



خشونت خصوصی نیست. سکوت را بشکن.



یک سوم از جنایت ها در خانواده یا در یک
رابطه انجام می شود.

جرات داشته باش و کمک بگیر.

تو تنها نیستی.





خشونت خانگی به این معنی است که افراد توسط یک فرد در خانواده، در رابطه فعلی یا رابطه قبلی مورد خشونت و یا تهدید واقع می شوند.

خشونت انواع مختلفی دارد، مانند:

خشونت فیزیکی: ضربه زدن، هل دادن، تکان دادن، گاز گرفتن یا نگه داشته شدن

خشونت روانی: فحش دادن، تهدید، توهین یا ایجاد ترس

خشونت جنسی: مجبور کردن شخصی به انجام اعمال جنسی

خشونت اقتصادی: گرفتن پول یا ممنوع کار کردن

خشونت اجتماعی: حبس کردن شخصی یا ممنوعیت ملاقات با خانواده یا دوستان

خشونت خانگی قابل تحمل نیست و مجازات قانونی دارد.

از کجا میتوانید کمک بگیرید؟

پلیس:

کمک در مواقع اضطراری، شماره تلفن 117

کودکان و نوجوانان:

کمک های شبانه روزی در 147 (تلفن، واتساپ یا

ایمیل)، اطلاعات بیشتر در: www.147.ch

حمایت از قربانیان:

توصیه هایی برای افراد مورد خشونت واقع شده و

بستگان آنها. رایگان و محرمانه.

یا با شماره تلفن 081 257 31 50

، به صورت 24 ساعته و برای مشاوره کوتاه با شماره

تلفن 081 25 77 142

تماس حاصل فرمایید (از نوامب 2025).

پناهگاه زنان:

حفاظت از زنان و فرزندانشان. اطلاعات بیشتر در:

frauenhaus-graubuenden.ch و یا با شماره

081 252 38 02

مشاوره پرستاری پزشکی قانونی:

معاینه پزشکی و مستندسازی صدمات. رایگان و محرمانه.

اطلاعات و نوبت دهی یا با شماره 079 923 11 44

تماس بگیرید www.ksgr.ch/forensic-nursing

خدمات مشاوره به عاملان خشونت:

رایگان و محرمانه. اطلاعات بیشتر در:

www.gewaltberatungsstelle.gr.ch

و یا با شماره 079 544 38 63 تماس بگیرید.

شاهدان خشونت:

در صورت وجود خطر، بلافاصله با پلیس تماس بگیرید

(117). اطلاعات و مشاوره در

www.gr.ch/haeusliche-gewalt

شماره تلفن های ضروری

پناهگاه زنان

(24 ساعته) 081 252 38 02

ساعات مشاوره پرستاری قانون

079 923 11 44

forensicnursing@ksgr.ch

پلیس: 117 (24 ساعته)

آمبولانس: 144 (24 ساعته)

کودکان و نوجوانان

147 (24 ساعت)

حمایت از قربانیان

081 257 31 50 / 081 25 77 142 (24 ساعته از

نوامبر 2025) ماوی النساء فی غراوبوندن

بن اكدوك یارب رتش یب یاه ككمك و تامدخ

طی جم بن سم دارفا بن یدل او بن ادرم بن انز بن اوج

رد دین اوتیم ار ناصص ختم و یعامتجا

یدیامن دده اشرم ریز کنیل

www.gr.ch/haeusliche-gewalt