ማእከል ጸረ ዓመጽ ኣብ ዞባ የምትላንድ

ዓመጽ ብዙሓት ዝተፈላለዩ መልክዕ ክህልዎ ይኽእል - ጎነጽ ምጥቃም ግን ብፍጹም ቅኑዕ ኣይኮነን!

ነባሪት ዞባ የምትላንድ ንዝኾንኪ ብምኽንያት ካብ መቕርብ ንዝወርድ ዓመጽን ክብሪ ንምሕላው ተሃቢሉ ንዝግበር ጎነጽን ጭቆናን፡ ጾታ ብዘየገድስ፡ ሓገዝ እንተ ደሊኺ ኣብ ማእከል ጸረ ዓመጽ ብዝርርብ ዝካየድ ሓገዝ ክወሃበኪ ይኽእል እዩ።

ዕድሜኺ 15 ዓመት ወይ ልዕሊኡ ድዩ?
ከምኡ እንተ ኾይኑ ሓገዝ ንምርካብ ክትውከስና ትኽእሊ ኢኺ።

እቲ ብዝርርብ ዝወሃብ ሓገዝ
- ብዲጂታ(ብኢንተርነት)
- ብተሌፎን
- ኣብ አስተርሹንድ ቤ/ጽሕፈትና

ኣስተርጓማይ ምስ ዘይድልየኪ ከነዳልወልኪ ንኽእል ኢና።

ምስጢር ምዕቃብ ግቡእ ኣለና። ኣብ'ቲ ፈለማ ስምኪ ከይጠቐስኪ ኢትውከስና ትኽእሊ ኢኺ። ቈልዑ ኣብ ሕማቕ ኩነታት ክህልዉ ይኽእሉ እዮም ዝብል ጥርጠራ ምስ ዝህልወና ናብ እንዳ ሶሻል ከነመልክት ንግደድ ኢና። .

እቲ ንህቦ ሓገዝ እንታይ ዝሓቑፈ እዩ

ብቐጥታ ምስ ትውከስና፤

- ጎነጽ(ዓመጽ) እንተ ወሪዱኪ ብዝርርብ ዝወሃብ ደገፍ ክንምጥወልኪ ንኽእል
- ንግዳይ ዓመጽ ዝኾና ደቀንስትዮ ብጒጅለ ዝወሃብ ደገፍ
- እቲ ዓማጺ ንስኻ ወይ ንስኺ ምስ ትኸውን፡ ካብ'ዚ ባህርይ ንምልቓቕ ደገፍ ክወሃበካ ይኽእል
  ናብ ቤ/ጽፈትና ክትመጺ ምስ ዘጸግመኪ፡ ምስ ኩነታትኪ ዝኸይድ ናይ ቦታ ምምሕያሽ ክንገብር ተኽእሎ ኣሎ።
- ሴክስ ብገንዘብ ምስ ትዕድግ፡ ካብ መጠን ንላዕሊ ናይ ሴክስ ወልፊ ምስ ዝህልወካ ወይ ናይ ሴክስ ቪድዮ ምርኣይ ጸገም ምስ ዝፈጥረልካ፡ ኣብ ህይወትካ ለውጢ ንምግባር ምስ ትደሊ ደገፍ ክንህበካ ወይ ክንህበኪ ንኽእል።
- ቤተሰብ ወይ መሓዛ ግዳይ ዓመጽ ምስ ትኾኒ ደገፍ ክንህበኪ ንኽእል

ኩሎም እዞም ደገፋት፡ ብዘይካ እቲ ናይ ደንቀንስትዮ ጒጅለ፡ ብውልቀሰብ ደረጃ እዮም ዝወሃቡ።

ብተወሳኺ ኣብ'ቲ ንኡስ-ዞባኺ ዝርከብ እንዳ ሶሻል ከተመልክትዮ ትኽእሊ ደገፋት፤

- ዓመጽ ንዝረኣዩ ወይ ዝተመኮሩ ቈልዑ ዝወሃብ ናይ ዝርርብ ደገፍ
- ግዝያዊ መንበሪ ቦታ ኣብ መጻንሒ ኣፓርትማ

ኣብ መካነ-መርበብና www.centrummotvald.se ነቶም ንምጥዎም ደገፋት ኣንብቢ

ተወከስና

ብቍጽሪ ተሌፎን **0200-120 145**

ኣብ መካነ-መርበብና ኣቲኺ ረአዪ፤ **www.centrummotvald.se**
ኣብኡ ቆጻራ ክትሕዚ ወይ ዝምላእ መራኸቢ ቕጥዒ ክትመልኢ ትኽእሊ- ድሕሪኡ ኮንታክት ንገብረኪ

Centrum mot våld
Jarnge Irhkemen Vööste
Jämtlands län