



Gwent White Ribbon Day (Ziua Fundei Albe) 2020

Implică-te în Provocarea #149!

În acest an, White Ribbon Day (Ziua Fundei Albe) va avea loc miercuri 25 Noiembrie și avem nevoie de ajutorul tău.

Ziua Fundei Albe este un eveniment anual al Națiunilor Unite care marchează Ziua Internațională pentru Eliminarea Violenței Asupra Femeilor iar scopul acesteia este să sensibilizeze și să lucreze la stoparea violenței bărbaților asupra femeilor.

Mii de femei și familiile acestora sunt afectate de incidente de abuz domestic, iar în multe cazuri, acest lucru s-a accentuat în acest an datorită restricțiilor din lockdown. Este mai important acum ca niciodată să atragem atenția asupra violenței asupra femeilor prin exprimarea susținerii de Ziua Fundei Albe.

Ce înseamnă #149Challenge?

În 2018, în Marea Britanie, 149* femei au fost ucise de bărbați. Mai mult de jumătate din acestea au fost ucise de un fost soț sau partener și aproape toate au fost săvârșite de către un bărbat cunoscut de victimă.

Vom desfășura o provocare în comunitate și încurajăm oamenii să sensibilizeze prietenii, colegii și familiile asupra acestui subiect. Oamenii, școlile, organizațiile, echipele sportive și grupurile comunitare din regiunea Gwent sunt încurajați să participe la o provocare în luna Noiembrie care se concentrează asupra cifrei 149. Această provocare poate dura secunde, minute sau orice dorești. După efectuarea provocării, afișează-o pe conturile tale de social media și folosește @GwentVAWDASV @GwentPCC @GwentPolice #WhiteRibbonDay #NoExcuseForAbuse. (Ziua Fundei Albe – nici o scuză pentru abuz).

*Raportul Recensământului Femicide arată că în Marea Britanie, în 2018, 149 de femei au fost ucise de bărbați. Raportul precum și alte informații pot fi citite pe: <https://femicidescensus.org/reports/>



Provocarea poate avea loc în 25 Noiembrie sau oricând pe parcursul celor 16 zile de acțiune care se termină în 10 Decembrie.

Provocarea ta #149 poate consta în efectuarea unei activități solo, cu câteva persoane din gospodăria ta sau ca parte a unui grup de ștafetă **(conform regulilor de distanțare socială în vigoare la momentul respectiv)**. De exemplu, ai putea:

- Merge pe jos sau alerga 149 minute
- Urcă scările de 149 ori.
- Merge cu bicicleta 149 kilometri, solo sau tip ștafetă cu prietenii.
- Transformă mila zilnică de la școala ta într-o provocare #149.
- Transpiră efectuând circuite constând în 149 secunde dintr-un exercițiu, de ex: sărituri stea, exerciții burpee, scândura ...
- 149 minute în care faci ceva ce îți place sau chiar displace, cântatul la un instrument muzical (distractiv!) sau treburi prin casă (nu foarte distractiv!).
- Ce zici de o ștafetă virtuală? Implică-ți familia sau grupul comunitar. Distrează-te făcând sarcina aleasă, filmează-te efectuând provocarea și 'pasează batonul' virtual altcuiva pe social media.
- Dacă sportul nu este activitatea ta preferată, de ce nu ți-ai folosi propria imaginație? Coace 149 prăjituri împărțite între grupul sau organizația ta sau scrie o poezie cu 149 cuvinte.

Fă din orice faci o provocare pentru tine. Ai efectuat Provocarea ta #149? Atunci, arată-ți suportul pe social media. Poți chiar lăsa degetele tale să vorbească:

**Gwent
White Ribbon
Day
2020**
#149Challenge



Nu te poți gândi la o Provocare #149?

Nu-i nimic, poți face ceva creativ creând propria ta Fundă Albă pentru fereastra ta și pentru canalele tale de social media! Ai putea tipări șablonul din acest pachet sau poți face un altul la școală sau acasă urmând instrucțiunile din poza de mai jos. Scrie mesajele tale despre Ziua Fundei Albe în fundal sau schițează ceva pentru a evidenția funda albă. Fă o poză pentru social media, sau pune-le pe fereastră pentru a-ți arăta suportul.





Ești îngrijorat/ă despre cineva cunoscut?

Abuzul se poate prezenta sub mai multe forme, inclusiv urmărire și hărțuire, poate fi de natură financiară, fizică, sexuală și psihologică. Te rog să dai share la Live Fear Free 24/7 helpline (linia telefonică 24/7 Trăiește fără Frică) pe canalele tale și oricărei persoane afectată de abuz. Linia telefonică susține victimele, supraviețuitorii și cei apropiați lor. Linia telefonică: 0808 8010 800 Text: 078600 77333.

În caz de urgență, sună întotdeauna la 999.

Se poate obține suport și de la Connect Gwent victims' hub (clubul victimelor) la 0300 1232133.