

شماره تلفن ها و آدرس های

پلیس و اورژانس: 112

اگر مورد شما اورژانسی نیست با شماره ی: 11414

مرکز تشکیلات فردی و خانوادگی (سرویس های اجتماعی): 0687 – 16100

آدرس: Ängesvägen 4, Svenstavik

مرکز مقابله با خشونت: 0200-120145

ایمیل: centrummotvald@ostersund.se

سرویس اورژانس اجتماعی: 112، تقاضا برای سرویس اجتماعی شهرداری

خط صلح زنان: 020-505050

پناهگاه بانوان: 063-132500



اگر شما به کمک فوری نیاز دارید

1. اگر به آمبولانس و یا پلیس نیاز دارید با شماره تلفن 112 تماس بگیرید.

2. اگر دارای زخم، جراحت و یا درد هستید با مرکز بهداشت (در طول روز) و یا با پزشکی روشنگری تماس بگیرید ،
1177

آیا شما نیاز به جایی برای ماندن و اقامت دارید؟ با شماره تلفن 0687-16100 تماس بگیرید و یا می توانید از مرکز مراقبت های فردی و اجتماعی تقاضای کمک کنید.

شما می توانید عصر ها و در اواخر هفته با شماره تلفن 112 تماس بگیرید و یا از مرکز سرویس های اجتماعی شهرداری کمک بجویید.



اگر شما امنیت ندارید

- در مورد چند مکان امن در نزدیکی‌تان بیندیشید. جایی که اگر منزل شما امن نیست می‌توانید به آنجا مراجعه کنید.
- به کسانی که اعتماد کافی دارید بیاندهشید. شماره تلفن و آدرس آنها را به خاطر بسپارید تا بتوانید به محض نیاز با آنها تماس بگیرید.
- تمامی وسایل مهمتان را در یک بسته نگه‌داری کنید، وسایل مورد نیاز و مهم شما عبارتند از؛ کارت شناسایی و یا پاسپورت، پول و کلیدهای‌تان. بنابراین زمانی که شما مجبور به ترک منزلتان هستید، می‌توانید به راحتی و بدون اتلاف وقت آنها را بردارید.
- با مرکز تشکیلات رفاه اجتماعی فردی و خانوادگی. شهرداری تماس بگیرید و یا می‌توانید با شخصی در این رابطه صحبت کنید. در آخرین صفحه از این بروشور، آدرس و شماره تلفن‌هایی وجود دارند که می‌توانند برای شما مفید واقع شوند.





LÄTTLÄST

آسان و روان برای مطالعه

آیا تا به حال از طرف شخصی که او را به خوبی بشناسید مورد آزار و اذیت قرار گرفته اید؟

شما تنها نیستید.

هم اکنون شما می توانید با خواندن این متن از چگونگی کمک کردن به خودتان مطلع شوید.



Bergs kommun
Bierjen tjielte

www.berg.se

Farsi