

أرقام الهواتف والعناوين

الشرطة والإسعاف: 112

إذا لم يكن الأمر طارئا: 114 14

قسم رعاية الفرد والعائلة ضمن الخدمة الاجتماعية: 0687-16100

أنغس فاغن رقم 4، سفينستافيك/ Ängesvägen 4, Svenstavik

مركز ضد العنف: 0200-12 01 45، البريد الإلكتروني: centrummotvald@ostersund.se

خفارة الخدمة الاجتماعية: 112، اتصل واسأل عن خفارة الخدمة الاجتماعية لبلدية بيرري.

خط هاتف سلام المرأة: 020-50 50 50

خفارة النساء: 063-13 25 00



إذا كنت في حاجة للمساعدة الطارئة!

اتصل على هاتف رقم 112 إذا كنت في حاجة للشرطة أو الإسعاف.

اتصل بمستوصفك أثناء النهار أو اتصل برقم معلومات الرعاية الصحية هاتف رقم 1177 إذا كانت لديك إصابات أو ألم.

هل تحتاج إلى مسكن؟ اتصل بقسم رعاية الفرد والعائلة في البلدية على هاتف رقم 0687-16100. اتصل على هاتف رقم 112 في الأمسيات والعطل وأطلب أن تتكلم مع خفارة الخدمة الاجتماعية لبلدية بيرى.



- فكر في أماكن أمينة قريبة عليك. يمكنك الذهاب إليها إن لم تشعر بالأمان في البيت.
- فكر في بعض الأشخاص الذين تثق بهم. أحفظ عن ظهر قلب أرقام هواتفهم وعناوينهم لكي تستطيع الاتصال بهم سريعا عند الحاجة.
- اجمع الأشياء المهمة في مكان واحد بحيث يمكنك أن تأخذها معك بسرعة إذا اضطررت لترك المنزل، مثلا البطاقة المدنية أو جواز السفر والنقود والمفاتيح.
- اتصل بقسم رعاية الفرد والعائلة في البلدية أو إلى أي اتصال آخر وتحدث عما حدث لك. توجد أرقام الهواتف والعناوين في الصفحة الأخيرة.





LÄTTLÄST

سهل القراءة

هل تتعرض للتهديد أو الضرب من قبل شخص قريب؟

أنت لست وحيداً!

يمكنك هنا القراءة عن المساعدات المتوفرة.



Bergs kommun  
Bierjen tjielte

[www.berg.se](http://www.berg.se)

Arabiska