



Tien feiten over huiselijk geweld

Wist je dat:

- In elke klas minstens 1 kind thuis te maken heeft met geweld?
- 1 op de 20 ouderen te maken krijgt met mishandeling?
- In 20% van die gevallen de situatie langer duurt dan 1 jaar?
- Het aantal crisismeldingen in Zaanstreek - Waterland 20% hoger ligt dan in de rest van Nederland?
- De incidenten in gezinnen elk jaar toenemen?
- Spanningen thuis sneller oplopen in deze coronatijd?
- De kans op agressie groter wordt als je werkeloos, arm of verslaafd bent?
- Er lichamelijk, mentaal en seksueel geweld bestaat?
- Financieel misbruik ook een vorm van huiselijk geweld is?
- Het vaak jaren duurt voordat mensen beseffen dat ze in een situatie zitten van huiselijk geweld.



Zit jij ook weleens klem?

Voel je je thuis onveilig? Is er vaak ruzie en probeer je spanningen altijd te ontwijken? Heb je een raar gevoel in je onderbuik, maar je weet niet hoe je dit kunt oplossen? Voel je je wel eens bang voor je partner?

Het heeft écht zin om te praten over je zorgen. Kies iemand waarbij jij je veilig voelt. Dat kan de buurvrouw,

een vriend of bijvoorbeeld jouw huisarts zijn. Ook zijn er organisaties die jou kunnen helpen. Je staat er nooit alleen voor. Deel je zorgen en zet een belangrijke eerste stap.

Ik hoor vaak ruzie bij de burens

Zonder hulp van buiten stopt huiselijk geweld bijna nooit. Veel mensen vinden dat ze zich niet mogen bemoeien met een ander. Of ze weten niet hoe dat moet. Weet je dat je een ander echt kan helpen door langs te gaan en interesse te tonen? Vraag oprecht hoe het met iemand gaat en luister. Zeg dat jij je zorgen maakt. Probeer niet te oordelen, maar blijf bij de feiten. Let op signalen en wees er voor de ander. Blijf in contact. Daarmee doorbreek je de situatie.

Je helpt mensen om vragen te stellen als je vermoedt dat er thuis iets speelt. Met één eenvoudige vraag kun jij al een brug naar een oplossing zijn:

Hoe is het thuis voor jou?

Niks doen is geen optie, dus aarzel niet. Haal mensen uit de klem.

Op de website van jouw gemeente staan namen van mensen en organisaties die je willen helpen. Neem gerust eens een kijkje.

Deze campagne is een initiatief van de regio Zaanstreek-Waterland en GGD/Veilig Thuis in samenwerking met Open de Voordeur en RCO de Hoofdzak.

