

Wat kunt u doen bij een vermoeden van huiselijk geweld?

Huiselijk geweld, wat is dat eigenlijk?

Huiselijk geweld is geweld dat wordt gepleegd door iemand uit de huiselijke kring van het slachtoffer. Dit betekent dat de pleger een bekende is van het slachtoffer, zoals een (ex) partner, gezinsleden, familieleden of huisvrienden. Meestal is er ook sprake van een machtsverschil, waarin het slachtoffer afhankelijk is van de persoon die geweld gebruikt. Het geweld kan lichamelijk, seksueel of psychisch zijn. Denk hierbij aan (ex)partnergeweld, kindermishandeling, verwaarlozing en ouderenmishandeling.

Elk jaar worden in Nederland een miljoen mensen slachtoffer van huiselijk geweld. Wat kunt u doen om geweld te stoppen? Stephan van Team Toegang van Veilig Thuis Noord Oost Gelderland vertelt hoe u huiselijk geweld kunt herkennen en wat u kunt doen als u een vermoeden heeft.

Je werkt bij Veilig Thuis, wat is dat precies?

'Veilig Thuis is een organisatie die zich hard maakt en inzet voor zorgen rondom huiselijk geweld en kindermishandeling. Je kan bij ons terecht voor advies, maar ook voor het doen van een melding. Iedereen - burgers, vrijwilligers, direct betrokkenen en professionals - kan contact met ons opnemen. Wij geven dan advies waar je verder mee aan de slag kunt. Soms zijn de zorgen zo groot dat dit niet lukt, dan kan je een melding bij ons doen. Ons doel is om het geweld te stoppen.'

vertrouwt. Weet u niet goed wat u met de situatie aan moet? Dan kunt u ook altijd bellen met Veilig Thuis Noord Oost Gelderland. U bespreekt de situatie, vertelt wat u ziet en hoort en we nemen de mogelijkheden met u door.'

Waarom is het belangrijk dat mensen bellen als ze zich zorgen maken?

'Als je je zorgen maakt om iemand is het vaak moeilijk om in te schatten of iemand hulp nodig heeft. Soms weet je niet zeker hoe ernstig het is en of - en hoe - je kunt helpen. Wij geven advies en helpen om de situatie te veranderen.'

'Soms bellen mensen ook over hun eigen situatie. Zo heb ik eens een vrouw aan de telefoon gehad die al vaker op het punt had gestaan haar relatie te verbreken. Ze ging telkens terug naar haar partner, omdat hij vaak direct zei hoeveel spijt hij had en er daarna weer een leuke periode in de relatie aanbrak.

Ook praktische bezwaren als gezamenlijke woonruimte speelden een rol. Het lukte me om wat vaker telefonisch contact met haar te onderhouden. Uiteindelijk belde ze me en vertelde dat het haar gelukt was om de stap te zetten om echt weg te gaan. Wat vaak lastig is om te begrijpen voor omstanders, is dat ook geweld binnen een relatie kan wennen. Dat gaat heel onbewust. Ongemerkt passen mensen hun gedrag zo aan om ervoor te zorgen dat er geen geweld plaatsvindt. Ze gaan het 'normaal' vinden dat ze zich niet veilig voelen op de plek waar ze zich echt veilig zouden moeten voelen: achter hun eigen voordeur. In zo'n situatie kan een ander het verschil maken, door zijn of haar zorgen met ons te delen.'



Wat gebeurt er als ik bel?

'We zijn te bereiken via het landelijke telefoonnummer 0800 2000. Na het inspreken van uw woonplaats wordt u gelijk doorverbonden met Veilig Thuis in uw regio. We vragen naar de reden van uw telefoontje. We luisteren en stellen veel vragen om samen te bekijken wat - of wie - zou kunnen helpen. Het is goed om te weten dat we onderscheid maken tussen advies en een melding. Wilt u alleen advies? Dan ondernemen we na uw telefoontje verder geen actie. Wilt u dat wij vanuit Veilig Thuis in actie komen naar aanleiding van uw telefoontje? Dan kunt u een melding maken.'



Hoe kun je signalen van huiselijk geweld herkennen?

'Zichtbare signalen zijn bijvoorbeeld blauwe plekken. Wat veel lastiger is om te herkennen is of er verbale agressie plaatsvindt. Omdat niet persé één signaal of teken op huiselijk geweld hoeft te duiden hebben we een korte lijst opgesteld. Herkent u veel van deze signalen? Dan kan er sprake zijn van huiselijk geweld. Het betekent overigens niet dat er bij zo'n signaal automatisch sprake van is. Het belangrijkste is dat als je een vermoeden hebt - of dat nou op basis is van signalen of een onderbuikgevoel - je contact met ons opneemt.'

Ik heb een vermoeden, wat nu?

'Vaak is het fijn om een vermoeden met iemand te delen. Dit kan een familielid of vriend(in) zijn, of iemand anders die u



VOORBEELD VAN SIGNALLEN HUISELIJK GEWELD

Een slachtoffer van huiselijk geweld

- heeft vaak verwondingen, zoals blauwe plekken, bijtonden, kneuzingen en brandwonden (en probeert dit te bedekken met kleding);
- is vaak vermoeid, angstig of depressief;
- wordt door zijn of haar partner vernederd waar anderen bij staan;
- heeft vaak hoofdpijn, maagpijn en andere gezondheidsklachten;
- geeft vaak aan dat hij / zij iets niet mag van de partner;
- is schrikachtig en vindt het moeilijk oogcontact te maken;
- mag niet over eigen geld beschikken;
- stelt afspraken steeds uit of zegt op het laatste moment af;
- heeft weinig contacten buitenshuis;
- vertelt tegenstrijdige verhalen over partner of familie.

Heeft u een vermoeden van huiselijk geweld?
Twijfel dan niet en kom in actie!
Bellen is gratis en kan 24 uur per dag, ook anoniem.



NOORD OOST
GELDERLAND

Bezoekadres Veilig Thuis
Noord en Oost Gelderland
Linie 556
7325 DZ Apeldoorn
T 0800 2000
I www.veiligthuisnoordoostgelderland.nl