

الترويع والإذلال والتلاعب والخوف من الشريك. الشعور بالعزلة والضعف واليأس. الإساءة النفسية، أو المالية، أو العاطفية، أو اللفظية. استخدام العنف الجسدي، أو التهديد باستخدامه. تُشير جميع هذه الأنماط إلى العنف المنزلي. فابحث عن علامات الإساءة هذه، وقدم الدعم إذا ما كنت أنت أو أحد الأشخاص المقربين لك يتعرّض للعنف المنزلي.

تُشير جميع هذه الأنماط إلى العنف المنزلي. إن تأثير العنف المنزلي واسع النطاق، وهو ما يؤثر بشكل مباشر على الأفراد وعلى المجتمع ككل، ويحدث ذلك هنا في هذا المجتمع وفي جميع أنحاء الولايات المتحدة. أوضح تقرير صادر عن ائتلاف نيو مكسيكو لبرنامج الاعتداء الجنسي أن 1 من كل 3 سيدات و1 من كل 7 رجال في نيو مكسيكو هم ضحايا للعنف المنزلي خلال حياتهم. ووفقاً لتقرير صدر حديثاً عن مكتب التحقيقات الفيدرالي ("FBI") عن إحصائيات الجرائم لعام 2018، تحتل ولاية نيو مكسيكو المرتبة السابعة في معظم حالات الاعتداء الجنسي.

يمكنك الحصول على رقم الخط الساخن الوطني للأزمات من خلال الرقم 1-800-799-7233 (SAFE). إذا كانت هذه حالة طارئة أو كنت في خطر محدد، فيُرجى الاتصال على رقم 911، إذا كنت تشعر بالأمان عند القيام بذلك.

تتشارك مدينة ألباكري أيضاً مع مقدمي الرعاية المحليين لضحايا العنف المنزلي والاعتداء الجنسي في تقديم المساعدة لضمان وصول الضحايا إلى مساكن الطوارئ. لمعرفة المزيد عن الموارد المتاحة وللحصول على أرقام الخطوط الساخنة المحلية، يُرجى زيارة الموقع الإلكتروني: [cabq.gov/help/domestic-violence](http://cabq.gov/help/domestic-violence).

أنت لست وحدك. فالمساعدة متاحة على مدار الساعة طوال أيام الأسبوع وطوال أيام السنة.

ليس من المفترض أن يؤدي الحب أحداً. مجتمعتك هنا من أجلك، ونحن هنا في مدينة ألباكري نُدرك أن هذا الوضع صعب ومخيف. فنحن على علم بمدى شجاعتك كما أننا مُلزمون بالتأكد من حصولك على الموارد التي تحتاجها لتحيا حياة آمنة وصحية.