refugee council
help and advice

October 2006

کورنۍ ځورونه – آیا تاسو مرستې ته اړتیا لرئ؟

کورنۍ ځورونه یو ګواښ لرونکې روئیې، تیري یا هم د سپکاوي واقعې ته وییل کیږي کومه چې د بالغانو تر مینځ ، څوک چې د یو بل سره ګډه رشته لري یا ئې لرله، یا د کورنۍ د غړو تر مینځ، یا د نور داسې کسانو تر مینځ ، د هغوی د جنس په نظر کې نیولو پرته ، چې پهٔ یو کور / استوګنځي کښې ګډ اوسیږي او یا اوسیدل ، پیښه شي.

تیری پهٔ ډیرو بڼو کښې را مینځ ته کیدلی شي:

- جسماني سپکاوی؛ وهل ټکول، لته ورکول، د وسلې یا د وسلې نه بغیر برید کول، تربتول او پهٔ تیرهٔ اوزار سره وهل
- جنسي سپکاوی؛ جنسي تیری، پهٔ زور جنسي عمل کول، فحش جنسي فعل کتلو ته یا کولو ته مجبور کول، د زیږد عمل ودرولو لهٔ پاره اجازه نهٔ ورکول
- جذباتي سپکاوی؛ ګواښونه (چې پکښې د مړ کولو ګواښ شامل دی)، شتمنۍ ته نقصان، پهٔ زور سره چغې پرې اوباسل، ویرول، تر کنټرول لاندې راوستل
- مالي سپکاوی؛ خوارهٔ یا پیسې نهٔ ورکول

که چیرې تاسو د سپکاوي ښکار یاست، نو یاد ساتئ چې:

- تاسو د سپکاوي پهٔ اړه لاندېنیو کښې یو یا ډیرو ته راپور ورکولی شئ: د ملي کورنۍ ځورونې د مرستې کرښه (National Domestic Violence Helpline)، پولیس، د تاسو ډاکټر یا د کډوالو کونسل (Refugee Council)
- کوم معلومات چې تاسو ورکوئ هغه به پټ ساتل شي او د تاسو د موافقې نه بغیر به هیڅ ډول عمل نهٔ شي اخیستلی
- تاسو پهٔ سملاسي توګه سره یو خوندي ځای (د تاسو ماشومانو سره) ته بوتللی شئ
- کیدی شي تاسو د دې وړ وګرزئ چې د پناه غوښتنې لهٔ پاره پهٔ خپلواکه توګه سره غوښتنلیک ورکړئ
- د سپکاوي پهٔ اړه راپورونو باندې ډیر پهٔ سنجیدګۍ سره کار پورته کولی شي
- قانون تاسو ته د تاسو سپکاوی کوونکي پر ضد ژغورنه درکولی شي، لکه د مثال پهٔ توګه د قانوني کړنې د لارې
- د تاسو د حالاتو سره سم تاسو کولی شئ چې د پناه ورکوونې ملي ملاتړ خدمت (National Asylum Support (NASS) Service) لهٔ اړخه ملاتړ اخیستل جلري وساتئ
- دا د تاسو ملامتي نهٔ دی چې د تاسو سپکاوی شوی دی

د مرستې لهٔ پاره لاندېنیو سره تړاؤ ونیسئ:

24 ساعته وړیا ټېلیفون د ملي کورنۍ ځورونې لهٔ اړخه چې د مرستې کرښه ئې دا ده **0808 2000 247** که تاسوپه انګلیسي ژبه نهٔ وایئ، نو لطفاً څرګنده کړئ چې تاسو کومه ژبه وایئ. کېدی شي چې تاسو تر هغې پورې انتظار وکړئ تر څو چې د خبرو یو ژباړونکی نهٔ شي موندهٔ، یا تاسو وېئلی شئ چې تاسو کومه ژبه کښې خبرې کوئ، خپل ټېلیفون لمبر ورکړئ او یو سلاکار او یو د خبرو ژباړن به تاسو ته بېرته ټېلیفون وکړي.

د پولیس (بیړنۍ پېښه) **999 (Police (emergency))**

د کډوالو کونسل د مشورې کرښې. د دفتر د کار ساعتونو پهٔ دوران کښې د وړ دفتر سره اړیکې و نیسئ:

London	020 7346 6777
East of England	01473 297 900
West Midlands	0121 620 1515
Yorkshire & Humberside	0113 386 2210

Registered charity no. 1014576 Registered company no. 2727514 Registered address: 240-250 Ferndale Road London SW9 8BB