י/תאלץ אותך להתחיל לפעול באותו רגע ששיתפת, את זו שבחרת את הזמן שמתאים לך. את יכולה גם בפעם הבאה שתגיעי למרפאה להתחיל לפעול בנושא. ההמלצה שלנו, תתחילי לטפל בזה כמה שיותר מהר כדי לקצר את הסבל שלך.



### אלימות והשפעתה על בריאות

מחקרים רבים אשר נערכו ברחבי העולם יצרו גוף ידע המוכיח בבירור שחיים במצב של אלימות מתמשכת גורמים לנשים נזקים פיזיולוגיים ונפשיים בטווח המיידי ובטווח הארוך. כדי למנוע את התסמינים הבאים אנו ממליצים שלא תזניחי את עצמך ותלכי לטיפול רפואי ופסיכולוגי כמה שיותר מהר. הגוף שלך סופג את הטראומה ולעיתים מבטא אותה בצורה פיזית (פסיכו-סומטי). תוכלי לבדוק אם את סובלת מאחד או יותר מהתסמינים בשאלון שמופיע למעלה.



אם את בהריון או חושבת להיכנס להריון, חשוב שתדעי שמציאות זו עלולה גם לגרום לסיבוכי ההיריון ואף פגיעה/ות בלתי הפיך/ות בעובר או התינוק/ת, להלן מספר דוגמאות:

- איחור בגדילה.
- הפלות.
- נזק בלתי הפיך שהצוות הרפואי מחליט על הפסקת הריון.
- זיהומים שונים הכוללים מחלות המועברות במגע מיני.



**עובדים/ות סוציאליים/ות האחראיים/ות לטיפול באלימות במשפחה בקופת חולים מכבי :**

מחוז	שם העובדת הסוציאלית	טלפון
מחוז צפון	עו"ס אורלי לביא	04-8351111
מחוז שרון	עו"ס תמר בן עמי	09-7478130
מחוז מרכז	עו"ס הילה שפירא	03-6461515
מחוז ירושלים והשפלה	עו"ס שרית אלמליח	02-5940444
מחוז דרום	עו"ס הדס שפר	08-6891855

**עובדים/ות סוציאליים/ות בקופת חולים מאוחדת :**

תפקיד	שם	טלפון
עובד סוציאלי ראשי	ישי קום	03-5223133
מחוז צפון	עו"ס מירה הורוביץ	04-8612320
מחוז מרכז	עו"ס אלונית טל	03-7794433
מחוז ירושלים	עו"ס עידו רוט	02-5652507
מחוז דרום	עו"ס אסנת קרני	08-6796658

[לעובדים/ות סוציאליים/ות בקופת חולים כללית](#)

[לעובדים/ות הסוציאליים/ות בקופת חולים לאומית](#)



## אפשרויות מגורים

אם את סובלת מאלימות מבן זוגך, את ככל הנראה חושבת על אפשרות למגורים מחוץ לבית המשותף איתו. להלן נציג לך את האפשרויות העיקריות העומדות בפניך ואת הזכויות השונות הקשורות בהן:

מקלט לנשים נפגעות אלימות (נפרט על הזכויות השונות המגיעות לך במהלך השהות במקלט ולאחר עזיבתו).

דירת מעבר.

סיוע בשכר דירה למי שגרה בשכירות פרטית (גם בדירה בבעלות משותפת עם בן הזוג).



## מקלטים לנשים נפגעות אלימות

המקלט הוא מסגרת חוץ-ביתית המיועד לנשים שאינן יכולות להישאר בביתן מפאת סכנה פיסית או נפשית הנשקפת לחייהן מצד בן זוגן. כל מקלט מיועד ל-12 נשים וילדיהן בו זמנית. המקלט נועד לספק מענה מידי, הגנה פיזית וביטחון נפשי לך ולילדייך באמצעות ליווי, תמיכה, טיפול סוציאלי, יעוץ וייצוג משפטי. חלק מהמקלטים מותאמים תרבותית לאוכלוסיות מיוחדות כגון חרדיות, דתיות, ערביות ועוד (העמותות מפורטות בסוף המדריך).

עם כניסתך למקלט, המקלט חותם איתך על חוזה שבו את מתחייבת לכל מיני דברים, כגון: לא לחשוף דברים שקורים במקלט, לא לעסוק בזנות, לא להשתמש בסמים ועוד. בתקופת שהייתך במקלט, המקלט בקשר עם משרד הרווחה, והם ביחד מלווים אותך בתהליך והטיפול שאת מקבלת. שהייתך במקלט תהייה מסובסדת על ידי המדינה, גם מבחינת שכירות, בית ספר לילדים/ות, הדברים היומיומיים שאת משתמשת בהם כגון שמפו, תחבושות וכו'. חשוב לדעת שגם אם במהלך שהייתך במקלט נזקקת לאבחון מסוים או נזקקת ללכת לבית חולים, המקלט מסבסד גם את זה. 😊 תקנון העבודה הסוציאלית של משרד הרווחה מגביל את האפשרות לקבל למקלטים נשים בעלות אחד או יותר מהמאפיינים שיפורטו להלן, ומאפשר את קבלתן רק בתנאים מסוימים:

- נשים העוסקות בזנות תתקבלנה רק לאחר התחייבות שלא לעסוק בכך בעת השהות במקלט.
- מכורות לסמים ולאalkohol תתקבלנה רק בתנאי שאינן משתמשות כיום בחומרים פסיכו-אקטיביים ונתונות בטיפול או במעקב של מומחה/ית להתמכרויות.
- נשים המאובחנות כחולות נפש על-ידי מערכת הבריאות תתקבלנה למקלט רק אם מחלתן בנסיגה (רמיסיה) ועם חוות דעת כתובה של הרופא/ה המטפלת.
- נשים עם פיגור שכלי המאובחנות על-פי חוק תתקבלנה למקלט רק אם לפי האבחון הן ברמת תפקוד של פיגור קל.
- נשים המעוניינות להגיע למקלט עם יותר משלושה ילדים/ות.
- נשים עם ילדים/ות מתבגרים/ות מעל גיל 11.
- נשים שלילדיהן יש צרכים מיוחדים.
- נשים שחולות במחלות מדבקות פעילות לא תתקבלנה למקלט כלל.

הפנייה למקלט יכולה להיעשות באמצעות:

(1) המחלקות לשירותים חברתיים ברשויות המקומיות. [לאתר מחלקת הרווחה הקרובה למקום](#)

[מגוריך](#).

(2) המרכזים לטיפול ומניעת אלימות במשפחה ברשויות המקומיות. [רשימת מרכזי הטיפול](#).  
(3) אחד מהארגונים והמוסדות הבאים, בשיתוף עם המחלקה לשירותים חברתיים ברשות המקומית:


- משטרת ישראל, מוקד 100.
- בתי חולים ומרפאות קופות החולים.
- את יכולה להתקשר לאחד הארגונים הנותנים שירות לנשים נפגעות אלימות והם יעזרו לך בזה- מספרי הטלפון שלהם מצורפים בהמשך המדריך.


**חשוב לדעת: בתקופת שהייתך במקלט ותקופה מסוימת לאחריה, לא ייפתחו תיקים בהוצאה לפועל ולא תיגבה ממך ריבית פיגורים על חובות קיימים.** ⚠️

 **אם בחרת לשהות במקלט כדאי שתכירי את הזכויות שמגיעות לך**



הבטחת הכנסה היא גמלה משולמת לכל אישה ומשפחה בישראל שאין בכוחה להבטיח לעצמו/ה הכנסה מספקת למחייה. קיימים שני סוגים:

 **גמלה מלאה** – משולמת למי שאין ל/ה באופן זמני או קבוע הכנסה מעבודה (חולות/ים, נכות/ים, נפגעים/ות עבודה או מובטלים/ות) והו/יא לא זכא/ית לקצבאות אחרות.

 **גמלה חלקית** – "השלמת הכנסה", משולמת למי שהכנסת/יה מעבודה או ממקור אחר (קצבאות נכסים או פיקדונות) נמוכה מרמת ההכנסה הקבועה בחוק.



הבטחת הכנסה לנשים השהות במקלט

אם את שוהה במקלט לנשים נפגעות אלימות, את עשויה להיות זכאית לגמלת הבטחת הכנסה גם אם לא היית זכאית לה לפני כניסתך למקלט.

**הזכאות שלך אינה מותנית בהתייצבות בלשכת התעסוקה!** 🇮🇱

**מי זכאית?** 🧑

אם את שוהה במקלט לנשים נפגעות אלימות מעל חודש ימים ועונה על שלושת הקריטריונים האלו:  
(1) **תושבת:** אם את נחשבת לתושבת ישראל לפחות שנתיים.

אם את תושבת ישראל פחות משנתיים, עדיין תוכלי להיות זכאית אם את או בן זוגך עונים על אחד מהסעיפים הבאים:

א. מקבלת/ת מהביטוח הלאומי אחת מהקצבאות האלה:

- זקנה.
- שארים.
- נכות מעבודה.

- קצבה לבני/ות משפחה של מי שנפטרה/ה מתאונת עבודה.
  - תגמולים למתנדב/ת שנפגעה/ה במהלך התנדבות/ה.
  - ב. עולה חדשה/ה השוהה בארץ לפחות שנה (לא חייב ברציפות) ועדיין לא חלפו 5 שנים מיום עלייתה/ה.
  - חד הורית.
  - נפרדת מבן/ת זוג/ה.
  - חולה.
  - בהריון.
  - נגמלת מסמים (גם מוסד לגמילה נחשב).
  - תושבת/ת חוזרת - תיחשב גם התקופה שהתגוררה בארץ כתושבת/ת לפני שעזבה אותה.
- (2) גיל:
- ג. אם יש לך ילד/ה אחד/ת לפחות, את זכאית לקבל את הקצבה בכל גיל.
  - ד. אם אין לך ילד/ה ומלאו לך 20.
  - ה. בנסיבות מיוחדות, תוכלי לקבל הבטחת הכנסה מגיל 18 אם את:
  - חולה.
  - בהריון.
  - נגמלת מסמים ואלכוהול.
  - לומדת באולפן.
  - משתתפת בתוכניות שיקומיות מאושרות.
- (3) הכנסות ונכסים עד רף מסוים:
- סכומים שלא יובאו בחשבון:
- את מקבלת גמלת סיעוד.
  - את מקבלת גמלת ניידות.
  - את מקבלת קצבת שירותים מיוחדים.
  - את מקבלת גמלת ילד/ה נכה.
  - את מקבלת קצבת ילדים/ות.
  - את אלמנה או יתומה ומקבלת דמי מחייה.
  - יש לך נכות עבודה ואת מקבלת קצבה מיוחדת.
  - את מוכרת כנוקקת ומקבלת קצבה ו/או הטבה.
  - את חסידת אומות עולם ומקבלת קצבה מהקונגרס הציוני העולמי.
  - תמיכה כספית קבועה שאת רוצה והיא ניתנת ללא תמורה מבני/ות משפחתך או עמותות וגורמי קהילה נוספים.
- חשוב:** סכומי תמיכה גבוהים בצורה משמעותית עלולים לפגוע בזכאות שלך לקבל הבטחת הכנסה. ⚠

[חישוב ההכנסות והשפעתן על סכום הקצבה](#) ⚠

**אם היית זכאית לגמלה בחודש שקדם לכניסתך למקלט:**

1. במקרה שלך את תהייה זכאית לגמלה גם אם שהית פחות מחודש במקלט.  
מנהלת המקלט /תיידע במיידית את מנהלת מחלקת הבטחת הכנסה בסניף הביטוח הלאומי הסמוך למקלט בדבר תאריך כניסתך למקלט.
2. הכתובת במקלט תעודכן ככתובת חסויה.
3. עילת הזכאות תוחלף. למשל, אם את שוהה פחות מחודש ואת צריכה לקיים עילת "דורשת עבודה" - ימים אלה ייחשבו כימי אי התייצבות מוצדקים.
4. זכאותך לגמלה תימשך על פי הנוהל כפי שהיה עד כה.

**אם לא היית זכאית לגמלה טרם כניסתך למקלט:**

- במקרה שלך את יכולה להגיש תביעה אחרי 25 ימי שהייה במקלט ולבד שיש צפי להישארותך במקלט מעל 30 יום.
1. מנהלת המקלט /תיידע באמצעות פקס/דואר אלקטרוני את מנהלת מחלקת הבטחת הכנסה בסניף הסמוך למקלט בדבר תאריך כניסתך למקלט.
  2. מנהלת מחלקת הבטחת הכנסה /תשלח לדואר האלקטרוני/הפקס של המקלט תוך יומיים טופס תביעה אישי בצירוף מכתב דרישת מסמכים נלווים.
  3. את המסמך תמלאי בליווי עובד/ת המקלט ותשלחי אותו בדואר האלקטרוני/הפקס של המקלט ישירות למנהלת מחלקת הבטחת הכנסה ישירות לביטוח הלאומי.
- את יכולה לשלוח את הטופס לביטוח לאומי גם אם עדיין חסרים מסמכים נלווים. את תמיד תוכלי להשלים ולשלוח בהמשך את המסמכים החסרים.**
4. הזכאות לגמלה תיבחן מהחודש שבו התקבל הטופס בסניף הביטוח הלאומי ובכפוף לכך שבחודש זה ימלאו 30 ימים לשהותך במקלט. עילת הזכאות במקרה זה - אישה במקלט.
- הספירה תחל מהראשון לחודש להגשת המסמכים הנדרשים לביטוח הלאומי (גם אם הם הוגשו באמצע החודש, ספירת הימים וחישוב הבטחת הכנסה תהיה רטרואקטיבית לתחילת החודש – אם הגשת ב-10/7/20 הם ימנו את הימים מה-1/7/20).**
- חשוב לדעת: על פי חוק הבטחת הכנסה אי אפשר לאשר זכאות באופן רטרואקטיבי לחודשים שקדמו לחודש הגשת תביעה. לכן חשוב שהטופס יימסר בחודש שבו מלאו 30 ימי שהייה במקלט (ולא בחודש שלאחר מכן).**
5. ברגע שביטוח לאומי יגיע להחלטה חיובית/ שלילית, את תקבלי אוטומטית מסרון לטלפון הנייד שלך ומכתב שישלח בדואר ישראל לכתובת המקלט שבו הם ינמקו את ההחלטה. בנוסף, פקיד/ת התביעות /תשלח למקלט בדואר אלקטרוני או בפקס העתק ממכתב התשובה.
  6. פקיד/ת התביעות /תנפיק לך מפרעה לפי הצורך.
  7. חובתך לדווח לביטוח לאומי ישירות או באמצעות הדואר האלקטרוני/הפקס של המקלט על שינויים החלים במהלך השהות במקלט ובניהם:
    - אם את עובדת.
    - הילדות/ים התחילו לגור איתך במקלט.
    - הילדות/ים עזבו את המקלט.

### אם את זכאית לגמלה ורצית לעזוב את המקלט:

1. מנהלת המקלט י/תדווח במיידית על עזיבתך ויעדכן את ביטוח הלאומי בכתובת עתידיית ומספר הנייד.
2. עובדת המקלט תפנה אותך אל פקיד/ת הבטחת הכנסה כדי שתדריך אותך לפני עזיבתך על תנאי הזכאות המגיעים לך מרגע יציאתך מהמקלט.
3. מבחן תעסוקה – אם תחויבי בעשיית מבחן זה, גמלת "שיקול דעת" תינתן בחודש הראשון ליציאתך מהמקלט ובחודש לאחר מכן תבצעי את המבחן. למשל, אם נכנסת למקלט ב-7.4 והגשת עבודה תביעה להבטחת הכנסה ב-2.5. לאחר מכן, נמסר שיצאת מהמקלט ב-10.5 ובעצם שהית במקלט מעל חודש:
  - א. חזרת לגור עם בן זוגך – תיבחן זכאותך בחודש מאי יחד עם בן הזוג, או כנפרדת, בהתאם לנסיבות.
  - ב. עברת לגור בדירת מעבר או דיור עצמאי ללא בן זוג – תאושר זכאותך בחודש מאי בעילת "שיקול דעת" והיא תודרך להמשך זכאות מחודש יוני.
4. פקיד/ת הבטחת הכנסה י/תנפיק מפרעה- רק בתנאי שכשגרת במקלט קיבלת את גמלה זו באופן שוטף.

### **שימי ❤️: את יכולה לקבל סיוע מצוות המקלט בהגשת התביעה לגמלה 📄**

אם אינך שוהה במקלט לנשים נפגעות אלימות תהיי זכאית לגמלת הבטחת הכנסה לפי הקריטריונים שחלים על כל אישה אחרת בישראל. למידע על הקריטריונים ועל תהליך בקשת

הגמלה [לחצי כאן](#) .

לחשוב סכום הקצבה לה את זכאית [לחצי כאן](#) .

### **אם היית עובדת לפני כניסתך למקלט כדאי שתכירי את הנהלים הבאים**



#### **היעדרות מהעבודה של עובדת השוהה במקלט**

אם עבדת חצי שנה רצופה או יותר אצל אותו מעסיק/ה או באותו מקום עבודה ונאלצת לשהות במקלט לנשים נפגעות אלימות, את זכאית להיעדר מהעבודה למשך 6 חודשים מתוך 12 החודשים (חצי שנה) שלאחר תחילת שהותך במקלט. תקופת היעדרות זו תיחשב כחופשה ללא תשלום, זאת אומרת שהיא לא תילקח בחשבון בעת חישוב זכויות התלויות בוותק. כגון, דמי הבראה, חופשה שנתית, או ימי מחלה וכו'.

#### **מה צריך לעשות?**

- 1) עלייך למסור למעסיק הודעה שבה את מבקשת לממש את זכאותך להיעדר מהעבודה בשל שהותך במקלט לנשים נפגעות אלימות. את ההודעה יש לשלוח במועד סמוך ככל האפשר לתחילת היעדרותך מהעבודה, בכל דרך שתתאפשר לך בנסיבות העניין.
- 2) בתוך 14 ימי עבודה מתחילת היעדרות, עלייך להעביר למעסיק אישור מאת המחלקה לשירותים חברתיים את הטופס הזה:

בדבר היעדרות מן העבודה בתקופת שהייה במקלט לנשים מוכות לפי סעיף 7(ג)5 לחוק עבודת נשים, תשי"ד-1954.

אני הח"מ

שם פרטי ושם משפחה מס' זהות

מען

מאשרת, בתוקף תפקידי כ..... בלשכת הסעד / משרד

העבודה והרווחה..... כי הגב' .....

שם פרטי ושם משפחה מס' זהות

שהתה במקלט לנשים מוכות, מיום.....

(טרם נקבע מועד סיום השהייה)

וכי השהייה כאמור היא - בהתאם להפנייתי מראש מיום. בהתאם לאישור שנתתי בדיעבד ביום לאחר שביקרתי אישית במקלט. לענין אישור זה, "מקלט לנשים מוכות" - מקום שבו שוהה אישה מוכה מחשש לחייה או לחיי ילדה, לרבות מקום כאמור שאינו נתמך בידי המדינה או בידי רשות מקומית.

.....

.....

.....

חותמת

חתימת הגורם המאשר

תאריך

3) בתום תקופת היעדרות מהעבודה (עד 6 חודשי היעדרות), את צריכה להציג למעסיק את המסמכים הבאים:

• הצהרה על פי טופס זה:

לענין היעדרות מן העבודה בתקופת שהייה במקלט לנשים מוכות לפי סעיף 7(ג)5 לחוק עבודת נשים, תשי"ד-1954.

אני הח"מ

שם פרטי ושם משפחה מס' זהות

מען

מודיעה בזה כי נעדרתי מן העבודה מיום..... עד יום.....

ומצהירה כי בתקופת היעדרותי האמורה שהיתי במקלט לנשים מוכות, בהתאם לאישור לשכת סעד / משרד העבודה והרווחה\*, המצורף להודעה זו.

.....

חתימת העובדת

תאריך

יחד עם הטופס הנ"ל יש לצרף שוב את האישור מהמחלקה לשירותים חברתיים על פי הטופס שנשלח בתוך 14 ימי היעדרות (הטופס הראשון), אך הפעם יש לציין את המועד לסיום השהייה במקלט.

## **הגבלת פיטורים לנשים השוהות במקלט לנשים נפגעות אלימות**

בתקופה שבה את רשאית להיעדר מעבודתך עקב שהייתך במקלט וכן במשך 3 חודשים (90 ימים) מכן, אין לפטר אותך, ואין לפגוע בהיקף משרתך או בהכנסתך, ואין לתת לך הודעה מוקדמת לפיטורים בתקופות אלה.

**אם המעביד/ה רוצה לפטר אותך** בזמן שאת שוהה במקלט – הו/יא חייב/ת להגיש בקשה להיתר פיטורים או פגיעה בהיקף משרה לפי חוק עבודת נשים. אם את לא מסכימה לפיטורין, את יכולה לערער על ההחלטה לבית הדין האזורי לעבודה בתוך 45 ימים (חודש וחצי) מיום החלטת הממונה.

**אם את רוצה להתפטר מהעבודה** – אם יש לך ותק של שנה לפחות באותו מקום עבודה או אצל אותו מעסיק את זכאית לפיצויי פיטורים, בתנאי ששהית במקלט לפחות חודשיים (60 יום).

1. את מודיעה למעסיק/ה מראש:

א. בכתב על התפטרותך בהתאם לפרק הזמן הקבוע על פי החוק.

ב. את ממלאת טופס 161א – הודעת עובדת עקב פרישה מהעבודה הכוללת בתוכו:

- פרטים אישיים.

- תקופת העסקה.

- מקומות עבודה נוספים שבהם עבדת / מקבלת פיצויים.

ג. לדאוג שהמעביד/ה ממלאת את טופס 161 – הודעת מעביד/ה על פרישה מעבודה של עובדת.

2. המעביד/ה חייב/ת לשלם את פיצויי הפיטורים עם סיום יחסי עובדת-מעביד/ה:

א. ברירת מחדל: עד 15 יום (חצי חודש) מיום הפסקת העבודה.

ב. תשלום פיצויים בטווח של בין 15 יום ל-30 יום (חצי חודש-חודש) – המעביד/ה מחויב/ת בתוספת הצמדה למדד עד היום שהו/יא משלם/ת בפועל ואם לא שילם/ה עד סוף החודש (30 יום) הו/יא עלולה לשאת בפיצויי הלנה.



האם את לקראת עזיבת מקלט לנשים נפגעות אלימות?

## **כדאי שתכירי את פרויקט "דף חדש" מטעם ארגון "בעצמי" ואת מענק ההסתגלות שיעזרו**

### **לך בחיך החדשים...**

בעת יציאתך מהמקלט את עשויה להיות זכאית לסכום כספי של 8,000 ₪, כאשר בעבור כל אחד משני ילדייך הראשונים שנמצאים איתך ישולם לך תוספת בסך 1,000 ₪, כך שהסכום המקסימלי שאת יכולה להיות זכאית לו יעמוד על 10,000 ₪ (נכון לשנת 2020). על מנת לקבל את הסכום הכספי את צריכה לעמוד בארבעת התנאים הבאים:

(1) את לא חוזרת לגור עם הגורם האלים.

(2) את ממשיכה טיפול בקהילה לפי תכנית הטיפול שנבנתה עבורך עם העובד/ת הסוציאלית במקלט.

(3) קבלת המלצה מהעובד/ת הסוציאלית במקלט לפיו היית מעורבת במה שנעשה במקלט ושיתפת פעולה עם צוות המקלט.

(4) שהית במקלט יותר מחודשיים (60 ימים).

### **חשוב לדעת:**

• המענק אינו פוגע בזכאות לגמלת הבטחת/השלמת הכנסה.

• לא ייחשב כהכנסה בחישוב הזכאות לגמלה.



• אינו ניתן בכל דרך שהיא :

- א. להעברה.
- ב. לעיקול – אם הכספים הועברו לחשבון הבנק שלך או לבנק הדואר, הכספים יהיו מוגנים מעיקול במשך חודש (30 ימים בלבד), אלא אם תמשכי אותם לפני סיום החודש.
- ג. לשעבוד.

### המקלט דואג לתהליך מימוש הזכות, אל דאגה 😊

ליד המענק הכספי, פרויקט "דף חדש" מלווה אותך ואת ילדייך למשך שנה מיציאתך מהמקלט ומאפשר לך לפתוח חיים חדשים עם עצמאות כלכלית. לקראת שחרורך מהמקלט תפגשי לשיחת היכרות עם העובדות הסוציאליות מטעם הפרויקט שמתלווה אותך לאחר השחרור. במקרים מסוימים, יכולים לעשות הארכה של הליווי עד שנתיים במקסימום. תהליך השיקום והסיוע מותאם לכל אישה לפי אישיותה ויכולותיה וכולל מעטפת הנוגעת בחמישה תחומים עיקריים :

#### 1) העצמה והתפתחות אישית

- א. ליווי האישה בבחירותיה העצמאיות להשתלבות מחודשת בחיי הקהילה.
- ב. תיווך עם גורמים בקהילה להמשך התהליך הטיפולי.
- ג. יצירת קשר עם לשכת הרווחה באזור מגוריה.

#### 2) הורות

- א. חיזוק מיומנויות הוריות.
- ב. תמיכה באבחונים לילדים.
- ג. סבסוד לחוגי העשרה במידת הצורך.

#### 3) תעסוקה

- א. הכוונה תעסוקתית.
- ב. הכשרה מקצועית.
- ג. השמה.
- ד. סיוע כלכלי לרכישת ציוד מקצועי.

#### 4) מיצוי זכויות

- א. ייעוץ משפטי.
- ב. חיבור לארגונים רלוונטיים.
- ג. סיוע בהבנת הבירוקרטיה.

#### 5) השתלבות בקהילה

- א. הצטיידות.
- ב. מימון התחלתי של מעונות יום לילדים.
- ג. סיוע כלכלי בצרכים בסיסיים.

### תהליך העבודה

1. החלטה על התאמת אישה לתוכנית ניתן על בסיס המלצות צוות המקלט תוך דיון ושיח משותף בין העובדים/ות הסוציאליים/ות של התוכנית לבין הצוות הסוציאלי שליווה וטיפול כך בזמן ששהית במקלט.
2. בניית תכנית אישית לשנה ביחד איתך לפי חמשת התחומים הנ"ל.

3. ליווי ומעקב על ידי עובדת/ת סוציאלית/ת מטעם העמותה הנמצאת בקשר עם צוות המקלט ועם האישה, כולל מעקב יעדים תקופתי על התקדמות התהליך.



### דירת מעבר

דירת המעבר הינה מסגרת משקמת (פחות אינטנסיבית מהמקלטים), המאפשרת לך ולילדייך תהליך של הסתגלות ויציאה מתפיסת עולם נזקקת ונתמכת, לתפיסת עולם יצרנית הלוקחת אחריות על חיך. דירות המעבר מיועדות לנשים שאין להן סכנה ממשית גדולה. לדירות המעבר את יכולה להגיע לאחר שחרור ממקלט או ישר מהקהילה דרך פנייה ממשרד הרווחה. כיום פועלות ברחבי הארץ כ-15 דירות מעבר המיועדות עבור נשים מכל המגזרים. כל דירה מיועדת עבור שתי נשים וילדיהן בו זמנית. הנשים שוהות בדירה בד"כ בין חצי שנה לשנה ומנהלות בה אורח חיים עצמאי. בכל דירה יש עובדת סוציאלית, מטפלת הורית ואם בית שמלווה אותך חמש שעות בשבוע שבהן היא משגיחה על מה שנעשה בתוך הדירה, בודקת אם את מטופלת לפי תכנית הטיפול שנקבעה עבורך ועוד. חשוב שתדעי שהשכירות בדירות המעבר מסובסדות על ידי המדינה, את משלמת רק מים וחשמל.

#### ממליצים לך לבדוק את זכאותך לדירת מעבר אם מצאת את עצמך:

- זקוקה לתקופה ארוכה של החלמה ושיקום כדי שתוכלי להתגבר על השלכות האלימות, ולבנות בכוחות עצמך חיים עצמאיים ובריאים.
- סיימת את שהותך במקלט ואינך נמצאת כיום בסיכון.
- זקוקה למסגרת תומכת בתחומי התפקוד היום-יומיים בפרק החיים בחדש שבו בחרת.

#### איזו שירותים תקבלי בדירות המעבר?

בתקופה שהייתך בדירת מעבר ניתנים לך טיפול, ליווי וסיוע משפטי תוך התייחסות לקשיים הקיומיים בתהליך השיקום על כל היבטיו:

- רכישת מיומנויות יום-יומיות הנדרשות לניהול חיים עצמאי.
- השתלבות בהכשרה מקצועית/ מסגרת תעסוקתית/ מסגרת לימודית.
- חיזוק דפוסי קשר עם מוסדות וקשרים חברתיים.
- חיזוק דפוסי הורות ועזרה בקשר בינך ובין ילדייך.
- המשך סיוע בהליכים משפטיים בנושאי גירושין, חלוקת רכוש, משמורת, הסדרי ראייה.
- העשרה ועזרה מקצועית לילדים/ות.
- בניית קשר אחר עם האב למען הילדים/ות.



**פרויקט "דף חדש" ילווה אותך לאחר חצי שני מיציאתך מדירת מעבר**



### אמנת זמינות בנקאית

"אמנת זמינות בנקאית" היא אמנה וולונטרית, שגובשה יחד עם איגוד הבנקים והמערכת הבנקאית לצמצום תופעת אלימות כלכלית נגד נשים נפגעות אלימות השוהות במקלטים ובדירות מעבר.

באמנה נקבע כי הבנקים ימשיכו לתמוך בך גם בשנה הנוספת לאחר יציאתך מהמקלט או למשך חצי שנה לאחר שיצאת מדירת המעבר. התמיכה מתבטאת באמצעות הנגשת הנושאים הפיננסיים

כשקולטים אותך במקלט (ערכת מצב פיננסי). פקיד/ת הבנק תהיה בקשר רציף ואמפתי עם העובד/ת הסוציאלית שטיפלה בך ובילדייך במקלט כדי להתאים את השירות בצורה המהירה והאישית ביותר עד כמה שניתן.

לאחר שחרורך מהמקלט, הקשר יתבצע דרך העובד/ת הסוציאלית שממשיך/ה ללוות אותך מחוץ למקלט ובכך ישמר השירות המהיר והמותאם אישית עד כמה שניתן בהתאם לנסיבות חייך. בעקבות כך, ימנעו ביצוע פעולות פיננסיות אלימות ומכוונות מצד בן הזוג שעלול לנסות לבצע, וכתוצאה מכך תהיי מוגנת מפגיעה פיננסית משמעותית.

בנוסף לנאמר, הבנקים מתכוונים לספק לך ליווי והדרכה פיננסית בצעדים הראשוניים שלך בעולמך החדש לאחר שעזבת את ביתך ואת בן זוגך, ובכך יסייעו לך להתנתק מהעולם הישן ולהיות יותר עצמאית ובקיעה בתחום הכלכלי ככל שתהיי מעוניינת בכך.



### סיוע בשכר דירה למי שגרות בשכירות פרטית

אם החלטת שאת רוצה להמשיך לגור בקהילה, ולא רוצה לשהות במקלט לנשים נפגעות אלימות, את עשויה להיות זכאית בסיוע בשכר דירה.

את זכאית לסיוע בשכר דירה גם אם יש לך דירה בבעלות משותפת עם בן זוגך.


מימוש זכויות בתחום הדיור הוא תהליך ארוך, לכן מומלץ שתגישי את הבקשה עוד לפני חתימתך על התקשרות חוזית עם בעל/ת דירה.

את עשויה להיות זכאית לסיוע בתשלום שכר דירה בשוק הפרטי בכל הארץ לתקופה של עד 3 שנים.

יש לחדש את הזכאות מדי שנה בצירוף דו"ח סוציאלי חדש ועדכני.

 מי זכאית?

- אם שהית במקלט לנשים מוכות ואת זקוקה להגנה ולמגורים נפרדים מגורם האלים.
- אם את נפגעת אלימות אבל לא שהית במקלט:
  - את עונה על הקריטריונים לכניסה למקלט שנקבעה על ידי הרשות המקומית ובכל זאת אינך מסוגלת לעשות זאת מסיבות שאינן תלויות בך ועדיין צריך לסדר לך דיור חלופי.
  - אם הוצאת צו הגנה או צו הרחקה, אך למרות זאת אינך יכולה להמשיך להתגורר בדירתך מפאת סכנה הנשקפת לחייך.

 למי לפנות?

את צריכה לפנות לאחת מחברות הנותנות שירותים למבקשי סיוע בשכר דירה:

- (1) מרכז אלונים מקבוצת מגער: \*8583
- (2) (משרד השיכון): \*2310, 1-599-563-007
- (3) עמידר: \*6266


 עלות השירות: 30 ₪


 איך מגישה את הבקשה?

- (1) את ממלאת את טופס "בקשה לסיוע בדיור" באחת מחברות שהצענו לך קודם לכן, וחותרת עליו. עובד/ת האכלוס י/תאשר את פרטי הזהות לפי תעודת הזהות וחתימתך.

2) את מצרפת את המסמכים הבאים :

- א. תעודת זהות כולל ספח.
- ב. דו"ח סוציאלי ממחלקת רווחה או מהעובד/ת הסוציאלי/ת שאחראית לטיפול במניעת אלימות במשפחה שבו מפורט בין היתר מצבך ומדוע את זקוקה לסיוע בשכר דירה - [לאתר](#)
- מחלקת הרווחה הקרובה למקום מגוריך**
- ג. אם שהית במקלט לנשים נפגעות אלימות, את צריכה לצרף אישור ממנהלת המקלט כי את שהית במקלט, ודו"ח סוציאלי מפורט אשר יכלול בין היתר את מועדי השהייה שלך במקלט.
- ד. אישור קצבה/אות מביטוח לאומי אם את מקבלת קצבה/ות כלשהיין.
- ה. אם את נשואה ויש לך ילדים/ות – עליך לצרף הסכם נישואין.
- ו. אם את גרושה – עליך לצרף הסכם גירושין ותעודת גירושין.
- ז. אם את עובדת – תצרפי את ששת תלושי המשכורת האחרונים.
- ח. אם את מובטלת- תפני לביטוח לאומי כדי להוציא אישור על "מעמד לא עובדת".
- 3) עובדת/ת המחוז/תנפיק לך דו"ח "ביצוע שכר דירה" ו/יתוודא כי לא זכית כבר לביצוע השתתפות בשכר דירה במסגרת נשים נפגעות אלימות על התקופה המבוקשת.

 אם יגלו השתתפות בשכר דירה במסגרת נשים נפגעות אלימות, המנהלת מחלקת אכלוס יתודיע לך ולעובד/ת הסוציאלי/ת שמטפלת בך על אי זכאותך ותפרט מדוע נשללה הזכות.

 אם לא יגלו השתתפות בשכר דירה במסגרת נשים נפגעות אלימות מנהלת מחלקת אכלוס ת/יטפל בבקשה בהתאם לנתוני הדו"ח הסוציאלי ובעצם תהיי זכאית לסיוע שלהם :

א. תונפק לך תעודת זכאות, שתישלח למחרת למחוז או לחברה הממשלתית – עירונית.

ב. עובד/ת המחוז י/תשלח את התעודה לסניף הבנק שאת בחרת.

ג. משרד הבינוי והשיכון יעביר כספים לחשבון הבנק שלך.

**לועדת משרד הבינוי והשיכון לוקח לדון בבקשה 3 חודשים בממוצע. אם תמצאי זכאית ותקבלי מהם את האישור לסיוע בשכר דירה, את צריכה לצרף את המסמכים הבאים :**

1) כדי שיוכלו להעביר לך תשלום את צריכה להגיש אסמכתה בנקאית הכוללת בתוכו :

א. מספר חשבון.


ב. מספר הסניף.

ג. מספר הבנק.

2) חוזה השכירות.

3) חשבון חשמל על החודשיים הראשונים.

• המסמכים הללו את יכולה גם לצרף כבר עם המסמכים הראשונים שאת מגישה, אך הם אינם דחופים כמו שאר המסמכים שזכרו לעיל.

 **הערה:** בכל פעם שאת מחדשת את חוזה השכירות, את צריכה להגיש את חוזה השכירות החדש וחשבון החשמל על החודשיים הראשונים מהחוזה החדש.

**תהליך ערעור על ההחלטה שנקבעה:**

את יכולה לערער על גובה הזכאות או על דחיית זכאות בפני ועדות הערעורים של משרד הבינוי והשיכון באמצעות חברת סיוע בדיור שאליה פנית בתחילת התהליך (מגער/מילגם/עמידר):

• את יכולה לפנות לוועדת חריגים עליונה כדי שידונו בבקשתך מלפנים משורת הדין.

- את יכולה לפנות לוועדה הציבורית לערעורים כשאת רוצה לערער על ההחלטה שקבעה ועדת חריגים עליונה.  
להגשת ערעור יש לצרף:  
(1) מכתב בקשת ערעור.  
(2) מסמכים התומכים בבקשה.



## זכויות נוספות בתחום הכלכלי שכדאי להכיר



### דיון מהיר בהוצאה לפועל לנפגעות אלימות במשפחה

מכיוון שאת לא יכולה לקבל מהביטוח לאומי גם מזונות וגם קצבאות אחרות (אם תהיי זכאית להן) אלא את תקבלי רק אחד מהם, נשים רבות פותחות בהוצאה לפועל על מנת לקבל את המזונות לילדיהן. לעיתים קרובות בדיון בהוצאה לפועל את תצטרכי להיפגש עם בן זוגך לשעבר (האקס), אנו יודעות שמפגש כזה בהליכים משפטיים עלול להיות קשה במיוחד עבורך, ואף עלול להסלים ולהצית מחדש את הקונפליקט ביניכם. לכן הדיון במצב שלך יוכרע בזמן קצר ביותר עד כמה שניתן. למי ואיך לפנות?

לצורך מימוש הזכות להליך מהיר, את צריכה לגשת לרשם/ת הוצאה לפועל כדי לבקש לקיים דיון מהיר בהליך שעניינו גביית מזונות ילדים/ות. לבקשה עלייך להציג ראיה כי את נפגעת אלימות במשפחה וראיה זו יכולה להיות אחד מהמסמכים הבאים:

- (3) צו הגנה קבוע שניתן בעניינך כלפי בן הזוג לשעבר (אם ניתן).
- (4) אישור ממנהלת המקלט לנשים נפגעות אלימות על שהייה של לפחות שבועיים (14 ימים) במקלט.
- (5) אישור ממרכז למניעת אלימות במשפחה או ממחלקה לשירותים חברתיים על קבלת טיפול באלימות במשפחה והשתתפות בלפחות 8 מפגשים.
- (6) אישור מעמותה המטפלת באלימות במשפחה המוכרת על ידי משרד העבודה, הרווחה והשירותים החברתיים על קבלת ליווי והשתתפות בלפחות 8 מפגשים בעמותה.

### שלבי ההליך:

אם רשם/ת ההוצאה לפועל מצא/ה שיש מקום לקבוע דיון, הדיון ייקבע בהקדם האפשרי ולכל המאוחר תוך חודשיים (60 ימים) במקסימום ממועד השלמת כל ההליכים המקדמיים שאת צריכה לבצע לפי החלטת הרשם/ת לשם קביעת הדיון, בין אם הוגשה על-ידייך (הזוכה), ובין אם הוגשה על-ידי בן זוגך/הגרשו/האקס (החייב).

**ההחלטה בתיק לגופו תתקבל על-פי הכלים השיפוטיים הרגילים ולא יתחשבו אם את נפגעת אלימות.**

### אימהות חד הוריות

את מוגדרת לפי החוק כאם חד הורית אם את תושבת ישראל אשר בהחזקתך ילד/ה מתחת לגיל 18 הנמצא/ת עמך, ומתקיים לגבייך אחד מהתנאים הבאים:

- (1) את לא נשואה (כלומר רווקה/ אלמנה/ גרושה) ואין לך בן זוג ידוע בציבור.
- (2) את עולה חדשה הנמצאת בארץ למעלה משנה ופחות משנתיים ובן זוגך לא עלה לארץ ואף אינו שוהה בה, ובתנאי שאין לך בן זוג אחר.
- (3) את נשואה, ואין אדם אחר הידוע בציבור כבן זוגך, ומתקיים לגבייך אחד התנאים הבאים:
  - (א) את חיה בנפרד מבן זוגך תקופה של שנתיים לפחות, פתחת בהליך על פי דין להשתחרר מקשר הנישואין ופעלת במסגרת הליך זה שנתיים לפחות.
  - (ב) את אישה עגונה לפי חוק הביטוח הלאומי (כלומר את נשואה כאשר בן זוגך נעלם מזה שנתיים, או שהוא נמצא בחו"ל, שלא בהסכמתך מזה שנתיים מבלי לשלם לך מזונות).

(ג) את חיה בנפרד מבן זוגך, שהית במקלט לנשים נפגעות אלימות 3 חודשים (90 ימים) לפחות מתוך תקופה של שנים עשר חודשים שתחילתה ביום הראשון לשהותה במקלט כאמור, פתחת בהליך על פי דין להשתחרר מקשר הנישואין ופעלת במסגרת הליך זה במשך שישה חודשים לפחות; **ואולם את תהיי פטורה מפתיחת הליך כאמור אם המחלקה לשירותים חברתיים אישרה כי יש בכך כדי לסכן את חייך או את חיי ילדייך.**

 **אם את אישה כזאת כדאי להכיר את הזכויות השונות שמגיעות לך: [תלחצי עלי](#)** 

## פנייה למשטרה

⚠ המשטרה הינה הכתובת המתאימה בעיקר למקרים בהם ישנה אלימות פיזית, אימים או הטרדה.

⚠ גופי סיוע אחרים הינם הכתובת המתאימה למקרים בהם ישנה אלימות פסיכולוגית, רוחנית וכלכלית.

### ישנן מספר דרכי פנייה אפשריות למשטרה:

#### פנייה למוקד

במצבים שבהם את מרגישה מאוימת ע"י בן הזוג או כל אדם אחר ביכולתך להתקשר למוקד 100 של המשטרה. הפנייה למוקד הינה מתאימה בייחוד לסיטואציות אקוטיות שבהן את חשה סכנה או חווה אלימות מצד בן זוגך. בתגובה לפנייתך למוקד המשטרה תשלח ניידת עם שני שוטרים/סויר לביתך. שוטרים/סויר יפרידו פיזית בינך לבין בן הזוג האלים כאשר שוטר/ת אחד/ת יתשוחח בנפרד איתך והשוטר/ת השני/ה יתשוחח/ת בנפרד עם בן הזוג.

**מה זה אומר שוטר/ת סויר?** שוטר/ת כללית אשר לא עברה הכשרה ייעודית בתחום האלימות במשפחה (בניגוד לחוקרים/ות אלימות במשפחה אשר עברו הכשרה מיוחדת בתחום), ולכן הם/ן פחות מוכשרות/ים בטיפול סיטואציות כאלו, דבר שעלול להוביל לעיתים להוות חיסרון.

⚠ **חשוב לדעת:** גם אם התקשרת למוקד 100 ושוטרים/ות הגיעו לביתך, אינך חייבת להגיש תלונה נגד בן הזוג.

יחד עם זאת, ישנם מצבים שבהם שוטרים/ות הסויר :

- ימליצו שתגיש תלונה ויציעו לך להצטרף אליהם לתחנת המשטרה על מנת לעשות כן.
- ככל שהשוטרים/ות יזהו סימנים להפעלת אלימות קשה מצד בן זוגך – הם/ן עשויים/ות לקחת אותנו איתם/ן לתחנה, גם אם לא הגשת תלונה.


#### הגשת תלונה בתחנה


ביכולתך לגשת לתחנת המשטרה הקרובה לביתך ולהגיש תלונה על אלימות/הטרדות/אימים מצד בן זוגך. לאחר הגשת התלונה בתחנה, החקירה תועבר לחוקר/ת אלימות במשפחה. חוקר/ת אלימות במשפחה הו"א חוקר/ת ייעודית במשטרה אשר עברה הכשרה מיוחדת לטיפול במקרים של אלימות בין בני זוג. חוקר/ת האלימות יתשאול אותך על האלימות/האימים/ההטרדות מצד בן הזוג. התשאול אשר יבוצע על ידי החוקר/ת ישמש גם להערכת הסיכון הנשקפת לך מצד בן הזוג. לאחר תשאולך, בן הזוג יזומן לחקירה :

1. ככל שהחוקרים/ות הגיעו למסקנה כי רמת הסיכון הנשקפת לך היא גבוהה, תשלח ניידת לאסוף את בן זוגך לחקירה בתחנה בו במקום.
2. ככל שהחוקרים/ות יגיעו למסקנה כי רמת הסיכון איננה גבוהה, השוטרים/ות יזמנו את בן הזוג לחקירה רק בהמשך.

לאחר חקירת בן הזוג במשטרה והשלמת פעולות החקירה המשטריות, המשטרה תחליט האם להעביר את התיק לתביעה המשטרית/לפרקליטות או שמא לסגור את התיק :



 **העברת התיק לתביעה המשטרית/לפרקליטות** – לאחר השלמת פעולות החקירה על ידי החוקרים/ות, תיק החקירה יועבר לתביעה המשטרית או לפרקליטות לשם הגשת כתב אישום נגד בן הזוג. לאחר הגשת כתב האישום, יפתח הליך משפטי פלילי כנגד בן הזוג אשר ינוהל על ידי התביעה המשטרית/הפרקליטות.

 **סגירת התיק** – לעיתים, המשטרה תחליט כי אין מקום לפתוח בהליך משפטי פלילי נגד בן הזוג עקב "חוסר ראיות" או "חוסר עניין לציבור":


1. תיקים יסגרו עקב חוסר ראיות כאשר המשטרה לא הצליחה לגבש תמונה ברורה באמצעות החומר הראייתי אשר מצוי בידיה ביחס להפעלת האלימות של בן הזוג כלפיך.

2. מנגד, תיקים יסגרו מחוסר עניין לציבור רק כאשר מתקיימים כל התנאים המפורטים לעיל:

- נסיבות ביצוע העבירה הינן קלות.
- לבן זוגך (החשוד באלימות) אין רישום משטרתי קודם בגין אלימות בחמש השנים האחרונות.
- רמת המסוכנות הנשקפת מן החשוד (בן זוגך) איננה גבוהה.
- בן זוגך (החשוד) נמצא במסגרת טיפולית והגורם המטפל מדווח כי הוא משתף עימו פעולה.

**בנוסף, עוד לפני שיוחלט האם להגיש כתב אישום נגד בן הזוג, ביכולת קצין/ת המשטרה לנקוט מספר צעדים על מנת לצמצם את הסיכון הנשקף לך:**


1) הוצאת צו הרחקה – לקצין/ת משטרה ישנה סמכות להוציא צו הרחקה אשר יגביל את יכולתו של בן הזוג להתקרב אלייך, לביתך, למקום עבודתך וכו' למספר ימים גם בלי מלפנות לבית המשפט. צו זה למעשה מהווה תחליף מסוים לפנייה עצמאית לבית המשפט לשם הוצאתו של צו הגנה (עליו נפרט בהמשך), אולם החיסרון בכך הוא שצו ההרחקה המשטרתי תקף לזמן קצר יותר.

 **שימי לב: גם אם ניתן צו הרחקה, המשטרה עשויה לאפשר לבן הזוג להגיע לביתכם המשותף על מנת להצטייד בבגדים וחפצים אישיים. קחי זאת בחשבון והיערכי בהתאם – דאגי לא להיות בבית בעת שכן הזוג מגיע, או לבקש ממישהו/י קרוב/ה להיות איתך בבית (בן/ת משפחה, שכן/ה, חברה וכדומה – מישהו/ו שמשרים עלייך ביטחון ורוגע).**

2) מעצר – שוטר/ת מוסמך/ת לעצור את בן הזוג בו במקום, אף ללא צו של שופט/ת, אם יש ל/ה יסוד סביר להניח כי בן הזוג ביצע עבירת אלימות כלפיך. במקרה שכזה על מנת להשאיר את בן הזוג במעצר, על המשטרה להביא אותו בפני שופט/ת בתוך יום (24 שעות) מרגע המעצר, ובעת קיום הדיון, המשטרה יכולה לבקש מבית המשפט להורות על מעצרו של בן הזוג עד לתום ההליכים. בנוסף, בתרחיש שבו השופט/ת יתחליט לשלוח את בן הזוג למעצר בית, אם רמת המסוכנות הנשקפת ממנו היא גבוהה, ניתן יהיה להצמיד לו אזיק אלקטרוני אשר יאפשר למשטרה לפקח עליו ועל תנועתו.

 **אם החלטת להגיש תלונה במשטרה על אלימות המופנית כלפיך, אנחנו ממליצות לך להיערך מראש בטרם הגעה לתחנת המשטרה:**


מומלץ להגיע לתחנה מצוידת בכמה שיותר ראיות לקיומם של אלימות, הטרדה או איומים מצד בעלך. ראיות אלו יכולות לכלול הקלטות, צילומים, עדים, רישומים וכו'. ככל שתגיעי לתחנה כאשר לצידך ישנו מספר רב יותר של ראיות, כך תגדל יכולתה של המשטרה לסייע לך. יחד עם זאת, חשוב לציין כי מבחינה משפטית לעיתים עדותה של האישה מספיקה על מנת להרשיע את בן זוגה בעבירת אלימות במשפחה, ולכן אל תהססי להגיש תלונה או לפנות למשטרה גם אם אין לך את כל הראיות שציינו כאן.


**שימי**  : לעיתים, כאשר נשים מגיעות לתחנת המשטרה על מנת להתלונן על בני זוגן, הן מגלות כי בן זוגן הקדים אותן והגיש תלונה כנגדן. בנוסף, ישנם מצבים שלאחר זימון הגבר לחקירה, הוא מבקש להגיש תלונה כנגד בת זוגתו. לכן, מומלץ בטרם ההגעה לתחנת המשטרה להיוועץ עם גורם בעל הבנה בתחום – עובד/ת סוציאלי/ת מהמרכז למניעת אלימות, עורך/ת דין או יועץ/ת משפטי/ת מארגוני סיוע וכו'. בנוסף, רצוי אף לבקש מגורמים אלו להתלוות אליך להגשת התלונה. חשוב להדגיש שגם אם בן זוגך הגישה תלונה כנגדך, אין המשמעות היא שבהכרח יוגש כנגדך כתב אישום, אלא ייתכנו מצבים שבהם למרות שהגבר הגיש תלונה גם הוא, עדיין יוגש כתב אישום נגדו בלבד.



### נוהל טיוב

במקרים שבהם רמת המסוכנות הנשקפת לך מבן זוגך הינה גבוהה, אולם את חוששת מהגשת תלונה במשטרה, ביכולתך לפנות לתחנת המשטרה ולבקש להיכנס לנוהל טיוב. במסגרת נוהל הטיוב מוגדרת רשימה של נשים בסיכון גבוהה, בין אם הן הגישו תלונה במשטרה ובין אם לאו, ואלו זוכות להגנה מיוחדת מטעם המשטרה. הכניסה לנוהל מתבצעת על פי שיקול דעת המשטרה, בהתאם לרמת הסיכון הנשקפת לאישה לפי הערכת המשטרה. רשימת הנשים אשר ביחס אליהן מופעל הנוהל מתעדכנת אחת לחודש. ההגנות המיוחדות במסגרת הנוהל יכולת לכלול:

**טלפון אדום**  – את תקבלי מספר טלפון אליו תוכלי להתקשר 24/7 וכאשר תתקשרי, המוקדן יזהה אותך אוטומטית מבלי שתצטרכי להציג את עצמך.

**שוטרת צמודה**  – את תקבלי מספר טלפון של שוטרת ספציפית שתשמור איתך על קשר שוטף. הכניסה לנוהל מתבצעת לפי שיקול דעת המשטרה, בהתאם לרמת הסיכון הנשקפת לאישה לפי הערכת המשטרה. רשימת הנשים אשר ביחס אליהן מופעל הנוהל מתעדכנת אחת לחודש.



## זכויות משפטיות – אכיפה "עצמית"

### על מה מדובר?

את רוצה להגן על עצמך ועל משפחתך מפני המשך האלימות, או לפחות להביא להפסקה כדי שתוכלי להתקדם הלאה? דרך אחת שתוכלי ללכת בה היא לפתוח בהליכי גירושים ולבקש משמורת על הילדים/ות. מדובר בהליכים שעשויים להיות ארוכים ולא תמיד פשוטים, ואם תרצי בהם אנחנו ממליצות בחום שתתייעצי עם עורך/ת דין.

אבל בלי קשר להליכי גירושים, אם את לא רוצה בהם (כעת או בכלל) או **אם את מעוניינת במשהו מיידי יותר שימנע מכן הזוג לפגוע בך או בילדיך, יש דברים שתוכלי לעשות, בנוסף או במקום פנייה למשטרה ולרשויות החוק.**

פתיחה בהליכים משפטיים בלי לפנות למשטרה נקראת לפעמים גם "אכיפה עצמית", כי את משתמשת בכלים שעומדים לרשותך בעצמך ולא באמצעות גורם מתווך כמו המשטרה או רשויות הרווחה. מאחר שכל זה יכול להיות מאוד מבלבל, אנחנו כאן כדי להסביר דברים בשפה פשוטה עד כמה שניתן, ולתת לך קישורים למידע אמין ומפורט יותר.

**בהמשך החוברת** גם נפנה אותך לארגונים שיכולים להעניק לך סיוע משפטי וליווי גם אם לא תשכרי שירותים של עורך/ת דין – **אנחנו ממליצות מאוד לפנות אליהם כדי לקבל תמונה מלאה ומפורטת של מה תוכלי לעשות ומתי.**

האפשרויות המשפטיות שעומדות לרשותך:



### צו הגנה למניעת אלימות במשפחה


האמצעי המרכזי שיכול לשמש אותך להפסקה יחסית מיידי של האלימות וכדי לאפשר לך לחשוב מה הלאה.

על-פי החוק למניעת אלימות במשפחה, בית משפט או בית דין דתי יכול להוציא צו הגנה במקרים של אלימות או חשש לאלימות במשפחה. מדובר בהליך **מזורז שאמור לפתור סכנות חמורות ומיידיות באופן יחסי, גם כשהן נובעות מאלימות כלכלית או נפשית.** הוא יוכל לשמש אותך כדי להגן במהירות על עצמך ועל ילדיך, להרחיק את בן הזוג האלים מהבית ומסביבתך, למנוע ממנו לשאת נשק ועוד דברים שיאפשרו לך להתחיל להתמודד עם האלימות במערכת היחסים בלי שיש מעל ראשך סכנה קיומית כל הזמן.


צו הגנה למניעת אלימות במשפחה אוסר על אדם לעשות את אחד או יותר מהבאים:


1. **להיכנס לדירה** בה את מתגוררת או להתקרב אליה (גם אם הדירה בבעלות בן הזוג באופן חלקי או מלא).
2. **להטריד אותך** ואת ילדיך בכל דרך ובכל מקום.
3. לעשות דברים **שמונעים** ממך ומילדיך מלהשתמש בנכס ששייך לך, גם אם לאדם שניתן נגדו הצו יש בעלות מסוימת על הנכס.

**למשל,** אם חלילה הגרוש שלך מגיע לדירה בה את מתגוררת, עוקב אחריך או מטריד אותך בכל דרך שהיא, תוכלי לבקש מבית המשפט או מבית הדין הדתי צו שימנע ממנו לעשות זאת.

 **דוגמא נוספת :** אם חלילה בן זוגך שעמו את מתגוררת באותה הדירה נוהג כלפיך באלימות, תוכלי לבקש צו נגדו שירחיק אותו מהבית לתקופה מסוימת, שבמהלכה תוכלי לחשוב מה הלאה.

במסגרת הצו ניתן לבקש מבית המשפט או מבית הדין שיורה על אמצעים נוספים כגון:


 **מתן ערובה** – סכום כסף שכן הזוג צריך להפקיד בקופת בית המשפט כדי להבטיח התנהגות טובה, ובמטרה שיבטיחו את שלומך ושלום ילדיך. אם בן הזוג יפר את הצו, יגבו את הערובה והוא לא יוכל לקבל חזרה את הכסף שהפקיד.

 הוראה לבן הזוג שלא יעשה שימוש ברכוש המשותף (למשל, שלא ימכור רכוש משותף שלכם כמו אוטו או מכשיר חשמלי, או שלא יגור בדירה משותפת שלכם).

 לחייב את בן הזוג ללכת לטיפול.

 לתת הוראות בדבר **סידורים שונים** הנדרשים עקב הוצאת הצו.

**בנוסף:**

 אם בית המשפט או בית הדין החליט לתת לך צו הגנה, **הוא יאסור על בן הזוג (שהצו ניתן נגדו) לשאת נשק**, ואם יש בידיו נשק – בית המשפט יורה להחרים את נשקו לאלתר (לקחת לו את הנשק).

 איך אני משיגה צו כזה?

1. ממלאת **טופס בקשה לצו הגנה** :

א. את יכולה לבקש את הצו גם בשם ילדיך הקטינים. במקרה כזה לא תוכלי לפנות לבית משפט השלום.

ב. שימי לב שאת צריכה לדעת את מספר הזהות של מי שאת מבקשת נגדו את הצו.

ג. בן הזוג או מי שתגישי את הבקשה נגדו יוכל לראות את הכתובת שתכתבי בבקשה. אם את מסתרת או מעדיפה שהוא לא ידע איפה את מתגוררת, את יכולה לבקש מבית המשפט שהכתובת תהיה חסויה, ואת יכולה גם לכתוב כתובת של עורך/ת דין שמלווה אותך, ואפילו של בן/ת משפחה או חברה/ה שיוכלו לקבל בעבורך דואר.

ד. במסגרת הבקשה תצטרכי לפרט את נסיבות האלימות או עבירות המין שנעשו כלפיך או כלפי הילדים/ות (פרק שנקרא "נסיבות הבקשה" בסעיף 4 לתצהיר שהוא חלק מהבקשה). הפרטים האלה חשובים כדי לשכנע את בית המשפט או בית הדין שהצו נחוץ.

ה. **ראיות שמחזקות את הבקשה:** אם יש לך מסרון, הקלטה של שיחה או צילומים שיכולים ללמד על האלימות שהופנתה כלפיך, גם אם מדובר באלימות פסיכולוגית, כלכלית או רוחנית, כדאי מאוד לצרף אותם לבקשה. אם הגשת תלונה במשטרה, ביקרת אצל רופא/ה בקופת חולים או בבית חולים, חשוב לצרף אישור על הדברים האלה. בגלל זה אנחנו גם ממליצות לספר לרופא/ה את האמת על הפציעות בהן באת לטפל בביקורים במרפאה, גם אם זה לא נעים.

ו. **חשוב מאוד לומר את האמת בבקשה ובכל שלבי ההליך!** הבקשה צריכה לפרט את מה שעבר עליך באופן כללי, ואיזו אלימות הופעלה נגדך ממש בזמן האחרון (ראי לגבי התנאים למתן הצו בהמשך). **אל תשקרי בתיאורים בבקשה לצו הגנה או תשתמשי בבקשה כדי לנסות לאיים על**

**בן הזוג.** בתי המשפט מתייחסים מאוד בחומרה לניסיונות כאלה, ולעיתים אפילו יכולים לחייב אותך במתן פיצוי לבן הזוג.

**בכל בית משפט לענייני משפחה יש עמדות של סטודנטים שיכולים לעזור לך למלא את הטופס בחינם וללוות אותך בהגשת הבקשה.**

2. את מגישה את טופס הבקשה המלא למזכירות באחד מבתי משפט השלום, [בתי משפט לענייני משפחה](#) או [בתי הדין הרבניים](#).

**שימי** בדרך כלל מזכירות בתי המשפט נותנת קדימות לבקשות לצו הגנה. את יכולה לומר

**למזכירות שזה מה שבאת להגיש ושהנושא דחוף ולא תצטרכי לחכות בתור** א. הגשת הבקשה היא בחינם.

ב. את לא חייבת עורך דין בשביל ההליך הזה! אבל יכולה אם את רוצה.

3. בית המשפט או בית הדין, שופט/ת או דיין ישקלו את הבקשה ויחליטו אם לתת צו הגנה:

א. בית המשפט יכול לתת את הצו כשרק אחד הצדדים נמצא לפניו בדיון (למשל, רק את, שביקשת את הצו). במקרה כזה הוא יקבע דיון נוסף תוך שבוע ובו גם את וגם בן הזוג תצטרכו להיות נוכחים.

ב. לפני הדיון בו את ובן הזוג תהיו נוכחים, בן הזוג יוכל להגיש תשובה לבקשה שלך.

ג. תוקף הצו יהיה ל-3 חודשים. אחריהם בית המשפט יוכל להאריך את הצו לפי שיקול דעתו, בדרך כלל ללא יותר מחצי שנה (6 חודשים נוספים).

ד. שימי לב שאם בית המשפט יתרשם שביקשת צו הגנה מסיבות לא כנות או "נקמניות" חלילה, הוא יוכל לחייב אותך בהוצאות ההליך ואפילו הוא ידרוש ממך לשלם פיצויים לבן הזוג. זה לא אמור להפחיד אותך אם את באמת זקוקה לצו.

את יכולה במקביל או בנוסף לבקש גם **צו למניעת הטרדה מאיימת** 😊 (פרטים נוספים על הצו

הזה [תוכלי למצוא כאן](#)).

**התנאים לקבלת צו הגנה:**

בית המשפט או בית הדין רשאים להוציא צו הגנה למניעת אלימות במשפחה באחד משני מקרים:

- אדם נהג באלימות בבן/ת משפחתו או ביצע עבירות מין **בסמוך** (שעות עד ימים בודדים) להגשת הבקשה לצו. הרעיון הוא שהצו ניתן בהליך זריז כדי למנוע מצוקה קשה. לא ניתן לבקש את הצו חודש לאחר אירוע.

או:

- קיים בסיס סביר להניח שהאדם שנגדו מבוקש הצו מהווה סכנה גופנית ממשית לבן/ת משפחתו.

ההגדרה למי נחשב "בן/ת משפחה" לפי החוק [מפורטת כאן](#).

**שימי** ❤️: גם אם ניתן צו הגנה, בית המשפט או בית הדין עשויים לאפשר לבן הזוג להגיע לביתכם המשותף על מנת להצטייד בגדים וחפצים אישיים. קחי זאת בחשבון והיערכי בהתאם ❤️ דאגי לא להיות בבית בזמן שכן הזוג מגיע או לבקש ממישהו/י קרוב להיות איתך בבית (בן/ת משפחה, שכנה, חברה וכדומה – מישהו/ו שמשרים עליך ביטחון ורוגע).

ומה קורה אם הוא יפר את הצו חלילה?

במקרים של הפרת הצו יכולה לפנות למשטרה וגם לבית המשפט. הפרת אחת או יותר מהוראות הצו היא עבירה פלילית, שעלולה להביא את האדם למעצר ואפילו להגשת כתב אישום נגדו. אם בן זוגך מפר את האיסור להתקרב למקום מגוריך, המשטרה תוכל לבוא ולהורות לו להסתלק, ואם תגישי בקשה לבית המשפט ייתכן שיעמידו אותו לדין פלילי. ועדיין, לצערנו קבלת צו הגנה היא ברוב המקרים לא סוף הסיפור. צווי ההגנה מגיעים מתישהו לסיומם, ולעיתים אם בן הזוג יפר אותם אפילו בפעם הראשונה, זה עלול להיות חמור עבורך עוד לפני שהמשטרה תספיק להגיע. לכן, אנחנו ממליצות לך לפנות בהקדם לאחד מארגוני הסיוע שמפורטים בסוף המדריך כדי שיוכלו ללוות אותך בתהליכים מעמיקים יותר.



**תביעה נזיקית נגד בן המשפחה שנהג באלימות, נגד הרשויות או נגד שניהם**  
תביעה נזיקית היא תביעה לפיצוי כספי כלפי מי שהיה אמור לנהוג כלפיך בצורה מסוימת (למשל, להגן עלייך או לנהוג כלפיך בכבוד) ולא עשה זאת (זאת נקראת תביעה בעוולת רשלנות), נגד מי שתקף אותך וכדומה.

אפשר להגיש תביעה כזו גם נגד בן המשפחה שנהג באלימות, שתקף, התעלל (פסיכולוגית, רוחנית, מינית, פיזית, כלכלית, רכושנית, דיגיטלית) וגרם לך נזקים, וגם נגד הרשויות שידעו על המצב (למשל כי הגשת תלונות למשטרה או כי סיפרת למישהו מעובדי/ות הרווחה) ולא עשו דבר. את יכולה להגיש תביעה נגדם לבית המשפט ולבקש פיצוי כספי על כל הנזקים שנגרמו לך, גם גופניים (חבלות, שברים, מכות), גם נפשיים וגם אחרים (נזק כספי כי את זקוקה לטיפול, למשל).

תביעה כזאת לוקחת הרבה יותר זמן מההליכים הקודמים שסיקרנו, היא מורכבת יותר ועלולה לדרוש ממך משאבים נפשיים וכספיים. לכן, אנחנו ממליצות לא להגיש תביעה כזאת כשאת מתמודדת עם אלימות במשפחה בזמן אמת, אלא להביא קודם להפסקת אלימות (למשל עם בקשה לצו הגנה או צו אחר מאלה שסקרנו קודם), לדאוג לעצמך להתחלה של התאוששות ושיקום, ורק אז לחשוב על הגשת התביעה.

**רק שימי לב לא לחכות יותר מדי – מותר לתבוע רק עד  שנים אחרי שהנזק נגרם לך.**

בנוסף, כיוון שמדובר בהליכים מורכבים מבחינה משפטית לעומת צווי ההגנה האחרים שסקרנו, אנחנו ממליצות לך בחום להתייעץ עם עורך/ת דין, ולהיעזר בה/ו אם תחליטי לתבוע. הכי טוב ליצור

קשר עם [מרכז תמורה](#), שבין היתר מתמחה בהגשת תביעות כאלה, ובמקרה הצורך יוכל להפנות אותך לעורכי/ות דין מתאימות.

## ילדים/ות ובני/ות נוער

בכל הנוגע לילדים/ות ובני/ות נוער החווים/ות אלימות בבית, בין אם ישירה כלפיהם/ן או עקיפה דרך צפייה באלימות שננקטת כלפי איש/ה אחרת בבית, ההשלכות עלולות להיות קריטיות. לכן חשוב שתפני ותסייעי לילדיך במידת האפשר בפנייה לגוף שיסייע ל/ה לעבד את החוויות בבית ולהתמודד איתן בצורה מיטבית כלל הניתן.

### **חשוב שתדעי שילדים/ות אשר נחשפים/ות ועדים/ות לאלימות יכולים/ות לסבול מ:**

- דימוי עצמי נמוך.
- חוויות של העדר שייכות.
- חוויית ניכור.
- חשדנות כלפי הסביבה.
- חוויות של תחושות אשם מתמשכות.
- התפרצויות כעס וזעם בעקבות תחושת התסכול שחווים אל מול ההתמודדות עם האלימות בבית.
- דיכאון וחרדה.
- מצבי אובדנות.

### **השלכות אפשריות למצב:**

- עלולים/ות להפוך למבוגרים/ות המתקשים/ות להתמיד בלימודים אקדמיים או במקומות עבודה.
- עלולים להתקל בקשיים בניהול תקין של חיי זוגיות ומשפחה.
- אם הקימו משפחה הם עלולים להפוך להיות בני זוג או הורים אלימים בעצמם.



## **גופי סיוע נוספים לך ולילדייך**

### **מרכזים למניעה וטיפול אלימות במשפחה**

(כפי שיפורטו ממש כאן בהמשך וגם יצוינו בסוף המדריך) נמצאים בפריסה ארצית רחבה, מופעלים על ידי עובדים/ות סוציאליים/ות ומציעים/ות מענים ייחודיים גם לילדים/ות ובני/ות נוער:

- קבוצה טיפולית לילדים/ות עדים לאלימות- במקביל לקבוצה זו פועלת קבוצה של הורי הילדים/ות המשתתפים/ות.
  - טיפול משפחתי.
- במרכזים אלו ישנה עלות סמלית שנקבעת לפי גובה ההכנסות ונעה לרוב בין 27-216 ₪.

### **מרכז קשר הורה- ילד**


מקום המופעל מטעם משרד הרווחה על ידי עובדים/ות סוציאליים/ות ומשמש מסגרת למפגשים בין ילדים להוריהם הנמצאים במצב של קונפליקט במשפחה. קיים צורך בהסכמת שני ההורים או בהפניה של גורם מוסמך (עובד/ת סוציאלי/ת או בית המשפט לענייני משפחה/הערכאה הדתית המוסמכת). הפנייה למרכז נעשית דרך המחלקה לשירותים החברתיים בעיר מגוריך.

## המרכז משמש ל:

- מקום מפגש בין הורה לילד/ה כאשר נדרש פיקוח מקצועי על המפגש או כאשר קיים סיכון לילד/ה במפגש בינו/ה לבין ההורה.
- מקום מקצועי היכול לתת אבחון על הקשר בין ההורה הלא משמורן לילד/ה לצורך קביעת חלוקת זמני השהות של הילד/ה עם ההורים במקרה שההורים נפרדים.
- מקום המאפשר להורה שלא היה בקשר עם ילדו/תו לחדש את הקשר, תוך הדרכה והכוונה וזאת כשלב ביניים לפני קביעת זמני השהות.
- מקום המשפר את הקשר בין הורים לילדיהם/ן לאחר שנפגע בעקבות משבר האלימות במשפחה.

### אל"י (האגודה להגנת הילד)

מטפלת בתופעת האלימות בכל היבטיה. נותנת טיפול רגשי לילדים/ות במגוון שפות: עברית, אנגלית, ערבית ורוסית וכן בהורים שהיו ילדים/ות שסבלו מאלימות ולא קיבלו מענה בילדותם/ם. בנוסף, האגודה מספקת שירות להורים לרכישת כלים וכישורי הורות מתאימים.

03-6091920 

קו מצוקה - 6935\* 

### מעונות רב תכליתיים של נעמת

מעון יום לילדי אימהות עובדות לילדים/ות המופנים/ות על ידי שירותי הרווחה. מיועד לילדים/ות בגילאים 3 חודשים עד 6 שנים הנמצאים/ות במצב של סיכון ופגיעות וכן מטפל בבני משפחותיהם/ם. מטרת המעונות היא להוות בית פתוח להורים ולעודד השתתפות בפעילות היומיומית של הילדים/ות ובכך להביא להפסקת המצוקה הבין דורית של משפחות לילדים/ות במצבי סיכון, למנוע פגיעות וסכנה בגיל הרך ולהביא לחיזוק היחסים בין הילדים/ות לבין הוריהם.

נעמת מפעילה 26 מסגרות ייחודיות בכל רחבי הארץ, 21 מעונות רב תכליתיים, מועדונית אחד וארבעה מעונות בהם פועלת תכנית מסיכון לסיכוי. המעונות פעילים בין השעות 00:00-19:00. **עלות** ההרשמה למעון נקבעת מידי שנה על ידי משרד הרווחה והשירותים החברתיים והינה סמלית.

**להתאמת המעון הקרוב לביתך ולבירור פרטים נוספים תוכלי לפנות למספר: 050-2030501** 

(זמין בין 09:00-14:00) או במספר 03-6921971 או דרך נעמת- 03-6921971/2.

### מעונות יום רב תכליתיים ויצו: תוכנית מסיכון לסיכוי

מיועד לילדים/ות עד גיל 3. יעודים לילדים/ות במצבי סיכון על רקע של אלימות וביכולת מצומצמת לדאוג לקיום צרכיהם/ם ההתפתחותיים. מסייעים לילדים/ות ולהוריהם/ם לממש את הפוטנציאל שלהם/ם ולהשתלב בחברה. במסגרת בתוכנית בונים לכל ילד/ה תוכנית אישית על ידי אנשי/נשות מקצוע מתחומי טיפול רחבים המלווים אותו לאורך השנה.

המעונות פועלים בין השעות 00:00-19:00 ועלות ההשתתפות בהם סמלית ונקבעת בהתאם למשפחה על פי הוראות משרד העבודה והשירותים החברתיים.

**לפרטים נוספים ניתן לפנות לאתר של ויצו וכן למספר הטלפון- 03-6923879** 



## בית לין

מרכז המיועד לילדים/ות ובני/ות נוער עד גיל 18 שנפגעו פיזית, מינית או נפשית וכן לבני/ות משפחותיהם/ן (שאינם הפוגעים/ות). מרכז המציע הגנה לילדים/ות ובני/ות נוער דרך תמיכה ראשונית, אבחון וטיפול דרך תוכניות התערבות שונות על ידי גורמים מטפלים בקהילה. המרכזים נמצאים בפריסה ארצית ומופעלים על ידי עובדים/ות סוציאליים/ות, חוקרי/ות ילדים/ות רופאים/ות ואנשי/נשות הנהלה.

**נצרת: 04-6330556** 📞

**חיפה: 04-6042024** 📞

**גוש דן והשפלה: 03-5353590** 📞

**ירושלים והסביבה: 02-6448844** 📞

**באר שבע: 08-6442804** 📞

**אשקלון: 08-6389000** 📞

## האגודה הישראלית לכפרי ילדים SOS

סיוע לילדים/ות ובני/ות נוער על ידי מתן מענה ותמיכה בטיפול ארוך טווח, תמיכה מקצועית וקידום זכויות הילד/ה בארץ ובעולם. האגודה מפעילה כפרי ילדים/ות בערד ובמגדל העמק וכן מפעילה בתי נוער, מועדוניות ומסגרות נוספות ברחבי הארץ.

**03-6132438** 📞

## מרכזים למניעת אלימות במשפחה

כאשר תתקשרי למרכזים אלו **לרוב** תעני על ידי מזכירה כללית שתבקש ממך מידע ראשוני על סיבת הפניה ולאחר מכן תעביר אותך לשיחה עם עובדת/ת סוציאלית/ת להמשך טיפול. ישנה אפשרות שהמזכירה/ת תיקח ממך פרטים ולאחר מספר ימים יצרו איתך קשר מהמרכז על מנת לקבוע איתך פגישת היכרות שתיערך על ידי העובדת/ת הסוציאלית/ת במטרה להבין את סיבת פנייתך ולאפשר טיפול הולם ומקיף בסיפורך.

**מספרי טלפון בפריסה ארצית:**

**מחוז חיפה והצפון**

**אום אל פאחם- 04-6119022** 📞

**באקה אל גרבייה- 04-6463573** 📞

**בועיינה נוג'ידאת- 04-6730522/1** 📞

**בית שאן- 04-6586245 (מערכת ניתוב שיחות)** 📞

**דליית אל כרמל- 04-8392336** 📞

**חדרה- 04-6303773 /04-6303306** 📞

**חיפה- 04-8677707** 📞

**טבריה- 04-6739142** 📞

**טירת הכרמל- 04-8573232** 📞

טמרה-04-9946526 / 04-9948226  
יפיע-04-6557502  
ירכא-04-9568111 (מערכת לניתוב שיחות- ללחוץ על שלוחה 3)  
כפר כנא-04-6519221  
כרמיאל-04-9880976 / 04-9588969  
מגדל העמק-04-6507811 (מערכת לניתוב שיחות במחלקה לשירותים חברתיים)  
נצרת-04-6013998 / 04-6578127  
נצרת עילית-04-6011580  
צפת-04-6927498  
קריית שמונה-04-6908479  
ריינה-04-6010706 / 04-6461350

#### מחוז תל אביב והמרכז

אור יהודה-03-5388116 / 03-5388196  
אלעד-03-9078114  
אריאל-03-9061660  
בני ברק-03-6198813/4  
בת ים-03-5069563  
הרצליה-09-9554151  
חולון-03-5025700 / 03-5025701  
טירה (כפר ברא)-09-7930085  
כפר סבא-09-7676087  
לוד-08-9279034 / 08-9279035  
מודיעין-08-9726150 (שלוחה 105)  
נתניה-09-8321481  
פתח תקווה-03-9052536  
קריית אונו-03-5356828/9  
ראש העין-03-9689807 / 03-9689804  
רמת גן-03-6741833  
ראשון לציון-03-9689807  
רחובות-08-9493331 / 08-493211  
רמלה-08-9771611 / 08-9771494  
רעננה-09-7610391 / 09-7610390  
תל אביב-03-6492468

### מחוז ירושלים

- 08-8676742 / 08-8676646-אשדוד 📞
- 08-6754950-אשקלון 📞
- 02-9909845-בית שמש 📞
- 02-6444517 / 02-6444566-ירושלים דתי-חרדי 📞
- 02-6551145-ירושלים ויצ"ו 📞
- 02-5815194-ירושלים מזרחית 📞
- 02-570908-מבשרת ציון 📞

### מחוז דרום

- 08-6367041 / 08-6367138-אילת 📞
- 08-6206580-באר שבע 📞
- 08-6563108 / 08-6572136-דימונה 📞
- 08-6655362-מגזר הבדואי 📞
- 08-9951614-ערד 📞
- 08-6802755-שער הנגב 📞

## אחרית הדבר

אנו מקווים שהצלחנו לנסוך בך קצת תקווה ואופטימיות, ושתצליחי להשתמש במדריך הזה כמפתח לחופש כי זו זכותך ומגיע לך לחיות חיים שלווים לפי איך שאת רוצה לחיות אותם.

מעבר לכל ההמלצות לנקיטת פעולה מיידית (באמצעות פנייה לויצ"ו, למרכז למניעת אלימות במשפחה, למשטרה או לבית המשפט), אנחנו ממליצות לך לשים לב אם את או ילדייך מפתחים תסמינים של פוסט טראומה גם אם סיימתם לעבור את תהליך השיקום/עברו מספר שנים מאז שכבר עזבתם את הבית או שנפסקה האלימות כלפיכם.

להלן דוגמה למספר תסמינים שיכולים להתעורר גם לאחר מספר שנים:

- פלשבקים.
  - את פועלת על אוטומט רובוטי – לא מצליחה להבחין בין רגשות.
  - עצבנות.
  - חוסר שינה.
  - חרדה.
  - דריכות מתמדת.
  - תחושת בושח עמוקה.
  - אובדן אמון.
  - תשישות.
  - דיכאון.
  - מחשבות אובדניות.
- במידה שאת מוצאת את עצמך ו/או ילדייך מתמודדים עם התסמינים הללו, אנו ממליצות בחום שתלכו לטיפול פסיכולוגי בשביל לעבד את הטראומה כמו שצריך.

בהמשך המדריך מתוארים כלל העמותות ודרכי ההתקשרות שיכולים לסייע לך.

שיהיה בהצלחה בהמשך הדרך ותישארי חזקה 😊



### טלפונים לשעת חירום:

משטרת ישראל: 100

מגן דוד אדום: 101

איחוד והצלה (שת"פ עם ביטוח "הראלי"): 1221

קו חירום ארצי: 1800-220-000


מוקד החירום למניעת אלימות: 118

נעמת – המרכז למניעת אלימות במשפחה \*3090

עמותת ל.א. ללחימה באלימות נגד נשים 1-800-353-300

## ארגוני סיוע שלא בשפה העברית


### מוקד ארצי לדיווח על אלימות במשפחה


 **118** (לחיוג מכל טלפון) : הקו נותן מענה שבעה ימים בשבוע בשפות עברית, ערבית, אמהרית ורוסית.


### ל.א. – לחימה באלימות נגד נשים

 ת.ד. 5941, הרצליה, מ. 46101

 **קו חירום: 1-800-353-300**

 קו טלפוני בימים א-ה, בין השעות 13:00 – 18:00. ניתן לקבל עזרה גם בשפה הרוסית.

 עבור נשים: 09-9505720


 עבור ילדים/ות ונערים/ות: 09-9518927


 דואל: [contact@no2violence.co.il](mailto:contact@no2violence.co.il)


### מרכז הסיוע באר שבע: מסל'ן

 **1202 – קו חירום הפועל 24/7.**

מענה בעברית, ערבית ורוסית. אמהרית – אפשרי.  
מסל'ן גם מפעילה מקלט לנשים מוכות ולילדיהן.

 08-6421313


 משרדנו: רח' הרב הרצוג 30, באר שבע


 08-6422626

### ערבית

#### אל בדיל


קואליציה למלחמה בפשעי כבוד המשפחה. רכזת: נעילה עוואד.


 ת.ד. 313, נצרת, מ. 16000

 04-6462138


#### אל סיואר


תנועה פמיניסטית ערבית לתמיכה בנפגעות תקיפה מנית.


 04-8514038

 04-8511954


**כיאן: מרכז פמיניסטי לקידום האישה בחברה הערבית**

הלל 47, חיפה, מ. 33727 


04-8536653 


04-8511954 


**מרווה: מרכז לקידום האישה ביפו**  
מיועד לנשים ערביות ויהודיות תושבות יפו.

03-5253473 

**סווא – מרכז סיוע לנפגעות תקיפה מינית במגזר הערבי**


ירושלים 95908, ת.ד. 69429 

02-5822211 


02-5324025 


**עמותה לנשים ערביות נגד אלימות**  
מרכז סיוע לנפגעי/ות תקיפה מינית בנצרת.

**קו חירום: 04-6566813** 

ת.ד. 313, נצרת, מ. 16000 

04-6566813 

04-6559059 

ימי שירות: ב' 00:00-14:00 

אופן הפניה: באמצעות הטלפון.


שירותים:


א. מתן ייעוץ ראשוני בשעת חירום.

ב. טיפול ישיר.

ג. ייעוץ משפטי.

**קו סיוע לנשים ערביות במצוקה 24- שעות**

ת.ד. 44803, חיפה 

04-8533044 

**רוסית**

ראי 118, מסלן ול.א בתחילת הפרק.

**אמהרית**

ראי 118 ומסלן בתחילת הפרק.

## ארגונים וגופים המסייעים לנשים נפגעות אלימות

**הערה:** בפרק זה מובאים פרטיהם של גורמים שונים שמסייעים לנשים בכלל, וגם כאלה שמסייעים לנשים נפגעות אלימות בפרט.

<b>שם הארגון:</b> ויצו
<b>הסבר על הארגון:</b> ארגון ויצו מעניק מערך מקיף וכולל של שירותים ותוכניות בתחום המניעה והטיפול באלימות במשפחה, בפן הפרטני, המשפחתי והציבורי כאחד. הפרויקטים של ויצו כוללים בין היתר: (1) מקלטים לנשים נפגעות אלימות ולילדיהן - במקלטים של ויצו מוצעות כל מיני פעילויות עבור ילדי המקלט, כגון, חוג שחיה, חוג קיר טיפוס לילדים בוגרים במקלט, רכיבה טיפולית, טיפול דיאדי אם וילד במשחקייה טיפולית, טיפול קבוצתי באמצעות בעלי חיים. (2) מרכזים לטיפול ומניעת אלימות - המרכזים מציעים מערך טיפולי למשפחות הנמצאות במעגל האלימות, במיוחד כאלו אשר הנשים אינן בסיכון גבוה מאוד. ייחודם של המרכזים הוא הטיפול במשפחה כולה, מבלי לנתק את בני המשפחה מסביבתם הטבעית. (3) בית חברתי לנשים יוצאות מקלט - הבית החברתי מאפשר מפגש משפחות אחת לשבועיים הכולל פעילות נפרדת לאימהות ופעילות ייחודית לילדים, כולל ארוחת ערב משותפת. ועוד הרבה פרויקטים אשר משרתים את האישה נפגעת האלימות, ולוחמים במאבק האלימות במשפחה.
<b>מידע נוסף:</b>  <a href="#">לאתר הארגון.</a>  <a href="mailto:infodep@wizo.org">infodep@wizo.org</a>  ויצו העולמית, שד' דוד המלך 38, ת"א, מיקוד 6423711.  03-6923791  03-6923934

<b>שם:</b> האגף לסיוע משפטי במשרד המשפטים
<b>הסבר על האגף:</b> משרד המשפטים מעניק לאוכלוסיות הזכאיות סיוע משפטי בתחומים אזרחיים הכוללים, בין היתר, את נושא האלימות במשפחה. הסיוע ניתן במקרים שבהם קיים לכך ביסוס משפטי. השירות ניתן במספר שפות, כולל ערבית, רוסית ואמהרית. במסגרת הסיוע ניתן לקבל הכוונה, ייעוץ משפטי וייצוג במעמד שני הצדדים בהליכים הבאים: הוצאת צו הגנה, הוצאת צו למניעת הטרדה מאיימת, הוצאת צו הרחקה במסגרת תביעת מזונות ומדור. הסיוע המשפטי מוענק ללא תשלום לזכאים על-פי הכנסותיהם, בהתאם לתנאי הזכאות. מי זכאי? ככלל, הזכאות לקבלת סיוע משפטי מותנית בשלושה תנאים מצטברים: הסיוע המשפטי נדרש בנושא אחד או בכמה מהנושאים שבהם אפשר לקבל סיוע משפטי. מבקש הסיוע זכאי לקבלו מבחינה כלכלית - מבחן זכאות כלכלית.

יש סיכוי משפטי לזכות בתביעה.

#### מידע נוסף:

[תנאי הזכאות לסיוע](#)

[ההליך הנדרש לקבלת הסיוע](#)

**⚠ חשוב לדעת:** מי שהגישו בקשה לסיוע המשפטי ממשרד המשפטים ולא נמצאו זכאים, יכולים

לפנות לקבלת סיוע משפטי מגורמים נוספים, בהתאם [למפורט בפורטל](#) להלן.

#### שם העמותה: רוח נשית – עצמאות כלכלית לנשים נפגעות אלימות

**הסבר על העמותה:** רוח נשית – עצמאות כלכלית לנשים נפגעות אלימות, היא עמותה ללא מטרת רווח, החותרת לחולל שינוי חברתי לקידום כוחן הכלכלי של נשים נפגעות אלימות בישראל בראייה פמיניסטית, מתוך מחויבות לצדק חברתי ומתוך אמונה כי יציאתן של נשים ממעגלי האלימות כרוכה בביסוס עצמאותן הכלכלית.

העמותה יוזמת ומפתחת פתרונות מקדמי עצמאות כלכלית שיאפשרו לנשים לקבל הזדמנות שווה לפעול לקדום עתידן הכלכלי, לרכוש כלים מקצועיים ולהשתלב בתעסוקה תוך תכנון קריירה לטווח ארוך, צמיחה והתעצמות.

פעילות העמותה מבוססת על יצירת תשתית של שיתוף פעולה וסולידריות בין נשים נפגעות אלימות לבין הקהילה והעולם העסקי. תשתית זו מבוססת על שורה של פעולות חברתיות שמופעלות על ידי מתנדבות, נשות עסקים ועסקים מקומיים. תכניות העמותה כוללות בין היתר: מנטורינג, אימון (בתשלום סמלי), ליווי עסקי, מרחב נשי פתוח, ליווי כלכלי, בירור זכויות, ייעוץ משפטי, סדנאות תהליכיות ועוד. הליווי ברוח נשית הינו לתקופה של עד שנתיים וחצי, ובמסגרתו כל תכניות התמיכה זמינות לך, תוך חשיבה משותפת על הצרכים והמטרות שלך.

#### שלבי הפנייה:

לאחר פנייתך, תיערך שיחה טלפונית ראשונית במטרה לבחון שאכן השירותים שהעמותה מציעה הולמים ומתאימים לצרכיך וציפיותיך.

פגישת הכרות אישית, שמטרתה להכיר אותך מקרוב יותר ושאת תכירי את רוח נשית. יחד מתחילים לבחון מה ניתן לעשות כדי לקדם את עצמאותך הכלכלית ולבנות תכנית אישית ראשונית מותאמת אליך כך שתענה על צרכיך (למצוא כיוון תעסוקתי, למצוא עבודה שתספק אותך, להתמיד במקום עבודה, להביא לידי ביטוי את יכולותיך ועוד).

#### מידע נוסף: [אתר העמותה](#).

#### [אזורי הפעילות של רוח נשית:](#)

משרדי רוח נשית נמצאים בעיר תל אביב (אזור בית מעריב) ובמסגרתם ניתנים שירותים לתושבות המרכז.

באזור הצפון מסופקים שירותים דרך שלוחות חיפה, איכסאל ונהריה.

באזור הדרום מסופקים שירותים דרך שלוחת באר שבע.

בנוסף, רוח נשית מקיימת פרויקטים יעודים בשיתוף פעולה עם עיריות ומוסדות שונים במספר ערים כמו לוד, הרצליה, ביתר-עלית, מרכז תמר בירושלים ועוד.



כל הפניות לרוח נשית מכל האזורים בארץ נעשות דרך :

טלפון 072-2507770

בין 00:00-17:00.

או דרך האתר - לחצי [צרו קשר](#) , מלאי פרטייך והעמותה תחזור אליך.

**שם העמותה:** איתך- מעַק - משפטניות למען צדק חברתי.

**הסבר על העמותה:** עמותת איתך- מעַק - משפטניות למען צדק חברתי פועלת לקידום צדק חברתי לנשים (ונוערות), בדגש על נשים מאוכלוסיות מוחלשות כלכלית-חברתית, בתחומי תעסוקה בשכר נמוך, ביטוח לאומי (הבטחת הכנסה) ומאבק באלימות נגד נשים. העמותה מפעילה קו חם במסגרתו מוענק סיוע, ליווי וייצוג משפטי לכ-1000 נשים בשנה. באמצעות הסיוע המוענק בקו החם, העמותה מסייעת לנשים ממגוון קבוצות לממש את זכויותיהן באופן מהיר ומקצועי, מתוך תפיסה כי כל אישה שפנתה לעמותה היא המרכז בניהול תיקה ועל כן הטיפול בה נעשה בשיתוף מלא והתייעצות בכל שלב. הסיוע והייצוג משפטי המוענק על ידי עורכות הדין של העמותה אינו כרוך בתשלום עבור הפונה, למעט תשלום המתחייב מניהול התיק על ידי בית משפט (כדוגמת אגרת בית משפט) והוצאות (כדוגמת נסיעות).

**מטרות הארגון הן:**

- קידום זכויותיהן וקולותיהן של נשים, נערות וצעירות בישראל, מכל שכבות האוכלוסייה
- שינוי השיח המשפטי והחברתי בכל הנוגע לזכויותיהן וצרכיהן של נשים מהפריפריה הכלכלית-חברתית
- הנגשת הידע המשפטי לנשים משכבות מוחלשות (כדי שתוכלנה לממש את זכויותיהן בכוחות עצמן ולפעול כסוכנות לשינוי חברתי).
- יצירת מודעות לצדק חברתי בקרב ציבור עורכות-הדין מתוך תפיסה של חובה מקצועית לפעול להנגשת זכויות לכל אדם (ולא רק לאלה שידם משגת לשכור שירותים משפטיים).

**מידע נוסף:** [אתר העמותה](#).

דוא"ל: [mail@itach.org.il](mailto:mail@itach.org.il)

ליצירת קשר: מענה טלפוני בין השעות 00:00-17:00.

סניף חיפה: רחוב ארלוזורוב 118 בתוך קואליציית נשים חיפה.

סניף תל אביב: אחוזת בית 3.

סניף באר שבע: רחוב הדסה 53.

הקו החם לכל הסניפים: 1700-505065.

**שם העמותה:** עמותת בת מלך

**הסבר על העמותה:** עמותת בת מלך הוקמה על ידי גורמים דתיים חרדיים שראו את הצורך הדחוף במתן מחסה פיזי, הגנה, וסיוע נפשי ומשפטי לנשים דתיות-חרדיות הסובלות מהתעללות פיזית ונפשית מצד בני זוגן ונמצאות בסכנת חיים.

פעילות הארגון:

(1) הפעלת מקלטים לנשים מוכות דתיות וילדיהן.

(2) הפעלת דירות מעבר לנשים ששהו במקלטים.

(3) מתן סיוע מקיף לנשים השוהות במקלטים, גם לאחר עזיבת המקלט:

- טיפול וליווי סוציאלי אישי וקבוצתי.

- טיפול מלא בתיק המשפטי.

- הכשרה מקצועית וסיוע במציאת תעסוקה.

- סיוע כלכלי כולל.

- עזרה במציאת פתרון מגורים.

- הכנה לחיים עצמאיים.

(4) סיוע משפטי לנשים חסרות אמצעים בתיקי גירושין ומשפחה.

(5) הפעלת תוכניות למניעת אלימות במשפחה ולקידום מעמד האישה בקרב האוכלוסייה הדתית חרדית (סדנאות, הפצת חומר כתוב, סרטים והצגות לנוער ולמבוגרים).

(6) הפעלת קו חם עבור נשים במצוקה:

**קו חם שמספרו 1-800-292-333.**

- הקו פועל 24 שעות ביממה ומאויש על-ידי עובדות סוציאליות ועורכות דין מנוסות.

**מידע נוסף:** [לאתר העמותה.](#)

[office@batmelech.org](mailto:office@batmelech.org)

ת"ד 41247 ירושלים 91412

1-800-292-333

**שם העמותה:** החצר הנשית

**הסבר על העמותה:** החצר הנשית היא עמותה הפועלת מתוך ערכים של צדק חברתי ושוויון הזדמנויות ומאמינה בזכותה של כל אישה ונערה למימוש עצמי בהתאם לרצונותיה, שאיפותיה וצרכיה, ללא תלות במוצאה הלאומי או העדתי.

פעילות העמותה: סיוע לנערות ולנשים צעירות המתמודדות עם מצבי מצוקה. הרחבת המודעות בקהילה לצורכי נערות ונשים צעירות. יצירת מרחב מוגן המאפשר קשר עמוק ומשמעותי ושיח נשי בין דורי. הרחבת מגוון השירותים עבור נערות ונשים צעירות. סיוע לנערות ולנשים צעירות לצאת ממעגל המצוקה ולבניית חיים עצמאיים ויציבים.

בעמותה מועסקות נשות צוות מיומנות מתחום הטיפול וכן פעילים בה עשרות מתנדבות ומתנדבים, המקדישים מזמנם וממרחם למען הנשים והנערות המשתתפות במגוון הפרויקטים שמפעילה העמותה.

**מידע נוסף:** [לאתר העמותה.](#)

[office@hatzer.org.il](mailto:office@hatzer.org.il)

רח' הבעל שם טוב 35, תל אביב-יפו.

03-6599359

**שם הארגון: נעמת**

**הסבר על הארגון:** נעמת היא ארגון ללא כוונת רווח, שמטרותיו לקדם את מעמד האישה בישראל ולהביא להשגת שוויון בין המינים במשפחה, בעבודה, בחברה ובכלכלה. פעילותה של נעמת במישור הציבורי כוללת מאבקים ציבוריים למניעת פגיעה בנשים ולקידום מעמדן בחברה, בכלכלה, במוקדי קבלת ההחלטות ובמשפחה. זאת באמצעות קמפיינים מאורגנים, הפגנות, מנשרים, פרסומים, יזמות חקיקה, מאבקים משפטיים, עתירות לבג"ץ וייצוג של הארגון במסגרות ציבוריות.

בנוסף, נעמת עורכת מחקרים בנושאי מגדר, המשמשים בסיס לעיצוב מדיניות שוויונית ולחיזוק מעמד האישה.

במישור הפרט, מציעה נעמת מגוון שירותים לאישה ולמשפחה:

- לשכות משפטיות בפריסה ארצית, העוסקות בייעוץ ובליווי בתחומים דיני עבודה, דיני אישות, עריכת הסכמים שונים.
- מרכזי זכויות נשים וייעוץ למשפחות שכולות.
- מרכזים לטיפול באלימות במשפחה.
- הפעלת מעונות יום בפיקוח משרד הכלכלה ובתי ספר תיכונים טכנולוגיים לנוער שהתקשה להשתלב במערכת החינוך.
- קרן מלגות לסטודנטיות וקרן מלגות לילדים במעונות.
- קורסים להכשרה מקצועית לנשים, סדנאות העצמה לנשים ופעילות חברתית קהילתית לנשים בכל שלבי החיים.

**מידע נוסף:** [לאתר הארגון](http://www.naamat.org.il).

[naamat@naamat.org.il](mailto:naamat@naamat.org.il)

03-6921990

**לקבלת יעוץ משפטי בלשכות המשפטיות של נעמת:**

המחלקה המשפטית הארצית: 03-6921387






הלשכות המשפטיות המרכזיות:

**חיפה:** 04-8513079/8




**תל אביב:** 03-5254422

**ירושלים:** 02-5610608

<p><b>שם הארגון:</b> המרכז לקידום מעמד האישה- מרכז רקמן</p>
<p><b>הסבר על הארגון:</b> המרכז לקידום מעמד האישה ע"ש רות ועמנואל רקמן פועל במסגרת הפקולטה למשפטים באוניברסיטת בר אילן במטרה להביא לביעור האפליה נגד נשים ולחזק את מעמדן בחברה הישראלית, באמצעות תרגום ידע ומחקר אקדמי לפעילות מעשית ויישומית. המרכז מפעיל תכנית לסיוע משפטי לנשים בענייני משפחה ועוסק בפעילות ציבורית, במחקר ובהעצמת נשים. המרכז פועל לאור חזונו של הרב עמנואל רקמן לקידום זכויות הנשים בישראל ולהטבת מעמד האישה בדיני המשפחה ובהלכה היהודית.</p>
<p><b>מידע נוסף:</b>  <a href="#">לאתר הארגון.</a></p> <p><a href="mailto:rackman.center@biu.ac.il">rackman.center@biu.ac.il</a> </p> <p>הפקולטה למשפטים באוניברסיטת בר אילן, רמת גן 52900. </p> <p>03-5318895 </p> <p>03-7360499 </p>

<p><b>שם הארגון:</b> המרכז למשפחה ביד שרה - טיפול בעקבות אלימות או התעללות</p>
<p><b>הסבר על הארגון:</b> המרכז למשפחה נותן מענה מקצועי טיפולי לכל אחד מבני המשפחה בעקבות מצוקה הקשורה לאלימות או התעללות המתרחשת בתוך המסגרת המשפחתית. המרכז עובד עם משפחות מהמגזר הדתי או החרדי הנמצאות במצוקה הקשורה לאלימות או התעללות המתרחשת בתוך המסגרת המשפחתית. המרכז פועל תוך רגישות מיוחדת והתייחסות לצרכים המיוחדים של מגזרים שונים באוכלוסייה הדתית והחרדית. עבודת המרכז למשפחה מכוונת לשיפור ותיקון הדינמיקה המעורערת בין בני הזוג, להפחתת היחסים האלימים בבית ולהענקת כלים להתמודדות במצבים קשים או מורכבים. פעילות המרכז כוללת:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) טיפול פרטני - לנשים, לגברים ולילדים.</li> <li>2) עבודה קבוצתית טיפולית, תומכת - לנשים, לגברים ולילדים.</li> <li>3) עבודה קהילתית- להגברת המודעות ושיתוף הפעולה בנושא אלימות במשפחה בקרב המנהיגות הדתית והקהילתית.</li> <li>4) סדנאות למדריכי חתנים וכלות, לבלניות וכדומה.</li> <li>5) תוכנית מתנדבים - הכשרה והפעלה של מתנדבים לליווי מטופלי המרכז ותמיכה בהם.</li> <li>6) הכשרה והפעלה של מתנדבים לעבודה בקהילה. הטיפול כרוך בתשלום סמלי.</li> </ol>
<p><b>מידע נוסף:</b>  <a href="#">לאתר המרכז.</a></p> <p>בימים א'-ה' בין השעות 08:00-16:00. </p> <p>02-6444566 </p> <p>02-6444567 </p> <p>בזמנים שבהם המרכז סגור ניתן ליצור קשר עם עובדי המרכז באמצעות מוקד המצוקה של "יד שרה": *6444. </p>

<p><b>שם הארגון:</b> יד לאישה.</p> <p>הסבר על הארגון: ארגון יד לאישה הוקם במטרה לסייע לנשים שלא מצליחות להשיג גט בתנאים של כבוד.</p> <p>עובדות הארגון, טוענות רבניות מוסמכות, עורכות דין ועו"סית, מטפלות במקרים קשים של נשים מסורבות גט ועגונות. לארגון יש סניפים בתל אביב, ירושלים ובאר שבע.</p> <p>פעילות הארגון:</p> <p>📞 הפעלת קו חם שמספרו 1800-200-380 הנותן מענה רגשי ומעשי לנשים הנמצאות בהליכי גירושין.</p> <p>* פגישת ייעוץ משפטי חינם בעניין גירושין, שבה ניתנת לפונה סקירה משפטית על מצבה ונפרשות בפניה דרכי הפעולה האפשריות, כמו גם הפניה לגורמים מייצגים</p> <p>* ייצוג נשים מסורבות גט ועגונות בבית הדין הרבני בתביעות לחיוב וכפיית גט. שירותי הייצוג המשפטי ניתנים במחיר סמלי.</p> <p>* הרצאות וימי עיון לקהל הרחב ולאנשי מקצוע, לצורך העלאת המודעות לבעיית העגונות ומסורבות הגט.</p> <p>* פעילויות לשינוי המדיניות הציבורית ולתיקון החקיקה, בכדי להקל ולפתור את בעיית העגונות.</p>
<p><b>מידע נוסף:</b>  <a href="#">לאתר הארגון.</a></p> <p> <a href="mailto:yadlaisha@yadlaisha.org.il">yadlaisha@yadlaisha.org.il</a></p>


<p><b>שם העמותה:</b> נחמה- תמיכה וצמיחה ממשברי פרידה וגירושין</p> <p><b>הסבר על העמותה:</b> עמותת נחמה מלווה ותומכת בנשים וגברים הנמצאים בתהליכי פרידה וגירושין ומסייעת להם במהלך התקופה הקשה הזו. בעמותה פעילים מתנדבות ומתנדבים, ביניהם עובדים סוציאליים, פסיכולוגים, מטפלים בזוגיות ומשפחה, עורכי דין, כלכלנים, מאמנים ומנחי קבוצות ועוד, כולם עברו הכשרה ייחודית במטרה להקשיב וללוות את הפונים. לראשונה, העמותה מעניקה גם ייעוץ משפטי ראשוני חינם וסדרת מפגשי העצמה באמצעות כלים כמו דמיון מודרך, כתיבה וציור, קול ושירה, תנועה ועוד.</p>
<p><b>מידע נוסף:</b>  <a href="#">לאתר העמותה.</a></p> <p> <a href="mailto:gonechama@gmail.com">gonechama@gmail.com</a></p> <p> 03-5771870 (מענה אנושי 24/7)</p>


<p><b>שם הארגון:</b> מבוי סתום- למען מסורבות גט ועגונות</p> <p><b>הסבר על הארגון:</b> מבוי סתום, ארגון ללא מטרת רווח, במטרה להעניק סיוע משפטי וסוציאלי לנשים מסורבות גט, כיום הינו ארגון מוביל במאבק למען פתרון כולל לעגונות ומסורבות גט במדינת ישראל.</p> <p>ארגון מבוי סתום, פועל למען נשים אלה בגישה המשלבת טיפול אישי ופרטני יחד עם מהלכים ציבוריים לשינוי חברתי רחב. ברמה האישית מושיט 'מבוי סתום' יד תומכת לנשים עגונות הנמצאות במצוקה ומציע להן מגוון שירותים: ייעוץ וייצוג משפטי, תמיכה נפשית, ליווי אישי ותכניות העצמה</p>
---


ותרפיה. ברמה הציבורית, חותר מבוי סתום לפתרון ולמניעת בעיית סרבנות הגט, באמצעות קידום פתרונות הלכתיים ושינויי חוקי הנישואין והגירושין בישראל, יצירת לובי אזרחי, פיתוח רשת של קשרים אסטרטגיים, העלאת קמפיינים למודעות ציבורית, חתירה לשינויי דפוסי עבודה בתוך בתי הדין הרבניים, עידוד הקמת בתי דין פרטיים ופעילות למען מינוי דיינים ראויים. 'מבוי סתום' שואף לחברה ישראלית הוגנת יותר, שבה נשים הרוצות להתגרש לא תיתקלנה עוד במבוי סתום ובאטימות לב.


מידע נוסף:  [לאתר הארגון.](#)

[ms@mavoisatum.org](mailto:ms@mavoisatum.org) 

רחוב התעשייה 8 (חדר 212 ב') אזה"ת תלפיות, ירושלים 9342124. 

02-6712282 

02-6723215 

02-6711314 

**שם העמותה:** עמותת אם הבנים- בית תקוות אם הבנים שמחה

**הסבר על העמותה:** עמותת 'אם הבנים שמחה' הוקמה בשנת 2002 כארגון ייחודי התומך במשפחות גירושין במגזר החרדי. העמותה מלווה ותומכת במשפחות ללא אב במגזר החרדי. לעמותה שלושה סניפים: בירושלים, בבית שמש ובביתר עילית, ובסה"כ היא תומכת בכ-450 משפחות. העמותה פועלת מתוך תפיסה הוליסטית הרואה את הצורך בביסוס ושמירה על הקן המשפחתי על אף המשבר שעבר, ובשל כך כוללת מגוון תוכניות לקידום ותמיכה הפועלות בשלושה מוקדים: משפחה, אימהות וילדים.

תוכניות שמפעילה העמותה:

\* תוכניות למשפחה: חגים משותפים, טיולים ופעילויות חברתיות אחרות.

\* תוכניות לאימהות: ייעוץ אישי, ייעוץ משפטי, הנחיית הורים, קבוצות תמיכה וסדנאות טיפוליות, ערבי חברה, מרכז מידע רלוונטי, קבוצת סגור, מערך סוציאלי.

\* תוכניות לילדים: טיפול רגשי, חונכים וחונכות, הפעלת מרכז למידה.

תנאי זכאות לחברות באם הבנים:

על מנת להצטרף לתוכניות הארגון ולחברות באם הבנים, על המשפחה לעמוד בשלושת התנאים הבאים


משפחה המנהלת אורח חיים חרדי

אב המשפחה איננו מתגורר בבית

למשפחה ילדים עד גיל 15.

מידע נוסף:  [לאתר העמותה.](#)

[emhabanim001@gmail.com](mailto:emhabanim001@gmail.com) 

02-6517221 

**שם הארגון:** לשכת עורכי הדין - פרויקט שכר מצווה

**הסבר על הארגון:** לשכת עורכי הדין מספקת סיוע משפטי בחינם למי שלא עומדים בתנאי הזכאות של האגף לסיוע משפטי במשרד המשפטים. בין היתר מסייעים בכל ההליכים המשפטיים הקשורים בדיני משפחה, כולל צווי הגנה.  
הסיוע מוענק לכל אדם העומד בשלושת המבחנים הבאים: מבחן רכוש; מבחן הכנסה; ומבחן הסיכוי המשפטי.

**מידע נוסף:**

לפנייה ראשונית "שכר מצווה" מפעילה קו חם (מוקד טלפוני) למיון ראשוני של הפונים בטלפון:

☎ 1-700-505-500

ניתן לקבל מענה בשפות הבאות: עברית, ערבית, רוסית, אמהרית ואנגלית.

שעות פעילות:

🕒 הקו החם פועל בימים א'-ה' בין השעות 09:00-17:00.

אם השיחה מתבצעת בשעת עומס או מחוץ לשעות הפעילות של הקו החם ניתן להשאיר הודעה עם פרטים מזהים, ונציג מטעם "שכר מצווה" יחזור אל הפונה.

סטודנטים מתנדבים מקבלים את השיחות, מבצעים תשאול טלפוני, מעדכנים את פרטי הפונה במערכת ומבררים מהי הסוגייה מבחינה משפטית.

אם הפנייה נמצאה מתאימה לקבלת סיוע מתוכנית "שכר מצווה", נקבעת פגישת ייעוץ ראשונית עם עו"ד מתנדב, והתהליך ממשיך משם.