

به انجمن ایالتی مراکز مشاوره زنان در شلسویگ-هولشتاین (LFSH) خوش آمدید. LFSH مدافع منافع زنان و دختران آسیب دیده از خشونت و همچنین حامی مراکز مشاوره زنان در شلسویگ-هولشتاین است. مراکز مشاوره، به زنان و دختران در شرایط دشوار زندگی - به ویژه در مورد خشونت - مشاوره و حمایت ارائه می‌دهند.

ما اعتقاد داریم، هر زنی حق برخورداری از یک زندگی عاری از خشونت را دارد.

خشونت علیه زنان و دختران می‌تواند اشکال مختلفی داشته باشد. برای مثال ممکن است جسمی، روحی-روانی و یا جنسی باشد. این خشونت همچنین می‌تواند از طریق کنترل مالی و تحمیل قطع ارتباطات اجتماعی زن، و یا از طریق جاسوسی دیجیتال و انتشار تصاویر محرمانه اعمال شود.

اگر تحت تاثیر خشونت قرار گرفتید یا مورد تهدید قرار گرفتید، مراکز مشاوره در کنار شما هستند. در لینک زیر، نمای کلی از مراکز مشاوره در شلسویگ-هولشتاین را خواهید دید. www.lfsh.de/beratungsstellen بقیه اطلاعات را در لینک به زبان آلمانی خواهید یافت.

در خارج از ساعات اداری مراکز مشاوره زنان می‌توانید با شماره سراسری "خشونت علیه زنان" تماس بگیرید: ۰۸۰۰۰۱۱۶۰۱۶. این سرویس به صورت شبانه روزی در دسترس است. مشاوره به زبان های زیادی از جمله دری/فارسی در دسترس است. اطلاعات بیشتر را می‌توانید در اینجا بیابید: www.hilfetelefon.de

هر زنی که خشونت را تجربه می‌کند، می‌تواند با مراکز مشاوره زنان تماس بگیرد!

فارغ از اینکه:

- آیا مدت کم یا زیادی است که خشونت را تجربه کرده، و یا حتی اگر خشونت در حال حاضر وجود ندارد.
- میزان اعمال خشونت چقدر بوده (چه کم و چه زیاد)
- چه قصد شکایت دارد و چه ندارد.

انجام مشاوره رایگان است، و می‌تواند در مرکز مشاوره، به صورت تلفنی یا آنلاین انجام شود. در صورت نیاز، حتی می‌توان یک مترجم را به صورت غیررسمی فراخواند (به صورت رایگان). بسیاری از مراکز مشاوره آنلاین، خدماتی به نام «به ما پیامک بده» ارائه می‌دهند، که با استفاده از آن، پیامک شما به صورت رمزگذاری شده به دستشان می‌رسد، و به این صورت هیچ شخص ثالثی قادر نخواهد بود به محتوای پیامک شما دسترسی پیدا کند.

مشاوره‌ها محرمانه، براساس وکالت از منافع شما و البته داوطلبانه هستند. این بدان معناست که: مشاوران و مترجمان موظف به محرمانه نگهداشتن اطلاعات شما هستند. این فقط شما باید که تصمیم می‌گیرید کدام اطلاعات را می‌خواهید انتقال دهید. مشاوران نگرانی‌های شما را کاملاً جدی می‌گیرند و حرف‌هایتان را باور می‌کنند. تصمیم‌گیرنده شما هستید، و هیچ اقدامی برخلاف میل شما انجام نمی‌شود. همچنین با اطلاع مرکز مشاوره، یک فرد مورد اعتماد به انتخاب خودتان نیز می‌تواند شما را همراهی کند.

در جلسات مشاوره فقط اقداماتی انجام می‌شود که شما تمایل دارید.

- این شما باید که تصمیم می‌گیرید چه چیزی را و تا چه حد می‌خواهید توضیح دهید.
- ما آماده‌ایم درباره‌ی ترس‌ها و نگرانی‌هایتان با شما صحبت کنیم.

- ما می‌توانیم به شما در مواجهه شدن با شرایط بحرانی و برخورد با پیامدهای ناشی از خشونت کمک کنیم.
- همچنین به شما در مورد تغییرات شکل خشونت، اقدامات برای محافظت از خود، و گزینه‌های رفتاری اطلاعات می‌دهیم.
- در صورت تمایل‌تان، همچنین می‌توانیم شما را در اداره‌ی پلیس، دفاتر حقوقی یا در جلسات دادگاه همراهی کنیم.
- در مورد کمک‌های بیشتر به شما اطلاعات دهیم.

نه تنها خود فرد خشونت‌دیده، بلکه شاغلینی که با وی تماس دارند و همچنین وابستگان شخص مورد خشونت نیز می‌توانند به مراکز مشاوره مراجعه کنند.