Är du utsatt för våld i en nära relation? - Tigrinja

ብመቕርብካ ንዓመጽ ተቓሊዕካ/ኪ’ዶ ትፈልጥ/ጢ?

ዓመጽ ኣብ መቕርባት ብዙሕ መልክዕ ኪሕዝ ይኽእል። ሓደሓደ ግዜ መጻምድትኻ ንዓመጽ የቃልዓካ፤ ስሕት ኢሉ ኸኣ ካልኦት ኣዝማድካ (መቕርብካ)። ቈልዑ’ውን ንወለዶም ንዓመጽ ኬቃልዕዎም ይኽእሉ’ዮም። ዓመጽ ስነ-ኣእምሮኣዊ: ኣካላዊ ወይ ወሲባዊ ኪኸውን ይኽእል። ንኣብነት: ንገለ ካብዞም ዚስዕቡ ዚምልከት ኪኸውን ይኽእል፤ እቲ ንዓመጽ ዜቃልዓካ ሰብ:-

- ሕማቕን ሕሱምን ጸርፊ ይጸርፈካ/ኪ፤ ወይ ሕማቕን ኣሸጋሪ/ትን ምኳንካ/ኪ የስምዓካ/ኪ
- ይደፍኣካ/ኪ: ይወቕዓካ/ኪ: ይቖልዓካ/ኪ: ወይ ብኻልእ ኣገባብ ይጐድኣካ/ኪ
- ይቈጻጸረካ/ኪ: ይድርተካ/ኪ፤ ዘይደለኻዮ/ኽዮ ነገር ክትገብር/ሪ ይግድደካ/ኪ
- ጠባይካ/ኪ ወይ ቅዲ ህይወትካ/ኪ ክትቅይር/ሪ ይግድደካ/ኪ
- ንርክብ ስጋ ይግድደካ/ኪ
- ንቍጠባኻ/ኺ ይቈጻጸር

ንዕቍባን ደገፍን መሰል ኣሎካ/ኪ

ዝኾነ ሰብ ብመቕርቡ ዓመጽ ኪወርዶ ይኽእል’ዩ። ንዓመጽ ዝተቓላዕካ/ኪ: ሓበሬታ ክትረክብ/ኽቢ: ዕቍባን ደገፍን ክትረክብ/ኽቢ: ብኣኽብሮትን ብምድንጋጽን ክትተሓዝ ኣለካ። መሰልካ/ኪ እዩ። ደቂ እንተ ኣሎዉኻ/ኺ እውን ደገፍ ኪረኽቡ መሰል ኣሎዎም።

እዞም ዚስዕቡ ደገፋት ምርካብ ይከኣል:-

- ዝርርባዊ ደገፍ
- ዕቍባን ግዜያዊ ገዛን
- ቍጠባዊ ሓገዝ
- ምስ ካልኦት ትካላት መንግስቲ ርክብ ንምግባር (ንኣብነት ምስ ፖሊስ) ደገፍ ምሃብ።

ምሳና ርክብ ግበር/ሪ’ሞ ክንሕግዘካ/ኪ ኢና። ስምካ ክትሓብእ/ኢ ትኽእል/ሊ ኢኻ/ኺ።

ኣብ ህጹጽ ሓደጋ ኵሉሳዕ 112 ደውል/ሊ።

ዚርከብ ሰብ:

- **ንጥፈት:** Vuxenenhetens mottagningsgrupp
- **ቍጽሪ ስልኪ:** 08-58169000
- **መካነ-መርበብ:** www.upplands-bro.se
- **ናይ ምብጻሕ ኣድራሻ::** Furuhällsplan 1, Kungsängen

Nationellt stöd - Tigrinja

ሃገራዊ ደገፍ

Kvinnofridslinjen 020-50 50 50

ሃገራዊ ደገፍ ብስልኪ ነቶም ምጉብዕባዕ ወይ ዓመጽ ዘጋጠሞም። ሸወደንኛ ዘይትኽእል እንተ ኾይንካ’ውን ክትድውል ትኽእል ኢኻ።ብናጻ ኢኻ ትዛረብ፤ እቲ ዝርርብ ከኣ ኣብ መኽፈሊ ስልኪ ኣይወጽእን’ዩ። ስምካ ምሕባእ ይከኣል’ዩ።

www.kvinnofridslinjen.se

BRIS 116 110

ደገፍ ብስልኪ ንንኡሳን ዕድመ። ኢመይል ምስዳድ ወይ ቻት ምግባር ይከኣል። ስምካ ምሕባእ ይከኣል’ዩ።

www.bris.se

RFSL:s brottsofferjour 020-34 13 16

ደገፍ ብስልኪ ነቶም ንገበን ወይ ዓመጽ ዝተቓልዑ ሆሞሰክሸዋላት: ባይሰክሸዋላትን ትራንስ-ሰባት ወይ ኲር (queer)

www.rfsl.se/brottsoffer/

Terrafem 020- 52 10 10

ደገፍ ብስልኪ ነቶም ንገበን ዝተቓልዑ። ብዝተፈላለዩ ቋንቋታት ደገፍ ምርካብ ይከኣል። ብናጻ ኢኻ ትዛረብ፤ እቲ ዝርርብ ከኣ ኣብ መኽፈሊ ስልኪ ኣይወጽእን’ዩ። ስምካ ምሕባእ ይከኣል’ዩ።

www.terrafem.org

Brottsofferjouren 0200-21 20 19

ደገፍ ብስልኪ ነቶም ንገበን ዝተቓልዑ። ሸወደንኛ ዘይትኽእል እንተ ኾይንካ’ውን ክትድውል ትኽእል።

www.boj.se

Andra i kommunen som erbjuder stöd - Tigrinja

ኣብ ኮሙን ደገፎም ዚህቡ ካልኦት

ኣድራሻ ናይቶም ኣብዚ ኮሙን ዚርከቡ ደገፍ ኪህቡ ዚኽእሉ: ንኣብነት: ቮርድሴንትራል (vårdcentral): ክቪኖሹር (kvinnojour) ወይ ብሮትስኦፈርሹር (brottsofferjour) ካብዚ ስዒቡ ተዘርዚሩ’ሎ።

- **ንጥፈት:** Kvinnojouren Anna
- **ኣድራሻ ኢ-መይል:** info@kvinnojourenanna.se
- **ቍጽሪ ስልኪ:** 08-58240999
- **መካነ-መርበብ:** www.kvinnojourenanna.se