چی دەکەی ئەگەر کاتێ شەڕ وتوندوتیژی لەماڵێ ڕووبدات

ئایا ئەمە دەزانی ؟

ئەگەر ئەو کەسانەی کە تۆ لە گەڵیان دەژی/ ئەگەر مێردت بێ، هاوڕێت بێ یان کەسوکارت بێ، توندوتیژیان لەگەڵت بەکارهێنا یان هەڕەشەیان لێکردی، ئەوە ژیان بەو شێوەیە ناچیتە سەر. ئەو جۆرە ژیانە بارو دۆخێکت بۆ دروست دەکا کە بەردەوام لە ترس و شپرزەیی و دڵەڕاوکێ دا بژێت.

ئامۆژگاري و یارمەتیدان

ئێمە پاڵپشتت دەکەین ، ڕوونکردنەوەت بۆ دەکەین و لەگەڵت دەبین، ئەگەر تۆ بتەوێ لە هاوسەرەکەت جیابیبەوە یان بتەوێ لەگەڵي بمێنیەوە.

بنکەي ئامۆژگاري ئافرەتان بنکەیەکي ئازاد و بێلایەنە بۆ ئافرەتان، ئێمە یارمەتي و بەدەنگي ئەو منداڵانەشەوە دێین کە لێدان و توندوتیژیان لەگەڵدا بەکاردەهێنرێ. ئامۆژگارییەکاني ئێمە بەبێ بەرامبەرە(بەلاشە) و بەنهێنیش دەمێننەوە. ئێمە لەسەرمانە کە نهێنیەکاني تۆ بۆ هیچ لایەنێک باس نەکەین.

ئەگەر تۆ زماني ئەڵماني نازانی، دەتوانی داوا لە کەس و کار و هاوڕێکانت بکەیت کە پەیوەندیمان پێوە بکەن و ئاگادارمان بکەنەوە، دەتوانی لەگەڵ ئەوانیش سەردانمان بکەی لە بنکەکەمان. ئێمە ئامادەین بۆ هەموو زمانێک وەرگێڕتان بۆ پەیدا بکەین.

ئافرەتاني پەنابەر کە کێشەي ئیقامە و مانەوەیان هەیە لەم وڵاتە، ئێمە دەتوانین بە هەموو شێوەیەک ئامۆژگاریان بکەین و پاڵپشتیان بکەین. لەکاتي پێویست ئێمە ئامادەین پێکەوە لەگەڵتان نەخشەی چۆنیەتی پاراستني خۆتان دابڕێژین.

خۆپاراستن و سەلامەتي

ئەگەر ئێوە لە ماڵەوە لێدەدرێن، ئەوە دەتوانن پۆلیس ئاگادار بکەنەوە بە ژمارەی ١١٠ بۆ ئەوەی یەکسەر لە تونودوتیژی بپارێزرێی. پۆلیس بۆی دەکرێ ئەو کەسەي کە لێتدەدا یەکسەر لە ماڵەکەت دەربکا و لێتی دوور بخاتەوە. ئەوکەسە دەبێ کلیلي ماڵەکە بداتە دەستت و یەکسەر ماڵەکە بەجێبهێڵێ. ئەو کەسە بۆی نییە هەتا ١٤ ڕۆژ بگەڕێتەوە ماڵەکە.

ئەم ماوەیە بەکاربهێنە بۆ ئامۆژگاري و ووتوێژ!

ئێمە یارمەتیت دەدەین ئەگەر تۆ لە دادگا داواکارێکي خێرا داوابکەیت بۆ دابەشکردني ماڵەکە. هەروەها دەتواني داواي خۆپارێزی بکەیت، ئەوکاتە ئەوکەسەی تونودوتیژی بەکارهێناوە لەگەڵتا لێی قەدەغە دەکرێ کە پەیوەندیت پێوە بکا یان هەراسانت بکا یان نزیکت بکەوێتەوە. ئەگەر ئیقامەکەت بە هاوسەرەکەتەوە بەستراوەتەوە ئەوکاتە دەتواني ئیقامە بۆ خۆت داوا بکەیت.

تۆ مافي ئیقامەت تەنها بۆ خۆت هەیە ئەگەر هاتوو ٣ ساڵ بەسەر هاوسەریەکەت تێپەڕیبێت کە پێکەوە لە ئەلمانیا لە مالێ ژیابێتن و یان ئەگەر دایکی منداڵێکی ئەڵمانی بی و یان منداڵێکی ئەڵمانی دەهێنیتە دونیاوە.

ئەگەر ئەو ماوەی٣ ساڵەت تەواو نەکردبێ ئەوە بەرپرسانی کاروباری بیانی پێداچوونەوەی بەسەردا دەکەن و بریاری لەسەر دەدەن.

ئەگەر هاتوو لە هاوسەرەکەت جیابیتەوە ئەوە مافي دایکایتت دەمێنێ بۆ پەروەردەکردني منداڵەکانت و وەکوو هاوسەرەکەت، منداڵەکانت لە دەست ناچێ.

لە هەندێ بارودۆخی تایبەتیدا تۆ دەتوانی تەنها بۆ خۆت داوای پەروەردەکردن و بەرپرسایەتی(زۆرگە ڕێشت) بۆ منداڵەکان بکەیت.

تۆ مافت هەیە وەکوو هەموو ئافرەتانی ئەڵمان داوای پاڵپشتی دراوی(پارەی سوسیال) بۆ ژیاني خۆت و منداڵەکانت بکەیت بەبێ ئەوەی ترسي دەرکردنت هەبێ لەم وڵاتە.

ماڵي پاراستني ئافرەتان ومنداڵان

دوای ئەو ڕوونکردنەوانە لەبارەی مافەکانت خۆت بریار دەدەیت کە ئاخۆ پێویستیت بە پاراستنی خۆت هەیە لە ماڵي ئافرەتان. ئێمە ئامادەین کە لە مالي ئافرەتان شوێن بۆ تۆ و بۆ منداڵەکانت دیاربکەین هەتا تۆ و منداڵەکانت بتوانن ئارام بنەوە و بتوانن بۆ ژیانی داهاتوتان نەخشە بکێشن. بێجگە لەوەش ئێمە بەردەوام ئامادەین ئامۆژگاریتان بکەین بۆ پێویستیەکانی ژیان.

داواکردني یارمەتي لە ڕێي تەلەفۆنەوە

٢٤ سەعاتە لە هەموو ئەڵمانیا بە بێ بەرامبەر(بە بەلاش) دەتوانی لەڕێی تەلەفۆنەوە داوای یارمەتی بکەیت. بە زماني جیاواز دەتوانین زانیاریتان بدەینێ و ڕێنوێنیتان بکەین لەبارەي تونودوتیژی خێزانی. ژمارەی تەلەفۆنەکە بۆ هەموو ئەڵمانیا بریتیە لە (١١٦٠١٦ – ٠٨٠٠٠)

(08000-116016)

زانیاری پەڕەی

بەکارهێناني توندو تیژي سزاي هەیە، بۆیە بەئاسایي مەبینە وە چاوپۆشي لێمەکە!

بنکەي ڕاوێژکاري ئافرەتان هاوکاري ئافراتان دەکەن / فیلدەر / کۆمەلیکي تۆمارکراوە لەلاي دەولەت

شەقامی توبینگەر ژمارە ٧ لە ٧٠٧٩٤ فیلدەرشتات تەلەفۆن: ٤١٤ ٤٩ ٧٩ ٠٧٧١ فەکس: ٤٨٦ ٤٩ ٧٩ ٠٧٧١

Frauen helfen Frauen Filder e.V.

Beratungsstelle Frauen helfen Frauen Filder e.V.
Tübinger Str. 7 • 70794 Filderstadt
Fon: **0711-79 49 414**
e-mail: beratung@frauenhelfenfrauenfilder.de
www.frauenhelfenfrauenfilder.de

Gefördert durch die GlücksSpirale VON LOTTO