

ንኩላቶም ቁልዑ ከምኡ እውን መንእሰያት

ኩላቶም ቁልዑ ምቹእ ወይ ጽቡቕ ናይ ምህላው መሰል ኣሎዎም።

እንተ ኾነ ግን ብዙሓት ቁልዑ መብዛሕትኡ ግዜ ኣብ ገዛ ምስ ብሩኽት ዘይኮኑ ዓበይቲ ሰባት እዮም ዝነብሩ። እዚ ማለት ድማ፡

- ንሓደ እኹል ወይ ዓቢ ሰብ ብምፍራሕ፡
- እቲ ዓቢ ሰብ ብዝብሎም ወይ ብዝገብሩም ነገራት ሕማቕ ክስመዓካ ኹሎ፡
- ኣብ ገዛ ንስኻ ወይ ካልእ ሰብ ክህረም ከሎ፡
- ኣብ ገዛ ምሳኻ ዝነብሩ ዓበይቲ ሰባት ኣዝዩ ብዙሕ ኣርኮላዊ መስተ ክሰትዩ ክለዉ።
- ንስኻ ከምኡ እውን ሓውኻ ወይ ሓፍትኻ ናይ ግድን ባዕልኻትኩም ነብስኹም ትኣልዩ ምስ እትኾኑ ኮይኑ፡



ከምዚ ድማ ንዝኾነ ሰብ ከጋጥሞ የብሉን። ዝኾነ ዓቢ ማለት በጽሒ ድማ ንዝኾነ ቁልዓን መንእሰይን ሕማቕ ክስመዖም ዘኽእል ነገራት ክገብሩም የብሉን

ኣስተውዕሉ፡ ኩሉ ግዜ ንዝኾነ ትኣምኑዎ በጽሒ ወይ ዓቢ ሰብ ብዘዕባ ዝኾነ ሕማቕ ምስጢራት ክትገልጹሉ ወይ ክትነግሩዎ ኣለኩም! ዋላ እውን ዝኾነ ሰብ ንዝኾነ ሰብ ክትዛረቡ ኣይግብኣኩምን እዩ እንተ በለኩም ማለት እዩ! ሕማቕ ምስጢራት ንኣካላትና ሕማቕ ከም ዝስመዖ ክገብሩዎ ይኽእሉ። ንኣብነት ንጨጎራና ወይ ድማ ንኣፍ ልብና፡ ከምኡ እውን ሕዙን ክገብረካ ይኽእል ወይ ጭኑቕ ትኸውን ማለት እዩ።

ኣብ ገዛ ንገዛእ ርእስኻ ይኹን ንኻልእ ሰብ ፍርሒ ወይ ሸቕራ ዝስመዓኩም እንተ ኾይኑ ወይ እውን ጸቕጢ ዝስመዓኩም እንተ ኾይኑ፡ ከም እዚ ዝስዕብ ግበሩ፡

1 ምስ ሓደ ትኣምኑዎ በጽሒ ወይ እኹል ሰብ ተዘራረቡ! ንሱ ድማ መምህር፡ ናይ እቲ ቤት ትምህርቲ ተጸዋዒ ጉዳያት ቁልዑ፡ ምስ ወለዲ ዓርክኹም ወይ ማሓዛኹም፡ ምስ ጎረቤትኩም፡ ወይ ምስ ካልእ ትፈልጡዎ ሰብ ተዘራረቡ። ከመይ ከም ዘለኹም ድማ ግለጹሎም!

2 ናብ ተጣባቂ መሰል ቁልዑ ናይ እቲ ሕብረተ ሰብ (BRIS) ብቑጽሪ ቴሌፎን 116 111 ደውሉ።

3 ናብ ክፍሊ ማሕበራዊ ኣገልግሎት እሞ ደውሉ ከመይ ከም ዘለኹም ድማ ግለጹሎም። ቍጽሪ ቴሌፎንም ከኣ ኣብ ገጻት መርበብ ሓበሬታ ናይ ኮምፒዩተር ኣሎ።

4 ኣብ ገዛ ዓመጽ ዘካይድ ወይ ጸቕጢ ዝኾነ ሰብ ኣሎ እንተ ኾይኑ ናብ እንዳ ፖሊስ ብቑጽሪ ስልኪ 112 ደውሉ። ፖሊስ ናብ ገዛኹም ብምምጻእ ከኣ ነቲ ጸቕጢ ወይ ዓመጽ ደው ከብሉዎ እዮም።



VKV – Västra Götalandsregionens kompetenscentrum om våld i nära relationer
ናይ ዘባ ምዕራብ ዮታላንድ ማእከል ብቑዓት ብዘዕባ ብናይ መቕረብ ንዝግበር ዓመጽ ብዝምልከት።



En förening som verkar för att alla ska få leva i hem fria från rädsla och våld.
ኣብ ገዛ ዝኾነ ሰብ ካብ ፍርሕን ዓመጽን ናጻ ኮይኑ ከም ዝነብር ዝገብር ማሕበር።