

## **Shakti Women's Aid**

Shakti es una asociación benéfica que ofrece ayuda a las mujeres de las minorías étnicas, a los niños y a los jóvenes que están enfrentando o quieren huirse de situaciones de violencia doméstica por parte de su pareja/marido o miembro de la familia.

Has sido o conoces a alguien quien ha sido:

- ¿Pegada?
- ¿Empujada o recibido patadas?
- ¿Menospreciada?
- ¿Recibido nombres despreciativos?
- ¿Amenazada?
- ¿Obligada a tener sexo?
- ¿Encarcelada?
- ¿Obligada a no ver a tu familia?
- ¿Preocupada por un matrimonio forzoso?
- ¿Las personas que viven contigo te tratan mal?
- ¿Amenazada de ser abandonada al extranjero o de cancelar tu visado?

**Si has pasado estas cosas o conoces a alguien a quien le está pasando puedes pedirnos ayuda. Es tu derecho sentirte y estar segura.**

Si estás experimentando violencia doméstica, no tengas miedo en pedir ayuda. Además contactando Shakti, podrás hablar con tu doctor, con tu asistente sanitario y con tu asistente social en total confianza.

## SHAKTI TE DA:

Un alojamiento temporal seguro, ayuda práctica e informaciones (derechos legales, beneficios, búsqueda de una casa, trabajo etc) y apoyo emocional.

Puedes utilizar nuestro servicio de Outreach para mujeres y niños si vives en las afueras de Edimburgo y estás decidiendo dejar a tu marido/familia.

Siguas la ayuda para las mujeres y los niños que han dejado el refugio o cualquier otro alojamiento temporal.

Las mujeres de Shakti hablan más de 20 idiomas más que el inglés.

Llamanos al 0131 475 2399 – estamos abiertos de Lunes a Viernes desde las 9.30 a las 17.00.

Recuerda- si estás en urgente peligro llama 999.

Puedes llamar también The Scottish National Domestic Abuse Helpline a 0800 027 1234 (24 horas)

La policía y el National Domestic Abuse Helpline podrán ponerte en contacto con el servicio "Language line" si necesitas ayuda con la traducción.

## ESTÁS SEGURA

Tu seguridad y la seguridad de tus hijos son las cosas más importantes.

Aquí unos consejos para ayudarte a estar más segura:

- Puedes hablar con nuestro trabajador de Outreach al teléfono, por mail o a través de una cita confidencial.

- Si tu vida o la de tus hijos está en peligro ponte en contacto con alguien como la Policía o Shakti; te ayudaremos.
- Busca más informaciones (por ejemplo, sitios útiles o bibliotecas). Vas a mirar nuestro enlace.
- Haz una lista de personas con las que puedes hablar (familia, amigos, doctor) con sus números de teléfono y ponla en un lugar seguro.
- Si tienes que irte con urgencia, intenta coger tus documentos o una copia de ellos, por ejemplo tu pasaporte o lo de tus hijos.
- Llévate un poco de dinero o tu tarjeta de crédito.
- No tienes que resolver tu problema sola, nosotros te vamos a ayudar!

Recuerda- No es tu culpa y no estás sola!