

## آیا در معرض خشونت در یک رابطه نزدیک هستید؟

خشونت قرار میدهد. در بعضی موارد این امر از سوی دیگر خویشاوندان اعمال میشود. همچنین این امر میتواند شامل فرزندان باشد که والدین خود را در معرض خشونت قرار میدهند. خشونت اعمال شده میتواند روحی، فیزیکی و یا جنسی باشد. این امر میتواند شامل موارد زیر باشد:

- شما را با نامهای زشت یا ناپسند میخواند و یا به شما میگوید که فردی بد یا مشکلافرین هستید
- هل میدهد، میزند، لگد میزند و یا به شیوهای دیگر به شما آسیب میرساند
- شما را کنترل نموده و محدود میکند، شما را مجبور به انجام کارهایی میکند که مایل نیستید
- شما را مجبور به تطابق رفتار یا روش زندگیتان میکند
- شما را مجبور به انجام عملی جنسی میکند
- کنترل اقتصاد شما را در دست میگیرد

### شما حق برخورداری از محافظت و حمایت دارید

هر کسی ممکن است به خشونت در روابط نزدیک گرفتار شود. شمایی که در معرض خشونت قرار گرفتهاید بایستی اطلاعات، محافظت و پشتیبانی دریافت نمایید و با احترام و همدردی با شما برخورد شود. شما حق برخورداری از این موارد را دارید. اگر فرزندان دارید، آنها هم حق دریافت حمایت دارند.

### شما میتوانید کمکهای زیر را دریافت نمایید:

- گفتگوی حمایتی
- محافظت و مسکن موقت
- کمک مالی
- حمایت در ارتباط با دیگر سازمانهای دولتی، بعنوان نمونه پلیس

با ما تماس بگیرید تا بتوانیم به شما کمک کنیم. اگر مایل باشید میتوانید ناشناس باقی بمانید.

در موارد اضطراری، همیشه به ۱۱۲ زنگ بزنید.

### تماس:

- سازمان: Socialtjänsten
- شماره تلفن: Växel 0687-161 00
- سازمان: Kvinnojouren Östersund
- شماره تلفن: 063-13 25 00
- سازمان: Centrum mot våld
- شماره تلفن: 0200-120 145