

کدام سازمان‌ها می‌توانند به من کمک کنند؟

Veilig Thuis - برای مشاوره و حمایت در مورد خشونت خانگی یا کودک آزاری

- وب سایت: veiligthuis.nl
- تلفن: 0800 - 2000

مرکز خشونت جنسی - برای کسانی که خشونت جنسی را تجربه نموده اند

- وب سایت: centrumseksueelgeweld.nl (به هلندی و انگلیسی)

تلفن: 0800 - 0188 (رایگان و ناشناس)

Slachtofferhulp Nederland - برای تجربیات با انواع از خشونت

- وب سایت: slachtofferhulp.nl (به هلندی و انگلیسی) یا verbreekdestilte.nl

تلفن: 0900 - 0101 یا 088 - 746 00 00 (ناشناس)

Dokters van de Wereld - برای سوالاتی در مورد سلامتی و صحت شما (از جمله خشونت جنسی یا

جنسیتی) یا برای راهنمایی در یافتن مراقبت مناسب در هلند

- وب سایت: doktersvandewereld.org (به زبان هلندی و انگلیسی)

تلفن: 06-30261611

Zanzu - برای معلومات به زبان شما

- وب سایت: zanzu.nl

درباره ما

پروژه SAMEN خشونت جنسی و جنسیتی را در جوامع مهاجر مورد بحث قرار می‌دهد و تازه واردان را برای دریافت کمک مناسب در هلند راهنمایی می‌کند. اطلاعات بیشتر در مورد پروژه SAMEN را می‌توانید با اسکن نمودن کد QR زیر پیدا کنید.



SAMEN در آمستردام (Amsterdam)، آرnhem (Arnhem)، دن هاگ (Den Haag)، نایمخن (Nijmegen)، اوترخت (Utrecht) و روتردام (Rotterdam) از 01-09-2022 تا 31-08-2024 فعالیت می‌کند.



معلومات در مورد خشونت جنسی و جنسیتی (SGGG)



Co-funded by the European Union



Ministry of Education, Culture and Science of the Netherlands



برای مشاهده آنلاین این آدرس ها، کد QR را اسکن کنید

شما چه کاری می توانید انجام دهید؟

صحبت کردن در مورد خشونت دشوار است، اما این می تواند کمک کند.

سازمان‌های زیادی در هلند وجود دارند که به افرادی که خشونت جنسی (SGGG) را تجربه کرده‌اند، حمایت و مراقبت ارائه می‌کنند. آنها به داستان شما گوش می‌دهند، می‌توانند راهنمایی کنند یا شما را به یک ارائه دهنده مراقبت‌های صحت‌راهنمایی کنند. فردی ارائه دهنده مراقبت اجازه ندارد که داستان شما را بدون اجازه شما با دیگران به اشتراک بگذارد.

هر کسی می‌تواند کمک بخواهد. فرقی نمی‌کند که جنسیت شما چیست، چه کسی را دوست دارید، از کجا آمده‌اید، دین شما چیست و آیا بیمه صحتی دارید یا خیر.

حتی اگر خشونت مدت‌ها پیش رخ داده باشد، می‌توانید کمک بخواهید.



به یاد آوردن!

هر کسی می‌تواند قربانی خشونت جنسی (SGGG) شود.

خشونت جنسی (SGGG) هرگز تقصیر شخص قربانی نیست.

خشونت جنسی (SGGG) همیشه غیرقابل قبول است. شما همیشه می‌توانید درخواست کمک کنید.



عواقب آن چیست؟

خشونت می‌تواند تأثیر به‌سزایی بر احساس دیگران داشته باشد. عواقب آن را می‌توان بلافاصله پس از خشونت احساس کرد و برای مدت طولانی ادامه خواهد داشت. هرکسی بصورت متفاوت نسبت به خشونت واکنش نشان می‌دهد، اما چند نمونه از عواقب آن عبارتند از:

- ① احساس گناه
- ① شرم
- ① ترس
- ① خشم
- ① افسردگی
- ① غمگینی
- ① تنهایی
- ① مشکلات تمرکز
- ① مشکلات خواب
- ① درد
- ① دوباره تجربه کردن
- ① مسائل مربوط به اعتماد

شما همیشه می‌توانید درخواست کمک کنید، حتی اگر خشونت مدت‌ها پیش رخ داده باشد.

خشونت جنسی و جنسیتی (SGGG) چیست؟

خشونت جنسی و جنسیتی اصطلاحی برای انواع مختلف خشونت که اغلب رخ می‌دهد، می‌باشد. خشونت جنسی شامل تمام اعمال جنسی است که فرد بدون رضایت دو جانبه مجبور به انجام دادن یا دیدن می‌شود.

خشونت مبتنی بر جنسیت خشونت علیه افراد بر اساس جنسیت، هویت جنسیتی، بیان جنسیتی یا گرایش جنسی است. به عبارت دیگر، خشونت بر اساس اینکه یک فرد چه کسی می‌باشد، است.

این نوع خشونت به اشکال مختلف رخ می‌دهد و می‌تواند به صورت آنلاین نیز صورت گیرد.

① فیزیکی: ضربه زدن، لگد زدن، کشیدن مو

① جنسی: اظهارات جنسی، حمله کردن، تجاوز

جنسی

① محرومیت از حقوق/خدمات: اجازه نداشتن برای

رفتن به داکتر، کار یا تحصیل

① مالی: استثمار مالی، مجبور ساختن به تحویل دادن

معاش خود

① روحی و روانی: سرزنش، تهدید، تحقیر

خشونت جنسی و جنسیتی ممکن است برای هر کسی اتفاق بیفتد، اما هرگز این تقصیر خود شما نیست!