

ንኣንስቲ ምኽሪ ናብ እትህብ ገጽ መርበብ (Frauenberatung.EN)

እንኳዕ ብዳሓን መጻእኽን እናበልና ልባዊ ታሕጓስና ንገልጽ

እታ ንደቂ ኣንስትዮ ምኽሪ እትህብ ገጽ መርበብ (Frauenberatung.EN) ካብ 20 ዓመታት ንላዕሊ ንዝኾነ ብሄር ወይ እምነት ዘለዎን ደቂ ኣንስትዮ እናመኸረትን እናሓዘትን ትርከብ። ንሕና ደቂ ኣንስትዮ ቅልውላው እንተጋጢሙዎን፣ ኣብ ኩነታት ናብረኣን ጸገማት እንተጓዚኡዎን፣ በጉልበት ዝበጽሖን ጸገም እንተሊዩ፣ ምስ ሰብኡት ኣብ ዘለዉዎን ጸገማት ይኹን ምስ ሰብኡተን ተፋላሊዮን እንትነብራን እንትፋታሓን ምኽርን ሓበሬታታትን ንህበን ኢና።

ናይ ጉልበት ጉዳይ ብዝምልከት ምኽሪ

ኣብ ሙሉእ ዓለም ደቂ ኣንስትዮ ብጉልበት ጸገም የጋጥሙን እዮ። ኣንስቲ ኣብ ስድራ ውሽጢ፣ ካብ በዓል ቤተንን ካብ ዘይፈልጠኦም ሰባትን ብጉልበት (ብሓይሊ) ጉድኣታት የበጽሖዎን እዮም። ኣንጻር ደቂ ኣንስትዮ ጉልበት ምጥቃም ሰብኣዊ መሰል ወዲ ሰብ ምግሃስ ስለዝኾነ ኣብ ጀርመን የቐጽዕ እዩ!

ጉልበት ዝባሃሉ እዞም ዝስዕቡ እዮም፡

ኣካላዊ ጉልበት ማለት ፡

- እንድሕር ተሃሪምክን፣ ተረጊሕክን (ተከልቸክን)፣ ተሓኒቕክን (ኣብ ከሳድክን ተታሒዝክን) ተደፊእክን
- ብመሳርሒ ወይ ብናይ ሓደ ነገር መህረምቲ ኣብ ኣካልክን ምቕሳል እንትስዕብ
- እንድሕር ንደቂ ኣንስትዮ ብግዲ ምኽንሻብ (ምግራዝ) ተፈጸሙ እዮ።

ጾታዊ ጉልበት ዝባሃል፡

- እንድሕር ተዓሚጽክን / ጾታዊ ርክብ ከትምጽማ እንተተገዲድክን
- እንድሕር ጾታዊ ምርባሽ ተፈጸሙ (ብዘይ ድልየትክን ሰብኣይ እንተሓዘክን)
- እንድሕር ኣብ ሽርሙጥና ከትኣትዎ ተገዲድክን እዮ።

ስነ-ልቦናዊ ጉልበት ዝባሃል፡

- እንድሕር ተዋርድክን፣ ተጸሪፍክን፣ ሰብ ዓው ኢሉ ብሓይላ ቃል እንተተዛሪቡክን
- እንድሕር ቁጽጽርን ቀጻልነት ዘለዎ ከትትልን ዝግበረልክን ኮይኑ
- እንድሕር ባዕልኽን ከትውስና ዘይትኽእላ ኮይክን (ንኣብነት ካብ ገዛ ንደገ ንምውጻእ)
- እንድሕር ምፍርራሕ ዘጋጥመክን ኮይኑ (ንኣብነት ካብ ሰብኣይኽን እንተተፈሊኽን ከትቅተላ፣ ፍቓድ መንበሪኽን ከትስእና ደቕኽን ኪውሰዱ ከምዝኾኑ)
- ብዘይድልየት ምምርዓው እዮ።

ጉልበት ሕማም እዩ ዘስዕብ። ብዙሓት ኣንስቲ ብዛዕባ ተምክሮታትን ኣይዛረቡን፣ ፍርሒ ኣለዎን ሕፍረት ይስመዐን እዮ። ዘጋጠሙኽን ተምክሮታት ሓዘክን በይንትኽን ኣይትትረፉ! ምስ ገጽ መረብብ ኣንስቲ ቆጻራ ሓዛ ኣብዚ ጭንቀትክንን ፍርሕኽንን ከተጥፍኣ ትኽእላ ኢኽን። ንሕና ዘለዉኽን መሰላት ዝምልከቱ ሓበሬታታት ክንህበክንን ንነበስኽን ካብ ጉልበት ከመይ ከትካላኽላ ከምትኽእላ ክንግረኽንን ኢና። እተን ዝሕግዛኽን ሰራሕተኛታት ምሽጥር ናይ ምሕላው ግቡእ ኣለዎን፣ ምሳና ኩሉ ከትዛራረባ ትኽእላ ኢኽን፣ ዝሰማዕናዮ ንኻሊእ ሰብ ኣይናዛረብን! እቲ ምኽሪ እውን ካብ ክፍሊት ነጻ እዩ፣ ኣይኽፈሎን።

ናብ ንኣንስቲ ምኽሪ እትህብ ማሕበር ዝወስድ መንገዲ፡

ናባና ስልኪ ደዌልክን ወይ ኢሜል ጽሑፍክን ቆጻራ ሓዛ። ናይ ጀርመንኛ ወይ እንግሊዝኛ ቋንቋ ዘይትኽእላ እንተኮይንክን ወይ ፍልጠትክን ዘይእኹል እንተኾይኑ እትኣምነኡ ሰብ ከምዝድውለልና ግበራ። እታ ዝምልከታ መማኸሪት ነቲ ዝርርብ እትትርጉም ተርጓሚት ከትደልየልክን እያ።

እታ ምኽሪ እትህብ ማሕበር (Frauenberatung.EN) እዞም ዝስዕቡ 3 ኣድራሻታት ኣለውዎ፡

58332 Schwelm

Markgrafenstr.6

Obergeschoss)

ቁጽርታት ስልኪ

02336 475 90 91

ናይ ኢ.ሜል አድራሻ: **E-Mail: info@frauenberatung-en.de እዩ:**

58452 Witten

Augustatr.47

02302 52 5 96

45525 Hattingen

Talstr. 8 (2.

02324 3809 30 50

ንናይ ድንገት ጉዳይ ዝምልከት ሓገዝ

ሓገዝ ዝህቡኻን ጸዋዓ! ንእትኣምነኡ ሰብ ንገራ፤ ንኣብነት ንሓንቲ ናይ ማሕበራዊ ጉዳይ ሰራሕተነኛ፤ ንተኻኛኻ ንዝ (ሃውስ ማይስተር)፤ ንሓንቲ ጎረቤትኻን ወዘተ... ንገራ።

ኣብ ሓደጋ እንድሕር ኮይንኻን እሞ ህጹጽ ሓገዝ ዘድልዩኻን እንተኾይኑ ንፖሊስ ብቐጽሪ ስልኪ: **Telefon 110** ጸዋዓ። እቲ ፖሊስ ንኣብነት ንሰብኣይክን ወይ ንናይ ናብራ ማሓዘኻን ካብ ገዛ ወይ ካብ መጽሊሊ ቦታ ን10 መዓልቲ ኪደውጽእ (ከውጽእ) ይኽእል እዩ።

ገዛ ኣንስቲ

እንድሕር ደሊኻን ፖሊስ ናብ ገዛ ኣንስቲ ከእትወክን ይኽእል እዩ። ገዛውቲ ኣንስቲ ንኣንስትን ደቀንን ንምክልኻል ብፍሉይ ዝተዳለዉ ትካላት እዮም። እቲ አድራሻ እውን ምሽጥራዊ እዩ።

ባዕልኻን እውን ናብ ናይ ከባቢኻን ገዛ ኣንስቲ በዚ ዝስዕብ ቁጽሪ ስልኪ ከትድውላ ትኽእላ ኢኻን: 02339 -6292 ብስልኪ ከመይ ኢልክን ናብ እቲ ገዛ ኣንስቲ ከትከዳ ከምትኽእላ ይነገረክን እዩ።

ብዛዕባ ገዛውቲ ኣንስቲ ተወሰኹቲ ሓበሬታታት ንምርካብ እዚ ዝስዕብ ገጽ መርበብ ኣሎ: www.frauen-info-netz.de

ጉልበት ብዝምልከት ናትክን መሰል

እንታይነት መበቆል ሃገረን ይኹን ፍቓድ መንበሪኣን ብዘየግድስ ኣንስቲ ኣብ ጀርመን ብመሰረት ካብ ጉልበት መካላኽሊ ሕጊ {Gewaltschutzgesetz (§ 1, §2 GewSchG)} ምልክታ ናይ ምቕራብ መሰል ኣለወን። እቲ ቤት ፍርዲ ንሰብኣይክን/ማሓዘኻን:

- ናብ ገዛ ከይምለስ
- ናባኻን ከይቐርብ
- በስልኪ፣ ብኤስኤምኤስ፣ ብዋትስአፕ ወዘተ ርክብ ከይገብር

ምእጋድ ይኽእል እዩ።

ብዛዕባ እዚ ጉዳይ እታ ንደቂ ኣንስትዮ ምኽሪ እትህብ ማሕበር ከትመኽረክን ትኽእል እያ።

ተወሰኹቲ ሕጋዊ ሓበሬታታት: