کوم یو انتخابوئ؟

(1)

(2)

هغه سرچينې چې په آنټاريو کې مرسته کولی شي

د اونټاريو د حقوقي مرستو څانګه
دلته د کورني تاوتريخوالي قربانيان، د مهاجرت دريځ په پام کې نيولو پرته، کولای شي وړيا حقوقي مشورې د 2 ساعتونو په جريان کې تر لاسه کړي:
1-800-668-8258
legalaid.on.ca

ستاسي قانوني حقونه
دا د ناوړه ژوند سره د ښځو لپاره يو آنلاين لارښود دی چې د هغوی قانوني حقوق په کې تشريح شوي
cleo.on.ca/en/publications/handbook

تر بريد لاندې راغليو ښځو مرستندويه تيلفونی کرښه د بحران په وخت کی ۲۴ ساعته په ۲۰۰ ژبو
1-866-863-0511
کاڼه/داوريدو ستونځی
1-866-863-7868
awhl.org

د جنسي تيري / کورني تشدد د درملنې مرکزونه
تاسو ته نژدې د يوه مرکز موندل
satcontario.com/en/locate_centre.php

يو سر پناه پيدا کړئ د
سر پناه خوندي ويب پاڼه
sheltersafe.ca
انتقالي کور پاڼه 211
211ontario.ca/211-topics/housing/ transitional-housing

د خونديتوب پلانجوړونه
د خونديتوب پلان يو داسې قالب پيدا کړئ چې تاسي يی چاپ کړئ او ګټه ترې واخلئ
immigrantandrefugeenff.ca/need-help/safety-planning

د جنسي تيريو د ملاتړ مرکزونه
تاسو ته نژدې د يوه مرکز موندل:
sexualassaultsupport.ca/support

د نورو سرچينو موندل او زده کړئ څنګه مرسته وکړئ
د مهاجرو او کډوالو ټولنو ته لاړ شئ
د ګاونډيانو، دوستانو او کورنی د کمپاين - ويب پاڼه
immigrantandrefugeenff.ca

د ژباړن خدمات
هغو مشتريانو ته ژباړونکي خپل خدمات وړاندې کوي چې د کورني تشدد، جنسي تاوتريخوالي او يا د قاچاق قربانيان ګرځيدلې
وي، په ۷۰ ژبو مفاهمه (په شمول د ASL)
languageinterpreters.on.ca

Neighbours, Friends & Families
Immigrant & Refugee Communities

OCASI
Ontario Council of Agencies Serving Immigrants

(1) دا بې خطره او روغه مینه ده

(2) دا جنسي تاوتریخوالی دی

جنسي تاوتریخوالی څه ته وایي؟

جنسي تاوتریخوالی هر نوع جنسي فعالیت دی چې تاسي ورسره موافقه (رضا) ونه لری
که څوک مو مجبور کړي پرته ستاسي له رضایته په جنسي کړنو کې برخه واخلئ جنسي تیری بلل کیږي
که تاسي واده هم کړی وي، شریک مو مکلف دی چې له تاسي سره د هر یو جنسي نږدیوالي تر مخه ستاسو رضایت ترلاسه کړي. په کاناډا کې په واده کې دننه جنسي تیری قانوناً منع دی

هر ډول ناوړه چلند /تیری ، هیڅکله د منلو وړ نه دی

تېری کولای شي جسماني، جنسي، لفظي، عاطفي، مالي، رواني، او یا معنوي وي. دا کیدای شي مخامخ تنګول وي او یا خو ستاسو د تعقیبولو په موخه د ټکنالوجی کارول وي. هغه به ستاسو د ګوښه کولو هڅې وي او یا خو له تاسو سره کنټرول کووونکی چلند وي. ممکن د کورنی نور غړي هم د تیري او ناوړه چلند په بهیر کې ورګډ شي

که تا سو د ناوړه چلند سره ژوند مخ ته بیا یست ، دا ستاسو ګناه نه ده. تا سی یوازی نه یاست.
ستا سو د ملاتړی د پاره ددی کارت شا ته معلومات ذکر شوی دی ګټه تری نه واخلی.

زه څنګه پوهیدلی شم چې زما کوم ګاونډی، ملګرې، د کورنۍ غړی له ناوړه چلند سره ژوند تیروي؟

آیا ستاسي ملګرې...
خواشیني او بې نشاطه ښکاري؟
کله چې میره یې نږدې وي، نو داسي ښکاري چې له خبرو کولو څخه ویره لري؟
د ملاقات وعدې لغوه کوي او له تاسو نه ډډه کوي؟
خپل د میره د چلند له امله معافي غواړي او یا خو د هغه له کړه وړو څخه دفاع کوي؟
له حده زیات خپل د نارو غتیا احوال ورکوي؟
هڅه کوي پر داغونو پرده واچوي؟
د ژوند ناخوالو سره د مقابلې په خاطر له ډیرو الکولو او یا نشه یي توکو څخه استفاده کوي؟

آیا ستاسو د ملګرې شریک...
داسي چلند لري لکه چې دا د هغه ملکیت وي؟
کله چې هغوی یو ځای وي نو ټولې خبرې اترې په یوائې ځان کوي؟
هغې ته سپکاوی کوي؟
وایي چې دی قرباني دی او د خپل خپګان ځرګندوني کوي؟
ځان د نورو په وړاندې مافوق ګڼي؟
هڅه کوي ستا ملګرې له تانه لیرې وساتي؟
خپل د ځان نه یو مثبت انځور د ښودلو له پاره درواغ وایي؟

که تاسو ته د ناوړه چلند دغه د خبرداری نښې مالومې شوې:

نو ورته خیر شئ• د خبرداری نښې له پامه مه غورځوئ

نوم یې واخلئ• که تاسو ته په کې خطر نه وي، خپلې ملګرې ته وواياست چې تاسو سره د څه شي اندیښنه ده

امتحان یې کړه• هغې ته د هغو مراجعو پته ورکړه چیرې چې هغه مرسته ترلاسه کولی شي (لکه د دې کارت تر شا چې په نښه شوي)

که چیرې هغې پریکړه کړې وي چې خپل میره خوشې کړي، نو هغه وهڅوئ چې د خوندیتوب یو پلان ولري، ځکه د ناوړه چلند له ژوندانه څخه راوتل کیدای شي له خطره ډک یو اقدام وي