

Krisesenteret - et tilbud til deg?

Kituo Cha
Mgogoromsaada
Rahisi Kwako

Hjemmet som
voldsarena

enza
noi?

—Krisesenteret (Kriseseutereet)
—μία τρομοφορά για σένα;

ආරක්ෂා මධ්‍යස්ථානයක්
- අප ඔබගේ ජීවිතයට තර්ජනයක්ද?

Krisesenteret
para sa iyo?

The Crisis Centre
- do You need us?

مرکز بحران - آیا می تواند
کمکی برای شما باشد؟

Koti Väikivalta-areenana

The Crisis Centre
- do You need us?

سه‌شنبه‌ری پارتنرکاری له زمان
بین‌سمازیك بونو
(Krisesenteret)

Ordek interwencji kryzysowej
- oferta dla Ciebie?
- Krisesenteret

ملجأ النساء - هل هو عرض
البيت كميدان العنف

ный центр
имость для Вас?

s Frauenhaus
etwas für Sie?
Krizni centar - nesto za Vas?

Krisesenteret

- et tilbud til deg?

Hjemmet som voldsarena

For mange kvinner har hjemmet blitt en voldsarena, et sted for overgrep og krenkelser. Dette kan gi seg utslag på ulike måter.

Volden kan være

fysisk - psykisk - seksuell - materiell - strukturell

Trenger **du** noen å snakke med - noen du kan stole på? *Vi er her for deg!*

Vi kan tilby deg:

- Et midlertidig botilbud for deg og dine barn
- Et menneske som lytter til det du vil fortelle
- Informasjon om dine rettigheter og muligheter
- Hjelp til å få kontakt med lege, advokat, politi, sosialkontor eller andre kontorer.
- Støtte og følge hvis det er nødvendig
- Oppfølging over tid hvis du ønsker det
- Ulike tilbud til deg og dine barn

Hos oss er det du som bestemmer!

Ditt liv er ditt ansvar, vår oppgave er å gi deg nødvendig informasjon og kanskje hjelpe deg noen skritt på veien.

Vi tar ingen avgjørelser for deg, du bestemmer selv.

Ny i Norge?

Vi møter ofte kvinner fra andre land og andre kulturer. Hos oss kan også du få hjelp til å finne fram til dine rettigheter og muligheter i Norge.

"Hjelp til selvhjelp"

Vi arbeider etter prinsippet "hjelp til selvhjelp". Målet vårt er at du skal få den hjelpen du trenger slik at du videre kan hjelpe deg selv.

Taushetsplikt

Alle krisesentre i Norge har taushetsplikt!

The Crisis Centre

- do You need us?

The home as an arena of violence

The home has become a violent arena for many women, a place of assault and violation of human rights. This can manifest itself in many ways.

Violence can be

physical - psychological - sexual
- material - structural.

Do **You** need someone to talk to - someone you can trust? *We are here for You!*

We can offer you:

- Temporary accommodation for you and your children
- Someone who will *really* listen to what you have to say
- Information about your rights and opportunities
- Help to make contact with a doctor, lawyer, the police, social services or other offices
- Support and protection if this is necessary
- Follow up of your case and situation over time if this is your wish
- A variety of alternatives for both you and your children.

While you are with us it's You who decides!

Your life is your responsibility, our task is to provide you with all necessary information and perhaps help you along the path to a better life. We will never try to make your decisions for you - you have the right to decide for yourself.

A stranger in Norway?

We often meet women from other countries and cultures.

We can help you to understand your rights and seek help to realise your opportunities here in Norway.

"Help to self-help"

We work according to the principle "help to self-help". Our aim is to ensure that you get the help you need so that you can help yourself to build a better future.

Full confidence - total confidentiality

All Crisis Centres in Norway are sworn to secrecy!

Centro di accoglienza – ha bisogno di noi?

La casa come luogo di violenza

Per tante donne la casa diventa un luogo di violenza, sopraffazione e oltraggi di diverso tipo.

La violenza può essere

fisica - psichica - sessuale - materiale - strutturale

Ha bisogno di qualcuno con cui parlare

– qualcuno di cui fidarsi? *Siamo qui per lei!*

Possiamo offrirle:

- un alloggio temporaneo per lei e i suoi figli
- una persona disposta ad ascoltarla
- consulenza sui suoi diritti e opportunità
- informazioni su assistenza medica, legale, sociale, della polizia o altre istituzioni pubbliche
- sostegno e compagnia se necessario
- assistenza prolungata nel tempo
- vari altri servizi di assistenza per lei e i suoi figli

Da noi è lei che decide!

La responsabilità della sua vita è nelle sue mani. Il nostro compito è di fornirle le informazioni necessarie e aiutarla forse nel suo cammino. Noi non decidiamo per lei, è lei a farlo.

Appena arrivata in Norvegia?

Incontriamo spesso donne provenienti da altri paesi e altre culture. Da noi anche lei può trovare l'aiuto che cerca per conoscere i suoi diritti e le opportunità che la Norvegia le offre.

”Ci aiuti ad aiutarci”

Il nostro motto è “ci aiuti ad aiutarci”. Noi ci adoperiamo per darle quell' aiuto di cui lei ha bisogno per poter andare avanti da sola.

Segreto professionale

I centri di accoglienza norvegesi sono soggetti al segreto professionale!

Institucioni për pranim të personave që janë në krizë (familjare etj.)

Ju ofron ndihmë kur ?

Shtëpia – bëhet aren e dhunës

Shumë gra përjetojnë shtëpinë e tyre si një arenë të dhunës, një vend ku dhuna, ofendimi dhe fyerjet mbretrojnë.

Pra pasojat janë të ndryshme nga këto përjetime.

Si mund të përjetohet dhuna

– dhe se si mund të jetë dhuna:

Fizike – psikike – seksuale

– materiale dhe strukturore apo sistematike.

Nëse **ju** duhet të bisedoni me dikë – apo dikuj

që ju do të mund ti besoni atëherë

NE JEMI KËTU PËR JU

Ne mund të iu ndihmojmë juve si për shembull:

- Një vendbanim të përkohshëm për ju dhe fëmijët tuaj
- Një njëri i cili mund të iu dëgjoj për atë që dëshironi të tregoni
- Të iu informojmë për drejtat tuaja dhe mundsit që keni ju
- Të iu ndihmojmë për të kontaktuar me mjekun, avokatin, policin, zyrën për shërbime sociale si dhe instancat tjera të nevojshme
- Duke iu ndihmuar si për shembull me mbështetje dhe përcjellje në qoftë se ka nevojë
- Ndhimë të vazhdueshme në qoftë se ju dëshironi një ndihmë të tillë
- Ndhimë dhe oferta të tjera për ju dhe fëmijët tuaj.

Tek ne jeni ju ata që vendosni vet për fatin tuaj!

Jeta juaj është përgjegjësi juaj, por detyra jonë është që neve të iu japim informatat e duhura dhe ndoshta të iu ndihmojmë ju për të marrë hapat e parë në këtë rrugë.

Pra ne nuk vendosim për fatin tuaj, ju do të vendosni vetë.

A jeni banore e re në Norvegji ?

Ne takojmë shpeshë gra nga shtete të ndryshme dhe kultura të ndryshme. Pra tek ne mund të drejtoheni dhe të kërkoni ndihmë për tu informuar mbi drejtat tuaja dhe mundësit që i keni këtu në shtet.

” Ndhimo dhe pavarsoje ”

Ne punojmë sipas principit ” Ndhimo dhe pavarsoje ”.

Qëllimi ynë është që ju të ndihmoheni me ndihmën e duhur dhe pastaj të pavarsoheni, pra ti ndihmoni vetvetes.

Detyrim për ruajtjen e sekretit profesional

Të gjitha institucionet për pranimin e personave që janë në krizë janë të detyruara për të ruajtur sekretin profesional.

Koti väkivalta

– areenana

Monille naisille kodista on tullut väkivalta-areena, paikka jossa sinun oikeuksiasi loukataan. Tämä voi ilmetä monella eri tavalla.

Väkivalta voi olla

Fyysistä – psyykkistä – sukupuolista
– aineellista – jatkuvaa

Tarvitsetko **sinä** jonkun jonka kanssa voit puhua – johon voit luottaa? Olemme täällä sinua varten!

Voimme tarjota sinulle:

- Väliaikaisen asunnon sekä sinulle että lapsillesi
- Ihmisen joka kuuntelee sinua
- Informaatiota sinun oikeuksistasi, sekä mahdollisuuksista
- Apua saadaksesi yhteyttä lääkäriin, asianajajaan, poliisiin, sosiaalitoimistoon tai muihin viranomaisiin
- Apua ja tukea tarvittaessa
- Seuraamista ja tukea pidemmäksi aikaa jos näin haluat
- Erilaisia ratkaisuja sinulle ja lapsillesi

Meillä sinä päätät

Sinulla on itse vastuu elämästäsi, meidän tehtävämme on antaa sinulle tarvittava informaatio ja ehkä auttaa sinut ottamaan ensimmäiset askeleet. Emme kuitenkaan tee päätöksiä puolestasi, sinä päätät itse.

Uusi Norjassa

Tapaamme usein naisia eri maista ja kulttuureista. Meillä voit myös saada apua löytämään oikeutesi ja mahdollisuutesi Norjassa.

”Apua itseapuun”

Työkentelemme ”apua itseapuun”- periaatteen mukaisesti. Päämäärämme on että saat tarvitsemasi avun niin, että pystyt jatkossa auttamaan itseäsi eteenpäin.

Vaitiolovelvollisuus

Kaikilla Norjan kriisikeskuksilla on vaitiolovelvollisuus!

Orodek interwencji kryzysowej

– oferta dla ciebie?

Dom miejscem doznawania przemocy

Dla wielu kobiet dom sta si miejscem doznawania przemocy, miejscem, w którym jest si molestowanym i gdzie naruszane s prawa i dobra osobiste. Przejawia si to w róny sposób.

Przemoc moe by

Fizyczna – psychiczna – seksualna – ekonomiczna - strukturalna

Czy chcesz z kim porozmawia z kim komu mona zaufa? *Jesteoemy tutaj dla ciebie!*

Moemy ci zaofrowa:

- Czasowe zakwaterowanie dla ciebie i twoich dzieci
- Osob, która ci wyslucha
- Informacje na temat twoich praw i mozliwosci
- Pomoc w skontaktowaniu sie z lekarzem, adwokatem, policj biurem opieki spoecznej lub innymi placówkami
- Wsparcie i towarzystwo, jeeli jest to niezbdne
- Dalsze poradnictwo, jeeli go potrzebujesz
- Nónie oferty dla ciebie i twoich dzieci

U nas decydujesz ty!

Twoje zycie to twoja odpowiedzialnosc, a nasze zadanie to udostpnienie ci niezbdnej informacji i pomoc w wybrnieniu z trudnej sytuacji. Nie decydujemy za ciebie, decyzje podejmujesz samodzielnie.

Od niedawna w Norwegii?

Czsto spotykamy kobiety z innych pastw i o innej kulturze. U nas moesz otrzymać równie pomoc w zapoznaniu si ze swoimi prawami i moliwościami w Norwegii.

”Pomoc do nauki pomocy we wasnym zakresie”

Pracujemy wedug zasady ”pomoc do nauki pomocy we wasnym zakresie”. Nasz cel to udzielenie ci niezbdnej pomocy, by w przyszosci moga sobie udzieli pomocy sama.

Zachowanie tajemnicy subowej

Wszystkie orodki interwencji kryzysowej w Norwegii obte s1 obowizkiem zachowania tajemnicy subowej.

Le Refuge

– vous concerne t'il?

Le foyer, endroit de violences

Pour beaucoup de femmes, le foyer est devenu un lieu de violences, d'agressions et d'offenses pouvant se manifester de plusieurs manières.

La violence peut être

Physique – psychique - sexuelle - matérielle - structurelle

Voulez-vous en parler avec quelqu'un – quelqu'un de confiance.

Nous sommes là pour vous!

Nous pouvons vous procurer:

- Un logement temporaire pour vous et vos enfants
- Une personne pour écouter ce que vous voulez dire
- De l'information sur vos droits et possibilités
- De l'aide pratique pour contacter un médecin, un avocat, la police, le service social ou d'autres bureaux
- Du soutien et un suivi si nécessaire
- Un suivi à long terme si vous le voulez
- Des prestations diverses pour vous et vos enfants

Ici, c'est vous qui décidez!

Votre vie vous appartient. Notre dessein est de vous faciliter l'information indispensable, et peut-être vous aider faire un bout de chemin. Nous ne résolvons rien à votre place. Vous seule décidez.

Récemment arrivée en Norvège?

Nous rencontrons souvent des femmes en provenance d'autres pays et cultures. Ici, vous trouverez vous aussi de l'aide pour mieux connaître vos droits et vos possibilités en Norvège.

"Assistance pour vous aider vous-même"

Nous vous aidons à vous aider vous-même. Notre objectif est de vous donner l'appui nécessaire pour que vous puissiez vous reprendre en charge vous-même.

Secret professionnel

Tous les centres d'accueil en Norvège sont sujets au secret professionnel.

El amparo

– ¿le concierne?

El hogar – lugar de violencias

Para muchas mujeres el hogar se ha tornado en lugar de violencias, de agresiones y de ofensas, pudiendo manifestarse de varias formas.

La violencia puede ser

Física – psíquica - sexual - material - estructural

¿Necesita usted alguien con quien hablar, en quien confiar?

¡Estamos aquí para usted!

Podemos facilitarle:

- Un alojamiento transitorio para usted y sus niños
- Una persona para escuchar lo que quiere decir
- Información sobre sus derechos y oportunidades
- Actuación para contactar un doctor, un abogado, la policía, el servicio social u otras oficinas
- Apoyo y seguimiento si lo es menester
- Constancia a largo plazo si lo quiere
- Diversas proveas para usted y sus niños

¡Aquí decide usted!

Su vida le pertenece. Nuestro designio es darle menesterosa información y posiblemente auxiliárle unos pasos del camino. No resolvemos nada en su lugar. Usted sola decide.

¿Recién llegada en Noruega?

Muy a menudo encontramos mujeres provenientes de otros países y otras culturas. A usted también le podemos facilitar conocimiento de sus derechos y oportunidades en Noruega.

"Auxilio para auto ayuda"

Obramos en acuerdo con el principio: "auxilio para auto ayuda". Nuestra meta es darle la precisa asistencia para que pueda ayudarse a si misma posteriormente.

Secreto profesional

Todos los amparos en Noruega están sometidos al secreto profesional.

Krisesenteret

- para sa iyo?

Ito po ay isang samahan na naglilingkod at tumutulong sa mga inaaboso na mga babae .

Tahanan na nagiging arena (lugar) ng pagdadahas Karamihan sa mga babae, ang tahanan nilay naging arena (lugar) ng mga pagdadahas, pinaghimasokan ang kanilang karapatan at linalabag ang kanilang pagkatao.

Ang dahas ay maaring.....

Pangkatawan- pangkaisipan- sexual- material- o kaya binalak. Kailangan po ba **ninyo** ang makausap-at isang mapagkatiwalaan?

Naririto po kami para sa inyong lingkod!

Ang amin pong maitulong ay:

- Tirahang pangsamatala na para sa iyo at sa iyong mga anak.
- Makikinig sa iyong mga gustong sabihin.
- Magbibigay ng impormasyon sa iyong mga karapatan.
- Kung kailangan po ninyo ng doktor, abogado, polis, opisinang panglipunan at iba pang uri ng opisina.
- Magtaguyod at mag-alalay kung kailangan.
- Kung kailangan po ninyo ang mahabahaba na pagsubaybay sa iyong kalagayan.
- At iba pang kailangang paglilingkod para sa iyo at sa iyong mga anak.

Dito po sa Krisesenter ikaw ang magpapasya!

Ang buhay mo ay responsabilidad mo.

Ang katungkolan namin ay magbigay lang ng pag-alalay at impormasyon. Sa iyo ang pagpapasya para sa iyong sariling ikabubuti.

Baguhan dito sa Norway?

Kami ay madalas makatagpo ng mga babae na nanggagaling sa ibat-ibang bansa at kultura. Ang nais lang namin ay mabigyan ka ng tulong upang malaman mo ang iyong karapatan at posibilidad dito sa Norway.

”Tulong sa tulong sarili”

ang aming prinsipyo ay tulong para sa ”tulong sarili”. Ang hangad namin ay mabigyan ka ng kailangan mong tulong para sa ganoon matutulungan po ninyo ang iyong sarili.

Professional secrecy

Lahat na Krisesenter dito sa Norway ay sumusunod sa batas na nagsasaad na ang pribadong buhay ng mga kliente ay hindi dapat malaman ng iba.

Centro de emergência

– uma alternativa para você?

O lar como ambiente violento

Para muitas mulheres o lar tornou-se um ambiente violento, um lugar de abusos e ultrajes, o que pode ser refletido em várias maneiras.

A violência pode ser

Física – psíquica – sexual – material – estrutural

Você precisa alguém com quem conversar – alguém de confiança? **Estamos aqui para você!**

Podemos dar-lhe:

- Uma alternativa temporária de moradia para você e seus filhos
- Uma pessoa que ouve o que você tem para dizer
- Informações sobre seus direitos e oportunidades
- Ajuda para consultas médicas, jurídicas, policiais, previdenciárias, ou consultas junto a outras repartições públicas
- Apoio e acompanhamento, se for necessário
- Acompanhamento prolongado, se você precisar
- Várias alternativas para você e seus filhos

Conosco, quem decide é você

Sua vida é sua responsabilidade. Nossa tarefa consiste em dar-lhe informações necessárias, e talvez assistir-lhe para tomar alguns passos no caminho para frente. Nós não tomamos decisões para voce; você mesma é quem decide.

Nova na Noruega?

Cruzamos com frequência com mulheres de outros países e de outras culturas. Conosco você também pode ter ajuda para averiguar seus direitos e possibilidades na Noruega.

”Apoio a auto-ajuda”

Nós trabalhamos conforme o princípio de ”apoio a auto-ajuda”. Nossa meta consiste em você ter a ajuda que precisa para que você possa se ajudar.

Sigilo

Todos os centros de emergência na Noruega mantêm sigilo!

Krizni centar

– nešto za Vas?

Nasilje u vlastitoj kući

Mnoge žene doživljavaju nasilje i uvrede u vlastitoj kući. Nasilje se ispoljava na različite načine.

Nasilje može biti

fizičko – psihičko – seksualno – materijalno – strukturno

Da li je Vama potreban neko s kim možete porazgovarati – neko na koga se možete osloniti?

Mi smo spremni da Vas primimo!

Mi Vam možemo pružiti:

- privremeni smeštaj, i Vama i Vašoj deci
- osobu koja će Vas saslušati, reći šta imate na srcu
- informacije o Vašim pravima i mogućnostima
- pomoć oko kontaktiranja lekara, advokata policije, ureda za socijalna pitanja ili druge javne ustanove
- podršku i pratnju kad je to potrebno
- kontakt preko dužeg vremenskog perioda ako želite
- raznovrsnu drugu pomoć – i Vama i Vašoj deci

Kod nas Vi donosite odluke!

Vaš život je Vaša odgovornost, naš zadatak je da Vam pružimo potrebne informacije i možda kasnije da Vam pomognemo nekoliko koraka na novom putu. Mi ne donosimo odluke za Vas, Vi sami odlučujete.

Tek stigli u Norvešku?

Često se susrećemo sa ženama iz drugih zemalja i drugih kultura. Tako.e i Vama možemo pomoći oko Vaših prava i mogućnosti ovde u Norveškoj.

„Pomoć radi samopomoći“

Naš princip rada je „pomoć radi samopomoći“. Cilj nam je da dobijete tu pomoć koja Vam je potrebna kako bi ste dalje sami sebi pomogli.

Obaveza čuvanja tajne

Svi krizni centri u Norveškoj imaju obavezu čuvanja tajne!

Das Frauenhaus

– etwas für Sie?

Das eigene Heim – Heim der Gewalt

Viele Frauen erleben wie das eigene Heim zur Stätte der Gewalt wird, ein Ort für Übergriffe und Demütigungen der verschiedensten Formen.

Gewalt hat viele Gesichter

physisch – psychisch – sexuell – materiell – strukturell

Brauchen **Sie** jemanden, mit dem Sie reden können – jemanden auf den Sie sich verlassen können? Wir sind hier für Sie!

Wir bieten Ihnen:

- Ein zeitweiliges Dach über dem Kopf – für Sie und Ihre Kinder
- Eine Person, die sich anhören will, was Sie zu erzählen haben
- Informationen über Ihre Rechte und Möglichkeiten
- Hilfe, um mit Arzt, Anwalt, Polizei, Sozialamt oder anderen Ämtern in Kontakt zu kommen
- Bei Bedarf Beistand und Begleitung
- Nachhaltigen Kontakt, falls Sie es wünschen
- Verschiedene Angebote für Sie und Ihre Kinder

Bei uns entscheiden Sie selbst!

Ihr Leben ist Ihre Verantwortung, unsere Aufgabe ist es, Ihnen die notwendigen Informationen zu geben und vielleicht einige Schritte auf den Weg zu helfen. Wir entscheiden nichts für Sie, Sie treffen selbst Ihre Entscheidungen.

Gerade nach Norwegen gezogen?

Oft treffen wir Frauen aus anderen Ländern und Kulturen. Auch Sie können bei uns Hilfe bekommen, um Ihre Rechte und Möglichkeiten in Norwegen in Erfahrung zu bringen.

„Hilfe zur Selbsthilfe“

Wir arbeiten nach dem Prinzip „Hilfe zur Selbsthilfe“. Unser Ziel ist es, dass Sie die Hilfe, die nötig ist, damit Sie sich selbst weiterhelfen können, bekommen.

Schweigepflicht

Alle Frauenhäuser in Norwegen haben Schweigepflicht!

KITUO CHA MGOGORO **-MSAADA RAHISI KWAKO**

NYUMBANI KAMA UWANJA WA MATESO

Kwa wanawake wengi ambao nyumbani kwao ni mahali pa matusi na mateso. Hii ana matokeo kama ifuatavyo

Vurumai anatokana na misingi ifuatayo

Kimwili-kiakili-kimapeenzi-kimali-na kimaumbile

Unahitaji mtu wa kuongea naye- mtu wa kuaminika?

Tuko hapa kwa ajili yako

Tunatoa misaada ifuatavyo

- mahali pa kujibanza kwako na watoto
- mtu ambaye yuko tayari kukusikiliza
- taarifa kuhusu haki zako pamoja nauwezo
- msaada wa kuonana na daktari, wakili, polisi idara ya jamii na ofisi nyingine zinazohusika
- mkopo na ulinzi kama inatakiwa
- ufuatilizaji wa muda kama unahitajiwa
- mambomengine muhimu kwako na watoto

Kwetu hapa wewe ndiye wa kutoa uamuzi

Maisha yako yako mikononi mwako,kazi yetu ni kukufahamisha anavyotakiwa na pengine kukusaidia hatuani.

Hatukuamulii, wewe mwenyewe ndiye wa kuamua

Mgeni Norway?

Tunakutana mara kwa mara na wanawake kutoka nchi na desturi ngeni.

Kwetu vilevile ni mahali pa kukusaidia kuelewa haki zako na uwezekano katika Norway.

"Msaada wa kujitegemea"

Tunashughulika kufuata msingi" msaada kwa kujitegemea".

Lengo letu ni kukupa msaada unaotakiwa kusudi ujitegemee.

Lengo letu ni kwamba:

Utapata msaada kutoka kwatu ili kwamba mbeleni uweze kujisaidia.

Kiapo

Sehemu zote zinazohusiana na mateso ya wanawake wanafanya kazi chini ya kiapo

Κριζисный центр – необходимость для Вас?

Дом как арена насилия

Для многих женщин их дом стал ареной насилия, местом физического и морального унижения. Это может проявляться в различных формах.

Насилие может быть

физическим - психическим – сексуальным
- материальным - структурным

Необходимо **Вам** поговорить с кем-то, кому Вы можете доверять?

Мы готовы помочь Вам!

Мы можем предложить:

- временное место проживания для Вас и Ваших детей
- людей, которые готовы Вас выслушать
- информацию о Ваших правах и возможностях
- помощь для контакта с врачом, адвокатом, полицией, социальной конторой или иной службой
- поддержку и сопровождение, если необходимо
- контроль за Вашей ситуацией в течение определенного периода времени, если Вы этого желаете
- различные предложения для Вас и Ваших детей

Когда Вы у нас – последнее слово за Вами!

Ваша жизнь находится в Ваших руках, а наша задача – предоставить Вам необходимую информацию и, возможно, помочь совершить первые шаги по новому пути. Мы не принимаем никаких решений за Вас. Всё решаете Вы сами.

Норвегия – новая страна?

Часто мы имеем дело с женщинами из других стран и культур. У нас Вы сможете также получить помощь в познании Ваших прав и возможностей в Норвегии.

”Помощь для самопомощи”

Мы работаем по принципу «помощь для самопомощи». Наша цель – предоставить Вам ту помощь, которая требуется для того, чтобы Вы в дальнейшем обходились собственными силами.

Конфиденциальность

Все кризисные центры Норвегии обязаны соблюдать конфиденциальность.

–Krisesenteret (Κρίσεσέντερет) –μια προσφορά για σένα;

Το σπίτι ένας χώρος βιαιοπραγιών

Για πολλές γυναίκες έχει γίνει το σπίτι ένας χώρος άσκησης βίας, ένας χώρος παραβίασης και ταπεινώσεων.

Η βία μπορεί να είναι

Σωματική – ψυχική – σεξουαλική
– υλική – δομική

Χρειάζεσαι κάποιον να μιλήσεις;
Κάποιον που να εμπιστεύεσαι;

Είμαστε εδώ για σένα!

Σου προσφέρουμε:

- Ένα προσωρινό χώρο διαμονής για σένα και τα παιδιά σου
- Κάποιον που ακούει αυτά που έχεις να πεις
- Ενημέρωση για τα δικαιώματά σου και τις δυνατότητες που υπάρχουν
- Βοήθεια να έρθεις σε επαφή με γιατρό, δικηγόρο, αστυνομία, γραφείο κοινωνικών ασφαλίσεων, ή άλλα γραφεία
- Υποστήριξη ή παρακολούθηση αν είναι αναγκαία
- Παρακολούθηση διαχρονικά εάν το επιθυμείς
- Διάφορες προσφορές για σένα και τα παιδιά σου

Κοντά μας εσύ αποφασίζεις!

Η ζωή σου είναι δική σου ευθύνη, η δουλειά μας είναι να σου δώσουμε τις απαραίτητες πληροφορίες και ίσως να σε βοηθήσουμε μερικά βήματα στον δρόμο. Δεν αποφασίζουμε για σένα, εσύ αποφασίζεις μόνη σου.

Είσαι νεόφερτη στην Νορβηγία;

Συναντούμε συχνά γυναίκες από άλλες χώρες και άλλες κουλτούρες. Κοντά μας μπορείς να λάβεις βοήθεια για να ανακαλύψεις τα δικαιώματά σου και τις δυνατότητές σου στην Νορβηγία.

”Βοήθεια για αυτοβοήθεια”

Εμείς δουλεύουμε έχοντας αυτή την αξία. Ο στόχος μας είναι να σου δώσουμε την βοήθεια που χρειάζεσαι έτσι ώστε να βοηθήσεις τον εαυτό σου αργότερα.

Έχουμε καθήκον για το απόρρητο

Όλα τα ”Κρίσεσέντερ” στην Νορβηγία έχουν το απόρρητο!

مرکز بحران - آیا می تواند کمکی برای شما باشد؟

خانه، عرصهٔ خشونت

برای بسیاری از زنان خانه به میدانی برای تاخت و تاز خشونت تبدیل شده است. محلی برای تعدی و حثک حرمت. اینگونه موارد به صورتهای گوناگونی می تواند تأثیرات خود را باقی بگذارد.

خشونت اشکال مختلفی می تواند داشته باشد:

جسمانی - روانی - جنسی - مادی - توأم

آیا شما احتیاج به صحبت کردن با یکنفر را دارید؟ - با کسی که بتوانید به او اعتماد کنید؟

ما برای کمک به شما اینجا هستیم !

ما می توانیم این کمکها را به شما عرضه کنیم:

- یک مکان موقت برای زندگی شما و فرزندانتان
- انسانی که به حرفهایی که برای گفتن دارید گوش کند
- اطلاعات در مورد حقوق قانونی و امکانات شما
- کمک برای تماس گرفتن با پزشک، وکیل، پلیس، اداره رفاه اجتماعی (سوسیال) و همچنین سایر مراکز و ادارات
- حمایت و همراهی شما در صورت لزوم
- نظارت در طی زمان در صورت تمایل
- عرضه خدمات گوناگون به شما و فرزندانتان

نزد ما این شما هستید که تصمیم گیرنده هستید !

شما خود مسئولیت زندگی خودتان را عهده دار هستید، وظیفه ما دادن اطلاعات ضروری و یا در صورت لزوم کمک به شما در برداشتن گامهای اولیه در این راه می باشد.
ما برای شما تصمیم نمی گیریم، شما خود تصمیم گیرنده هستید.

جدیدالورود در نروژ؟

ما اغلب زنانی از کشورها و فرهنگهای دیگر را ملاقات می کنیم. در اینجا و نزد ما، شما همچنین می توانید راجع به حق و حقوق و امکانات خود اطلاعات کسب نمائید.

"کمک برای کمک به خود"

ما طبق اصول "کمک برای کمک به خود" کار می کنیم. هدف ما اینستکه شما یاری و کمکی را که برای اینکه قادر باشید در آینده به خودتان کمک کنید نیازمند هستید دریافت دارید.

رازداری

تمامی مراکز بحران موجود در نروژ قانوناً رازدار هستند.

ศูนย์กลางฉุกเฉิน - คุณเป็นอีกคนหนึ่งที่จะรับบริการที่นี้หรือเปล่า?

บ้านอาจจะเป็นสถานที่ที่สร้างความเจ็บปวดครวร้าย

สำหรับผู้หญิงหลายคน บ้านของตนเองกลายเป็นสนามต่อสู้กัน เป็นสถานที่ที่เกิดการทำร้ายร่างกาย การรูดผ้า และการเบียดเบียน เรื่องนี้อาจจะปรากฏขึ้นในหลาย ๆ รูปแบบ

การทำร้ายอาจจะเป็น

การทำร้ายร่างกาย - การทำร้ายจิตใจ - การทำร้ายในทางเพศ - การทำร้ายทางวัตถุ - การขโมยใจ

คุณต้องการจะคุยกับใครสักคนไหม? - คนที่คุณจะไว้วางใจได้

พวกเราอยู่ที่นี้เพื่อช่วยเหลือคุณ

พวกเราสามารถเปิดโอกาสให้คุณรับบริการดังต่อไปนี้:

- ให้คุณมีที่พักอาศัยชั่วคราวสำหรับคุณ และลูก ๆ ของคุณ
- ให้คุณมีใครคนหนึ่งที่จะรับฟังเรื่องราวที่คุณต้องการเล่าให้ฟัง
- ให้คุณรับความรู้เกี่ยวกับสิทธิของคุณ และหนทางทางเลือกที่เป็นไปได้
- ให้คุณรับความช่วยเหลือในการติดต่อแพทย์, หมายความ, ตำรวจ, สำนักงานประชาสงเคราะห์ และสำนักงานอื่น ๆ
- ให้คุณรับการสนับสนุน และเป็นเพื่อนพาคคุณ ไปติดต่อที่สำนักงานต่าง ๆ
- ให้มีการติดต่อเอื้ออาทรคุณเป็นระยะยาว ถ้าคุณต้องการ
- ให้มีการจัดการต่าง ๆ สำหรับคุณ และลูก ๆ ของคุณ

ถ้าคุณมาอยู่กับเรา ตัวคุณเองจะเป็นผู้ตัดสินใจ

เรื่องชีวิตของคุณจะต้องเป็นความรับผิดชอบของคุณเอง หน้าที่ของเราคือทำให้คุณมีข้อมูลและความรู้ตามที่มีความจำเป็น และเราอาจจะช่วยให้คุณแก้หน้าหาทางใหม่เบื้องต้นก็ได้ ทางเราจะไม่ตัดสินใจแทนคุณ คุณจะต้องตัดสินใจเอง

คุณเป็นคนที่ย้ายเข้ามาอยู่ในประเทศนอร์เวย์ไหม?

พวกเรามักจะพบผู้หญิงจากต่างประเทศ และต่างวัฒนธรรมบ่อย ๆ คุณสามารถรับความช่วยเหลือจากพวกเราเพื่อรักษาสิทธิของคุณ และหาหนทางแก้ปัญหาในประเทศนอร์เวย์

“ความช่วยเหลือเพื่อให้ช่วยตัวเองได้”

เราทำงานตามหลักการ “ให้ความช่วยเหลือเพื่อให้ช่วยตัวเอง” จุดมุ่งหมายของเราคือ คุณจะได้รับการช่วยเหลือที่จำเป็นเพื่อสามารถช่วยเหลือตัวเองต่อไป

หน้าที่เก็บความลับ

ศูนย์กลางฉุกเฉินทุกแห่งในประเทศนอร์เวย์มีหน้าที่เก็บความลับ และห้ามเปิดเผยเรื่องเกี่ยวกับคุณต่อใคร ไม่ว่าจะเป็นกรณีใด ๆ ทั้งสิ้น

Krisenteret - آپ کے لئے ایک سہولت؟

جب گھر میں تشدد دہوتا ہو

بہت سی عورتوں کے لئے گھر میدان تشدد دہن چکا ہوتا ہے، ایسی جگہ جہاں زیادتیاں اور توہین ہوتی رہتی ہے۔ اس کی کئی مختلف صورتیں ہو سکتی ہیں۔

تشدد و ان قسموں کا ہو سکتا ہے

جسمانی۔ نفسیاتی۔ جنسی۔ مادی۔ سڑ پکچرل

کیا آپ کو کسی سے بات کرنے کی ضرورت ہے - کسی ایسے شخص سے جس پر آپ بھروسہ کر سکتی ہوں؟

ہم آپ کے لئے حاضر ہیں!

ہم آپ کو یہ سہولتیں فراہم کر سکتے ہیں:

- * آپ کو اور آپ کے بچوں کو عارضی رہائش کی فراہمی
- * آپ کی باتیں سننے کے لئے ایک انسان
- * آپ کے حقوق اور امکانات و وسائل کے بارے میں معلومات
- * ڈاکٹر، وکیل، پولیس، سوشل آفس اور دیگر دفاتر سے رابطہ کرنے میں مدد
- * اگر ضرورت ہو تو سہارے کے خاطر کوئی شخص آپ کے معاملات میں ساتھ رہتا ہے
- * اگر آپ لبا عرصہ دیکھ بھال اور رہنمائی لینا چاہیں تو اس کا بندوبست کیا جاتا ہے
- * آپ کو اور آپ کے بچوں کو مختلف سہولتیں دی جاتی ہیں

ہمارے یہاں فیصلے کا حق آپ کو حاصل ہوتا ہے

آپ کی زندگی خود آپ کی ذمہ داری ہے۔ ہمارا کام آپ کو ضروری معلومات دینا اور کسی حد تک آپ کے معاملات میں مدد کرنا ہے۔ آپ کے لئے کوئی فیصلہ ہم نہیں کرتے، آپ خود فیصلے کرتی ہیں۔

کیا آپ ناروے میں نئی آئی ہیں؟

ہمیں اکثر دوسرے ملکوں اور دوسرے کچھ زبوں سے آنے والی عورتوں سے واسطہ پڑتا ہے۔ آپ کو بھی ہم ناروے میں آپ کے حقوق اور وسائل و امکانات کے بارے میں جاننے کے لئے مدد دیں گے۔

اپنی مدد آپ کے لئے مدد دینا

ہم اس اصول کے تحت کام کرتے ہیں کہ ”اپنی مدد آپ کرنے کے لئے مدد کی جائے“۔ ہمارا مقصد یہ ہے کہ آپ کو جو مدد مطلوب ہو، وہ فراہم کی جائے تاکہ آئندہ آپ خود اپنی مدد کر سکیں۔

راز داری کی پابندی

ناروے میں تمام krisesentre پر راز داری کی پابندی ہے!

ملجأ النساء - هل هو عرض لك؟

البيت كميدان العنف

اصبح البيت ميدان العنف لكثير من النساء، ومكانا تجري فيه إساءة المعاملة والانتهاكات. وعوقب ذلك مختلفة.

فهناك العنف

الجسدي والعقلي والجنسي والمادي والهيكلية

هل تحتاجين انت الى من تتحدثين معها - او تثقي بها؟
نحن هنا من اجلك!

بوسعنا ان نعرض لك:

- * مسكن مؤقت لك ولطفالك
- * من يستمع الى ما تريدين ان تروييه
- * معلومات عن حقوقك وامكانياتك
- * مساعدة الاتصال بالطبيب او المحامي او الشرطة او مكتب الشؤون الاجتماعية او مكاتب اخرى
- * الدعم والمرافقة اذا لزم الامر
- * متابعة لمدة طويلة اذا اردت ذلك
- * عروض مختلفة لك ولطفالك

لدينا قومين انت باتخاذ القرارات!

ان حياتك هي مسؤوليتك، ودورنا هو ان نعطيك المعلومات اللازمة وربما نساعدك في بداية الطريق الى حياة جديدة. ولن نتخذ اي قرار نيابة عنك، فانت تقررين بنفسك.

هل أنت جديدة في النرويج؟

نقابل غالبا نساء من بلدان وثقافات اخرى. وعندنا بوسعك انت ايضا الحصول على المساعدة لايجاد حقوقك وامكانياتك في النرويج.

المساعدة للاعتماد على النفس

اننا نعمل وفقا لمبدأ «المساعدة للاعتماد على النفس». وهدفنا هو ان نعطيك المساعدة اللازمة لتعتمدي على نفسك فيما بعد.

حفظ السر المهني

كل ملاجئ النساء في النرويج تخضع لقانون حفظ السر المهني!

ਕਰਾਇਸਸ (ਸੰਕਟ ਕਾਲ) ਸੈਂਟਰ - ਕੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਾਡੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੈ ?

ਘਰ ਹਿੰਸਾ ਦੇ ਅਖਾੜੇ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ

ਕਈ ਔਰਤਾਂ ਲਈ ਘਰ ਹਿੰਸਾ ਦਾ ਅਖਾੜਾ, ਹਮਲੇ ਦੀ ਅਤੇ ਮਨੁੱਖੀ ਹੱਕਾਂ ਦੀ ਉਲੰਘਣਾ ਦੀ ਜਗਾ ਬਣ ਗਏ ਹਨ।

ਇਹ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਕਈ ਤਰੀਕਿਆਂ ਦੇ ਨਾਲ ਜਾਹਿਰ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਹਿੰਸਾ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ:-

ਸਰੀਰਕ - ਮਾਨਸਿਕ - ਜਿਨਸੀ - ਦੁਨਿਆਵੀ - ਵਜੂਦ

ਕੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿਸੇ ਦੇ ਨਾਲ ਗੱਲ ਬਾਤ ਕਰਨ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੈ? - ਕੋਈ ਜਿਸਦਾ ਤੁਸੀਂ ਯਕੀਨ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋਵੇ?

ਅਸੀਂ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਇਥੇ ਹਾਂ।

ਅਸੀਂ ਤੁਹਾਡੀ ਮੱਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਾਂ :

- . ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਰਹਿਣ ਲਈ ਥੋੜੇ ਸਮੇਂ ਲਈ ਜਗਾ।
- . ਕੋਈ, ਜੋ ਕਿ, ਜੋ ਕੁਝ ਤੁਸੀਂ ਕਹਿਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ ਨੂੰ ਚੰਗੀ ਤਰਾਂ ਸੁਣੇਗਾ।
- . ਤੁਹਾਡੇ ਹੱਕਾਂ ਅਤੇ ਮੌਕਿਆਂ ਦੇ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ।
- . ਡਾਕਟਰ, ਵਕੀਲ, ਪੁਲਿਸ, ਸ਼ੋਸਲ ਸਰਵਿਸਸ ਅਤੇ ਬਾਕੀ ਦਫ਼ਤਰਾਂ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮੱਦਦ।
- . ਜੇਕਰ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਸਹਾਇਤਾ ਅਤੇ ਸੁਰਿਖਿਆ।
- . ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਕੇਸ ਅਤੇ ਸਥਿਤੀ ਦੇ ਬਾਰੇ ਪੈਰਵਰੀ।
- . ਤੁਹਾਡੇ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਲਈ ਕਈ ਤਰਾਂ ਦੇ ਮੱਦਦ ਦੇ ਰਾਹ।

ਜਦੋਂ ਤੱਕ ਤੁਸੀਂ ਸਾਡੇ ਨਾਲ ਹੋ ਤਾਂ ਫੈਸਲਾ ਤੁਸੀਂ ਹੀ ਕਰਦੇ ਹੋ।

ਤੁਹਾਡੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਤੁਹਾਡੀ ਹੀ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀ ਹੈ। ਸਾਡਾ ਕਰਤੱਬ ਤੁਹਾਨੂੰ ਜ਼ਰੂਰੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇਣਾ ਹੈ ਅਤੇ ਚੰਗੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਬਣਾਉਣ ਦੇ ਰਸਤੇ ਵਿੱਚ ਮੱਦਦ ਕਰਨਾ। ਅਸੀਂ ਕਦੇ ਵੀ ਤੁਹਾਡੇ ਵਾਸਤੇ ਫੈਸਲੇ ਕਰਨ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ ਨਹੀਂ ਕਰਾਂਗੇ - ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਫੈਸਲੇ ਖੁਦ ਕਰਨ ਦਾ ਹੱਕ ਹੈ।

ਨੌਰਵੇਹ ਵਿੱਚ ਅਣਜਾਣ?

ਅਸੀਂ ਅਕਸਰ ਦੂਸਰੇ ਦੇਸ਼ਾਂ ਅਤੇ ਸਭਿਆਚਾਰਾਂ ਤੋਂ ਔਰਤਾਂ ਨੂੰ ਮਿਲਦੇ ਹਾਂ। ਅਸੀਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਤੁਹਾਡੇ ਹੱਕ ਸਮਝਣ ਵਿੱਚ ਮੱਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਾਂ ਅਤੇ ਇਥੇ ਨੌਰਵੇਹ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਮੌਕੇ ਸਮਝਣ ਵਿੱਚ ਮੱਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਾਂ।

ਆਪਣੀ ਮੱਦਦ ਖੁਦ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮੱਦਦ।

“ਅਸੀਂ ਆਪਣੀ ਮੱਦਦ ਖੁਦ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮੱਦਦ” ਦੇ ਨਿਯਮ ਤੇ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਹਾਂ। ਸਾਡਾ ਉਦੇਸ਼ ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣਾ ਹੈ ਕਿ ਜੋ ਮੱਦਦ ਤੁਹਾਨੂੰ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ, ਉਹ ਮਿਲੇ ਤਾਂ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਚੰਗਾ ਭਵਿੱਖ ਬਣਾਉਣ ਵਿੱਚ ਆਪਣੀ ਮੱਦਦ ਖੁਦ ਕਰ ਸਕੋ।

ਪੂਰਾ ਭਰੋਸਾ - ਪੂਰੀ ਤਰਾਂ ਗੁਪਤ।

ਨੌਰਵੇਹ ਵਿੱਚ ਸਾਰੇ ਕਰਾਇਸਸ ਸੈਂਟਰਾਂ ਨੂੰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਗੁਪਤ ਰੱਖਣ ਲਈ ਸੁੰਹ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

مه‌رکزی حیمایه‌ت له ژنان (Krisenteret) - پینشیاریتک و په‌ناگاییتک بۆ ژنان

کاتییک مائتان مه‌یدانی شه‌ر و زولم لیکرانه
 بۆ زۆر له ژنان مال و کانگای خانه‌واده بۆته مه‌یدانی زولم و زۆر لیکردان.
 ژن له ماله‌وه سه‌رکوت ده‌کریت ، مافه‌کانی له ژیر پێ ده‌خستریت، زۆری لێ
 ده‌کریت و ده‌شکیندریت.

شێوه‌ی کانی زولم و زۆر جۆراوجۆر . سه‌رکوت کردن له مال دا ده‌توانی به‌ شێوه‌ی
 شه‌ر ولیدان (فیزیکی یان جیسمی) بیت یان به‌ شێوه‌ی عه‌زایی رووحی و ترساندن
 و هه‌ره‌شه‌ کردن بیت. هیندییک جار ده‌ستدریژی کردنی نامووسی و ده‌ست تیکه‌ل
 کردنی به‌ پێ ره‌زا و ویستی ژنان و یان ده‌ست داگرتن به‌ سه‌ر پوول و ئیمکانات که
 ده‌بیتته هۆی ئه‌وه‌ی ژنان به‌ سه‌راوه‌ی ده‌ستی پیاوه‌کانیان بن.
 هه‌لده‌که‌وتی که ئه‌و زولم و فیشاره‌ش به‌ نه‌ره‌تی و دامه‌زراوه‌ له‌ بنه‌ماله‌ دا.

گه‌ر تۆ هه‌ست ده‌که‌یت که پێویستیت به‌ که‌سیک هه‌به‌ که تۆ بتوانی قسه‌ی له‌ گه‌ل
 بکه‌یت، که‌سیک که تۆ لێی دلتیا بی و ئیتمینانی پێ بکه‌یت. ئه‌وا ئیمه‌ لیهرین بۆ تۆ.
 ئیمه‌ لیهرین بۆ ئه‌وه‌ی یارمه‌تیتان پێ بکه‌ین.

جیمان له‌ ده‌ست دێ بۆ تۆ؟

کاتییک که تۆ پێویستیت به‌ یارمه‌تی له‌ لایه‌ن ئیمه‌وه‌ هه‌به‌، ئیمه‌ ده‌توانین ئه‌و کارانه‌تان بۆ
 بکه‌ین:

- × ماییک و خانووبه‌کی کاتی و مووه‌قه‌تی بۆ خۆت و مناله‌کانت
- × که‌سیک که گۆی له‌ ده‌ردی دلی تۆ ڕاده‌گرێ
- × ئیتلاعات و زانیاری له‌ به‌ری مافه‌کان و ئیمکاناتییک که تۆ هه‌ته و ده‌توانی داوايان بکه‌ی
- × یارمه‌تی دان بۆ ئه‌وه‌ی ته‌ماس له‌ گه‌ل دوکتور، وه‌کیل ، پولیس ، ئیداره‌ی سوسیال
- × و شوپنه‌کانی دیکه‌ی پێویست بکه‌ی.
- × هاوکاری و پشتگری کردن له‌ کاره‌کانت دا کاتییک تۆ پێویستیت هه‌به‌.
- × چاوه‌دێزی و پشتگری درێژماوه‌ له‌ سه‌ر ویست و نیازی خۆت.
- × پینشیاریو یارمه‌تی و به‌رنامه‌ی جۆراجو‌ر بۆ خۆت و مناله‌کانت.

به‌رپه‌وه‌ری ژبانی خۆت ئه‌رکی سه‌رشانی خۆته. ئه‌رکی سه‌ر شانی ئیمه‌ یارمه‌تی
 کردن و ریتویتی و بیدانی ئیتلاعاتی پێویسته هه‌تا تۆ بتوانی به‌رنامه‌ی ژبانی خۆت
 دا به‌زرتی. ئیمه‌ هه‌ر ئه‌و چه‌ند هه‌نگاوه‌ی خۆت ده‌ته‌وه‌ی له‌ گه‌لت هه‌لده‌گرین.
 ئیمه‌ هه‌یج کات بریار و ته‌سمیم بۆ تۆ ناگرین. ئه‌تۆ بۆ خۆت ساحیبی ئیختیاری.

تازه‌ هاتووبه‌ نۆرویتی؟

گه‌لییک جارن ئیمه‌ یارمه‌تی ژنانیک که له‌ وولاته‌کانی دیکه‌ راها‌توون ده‌که‌ین.
 که تۆش پێویستیت به‌ ریتویتی و هاوکاری هه‌به‌ بۆ ئه‌وه‌ی ئاشنای مافه‌کان و
 حه‌قه‌ه‌کانی خۆت له‌ نۆرویتی دا بی، ئیمه‌ ئاماده‌ین هاوکاری و یارمه‌تیت به‌دین.

کۆمه‌ک کردن بۆ ئه‌وه‌ی تۆ خۆت فییری یارمه‌تی دان به‌ خۆت بی.
 ئه‌ساسی کاری ئیمه‌ ئه‌وه‌یه‌ که یارمه‌تیت بکه‌ین هه‌تا تۆ ئه‌و پێویستی و یارمه‌تییه‌ی ئیحتیاجیت
 پێی هه‌به‌ وه‌رگیری و بۆ خۆت بتوانی فییری کاره‌کان و ئه‌رکه‌کانی خۆت بی و ژبانیکی
 موسته‌قیل و سه‌ره‌خۆت هه‌بی.

ئه‌رکی پێ ده‌نگی و رازداری
 هه‌موو کارمه‌نده‌کان و ئیداره‌کانی کریسه‌سه‌ نتره‌کان ئه‌رکی رازداریان له‌ سه‌ر
 شانه‌ و هه‌یج که‌س ناتوانی رازی ئیوه‌ بۆ که‌سیکی دیکه‌ باس بکا.

Kriz merkezi - sizin için de birşey?

Evler şiddetin bir arenası

Evler pek çok kadın için şiddetin bir arenası, istismar ve tacizin bir mekanı haline geldi. Bu durum kendini pek çok şekilde göstermektedir.

Şiddet şu şekilde olabilir:

fiziksel - psikolojik - cinsel - maddi – yapısal.

Güvenebileceğiniz birisi ile konuşmaya mı ihtiyacınız var? Burada sizin için varız!

Size şunları sunabiliriz:

- Sizin ve çocuklarınız için geçici ikamet yeri
- Söylemek istediklerinizi dinleyecek olan bir şahıs
- Haklarınız ve seçenekleriniz hakkında bilgiler
- Doktor, avukat, polis, sosyal ofis ya da diğer kurumlarla iletişim kurmada yardım
- Gerekli olduğunda destek ve takip
- İstemeniz halinde zamana yayılan takip
- Sizin ve çocuğunuz için farklı seçenekler.

Bizimle iken karar veren sizlersiniz!

Hayatınız sorumluluğunuzdur; bizim görevimiz size gerekli bilgileri vermek ve süreç boyunca birkaç adımda size yardımcı olabilmektir. Sizin kararlarınızı biz vermiyoruz, kararınızı kendiniz vermektensiniz.

Norveç'te yeni misiniz?

Başka ülkelerden ve diğer kültürlerden kadınlarla sıkça karşılaşmaktayız. Norveç'teki haklarınızı ve seçeneklerinizi öğrenme konusunda yardım edinmek için de bize danışabilirsiniz.

“Kendi kendine yardım”

Biz “Kendi kendine yardım” prensibine göre hareket ediyoruz. Amacımız, ileride kendi kendinizi daha fazla yardımcı olmanızla ilgili ihtiyacınız olan yardımı edinmenizdir.

Gizlilik

Norveç'teki tüm kriz merkezleri gizlilik prensibine göre hareket etmektedir!

Heahteguovddáš - Fálaldat dutnje?

Veahkávalddalašvuohta ruovttus

Ollu nissonolbmuid lea ruoktu šaddan veahkávalddažžan, báikin gos falleheapmi ja riikkumat dáhpuhuvvet. Sáhttet leat iešguđetláhkái.

Veahkávaldi sáhtta leat

fysálaš - psykalaš - seksuálalaš - materiálalaš - struktuvrralaš

Dárbbášat og soapmasa geainna humat/ háleštat – soapmasa geasa luhtát? *Mii leat dáppe du várás!*

Mii sáhttit fállat dutnje:

- Gaskaboddosaš orrunfálaldaga dutnje ja du mánáide
- Olbmo gii guldala maid don muitalat
- Diehtjouhkima vuoigatvuođaidat ja vejolašvuođaidat birra
- Veahki oažžut oktavuoda doaktáriin, advokáhtain, sosiálkantuvrrain dahje eará kantuvrraiguin
- Doarjaga ja guoimmuheami jus lea dárbbášlaš
- Čuovvoleami guhkit áigái jus hálidat
- Iešguđetlagán fálaldagaid dutnje ja du mánáide

Min luhtte mearridat don!

Du eallin lea du ovddasvástáduš, min bargu lea addit dutnje dárbbalaš dieđuid ja soaitit veahkehit du muhtun muddui lávket ovddosguvlui. Mii eat mearrit du ovddas, don mearridat ieš.

Amas Norggas?

Mii deaividit dávjá eará riikkaid ja kultuvrraid nissoniiguin. Mis sáhtát don maiddái oažžut veahki gávdnat vuoigatvuođaidat ja vejolašvuođaidat Norggas.

“Veahkki veahkehit iežat”

Min bargu prihsihpp lea “veahkki veahkehit iežat”. Min ulbmil lea ahte don galggat oažžut dan veahki maid dárbbášat veahkehit iežat.

Jávohisvuođageatnegasvuohta

Buot heahteguovddažiin lea jávohisvuođageatnegasvuohta.

Trung tâm giải quyết khủng hoảng - có gì cho bạn?

Khi gia đình là nơi chứa chấp bạo lực

Gia đình hiện nay đã trở thành một nơi chứa chấp bạo lực đối với rất nhiều phụ nữ, nơi của ngược đãi và các xâm phạm. Điều này tự thể hiện ở nhiều phương diện khác nhau.

Bạo lực có thể là:

Thể xác – tâm lý – tinh dục – vật chất – kết cấu

Bạn cần một người nào đó để nói chuyện

– một người bạn có thể tin cậy?

Chúng tôi ở đây để phục vụ bạn!

Chúng tôi có thể cung cấp cho bạn:

- Một nơi ở tạm thời cho bạn và con cái của bạn
- Một người lắng nghe bạn
- Thông tin về các quyền và các lựa chọn của bạn
- Sự giúp đỡ trong việc liên hệ với bác sĩ, luật sư, cảnh sát, văn phòng xã hội hay các phòng ban khác
- Sự ủng hộ giúp đỡ và các việc tiếp theo khi cần thiết
- Sự giúp đỡ có thể tiếp diễn nếu bạn mong muốn
- Các lựa chọn khác nhau cho bạn và các con của bạn.

Đối với chúng tôi bạn là người quyết định.

Cuộc sống là trách nhiệm của bạn, nhiệm vụ của chúng tôi là cung cấp cho bạn những thông tin cần thiết và có thể giúp đỡ bạn một số bước cần thiết. Chúng tôi không đưa ra các quyết định cho bạn, bạn sẽ tự quyết định lấy.

Bạn mới đến Na Uy?

Chúng tôi thường gặp phụ nữ từ các nước và các nền văn hóa khác. Bạn cũng có thể tìm kiếm sự giúp đỡ từ chúng tôi để tìm hiểu về các quyền và các lựa chọn cho bạn ở Na Uy.

"Giúp đỡ với tính tự- trợ giúp"

Chúng tôi theo nguyên tắc "giúp đỡ với tính tự- trợ giúp". Mục tiêu của chúng tôi là bạn có được sự giúp đỡ mà bạn cần để bạn có thể tự giúp bản thân mình thêm.

Sự bảo mật

Tất cả các trung tâm giải quyết khủng hoảng ở Na Uy đều tuân thủ tính bảo mật!

Xarunta dhibaatooyinka

- miyay kuula eegtahay inaad u baahatid?

Guriga oo ah meel rabshadaysan

Gurigu waxuu dumar badan ku noqday meel rabshadaysan, meel caay iyo aflaagado leh oo laga xad gudbo. Sida ay tani u dhici kartaa way noocyo badan tahay.

Rabshaddu waxay noqon kartaa:

ku dhacda jirka - maskaxda saamaysa - galmada la xiriirta - lacagta ama alaabta ku sal leh- qaabka qoyska la xiriirta.

Ma u baahan tahay qof aad la hadashid – qof aad aamini kartid?

Annagaad noo iman kartaa!

Waxaan ku siin karnaa:

- Meel aad adiga iyo carruurtaadu si ku meelgaar ah u degtaan
- Qof dhegayaista hadalkaaga aad rabtid in lagaa maqlo
- Warbixin ku saabsan xuquuqdaada iyo fursadahaaga
- Gargaar xaga la xiriirka takhtar, qareen, boolis, xafiiska bulshada ama ururo kale
- Taageero iyo wixii dheeraad ah ee aad u baahato
- Wixii dheeraad ah ee waqti dambe aad rabtid
- Fursado kaladuwan oo adiga iyo carruurtaadu aad heshaan.

Marka aad annaga nala joogto adiga ayaa go'aanka iska leh!

Noloshada adigaa masuul ka ah, hawsha na saarani waa inaan ku siinno warbixinta aad u baahan tahay waxaana laga yaabaa inaan gacan kaa siinno tallaabooyinka ugu horeeya ee jidka aad maraysid.

Annagu go'aanka ma lihin, oo waxba kuu garan mayno, adigaa wax walba iskaa u go'aaminaya.

Miyaad Norway ku cusub tahay?

Waxaan badanaa la kulanna dumar ka yimid wadano kale oo leh dhaqamo kale.

Annaga inta aad nala joogtid waxaan weliba kaa caawin karnaa inaad ogaato xuquuqdaada iyo fursadahaaga Norway gudaheeda.

"Caawimo sidii aad iskaa isugu gargaari lahayd"

Waxaan haysannaa oo adeegsannaa mabda'a – "caawimo ka bixi habka la isku gargaaro". Ujeeddadeennu waxa weeye inaan ku siinno caawimada aad u baahan tahay si aad horumarkaaga isaga gargaartid.

Kalsoonida sirta

Dhammaan xarumaha dhibaatooyinka ee Norway waxaa ka hirgashan nidaam aad ku kalsoonaan kartid in la ilaaliyo wixii sir kuu ah!

危機中心 - 為您而設？

家成了暴力的角鬥場
對很多婦女來說，家成為了暴力的角鬥場，成為了虐待和侵犯的地方。這可從多方面體現出來。

暴力可以涉及：
身體—心理—性—物質—結構性。

想找人傾訴 — 一位您可以信任的人？我們很樂意為您效勞！

我們提供：

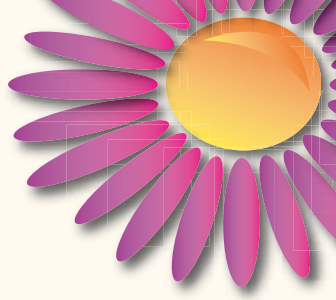
- 臨時住所給您和您的子女
- 一位人員聆聽您的說話
- 有關您擁有的權利和選擇的資訊
- 協助以取得醫生、律師、警察、社會福利部或其它機關的聯繫
- 必要的支援和後續服務
- 您意願下的持續跟進
- 各種的選擇給您和您的子女

作決定的是您！
您的生命是您的責任；我們的工作是提供必要的資訊給您，又或在過程中幫上一把。我們不會為您作出決定，您自己來作決定。

剛到挪威？
我們經常遇到其它國家和文化的婦女。有了我們，您就能得到協助，找出您在挪威的權利和選擇。

“幫助以自助？
我們遵守“幫助以自助”原則。我們的目標是讓您得到需要的幫助，以便您能進一步幫助自己。

機密性
所有挪威的危機中心都遵守機密性！



Centro de emergência -
uma alternativa para você?

El amparo
- ¿le concierne?

Centro di accoglienza
- ha bisogno di...

Orodek interwencji kryzysowej
- oferta dla ciebie?

Institucioni për pranimit të
personave që janë në krizë
(familjare etj.)
Ju ofron ndihmë kur ?

Le Refuge
- vous concerne t'il?

वर्तमान (सिद्ध वाक्य) में
- की उपायों में से कौन सा सही है ?

Кризис
- необходим



NOK!

Norsk Kriसेnterforbund

Brosjyren er laget av Norsk Kriसेnterforbund
med støtte fra Helse og Rehab 2004



Ditt nærmeste Kriसेnter:

Blank area for writing the name of the nearest crisis center.