

کمک به افرادی که مورد خشونت واقع می شوند

هر کسی که از نظر جسمی یا روحی آسیب دیده است باید مسئولیت خود را بپذیرد و کمک بگیرد. در مشاوره می توانید یاد بگیرید که رفتار خود را تغییر دهید.

خوب است که بدانید

آیا از دست دادن کنترل و فریاد زدن، ضربه زدن یا تهدید طرف مقابل می ترسید؟ آیا گاهی نمی دانید با عصبانیت خود چه کنید؟ شجاعت نشان دهید و کمک بگیرید. خشونت در سوئیس ممنوع است و مجازات دارد.

از کجا می توانم کمک پیدا کنم؟

برنامه آموزشی علیه خشونت خانگی www.ahg-aargau.ch 062 550 20 20 در برنامه یادگیری به افرادی که مورد خشونت واقع می شوند آموزش داده می شود که چگونه درگیری ها را بدون خشونت حل کنند. این پیشنهاد به صورت گروهی انجام می شود و برای افراد بالای 18 سال در نظر گرفته شده است. در موارد خاص می توان برنامه یادگیری را به صورت جداگانه تکمیل کرد. در صورت لزوم، می توان از خدمات مترجم استفاده کرد.

تلفن 143 (24 - 143) The Dargebotene Hand، ساعت)، خط تلفن انگلیسی 0800 143 000
www.143.ch

اگر به کسی نیاز دارید که فوراً با او صحبت کنید، می توانید با تلفن 143 - با دستهای کمک رسان تماس بگیرید. همیشه کسی آنجاست. حتی در شب و بصورت ناشناس. خشونت راه حل نیست - هرگز.

اطلاعات بیشتر (لینک ها، نشانی های مهم، مدارک کمکی)

www.hallo-aargau.ch/fa/haeusliche-gewalt/hilfe-fur-gewalt-ausubende-personen