

Rotary **SAFE** Families thanks **Noorshah Kamawal**

for his generosity in translating

*Guide to Prevention of Abuse in Australia*

into Dari

# توقف خشونت در فامیل ها در هر جای چگونه میتوانید از خشونت با دیگران جلوگیری نماید



توقف خشونت در فامیل ها در هر جای  
چگونه میتوانید از خشونت با دیگران جلوگیری نماید

## خشونت چیست؟

در یک رابطه پرخشونت، یک پارتنر کوشش میکند تا بالای پارتنر دیگر توسط صدمه فیزیکی، انتقادات، تقاضاها، تهدیدات، فشارهای مربوط باروری و فشارهای جنسی تسلط خود را قائم نماید.

بین هر زن و شوهر مشاجره ها و اختلافات موجود میباشد. در یک رابطه مؤدبانه و مساویانه، هر دو پارتنر احساس آزادی برای اظهار نظر، اتخاذ تصمیم خود و انکار از عمل جنسی را میکند.

برای شخص قربانی شده و اطفال آن، این روش بسیار خطرناک، وحشتناک، مغشوش کننده و تخریک کننده میباشد.

خشونت روانی، مالی و یا عاطفی به همان اندازه آسیب آور میباشد که خشونت فیزیکی است. در استرالیا، خشونت در یک رابطه هیچ وقت قابل قبول نیست، بدون در نظر داشت وضعیت و شرایط کنونی، و هیچ وقت از تخطی قربانی شمرده نمیشود.

خشونت توسط الکول، ستریس و یا هم سلوک شخص قربانی شده صورت نمیگیرد. خشونت وقتی واقع میشود که خشونت کننده میخواهد شخص دیگر را کنترل و اداره کند. حمله فیزیکی و جنسی، تهدیدات و پیگرد در استرالیا در زمره جرایم میاید و باید به پولیس راپور شود.

*فامیل و دوستان من به اینقدر بد فکر نمیگردند زیرا تنها یک مرتبه من را زده بود. اما تحقیر و طرز اداره کردن زندگی من توسط وی بدتر بود. کاش فامیل ما میفهمید که این چقدر*

*وحشتناک بود. کاتیکا*



## چگونه خشونت را تشخیص نمایم؟

شاید شما مطمئن نمیباشید که چیزیکه دوست و یا خویش شما تجربه میکند خشونت است. شاید شما تنها یک احساس دارید که در این رابطه چیزی نادرست موجود است. بعض اوقات نشانی ها موجود میباشد که خشونت را نشان میدهد.

### علامه موجودیت خشونت:

- از پارتنر خود ترس دارد یا در باره خوش کردن وی همیشه فکرمند میباشد
- وقیکه پارتنرشان در اطاق میباشد، با دوستان و فامیل ملاقات را ترک میکند یا مکالمه تلفونی را مختصرا قطع میکند.
- پارتنر وی را هر وقت پیش روی دیگران انتقاد و تحقیر میکند
- پارتنر بالای وی برای عمل جنسی فشار وارد میکند و یا تحمیل میکند
- پارتنر همیشه حکم صادر میکند یا تمام تصمیم را خود میگیرد (مثلا پارتنر وی تمام معاملات پولی را کنترل میکند، برایش میگوید که با کی میتواند ملاقات کند و چی باید بکند)
- وی اکثرا در باره حسد، بد خلقی و خودخواهی پارتنر خود صحبت میکند
- مضطرب و افسرده میباشد، اعتماد را از دست داده است و بشکل غیر معمول خاموش میباشد
- زخمهای فیزیکی (موجودیت خراشیدگی، کسر استخوان، پارگیها). شاید در باره زخمهای فیزیکی توضیحات متفاوت دهد.
- اطفال وی از پارتنر وی خوفزده میباشند، مشکلات سلوکی دارند و یا بسیار کناره کش و افسرده میباشند.
- نمیخواهد اطفال خود را در کنار شوهرش بماند.
- بعد از قطع ارتباط با شوهرش، شوهر وی مسلسل زنگ میزند، ازار میدهد، پیگیری میکند، به خانه شان میاید و یا در بیرون خان مینشیند.

## چرا پارتنر خود را ترک نمیکند؟

ماندن در یک رابطه با روش بد از درک بالا است. ترک کردن یک راه حل اسان بنظر میرسد.

وقتیکه در یک وضعیت مناسب نه باشید، حتی تصور ازار شدن مشکل است. ظاهراً شاید ترک کردن اسان معلوم شود اما ترک کردن یک پارتنر ازار دهنده یک کار مشکل است. برای دوستان و فامیل مهم است تا وضعیت را بفهمند.

### اسباب مشکل بودن ترک:

- خوف عواقب بعدی توسط ازار دهنده بعد از ترک. ممکن شخص ازار دهنده وی را، خویشاوندان، اطفال وی را تهدید نموده باشد. در صورت ترک وی را به خودکشی تهدید میکند.
- هنوز پارتنر خود را دوست دارد، زیرا که همیشه ازار نه میدهد.
- برای رابطه خود تعهد دارد و یا عقیده دارد که ازدواج برای دایم میباشد، خوب باشد یا بد.
- امید دارد که شاید پارتنر وی تغییر کند. بعضی اوقات شخص ازار دهنده جهت تغییر وعده میکند.
- فکر میکند که ازار از سبب تخطی خود شان است.
- احساس میکند که برای اطفال خود بماند و بهتر است که اطفال با هردو والدین یکجا زندگی کنند.
- عدم خود اعتمادی. شخص ازار دهنده قصداً کوشش میکند تا اعتماد پارتنر خود را از بین ببرد، و برایش احساس نا امیدی دهد و فکر کند که خود مسؤل این ازار است. وی احساس ناتوانی میکند و تصامیم گرفته نمیتواند.
- گوشه نشینی و تنهایی. کوشش قطع ارتباط وی با فامیل و دوستان توسط شخص ازار دهنده. به تنهایی از عهده برآمدن از مشکلات ترس دارد. اگر انگلیسی لسان اولی وی نباشد به شکل مشخص احساس تنهایی میکند.
- فشار فامیلی، جامعه و یا دینی. خوف دارد اگر ترک اختیار کند توسط جامعه و یا فامیل مردود میشود.
- احساس میکند که از پارتنر خود رفته نمیتواند چون در اطراف زندگی میکند، یا این که دوستان مشترک دارند، یا با عین جامعه نژادی، قومی و یا دینی وابسته اند.
- در صورت قطع ارتباط، جهت بقای خود منابع ندارد. جای بود و باش، دسترسی به پول، ترانسپورت ندارد بالخصوص اگر در یک ساحه جدا زندگی میکند. ممکن به عاید پارتنر خود انحصار داشته باشد. اگر کدام معلولیت داشته باشد به کمک ازار دهنده نیاز دارد.

بسیار مهم است که به وی از سبب عدم ترک احساس غلطی داده نشود. این سبب میشود که احساس کمتری وی را تشدید نماید.

ترک کردن یک پارتنر ازار دهنده بعضی اوقات خطرناک میباشد. ازار بعد از ترک ادامه پیدا میکند و یا تشدید میشود. با وی کمک کنید تا وضعیت را بفهمد، تصمیم بگیرد که چی کرده میتواند و این که در باره مصونیت خود فکر کند که یا تصمیم ماندن را بگیرد یا ترک کردن را.

وی را تشویق نماید تا جهت مصونیت خود به خدمات صحی جامعه تماس نماید. این به شکل محرمانه میباشد.

شما میتونید جهت اخذ مشوره مسلکی برای شخص قربانی خشونت تماس بگیرید.

وقتیکه به دوست خود گفتیم وی ما را ازار داد، گفت این از دست خودت است. مثل که این کوتاهی ما بود. این ما را یک احساس بد داد. وی نداست چقدر فشار بالای من وارد کرد تا پس بگردانیم، گفت ما را دوست دارد و از زندگی بدون من و اطفال به خودکشی ترجیح میدهد.

من بسیار احساس پشیمانی کردیم. من فکر کردیم که برای اطفال داشتن پدر چقدر مهم است. این تمام یک بهانه بود تا من پس بیایم. وقتیکه پس پیش شوهر خود رفتیم، دوست من با ما قطع صحبت نمود و گفت که من احمق هستیم.

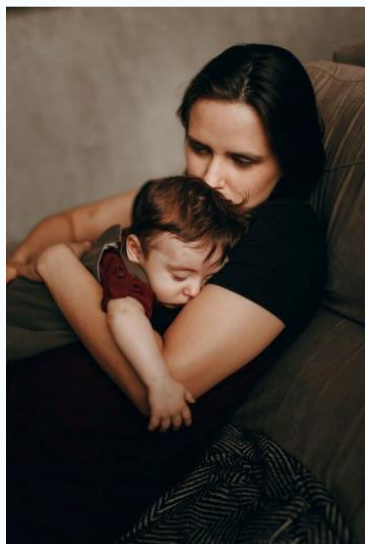
من خیلی ناراحت شدیم چون وی یگانه دوست ما در استرالیا بود و من واقعا به یک شخص ضرورت داشتیم تا با وی صحبت کنیم و به ما کمک کند تا بفهمیم که شوهرم با ما سلوک بد میکند. — اشاری

### آیا من در موضوع دخیل شویم؟

زیادتر مردم فکر میکنند اگر در موضوع دخالت کند این شاید یک مداخله باشد و این یک موضوع شخصی میباشد. اما این هم قابل تشویق است که یک شخص هدف ازار قرار میگیرد و شما خاموش هستید. کمک شما میتواند تغییر بیاورد. این شاید برای شما باعث خجالت شود که شما قصد کمک را دارید اما وی کمک شما را رد میکند و میگوید که شک شما نا درست است.

اما اگر شما به شکل محتاطانه تعامل کنید و انتقادی نباشید، اکثر مردم در مقابل تشویش شما جهت بهبودی آنان سپاسگذاری میکنند، باوجود آن که در باره وضعیت خود صحبت نمیکنند. این ممکن نیست که در نتیجه اظهار تشویش شما وضعیت بدتر شود.

### به یک زن قربانی ازار چه قسم رسیدگی کنیم؟



به دوست و یا خویش خود که مورد قربانی ازار قرار گرفته است به شکل مناسب رسیدگی کنید و تشویش خود را اظهار نمایید. بگوید که شما در باره وی تشویش دارید و سبب تویش خود را توضیح دهید. مثلا: من در باره شما تشویش دارم زیرا در این روزها خیلی غمگین بنظر میاید.

اگر حالت دفاعی را اختیار نمود و یا هم کمک شما را رد کرد متحیر نباشید. شاید نمیخواهد با شریک ساختن موضوع ازار باعث تشویش شما شود.

شاید تا حال قبول نکرده که مورد ازار قرار گرفته است یا از صحبت کردن در باره وضعیت خود خجالت میشود و یا هم میترسد. شاید بعد از مورد ازار قرار گرفتن بالای هیچ کس اعتماد کرده نمیتواند.

شخص قربانی را با صحبت کردن مجبور نکنید اگر احساس راحت نمیکند اما برایش اطمینان دهید که در صورت نیاز میتواند با شما صحبت کند. صبر کنید و منتظر باشید وقتی که بخواهد در باره اذیت با شما صحبت کند.

### جهت کمک چه کرده میتوانیم؟

مهمتر این است که شما بدون قضاوت گوش دهید، به تصامیم وی احترام کنید و با وی در تلاش راه های قوی شدن و مصون شدن کمک کنید.

ضرور نیست تا شما به شکل کلی کمک کننده باشید. چیزی که شما باید بکنید وقت خود را بدهید، صمیمی باشید و قضاوت نکنید. جانیک



#### ● به گفته های وی گوش دهید

● **به گفته های وی باور کنید:** شاید بسیار به مشکل با شما صحبت نموده است. اکثر مردم ازار و اذیت را پنهان میکند. شاید شما باور نکنید شخصیکه شما میشناسید اذیت دهنده است. اما شخص اذیت دهنده به شما چهره متفاوت را نشان میدهد نسبت به چهره که اذیت گیرنده میبیند.

● **اذیت را جدی بگیرید.** اذیت هم به شکل فزینی و هم به شکل عاطفی زیان آورمیشد. خطر را کم فکر نکنید.

● **در مورد شناسایی اذیت با وی کمک کنید.** و فکر کنید که اذیت چه قسم وی و اطفال شان را متاثر میسازد.

● **بگوید که با صحبت کردن در باره اذیت و باوجود اذیت به زندگی خود ادامه دادن شما وی را دلیر فکر میکنند.**

● **با وی در ایجاد خود اعتمادی کمک کنید.**

● **با وی کمک کنید تا باور کند که اذیت از سبب خطای وی نیست** و اینکه هیچ کس در هیچ صورت مستحق اذیت نیست. باید بفهمد که شما فکر میکنید روش پارتتر وی نادرست است. مثلا، هیچ کس حتی شوهر شما حق ندارد که با شما رفتار بد کند.

● **در زمینه محافظت خود با وی کمک کنید.** شما گفته میتوانید: **ما در باره چیزی که پارتتر شما با شما و اطفال تان کرده میتواند ترس داریم. و یا ما از بدتر شدن وضعیت تشویش داریم.** با وی صحبت نماید که در باره محافظت بهتر خود چه فکر میکند.

● **با وی کمک کنید تا فکر کند چه کرده میتوانید** و ببینید شما در این زمینه چه همکاری کرده میتوانید.

● **کمک عملی را پیشکش نماید.** مثلا نگهداری اطفال برای چند وقت، آماده ساختن غذا، ارایه یک محل مصون برای بود و باش، ترانسپورت.

- **حق تصمیم گیری وی را احترام کنید، اگرچه شما با وی موافق نیستید.** با ارزشهای کلتوری و دینی و عقاید وی احترام بگذارید.
- **با وی تماس منظم داشته باشید.** فرصت صحبت کردن با یک دوست و یا خویش حمایه کننده بسیار مهم است.
- **در باره خدمات موجود معلومات دهید.** یادآوری کنید که در صورت درخواست خدمات، به شکل محرمانه میتواند از خدمات استفاده نماید و اگر خود شان نخواهد هیچ وقت به ترک مجبور نمیشود.
- **بعد از ترک رابطه با همسرش، با وی به کمک خود را ادامه دهید.** شاید جهت آغاز زندگی نو و بازگیری از اذیت به کمک عملی و تشویق نیاز داشته باشد. میتواند مشاورت بگیرد و یا هم با یک گروه حمایوی وصل شود. (از طریق ادارات حمایوی که در لست موجود است)

چیزیکه زیاد کمک کننده است این است که یک دوست و یا خویش اطفال را برای یک مدت نگهداری نماید. من به یک مدت نیاز داشتیم تا در عدم موجودیت اطفال فکر کنیم او احساسات خود را کنترل کنیم. سوریا

### کدام سوالات کرده میتوانیم و چه گفته میتوانیم؟

این محض چند نظریات است. مهم است که تنها چیزی بگویند که شما باور دارید و از کلمات خود استفاده کنید.

- رفتار پارتنر تان با شما نادرست است
- شما را چه قسم کمک کرده میتوانیم
- چه فکر میکنید که سلوک پارتنر شما بالای شما چه تاثیرات گذاشته است
- چه فکر میکنید که سلوک پارتنر شما بالای اطفال شما چه تاثیرات گذاشته است
- ما در باره چیزی که پارتنر شما با شما و اطفال تان کرده میتواند ترس داریم
- شما چه فکر میکنید که چه باید کرد؟
- در صورت ترک پارتنر از چه ترس دارید؟
- در صورت ماندن با پارتنر از چه ترس دارید؟

### چیزیکه باید انجام نشود....

وقتیکه با یک شخص قربانی خشونت صحبت میکنید بعضی چیزهای کمک کننده نمیشود و یا باعث عدم اعتماد بالای شما میشود.

در ذیل چند موارد است که قربانیان خشونت حکایت نموده است که کمک نمیکند:

- برای اذیت وی را مقصر نگردانید و یا این قسم سوالات نکنید مثلا چه کرده اید که مورد اذیت قرار گرفتید؟ یا چرا تحمل میکنید؟ یا چه قسم تا حال پارتنر خود را دوست دارید؟ این قسم سوالات نشان میدهد که شخص قربانی اذیت به گونه مقصر است.
- کوشش نه کنید که اسباب اذیت را دریافت نماید. بالای حمایت شخص اذیت شونده توجه نماید.
- در صورتیکه وی هنوز هم پارتنر خود را دوست دارد و یا پس از ترک دوباره به وی مراجعه نموده است، هیچگاه انتقاد آمیز نباشید. ترک کردن پارتنر اذیت دهنده وقتگیر میباشد و حمایت شما نهایت مهم است.
- بالای پارتنر وی انتقاد نکنید. سلوک اذیت دهنده را مورد انتقاد قرار دهید و وی را بفهمانید که هیچ کس حق اذیت دادن را ندارد. ( مثلا بگوید، پارتنر شما نباید با شما این قسم سلوک کند). انتقاد بالای پارتنر وی سبب میشود که از وی دفاع کند.
- مشوره ندهید یا نگویید که شما چه خواهید کرد. این سبب کاهش خود اعتمادی جهت اخذ تصامیم میشود. گوش کنید و به وی معلومات دهید، نه مشوره.
- به ترک کردن پارتنر مجبور نسازید و نه هم کوشش کنید تا از جانب وی تصمیم اخذ نماید. جهت اخذ تصامیم خود وی را کمک کنید. وی وضعیت خود را بهتر میداند.

## از کجا میتوانیم حمایت مسلکی را حاصل نمایم

## کمک جهت افزایش مصونیت

در هر دو صوتیکه هنوز ارتباط وی قائم است و یا هم جدا شده است، مهم این است که چگونه وی را از اذیت بیشتر محافظت نمایم. جهت معلومات در مورد حقوق و مصونیت وی مهم است تا جزییات سازمان های حمایت کننده برای محافظت خود شان و اطفال وی ارایه گردد. لست این سازمان ها در اخر این سند میباشد. اگر نمیتواند خود درخواست نماید، شما سازمان حمایت کننده را اطلاع دهید.

یک کلمه شغری یا سگنال را مشخص نماید تا در صورت نیاز به کمک از این استفاده صورت گیرد. (به اشارات دستی در این ویب سایت مراجعه نماید: [www.rotarysafefamilies.org.au](http://www.rotarysafefamilies.org.au))

حرکت دست در دو مرحله، کف دست را به طرف پیش روی کنید، شست را قاط نماید و بعدا چهار انگشت دیگر را قاط نموده شست را با انگشتها احاطه نماید.



صورت

در

## مشاهده و یا شنیدن صدای خشونت فزیکي و یا هم تهدیدات چه باید کرد؟

اگر فکر میکنید که خطر فزیکي فوری موجود است و اینکه وی و اطفال شان ممکن آسیب ببینند، فی الفور به شماره پولیس **000** زنگ بزنید.

وی را ترغیب نماید تا جهت حصول حمایت به یکی از سازمان های مسلکی که در لست ذکر است تماس نماید. اگر خودشان تلفون نکند، شما باید برای حمایت وی به سازمان متذکره تلفون کنید.

**نوت:** اکثر مردم از دخیل ساختن پولیس در قضیه ترس دارند، بالخصوص کسانی که لسان شان انگلیسی نیستند و یا از جامعه های اقلیتی میباشند و تجربه بد قبلی را دارند. شما باید با یک اداره خدمات ضد خشونت تماس بگیرید و جهت کمک طالب رهنمایی شوید.

**به یاد داشته باشید، اگر فکر میکنید که خطر فزیکي فوری موجود است و اینکه وی و اطفال شان ممکن آسیب ببینند، فی الفور به شماره پولیس 000 زنگ بزنید.**

**مواظبت از خود** حمایت یک دوست و یا خویش که مورد اذیت قرار گرفته است باعث پریشانی و فشار روانی میشود. شما نیاز دارید که مواظب خود باشید و در صورت نیاز خواستار کمک شوید.

**احساس نا امیدی و عصبانیت از سبب عدم ترک ارتباط وی با پارتنر خود** به یاد داشته باشید که اظهار نا امیدی و مایوسی شما با وی کمک نخواهد کرد ولی وضعیت را بیشتر خراب میسازد.

**احساس ترس و ناتوانی** برای خود تان کمک حاصل نماید. با دوستان دیگر صحبت نماید و یا هم جهت معلومات بیشتر با خدمات مراجعه نماید.

**احساس برای کمک که از توانایی شما بیشتر باشد** در مورد اندازه و نوع کمک که شما ارایه می‌توانید راستگو باشید. به یاد داشته باشید که شما مسئول اذیت نیستید و شما نمی‌توانید وی را نجات دهید.



**شما مسلکی نیستید لذا باید کوشش نکنید تا مشکل را حل کنید.**

محتاط باشید. خود را در یک وضعیت قرار ندهید تا شخص اذیت دهنده به شما ضرر برساند. وقتیکه یک شخص را در جریان حمله مشاهده نماید، کوشش نکنید که مستقیماً مداخله نماید بلکه به پولیس زنگ بزنید.

اگر شخص اذیت دهند از دوستان و خویشان شما است، شما به مشکل دچار میشوید.

### خدمات کمک کننده

در وکتوریا و ایالات دیگر، خدمات تلفونی ۲۴ ساعته برای بحران موجود میباشد، همچنان خدمات محلی برای خشونت خانوادگی موجود میباشد که برای دریافت محل سکونت مصون و حصول کمک حقوقی و مالی معلومات و حمایت عملی فراهم میسازند.



شما می‌توانید به این خدمات زنگ بزنید و یا هم شماره های شان را با دوستان و اعضای فامیل شریک نمایید.

### در صورت ایمرجنسی همیشه شماره 000

**In Touch:** مرکز کثیرالکلتوری علیه خشونت فامیلی این یک سازمان سرتاسری است که در خدمات، برنامه ها و واکنش ضد خشونت فامیلی در جوامع مهاجرین تخصص دارد. شما می‌توانید با In Touch با شماره 1800 755 988 در تماس شوید.

**خدمات خانم های مهاجر (IWSS):** این اداره خدمات خود را به شکل حضوری و یا هم توسط تلفون ارایه میکند. یک نماینده گزینه های شما را بحث میکند و جهت صحت با شما زمان را تنظیم مینماید. اگر شما در یک وضعیت بحران هستید و به کمک فوری نیاز دارید، این اداره از ۹ قبل از ظهر تا ۴ بعد از ظهر از دوشنبه الی جمعه موجود میباشد. شماره تماس: (07) 38463490

**Safe Steps (خدمات خشونت بحرانی خانوادگی برای خانمها):** خدمات ۲۴ ساعته تلفونی جهت مشوره دهی، معلومات، ارجاع و حمایت حالت بحرانی برای زنانیکه مورد خشونت خانوادگی قرار میگیرند.

شماره تماس: 1800 015 188 [www.safesteps.org.au](http://www.safesteps.org.au)

**Lifeline Australia:** خدمات مشوره دهی ۲۴ ساعته به هر کسیکه در استرالیا میباشد. شما می‌توانید در باره هر مشکل بزرگ و کوچک صحبت نمایید. تماس: 13 11 14 [www.lifeline.org.au](http://www.lifeline.org.au)

**1800 RESPECT:** خدمات ۲۴ ساعته مشوره دهی و کمک برای کسانیکه مورد حمله جنسی و خشونت فامیل قرار میگیرند.

تماس: 1800 737 732 [www.1800respect.org.au](http://www.1800respect.org.au)

**Women's Support Line** توسط شرکت معلومات و تبادل ارجاع برای زنان کار میکند. شما میتوانید به شکل رایگان، محرمانه و در سرتاسره کشور به شماره 1800811811 تماس بگیرید (۹ قبل از ظهر الی ۵ بعد از ظهر، دوشنبه الی جمعه).

شما نیز میتوانید ایمیل ارسال نمایید [inforequests@wire.org.au](mailto:inforequests@wire.org.au)

**Kids Helpline** خط تماس کمک اطفال بطور ۲۴ ساعت در تمام هفته توسط تلفون به شکل آنلاین مشوره دهی شخصی و محرم را برای اطفال، نوجوانان، والدین و مراقبت کنندگان ارائه میکند. شماره رایگان: 1800551800

ایمیل: [counsellor@kidshelpline.com.au](mailto:counsellor@kidshelpline.com.au) مشوره دهی توسط وب چت نیز موجود میباشد

**Australian Childhood Foundation** مشوره دهی برای اطفال و جوانان که مورد خشونت قرار گرفته اند.

تماس: 1300 381 581 ایمیل: [info@childhood.org](mailto:info@childhood.org) وبسایت: [www.childhood.org.au](http://www.childhood.org.au)

**Men's Referral Service** خدمات ارجاع آقایان مشوره دهی، معلومات و خدمات ارجاع را بشکل مخفی و محرمانه از طریق شماره تماس 1300 766 491 برای اشخاص ذیل ارائه میکند.

- آقایان که با پارتنر خود و یا عضو فامیل خود برخورد خشونت آمیز میکند
- آقایان که توسط پارتنر و یا عضو فامیل مورد خشونت قرار گرفته باشد.
- خانمها که میخواهند در باره خشونت فامیلی توسط مردها معلومات حاصل نمایند.
- دوستان، اعضای فامیل و یا همکاران اشخاصیکه از خشونت فامیلی کار میگیرند.

**MensLine** خدمات حمایتی آنلاین برای آقایان که مشکلات فامیلی و ارتباطی دارند.

مشوره دهی توسط ویدیو نیز ارائه میکند. 1300 78 99 78

#### **Victims Support Agency – Men**

اداره حمایتی قربانیان برای کمک با آقایان کمک ارائه میکند که مورد خشونت فامیلی و یا هم جرایم خشونتی قرار گرفته اند. این اداره قربانیان را در زمینه پروسه های حقوقی و قانونی رهنمایی میکند و کمک میکند تا تاثیرات جرایم را توسط کمک عملی و مشوره دهی کنترل نماید.

تماس تلفونی: 1800 819 817 پیام کتبی: 0427 767 891 (8:00 am الی 11:00 pm ، در تمام هفته)

**Centres Against Sexual Assault** این سازمان های سری، غیر انتفاعی و دولتی میباشد که برای زنان، اطفال و مردانیکه قربانی خشونت جنسی گردیده اند کمک ارائه میکند. خط کمک 1800 806 292 ، به شکل ۲۴ ساعته در تمام هفته.

ایمیل: [ahcasa@thewomens.org.au](mailto:ahcasa@thewomens.org.au)

**Relationships Australia** گروه های کمک کننده و مشوره دهنده در مورد روابط فامیلی، برای پارتنر های خشونت کننده و خشونت شونده. تماس: 1300 364 277 [www.relationships.com.au](http://www.relationships.com.au)

#### **National Disability Abuse and Neglect Hotline**

یک خط مستقیم برای گزارشدهی خشونت و غفلت در مورد اشخاص معلول. تماس: 1800 880 052

#### **Translating & Interpreting Service** خدمات ترجمه

به شماره مستقیم 131 450 تماس نماید و از طریق تلفون و یا هم حضوری خدمات ترجمان در لسان خود را حاصل نماید.

خدمات فوری ترجمانی به طور ۲۴ ساعته در تمام روز های سال موجود میباشد. تماس: 131 450