

Μπορείς να ζητήσεις βοήθεια από εξειδικευμένους φορείς:

- Γραμμή Υποστήριξης: **15900** (ΓΓΙΦ)
- SOS Γραμμή Βίας Κατά των Γυναικών: **210 9700814**
- Κέντρα Υγείας / Νοσοκομεία: Ζήτησε ψυχολόγο ή κοινωνικό λειτουργό.
- Δομές φιλοξενίας: Ασφαλής χώρος για εσένα και το παιδί σου
- Οργανισμοί όπως η «Φαιναρέτη» προσφέρουν στήριξη για την περιγεννητική ψυχική υγεία: **2109319054**.

Αξίζεις φροντίδα και ασφάλεια, για σένα και για το παιδί σου.



ΠΕΡΙΓΕΝΝΗΤΙΚΗ ΕΜΦΥΛΗ ΒΙΑ

9 Μήνες+

Αν είσαι επαγγελματίας υγείας

- Ενημερώσου και εκπαιδέσου σε θέματα περιγεννητικής έμφυλης βίας και ψυχικής υγείας.
- Επικοινωνήσε με τη γυναίκα και φρόντισε το σώμα της με τρόπο που ενισχύει την αξιοπρέπεια και την ασφάλειά της: **Κάθε κίνηση μετράει.**
- Αναγνώρισε τα σημάδια βίας.
- Συνέβαλε σε ένα ασφαλές και αξιοπρεπές περιβάλλον για την έγκυο, τη νέα μητέρα και το παιδί της.

Φορέας υλοποίησης



Εταίρος



Με τη συγχρηματοδότηση:



Το έργο «Περιγεννητική Έμφυλη Βία: 9 Μήνες +» υλοποιείται στο πλαίσιο του προγράμματος Preventing gender-based violence and violence against children (PREVENT), με φορέα υλοποίησης την ΑμΚΕ Φαιναρέτη και εταίρο το Ινστιτούτο Ανάπτυξης Επιχειρηματικότητας (iED). Το PREVENT συγχρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση, μέσω του προγράμματος Citizens, Equality, Rights and Values (CERV), το Ίδρυμα Μποδοσάκη και το Κέντρο Στήριξης ΜΚΟ, με συνολικό ποσό επιχορήγησης €2,3 εκ.

**Δίπλα στη μητέρα
Ενάντια στη βία**

Κάθε γυναίκα, ανεξάρτητα από ηλικία, κοινωνική τάξη ή μορφωτικό επίπεδο, μπορεί να έρθει αντιμέτωπη με την έμφυλη βία. Συχνά η βία εντείνεται ή εκδηλώνεται για πρώτη φορά κατά την εγκυμοσύνη ή μετά τη γέννηση του παιδιού.

Η βία στην περιγεννητική περίοδο μπορεί να εκδηλωθεί με διάφορες μορφές, όπως:

- Σωματική ή ψυχολογική βία από σύντροφο ή οικείο πρόσωπο.
- Σεξουαλική κακοποίηση ή εξαναγκασμός.
- Αποστέρηση κρίσιμων οικονομικών πόρων κατά την εγκυμοσύνη ή μετά τη γέννηση του παιδιού.

Επιπλέον, στο πλαίσιο της παροχής περιγεννητικής φροντίδας, κάποιες γυναίκες μπορεί να βιώσουν πρακτικές κακομεταχείρισης ή παραμέλησης από επαγγελματίες υγείας, οι οποίες **επηρεάζουν σωματικά ή ψυχικά την εμπειρία της μητρότητας.**

Αυτές οι εμπειρίες μπορεί να αφήσουν **βαθιά ίχνη** και συχνά παραμένουν αόρατες ή αποσιωπώνται.

Σε αυτή την τόσο κρίσιμη φάση ζωής για τη γυναίκα και το παιδί, μπορεί να εκδηλωθούν ή να ενταθούν μορφές βίας που συχνά **δεν αναγνωρίζονται εγκαίρως.**

Αν κάτι σε πληγώνει, χρειάζεται να το αναγνωρίσεις:
Η βία στην περιγεννητική περίοδο αφήνει σημάδια.

Αν

- Σε τρομάζει ο σύντροφός σου και οι συμπεριφορές του.
- Υφίστασαι απειλές για εσένα ή το παιδί σου, πίεση και εκφοβισμό από κάποιον οικείο σου.
- Ήδη έχουν εκδηλωθεί σημάδια βίας, ακόμα και αν δεν ήταν χτύπημα, αλλά σπρώξιμο ή σπάσιμο και χτυπήματα αντικειμένων ή φωνές.
- Υπομένεις χειριστικές ή προσβλητικές συμπεριφορές.
- Κάποιος αποφασίζει αντί για εσένα.
- Έχεις εμπειρία τοκετού ή άλλων χειρισμών από επαγγελματίες υγείας που είναι τραυματικά για σένα.

Μπορεί να είναι δύσκολο να μιλήσεις, αλλά η φωνή σου αξίζει να ακουστεί.

Η περιγεννητική έμφυλη βία δεν είναι «οικογενειακή υπόθεση». Είναι δημόσιο και κοινωνικό ζήτημα.