

Wewe una haki ya kujisikia usalama nyumbani



Vurugu za majumbani na familia hazikubaliwi nchini Australia. Bila kujali wewe ni nani na unatokea wapi, vurugu za nyumbani na familia zinaweza kuathiri mtu yeyote na zipo katika jamii.

Ikiwa unaishi na unyanyasaji, au kujihisi kuogopa nyumbani, siyo makosa yako. Wewe hauhitaji kujihisi kuwa na aibu au kuaibika.

Uhusiano wenye afya nzuri ni kuaminiana, kusaidiana pamoja na usalama. Hakuna mtu ambaye anatakiwa kuogopwa na mtu mwingine katika familia.

Msaada unapatikana. Ikiwa haujisikii salama ni sawa kuomba msaada. Wakati unahitaji msaada, wasiliana:

Dharura (Polisi na Gari la Wagojwa) Sufuri Tatu (000)

Ikiwa mmojawapo yuko katika hatari ya haraka.

Laini ya wanawake ya msaa (DVConnect) 24 1800 811 811

Msaada na ushauri wa siri kwa wanawake wanaopitia vurugu nyumbani.

Huduma ya Kusaidia Wanawake 07 3846 3490

Ushauri na usaidizi kwa wanawake ambao hawatokei asili ya kuzungumza Kiingereza.

Laini ya kusaidia Wanaume (DVConnect) 1800 600 636

Msaada wa siri kwa wanaume wanaopitia matatizo ya uhusiano pamoja na matatizo ya familia.

Lifeline 131 114

Msaada ikiwa wewe unapitia matatizo ya kibinafsi mda wowote wa siku yako au usiku.



Interpreter

Ili kupata mkalimani katika lugha yako piga **13 74 68**.

Tamaduni haiwezi kutumika kama msamaha wa kufanya vurugu za nyumbani na familia.

www.qld.gov.au/domesticviolence

Vurugu za nyumbani na familia hutokea wakati mtu mmoja katika uhusiano anapotumia nguvu zake kuweza kumiliki, kutukana au kuogopesha mtu mwingine. Inachukua aina mbalimbali na hasa hutokea katika uhusiano ndani ya familia au nyumbani.

Je mpenzi wako, ndugu wa familia au mtu ambaye anakutunza anatumia au kukutisha kwa njia yoyote ya unyanyasaji?

Unyanyasaji wa kifedha

- › kuchukua pesa unayoipata au unayostahili (pesa ya Centrelink)?
- › kushidwa kukupa pesa inayotosha ya kwako au mahitaji ya mtoto wako?
- › kukufuatilia au kusimamia kitu unachonunua?
- › kukuzuia kupata kazi?

Unyanyasaji wa kimwili

- › kusukuma, kupiga, kuweka mkono kwenye shingo lako, kupiga teke au kukutupia kitu?
- › kukuzuia wewe kupata matibabu au chakula cha kutosha au maji?

Unyanyasaji wa kijinsia

- › kulazimisha au kutia nguvu juu yako kufanya tendo la ngono wakati wewe hautaki kufanya (hata katika ndoa)?
- › kutishia kukuumiza kama hutaweza kufanya tendo la ngono?

Unyanyasaji wa maneno

- › kuapa au kutumia lugha mbaya juu yako?
- › kukutesa, kukupinga au kukutukana, hasa katika jamii?

Unyanyasaji wa kihisia na kisaikolojia

- › kukufanya wewe kujihisi kuwa hufai, kukuaibisha, huna msaada, kuteseka au kuogopa?
- › kutishia kukuumiza kimwili, watoto wako, ndugu wa familia au wanyama?
- › kushikilia pasipoti yako au kukutishia kukurudisha nje ya Australia?
- › kukutishia kukuacha au kuacha watoto wako?
- › kukupangia kitu cha kuvaa, kutazama na/ au kusoma?

Unyanyasaji wa kitamaduni na kiimani

- › kukuaibisha kwa utamaduni wako au imani au kuabudu kwako?
- › kukukataza wewe kutumia lugha yako na kwenda kwenye matukio ya kitamaduni au kidini?
- › kutumia imani ya kidini au kitamaduni kama kigezo cha kukuumiza au kukulazimisha wewe kufanya vitu ambavyo hutaki kufanya?
- › kukutishia ikiwa mahari haitalipwa?

Unyanyasaji wa kijamii

- › kukupangia sehemu ya kutembelea, mtu wa kuonana naye, au kukufungia kwenye nyumba au kukuzuia kuonana na familia yako au marafiki?
- › kusimamia watu wanokupigia na mawasiliano ya mtandao (k.v. Facebook, Instagram)?
- › kujisikia vibaya au wivu kama ukiongea na watu wengine?

Ikiwa mojawapo ya vitu hizi zinatokea kwako wewe, hii ni unyanyasaji wa nyumbani pamoja na familia.