

# SAY NO TO VIOLENCE!

#### 1. HAS ANY OF THE FOLLOWING HAPPENED TO YOU?

- Have you been forced into marriage?
- Have you been forced into prostitution?
- Have you been beaten, tortured, humiliated or threatened?
- Have you been forced to work/perform slave labor, beg?
- Have you been locked up, has your movement been restricted or your documents taken away?
- Have your parents or someone else sold you or gave to other people?
- Have you been sent on a journey to make money for others?
- Have you in exchange for your journey had to give or promise to give a body organ?
- Have anyone in any way mutilated your body or a body part?
- Have your children been taken away from you?
- Have you been forced to have an abortion or to be sterilized?
- Have you been kidnapped?
- Have you been in danger of becoming a victim of an honor killing?

#### 2. IS ANY OF THE ABOVE HAPPENED TO YOU, YOU CAN SAY SAFELY TO:

- a social worker you trust
- your legal guardian
- your legal representative
- a member of the medical staff
- a member of a non-governmental organization that works

- with you
- an employee of the Asylum home (integration counselor, inspector, receptionist)
- an official person that conducts an interview with you

#### 3. HOW CAN THESE PERSONS HELP YOU?

You can confide in them. They will protect the confidentiality of your information, your dignity and to the maximum extent respect your wishes while guaranteeing your safety. They can find you safe accommodation and provide you with personal, medical, legal and social assistance.

#### 4. WHY IS IT IMPORTANT TO SEEK HELP?

- to help you come to terms with your traumatic experience
- to resolve any trouble you may be experiencing (nightmares, strong headaches, panic attacks, thought of suicide and self-harm, depression)
- to help you connect with your environment
- to overcome internal distress
- to make you feel better
- to help you start living a normal life.

#### 5. WHEN CAN YOU ASK FOR HELP?

As soon as possible. Any time. If possible, bring with you this leaflet.

## ንዓመጽ ኣይፋል በል።

#### 1. ካብዞም ዝስዕቡ ኣባሻ ዝተፈጸሙ ኣለዉ'ዶ?

- ንመርዓ ተገዳድካ'ዶ ትፈልጥ?
- ንዓመጽ ክድፍረኪ/ካ ዝፈተነ ኣሎ'ዶ?
- ተሃረምካ ትፈልጥ'ዶ ተጸረፍካ፡ ተሃዳድካ ትፈልጥ'ዶ?
- ተዓጺኻ፡ምንቅስቃስካ ኣብ ኣስጋኢ ኩነት ወዳቕ ወይ መንቀሳቐሲኻ ትሓዳግካ 'ዶ ትፈልጥ?
- ወለድኻ ወይ ካልእ ሰብ ሽይጦምኻ ወይ ናብ ካልእ ሰብ ሂበሙኻ ይፈልጡ?
- ንኻልኣትንገዝብ ንምርካብ ክትብል ናብ ነዊሕ ጉዕዞ መንገዳ ክትመርኡ ተላኢኻካ'ዶ ትፈልጥ?
- ኣብ ጉዕዞኻ ጉዕዞኻ ንምስላጥ ዝለወጥካዮ ወይ ብሙብጽዓ ዝሃብካዮ ክፍሊ ኣካል ኣሎ'ዶ?
- ኣብ ዝኾነ እዋን ብዝኾነ ኣግብጥ ክፍሊ ኣካላትካ ዝወሰደ ወይ ዝቐረጸ ኣሎ'ዶ?
- ይቅኻ ዘሕደገካ ወይ ዝወሰደልካ ኣሎ'ዶ?
- መጥብሑቲ ንምግባር ዝተገደድካዮ ወይ ስርዓተ መፍረ ኣካላትካ ንምምካን ፈተነ ተገይፋልካ ይፈልጥ ድዩ?
- ኮላሊትካ ተወሲዱካ ድዩ?
- ኣብ ሓደጋ ቅትለትን ነፍስ ቅትለትን ወዳቕካ ደ ኔርካ?

#### 2. ሓደ ካብዞም ኣብ ላዕሊ ክጥቀሱ ዝጸንሑ ኣባሻ ዝተፈጸሙ ኣሎ ድዩ?

ብውሑስ መንገዳ ብዘይምፍራሕ ነዘም ዝስዕቡ ክትነግሮም ትኽእል፤ንጎኣምንካዮ ናይ ሶሻል(ማሕበራዊ ኣገልግሎት)ሰራሕተኛ ወይ

ናይ ሕገ ኣማኻረኻ/ኺ ክትነግሩ ትኽእሉ።

ሕጋዊ ተውከሊኻ/ኺ፤ ኣበላት ሕክምና፤ዘይመንግስታውያን ማሕበራት ብቐረብ ምሳኻ/ኺ ዝሰርሓ፤ሰራሕተኛ ኣበላት ኣሳይሊም( ናይ ኢንተግረሽን ተወካሊ፡ተቐጻጸሪ፡ትሓዝ መዝገብ) ሕጋዊ ኣካል ምሳኻ ቃለመሕትት ዝገበር ክትሕብሮ ይካል።

#### 3. እዞም ዝስዕቡ ኣካላት ከመይ ገይሮም ይሕግዙኻ?

ክትኣምኖም ኣለካ፡ ብእምነት ዝነገርካዮም ብውሕስነት ክትዝም ኢዮም። ሓርነትካ ወይ ስግኣትካ ብዘይስክፍታ ብውሕስነት ክትዝም ኢዮም።

ውሑስ መንበሪ ገዛ ከናድዩልካ ይኽእሉ ከምኡ'ውን ናይ ግሊ ሓኪምን ማሕበራዊ ኣገልግሎትን ክዳለወልካ ኢዱ።

#### 4. ስለምንታይ ኢዩ ሓገዝ ወይ ሓበረታ ምሕታት ኣዝዩ ጠቐሚ?

ንዓኻ ንምሕጋዝ እቲ ሕልኽላኻ ጸገማትካ ንምፍታሕን ካብ ተመኩሮ ዘጋጥሙ ጸገማት ንምእላዮም ከም(ናይ ለይቲ ቀጨውጨው፡ብርቱዕ ሕማም ርእሲ ወቅዳ፡ኣዝዩ ከቢድ ጸገማት ነብሰ ምጉዳእን ጸቕጥን ወዘተ) ምስከባቢኻ ምትሕሓዝኻ ውሽጣዊ ጸገማትካ ስዒርካ ኣብ ዝሓሸ ሂወት ማሕበራዊ ኣገልግሎትን ክዳለወልካ ኢዱ።

#### 5. ምዓስ ኢኻ ሓገዝ ትሓትት?

ብዝተኻእለኻ ዝቐልጠፈኻ ኣብ ዝኾነ ግዜ።

እንተተኻእሉ እዚ ወረቐት ወይ እዚ ጽሑፍ ምሳኻ ተማላእዮ።

## قل لا للعنف

هل حصل لكم شيء من التالي؟

هل تم إجباركم على العلاقة الجنسية؟

هل تم إجباركم على الزواج؟

هل تم إجباركم على ممارسة البغاء؟

هل تعرضتم للضرب، التعذيب، الذل أو التهديد؟

هل تم إجباركم على العمل أو عمل العبودية (سخرة) أو التسول؟

هل تم سجنكم، حددوا حركتكم أو أخذوا منكم الوثائق؟

هل قام والديكم أم أي شخص آخر ببيعكم أو إعطاءكم إلى شخص آخر؟

هل أرسلوكم إلى الرحلة لكسب المال؟

هل تم إجباركم على إعطاء وعد بالتنازل عن أحد أعضاء الجسم مقابل الرحلة؟

هل قاموا بأي شكل من الأشكال بأحداث إعاقة في جسمكم أو في أعضاء الجسم؟

هل أخذوا منكم أطفالكم؟

هل قام إجباركم على الإجهاض أو التتقيم؟

هل تم اختطافكم؟

هل كنتم في خطر الوقوع كضحية لجرائم الشرف؟

إذا حصل لكم أي شيء مما ذكر أعلاه فليكم مراجعة (الاتصال) مع

موظف الخدمات الإجتماعية الذي نتفق به

الممثل القانوني

الممثل الحقوقي

العاملين في المجال الصحي

ممثلي الجاليات غير الحكومية الذين يعملون معكم

## DIS NON A LA VIOLENCE!

#### 1. VOUS ÊTES-IL ARRIVÉ DE VIVRE L'UNE DES SITUATIONS SUIVANTES?

- Avez-vous été à avoir un rapport sexuel?
- Avez-vous été forcés à vous marier?
- Avez-vous été forcés à vous prostituer?
- Avez-vous été battus, torturés, humiliés ou menaces de mort?
- Avez-vous été obligés à exercer un travail forcé/ avez-vous été obligés à exercer un travail d'esclave, à mendier?
- Avez-vous été emprisonnés, vous a-t-on limité vos déplacements ou confisqués vos documents?
- Avez-vous été vendus ou confiés à d'autres personnes par vos parents ou quelqu'en d'autre?
- Avez-vous été obligés à voyager afin de gagner de l'argent?
- Avez-vous été obligés à promettre ou à donner un organe en échange d'un voyage?
- Votre corps ou une partie du corps a-t-elle été mutilée de quelque manière que ce soit?
- Avez-vous été obligés à interrompre une grossesse ou à vous faire stériliser?
- Avez-vous été pris en otage?
- Avez-vous été en danger de mort pour une question d'honneur?

#### 2. SI VOUS VÉCU UNE DES SITUATIONS MENTIONNÉS CI-DESSUS, VOUS POUVEZ CONTACTER:

- un agent du service social auquel vous faites confiance;
- votre représentant légal;
- votre représentant juridique;
- le personnel médical;
- le représentant d'une organisation non gouvernementale qui travaille avec vous;

- un agent d'un foyer de réfugiés (conseiller personnel d'integration, inspecteur du service opérationnel, agent d'accueil);
- la personne qui anime vos entretiens individuels ou vous discussions.

#### 3. COMMENT LA PERSONNE QUE VOUS AVEZ CHOISIE PEUT-ELLE VOUS AIDER?

Vous pouvez avoir un entretien confidentiel avec elle. Cette personne protégera la confidentialité de vos informations personnelles, votre dignité, et tiendra compte de vos vœux dans la plus large mesure possible tout garantissant votre sécurité. Elle peut vous trouver un hébergement sécurisé et vous garantir une assistance personnelle, médicale, juridique et sociale.

#### 4. POURQUOI EST-IL IMPORTANT QUE VOUS OBTENIER DE L'AIDE?

- afin de surmonter plus facilement les expérience traumatisantes que vous avez vécues;
- afin d'éviter les difficultés (cauchemars, violents maux de tête, crise de panique, pensées suicidaires ou tout simplement envie de se faire du mal, dépression);
- afin de vous intégrer facilement dans l'environnement;
- afin de surmonter votre douleur intérieure;
- afin de mieux vous sentir;
- afin de pouvoir mener une vie normale.

#### 5. QUAND POUVEZ-VOUS DEMANDER D'AIDE?

Le plus tôt possible. N'importe quand. Si possible, prenez aussi cette brochure avec vous.

## نه به خشنونت بگو

کدامیک از موارد زیر برای رخ داده است؟

آیا مورد تجاوز جنسی قرار گرفته اید؟

آیا به اجبار ازدواج کرده اید؟

آیا مجبور به خود فروشی و روسپیکری شده اید؟

آیا تا به حال مورد شکنجه و تهدید قرار گرفته اید؟

آیا باجبار شخصی نکدی گری کرده اید و مجبور به کار بوده اید؟

آیا تا به امروز بدون علت قانونی در حبس بوده اید؟ و آیا مدارک شخصی شما با تحدید از شما اخذ گردیده است؟

آیا شما در کودکی از طرف والدینانتان فروخته شده و یا سرپرستی شما به غیر واگذار شده اید

آیا در کودی مجبور به کار کرده اید

آیا شما مجبور به اهدای عضو شده اید؟

آیا بدن شما یا عضو ی بدنتان را دچار معلولیت کرده اید

آیا فرزندان شما از کنارتان دور کرده اند

آیا مجبور به سقط جنین شده اید؟ و آیا به همین علت دچار نارایی شده اید؟

آیا تا به هال مورد آدم ربایی قرار گرفته شده اید؟

آیا تا به حال به علت قتل مورد تهدید و نداشتن امنیت جای بوده اید؟

در صورت رخ دادن هر یک از موارد فوق ال ذکر می توانید به افراد ذیل مراجعه کنید

کارمند قسمت اداره اجتماعی که مورد اطمینان است

نماینده قانون

نماینده حقوقی

کارمند درمانگاه

نماینده سازمان غیر دولتی و خصوصی که با شما کار می کنند

# THUAJ JO DHUNËS!

#### 1. JU KA NDODHUR DIÇKA SIÇ MË POSHTË?

- A keni qenë te detyruar te keni marrëdhënie seksuale?
- A keni qenë te detyruar në martesë?
- A keni qenë të detyruar në prostitucion?
- A keni qenë të rrahur, torturuar, poshtëruar apo të kërcënuar?
- A keni qenë të detyruar të punoni, të detyruar në skllavërizëm ose të lypni?
- A keni qenë të mbyllur, ju kanë kufizuar lëvizjen ose ju kanë marrë dokumentet?
- A mos keni qenë të shitur nga prindërit tuaj ose dikush tjetër ose të falur ndonjë personi tjetër?
- A keni qenë të dërguar në ndonjë udhëtim për të shërbyer?
- A keni qenë të detyruar që në këmbim për udhëtim të premtoni apo të jepni ndonjë organ të trupit tuaj?
- A keni qenë ndonjëherë në çfarëdo mënyre të gjymtuar tërë-sisht, apo vetëm ndonjë pjesë e trupit tuaj?
- A kanë qenë fëmijët e juaj të privuar nga ju?
- A keni qenë të detyruar të bëni abortim apo sterilizim?
- A keni qenë të rrëmbyer?
- A keni qenë në rezik të bëheni viktim e vrasjes shkaku i nderit?

#### 2. NËSE JU KA NDODHUR DIÇKA E LARTPËRMENDU, JU MUND TI DREJTOHENI:

- Personë të shërbimit social, të cilëve ju besoni;
- Përfaqësuesit ligjor të autorizuar
- Përfaqësuesit juridik;
- Personelit shëndetësor;

- Përfaqësuesit të OJQ që punon me ju;
- Personelit të Qendrës së Azilit ( konsulentit per integrim, inspektorit në shërbimin operacional, portierit);
- Personit që zhvillon intervistën personale me ju.

#### 3. SI MUND TË JU NDIHMOJË PERSONI QË KENI ZGJEDHUR?

Me këtë person mund të zhvillonijë një bisedë konfidenciale. Ky person do ruajë konfidencialitetin e informacioneve dhe dinjitetin tuaj, kryesisht do të punojë në përputhje me dëshirat tuaja, duke ju garantuar një siguri të plotë. Ky person do e gjejë një vend të sigurt për ju dhe gjithashtu do ju sigurojë ndihmë personale, mjekësore, ligjore dhe sociale.

#### 4. PSE ËSHTË E RËNDËSISHME TË KËRKONI NDIHMË?

- Për të lehtësuar përballimin e juaj me përvojat traumatike;
- Për t'iu shmangur vështirësive (anktheve, dhimbjeve intensive të kokës, sulmeve panike, mendimeve vetëvrasjeje apo vetëm dëmtimeve, depresionit);
- Për të lehtësuar integrimin tuaj në shoqëri;
- Për të luftuar ankthin shpirtëror;
- Për tu ndjer më mirë;
- Që të keni një jetë normale.

#### 5. KUR MUND TË KËRKONI NDIHMË?

Në çdo kohë. Sa më shpejt të jetë e mundur. Nëse është e mundur, me vete sillni edhe këtë fletushkë.

مۆثیکل اسٹاف کے ساتھ

این وی او کے نمائندوں کے ساتھ جو آپ کے ساتھ کام کرتے ہوں؛
پناگاہ (ازیل سنٹر) کے دفتری کارکنوں (عملے) کے ساتھ (مشیر انٹیگریشن، آپریشنل سروس، استقبالیہ عملے)؛
دفتری کارکن جو انٹرویو لیتے ہیں۔

منتخب شخص آپ کی مدد کیسے کر سکتا ہے؟

منتخب شخص کے ساتھ آپ حقیع بات چیت کر سکتے ہیں۔ یہ شخص آپ کی دی گئی حقیع انفارمیشن اور آپ کی عزت اور وقار کی حفاظت کرے گا۔ خاص طور پر آپ کی خواہشات کو مدنظر رکھے گا، اور آپ کی حفاظت کا خیال رکھے گا۔ وہ شخص آپ کے لئے حفاظتی رہائش گاہ ڈھونڈ سکتا ہے، اور آپ کے لئے مؤثیکل، قانونی اور سماجی (سوشل) مدد کے لئے انتظام کر سکتا ہے۔

یہ ضروری کیوں ہے، کہ آپ مدد قہر لیں؟

تاکہ آپ اپنے تکلیف دہ تجربات کو آسانی کے ساتھ اپنے اختیار (قائو) میں رکھ سکیں؛
تاکہ آپ مسائل مشکلات سے بچ سکیں (خوابیں، شدید سر درد، گہرا یت کے حملے، خودکشی کے خیالات، کسی قسم کا نقصان، ٹیریشن وغیرہ)؛
تاکہ آپ آسانی کے ساتھ ماحول میں شامل ہو سکیں؛
تاکہ آپ آسانی کے ساتھ اندرونی تکالیف پر قابو پا سکیں؛
تاکہ آپ بہتر محسوس کریں گے؛
تاکہ آپ آسانی کے ساتھ معقول زندگی گزار سکیں گے۔

آپ مدد کے لئے کب درخواست کر (دے) سکتے ہیں؟

جلدی سے جلدی، کبھی بھی۔
اگر ہو سکے تو یہ مدثر (گشتی مسئلہ، پمفلٹ، کناجے) بھی ساتھ لائیں۔

# تشدد کے خلاف

کیا مندرجہ ذیل میں سے آپ کے ساتھ کبھی ہو ہے؟

کیا آپ کو کبھی جماع (جماعت) کرنے پر مجبور کیا گیا تھا؟

کیا آپ کو کبھی شادی کرنے پر مجبور کیا گیا تھا؟

کیا آپ کو کبھی جسم فروشی کرنے پر مجبور کیا گیا تھا؟

کیا آپ کو کبھی مارا گیا، آپ کو تشدد کا نشانہ بنایا گیا، آپ کی توہین کی گئی، یا آپ کو دھمکی دی گئی تھی؟

کیا آپ کو کبھی جبری مشقت پر، غلامی مزدوری کرنے پر، یا بیگ مانگنے پر مجبور کیا گیا تھا؟

کیا آپ کو کبھی بند رکھا گیا تھا، آپ پر نظربندی لگائی، یا آپ کے دستاویزات لے لئے گئے تھے؟

کیا آپ کو کبھی آپ کے وادین یا کسی دوسرے فرد نے بیچ ڈالا، یا کسی دوسرے وارث کے حوالے کیا تھا؟

کیا آپ کو کبھی سفر پر بھیجا یا گیا تھا، تاکہ آپ کمانی کریں؟

کیا آپ نے سفر پر جانے کے لئے اپنے جسم کا کوئی حصہ دینے کا وعدہ کیا تھا، یا آپ کو جسم کا کوئی حصہ دینے پر مجبور کیا گیا تھا؟

کیا کبھی آپ کے سارے جسم یا جسم کے کسی حصے کو کسی طرح معذور (لنگڑا) کیا گیا تھا؟

کیا کبھی آپ سے آپ کے بچوں کو چھین لیا گیا تھا؟

کیا آپ کو کبھی استعاطمل یا تسبندی پر مجبور کیا گیا تھا؟

کیا آپ کو کبھی گواہ کیا گیا تھا؟

کیا آپ کبھی عزت کی بنا پر قتل یا شکار بننے کے لئے خطرے میں آئے تھے؟

اگر آپ کے ساتھ اوپر لکھی گئی باتوں میں سے کوئی بھی بات آپ کے ساتھ گزری ہو تو آپ کسی بھی مندرجہ ذیل اصحاب یا دفتر کے ساتھ رابطہ قائم کر سکتے ہیں۔
تنظیم سماجی خدمات کے کارکنوں کے ساتھ جن پر آپ کا اعتماد ہو؛
داخلتیار (جائز) نمائندے کے ساتھ؛
قانونی نمائندے کے ساتھ؛