

د کورنی تاوتریخوالی (معلومات او مالتر خدمتونه)

زه څنگه کورنی تاوتریخوالی وپېژنم



کورنی تاوتریخوالی ډیر ډولونه لري لکه فزیکي، لفظي، احساساتي، رواني، جنسي، مالي او روحاني ناوړه گټه اخیستنه. دا د اړیکو په ټولو ډولونو کې واقع کېدی شي، د اوسني او پخواني واده شوي، عام قانون او د نیټي ملگري څخه، د جنسیت متنوع اړیکو کې او په هر عمر کې - له ځوانانو څخه تر مشرانو پورې. متاثرېن کېدای شي د جلاتوب سره مخامخ شي، خورول، سپکاوی، ډارول، گواښونه، فزیکي او جنسي تاوتریخوالی، او احساساتي توروته. ماشومان هم زیان منونکي دي. دوی په مستقیم ډول د ناوړه گټه اخیستني سره مخ کېدې شي یا د دوی په کور کې د تاوتریخوالی سره مخ شي چې اوس او وروسته په ژوند کې د دوی رواني او فزیکي روغتیا باندې منفي اغیزه کوي.

څنگه به مرسته ترلاسه کړي

متاثرېن



که تاسو یاست یا فکر کوئ چې تاسو ممکن د کورنی تاوتریخوالی متاثرېن یاست، داسې خلک شتون لري چې تاسو ته پاملرنه کوي او چمتو دي چې تاسو ته غوږ ونیسي، حتی د دې ناروغی په جریان کې. که تاسو او یا ستاسو ماشومان په سمدستي خطر کې یاست، ۱-۹-۱ ته زنگ ووهئ.

- تاسو کولی شئ د خپل ځایي د کور چمتو کولو مرستونې، د کورنی تاوتریخوالی رسونې، د دویمې مرحلې کور یا بحران کرېسې سره اړیکه ونیسي. د خدماتو په اړه د معلوماتو لپاره لاندې لینک باندې کلیک وکړئ: د ناوړه گټه اخیستني متاثرېنو لپاره د مالتر خدمتونه.
- پولیس تاسو سره مرسته کولی شي حتی که دا بیړني حالت نه وي.
- داسې وسیلې شتون لري چې کولی شي تاسو سره په خوندي پاتې کېدو کې مرسته وکړي که تاسو پرېږدئ یا په تاوتریخوالی کې ژوند کوئ. دا وسایل وړیا دي. دلته کلک وکړئ ([/ne/ac.bn.elagel-ofni-lagel.www](http://ne/ac.bn.elagel-ofni-lagel.www)) (gninnalp-ytefas). تاسو د خدماتو چمتو کونکو څخه یو ته هم زنگ ووهئ شئ څوک چې کولی شي تاسو سره د تلیفون له لارې ستاسو سره ستاسو د خونديتوب لپاره پلان کولو کې مرسته وکړي.
- دا سمه ده چې خپل کور پرېږدئ که دا ستاسو لپاره ترټولو خوندي کار وي. که دا یو خطرناک ځای وي، تاسو تمه نه لرئ چې په کور کې جلا شئ.
- که تاسو د خپل خونديتوب لوړولو لپاره لا زیاتو مرستو ته اړتیا لرئ، د بیړني مداخلې حکمونه د محکمې حکمونه دي چې متاثرېن کولی شي په بیړني او جدي حالتونو کې غوښتنه وکړي. د نورو معلوماتو لپاره، لیدنه وکړئ د بیړني مداخلې امرونه.

کودکان



اگر شما یک کودک یا نوجوان هستید که در یک خانه ای زنده گی می کنید که در آن خشونت خانواده گی وجود دارد، زندگی در آن خانه امکان دارد که نامشخص، سخت و یا حتی ترسناک است. ما نگران امنیت و رفاه شما هستیم. افرادی هستند که اهمیت می دهند و آماده گوش دادن به شما هستند.

- اگر شما و / یا شخص دیگری در خانه شما در خطر هستید، با شماره تلفن ۹-۱-۱ تماس بگیرید.
- پشتیبانی از شما وجود دارد. تماس، با تلفن راهنمای کودکان به شماره ۸۶۸۶-۸۶۶-۱۰۰۸-۱ تماس بگیرید، پیام ارسال کنید یا چت کنید یا از [وب سایت](#) آنها بازدید کنید یا با [CHIMO](#)، ۱-۸۰۰-۷۶۶-۵۰۵ تماس بگیرید یا از آن بازدید کنید.
- اگر در خانه تان دعوا یا خشونت وجود دارد، لطفاً از آنچه در جریان است دور بمانید. یک جای امن پیدا کنید.

تماشاگران



اگر یکی از اعضای خانواده، دوست، همسایه یا همکار هستید و می دانید یا مشکوک هستید که فردی قربانی خشونت خانواده گی شده است، حمایت شما مهم است. بدون قضاوت گوش به وی گوش کنید. اجازه دهید داستانشان را با سرعت خودشان و به قول خودشان بگویند. به قربانی بگویید که آنها را باور دارید. عضو خانواده، دوست، همسایه یا همکار شما امکان دارد که احساس شرم، تحقیر و به احتمال زیاد ترس داشته باشد. زمان و توجه شما می تواند تفاوت ایجاد کند.

- اگر شما یا عضو خانواده تان، دوست، همسایه، همکار در خطر فوری هستید، با شماره ۹-۱-۱ تماس بگیرید. پولیس می تواند به شما کمک کند حتی اگر آن را فوری نباشد.
- شما می توانید با خانه های همسایه گان خود، مرکز خشونت خانواده گی، یا خط بحران تماس بگیرید. برای کسب معلومات در مورد خدمات پشتیبانی از [قربانیان سوء استفاده اینجا را کلیک کنید](#).
- برای کسب اطلاعات بیشتر در مورد خشونت خانواده گی و نحوه کمک کردن، به کمپاین Love Shouldn't Hurt در وب سایت ecneloiv/ac.bng.www مراجعه کنید.
- [برای کسب اطلاعات بیشتر در مورد خشونت های خانواده گی، شریک صمیمی یا خشونت جنسی اینجا را کلیک کنید](#).

برخورد با رفتار خشونت آمیز خودتان



افرادی که استفاده از خشونت را متوقف کرده اند می گویند سخت ترین بخش این است که اعتراف کنند برای تغییر رفتار خود به کمک نیاز دارند. تغییر رفتار شما شجاعت می خواهد اما پاداش های همیشه گی را به ارمغان می آورد.

- اگر خانواده تان از شما می ترسند، یا اگر مردم به شما بگویند که رفتار شما ترسناک است، امکان دارد که شما نیاز به ایجاد تغییرات در رفتار خود دارید.
- تغییر شجاعت، تلاش و اراده می خواهد. خدماتی در **New Brunswick** وجود دارد که پروگرام ها و پشتیبانی از شما را برای یادگیری راه های جدید رفتار ارانه می دهد. به وب سایت [PLEIS-NB's web-site](#) مراجعه کنید.

برای کسب اطلاعات بیشتر با ما تماس بگیرید:

شعبه برابری زنان

طرح های پیشگیری از خشونت و مشارکت جامعه (واحد)

McGloin St 20
PO Box 6000
Fredericton, NB
E3A 5T8

تلفون: (506) 8126-453

Toll-free: 1-877-253-0266

ایمیل: WEB-EDF@gnb.ca

