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

آیاتاسی په نږدې اړیکو کې له تاوتریخوالی سره مخامخ یاست؟

په نږدې اړیکو کې تاوتریخوالي کیدای شي ډول ډول شیان وي. کله دا د ژوند یو شریک وي چه داسې چلند کوي. کله کله دا نور خپلوان وي. کیدای شي چه ماشومان د خپل پلار او مور سره داسې چلند کوي. خشونت کیدای شي هم روحي هم فزیکي او هم جنسي وي. دا داسې وي چه یو کس:

- تا ته کنځاوې یا بدې خبرې کوي یا تا ته اورې چه ته بده او ستونزمنه یې
- تا ټیله کوي، وهي، په لغتو د وهي یا تا ته په کوم بل ډول زیان رسوي
- تا کنټرولوي او تا محدودوي، تا مجبوروي چه داسې کارونه وکړې چه ته هغه نه غواړې
- تا مجبوروي چه یو رفتار او کردار یا د ژوند طریقه مراعات کړې
- تا کوم جنسي عمل ته مجبوروي
- ستا اقتصاد تر خپل کنټرول لاندې نیسي

ته د دفاع او مرستې حق لرې

په نږدې اړیکو کې د هرچا سره کیدای شي د تاوتریخوالي نه کار واخیستل شي. که ستا سره د تاوتریخوالي نه کار اخیستل کیږي نو د معلومات، دفاع او مرستې حق لرې او باید ستا سره په احترام او خواخوږۍ چلند وشي. ته د دې شیانو حق لرې. که ته ماشومان لرې نو همدا شان ماشومان هم د ددې حق لرې.

تا ته په لاندې ډول کیدای شي مرسته وشي

- د مرستې خبرې کول
- ساتنه او موقتي کور
- اقتصادي مرسته
- د نورو مقاماتو، د مثال په توګه پولیس سره د تماس لپاره مرسته

زمونږ سره تماس ونیسه، مونږ کولای شو ستاسره مرسته وکړو. که ته غواړې ته کولای شې خپل هویت پټ وساتې.

د عاجل خطر په صورت کې تل ۱۱۲ ته زنګ وهه.

تماس ونیسه:

- **فعالیت:** Vuxenenhetens mottagningsgrupp
- **د ټیلفون شمیره:** 08-58169000
- **انټرنیټي پاڼه:** www.upplands-bro.se
- **د لیدنې کتنې پته:** Furuhällsplan 1, Kungsängen

Andra i kommunen som erbjuder stöd - Pashto

په ښاروالۍ کې نور هغه ځانګې چه مرستې کوي

دلته ته کولای شې په ښاروالۍ کې د نورو هغه کسانو سره د تماس اطلاعات پیدا کړې چه مرستې کوي، د مثال په توګه کلینیک، د ښځو لپاره نوکریوال kvinnojour یا د جرم د قربانیانو لپاره نوکریوال brottsofferjour.

- **فعالیت:** Kvinnojouren Anna
- **بریښنالیک:** info@kvinnojourenanna.se
- **د تیلفون شمیره:** 08-58240999
- **انټرنیټي پاڼه:** www.kvinnojourenanna.se

Nationellt stöd - Pashto

په ملی سطحه مرستی

Kvinnofridslinjen 020-50 50 50

په ملی سطحه د مرستی د تیلفون شمیره د هغه کسانو لپاره چه د تاوتریخوالی او ګواښ سره مخامخ شوی وی. حتی که په سویډنی ژبه ته خبری نشی کولای، بیا هم ته کولای شی زنګ ووهی. زنګ وهل ووړیا دی او د تیلفون په بل کی نه لیدل کیږی. ته کولای شی خپل هویت پټ وستی.

www.kvinnofridslinjen.se

BRIS 116 110

د ځوانانو لپاره د مرستی د تیلفون شمیره. د چات او بریښنالیک استولو امکان هم شته دی.

www.bris.se

RFSL:s brottsofferjour 020-34 13 16

د خپل جنس سره علاقه لرونکو، د دواړو جنسو سره علاقه لرونکو، د بدول بدول جنسی علاقو لرونکی transperson او کویر queer کسانو لپاره چه د تاوتریخوالي یا ګواښ سره مخامخ شوی وی، د مرستی د تیلفون شمیره.

www.rfsl.se/brottsoffer

Terrafem 020-52 10 10

د هغو کسانو لپاره چه د تاوتریخوالي سره مخامخ وی د تیلفون شمیره. ستا سره په بدول بدول ژبو مرسته کیدلای شی. زنګ وهل ووړیا دی او د تیلفون په بیل کی نه لیدل کیږی. ته کولای شی خپل هویت پټ وستی.

www.terrafem.org

Brottsofferjouren 0200-21 20 19

د مرستی د تیلفون شمیره د هغه کسانو لپاره چه د تاوتریخوالي او ګواښ سره مخامخ شوی وی. حتی که په سویډنی ژبه ته خبری نشی کولای، بیا هم ته کولای شی زنګ ووهی.

www.boj.se