

# ንግዥም ነቶም ደገፍን ምክርን ትደልዩ

ንሰኙም ዲኹም ወይስ ቀረባ ዘመድ እዩ ንሰግኡታት ጎንጽ ወይ ጭቆና ዝቃላዕ ዘሎ? ድሉው ሓገዝ ኣሎ። ኣብ ናይ ሓገዝ መስመር ክትድውሉ ትኽእሉ ወይ ምሳና ክተዕሉሉ ትኽእሉ። ሓገዝን ምክርን ሓበሬታን ክትውሃቡ ኢኹም።

- ንሕና ብዙሕ ዝተፈለለዩ ቋንቋታት ንዛረብ ኢና።
- ንሕና ምሉእ ምስጢር ምዕቃብ ንህብ።
- ስምኩም ክዕቀብልኩም ይኽእል እዩ።
- ተለፎናት ናጻ እዮም ኣብ ናትኩም ናይ ቴለፎን ቢል ድማ ኣይክርኣዩን እዮም።

ክትድውሉልና ክልኹም እንታይ እዩ ዝኸውን?

ክትድውሉልና ክልኹም ንሰኙም ኢኹም ትውሰኑ፡ እዚ ድማ ብመሰረት እንታይ ትደልዩ ወይ ትጠልቡ እዩ። እዚ ዝሰዕብ ክትረኽቡ ትኽእሉ፡

- ንዘጋጠመኩም ነገር ንንምስራሕ ዘሎ ሓገዝ፤
- ሓበሬታ ብዛዕባ ሕግታትን መቐጻጸሪታትን
- ሓበሬታን ምክርን ብዛዕባ ናቦይ ትቕጽሉ
- ሓገዝ ጠበቓ፡ ማሕበራዊ ኣገልግሎታት ወይ ፖሊስ ኣብ ምርካብ

ክንዲ ዝደለኹም ብዝሒ ክትረኽቡና ትኽእሉ ኢኹም። ብዛዕባ ክትነግሩና ዝደለኹም ንሰኙም ኢኹም ትውሰኑ፡ ከመኡ ድማ ንሕና ክንገብር ዝሓተትኩምና ጥራይ ኢና ንገብር።

ጎንጽ እንታይ እዩ?

ጎንጽ ከየሰተብሃልክሙሉ ኣብ ዝምድናታት ክምዕብል ይኽእል እዩ። ከምኡድማ እቲ ዘጋጠመኩም ዘሎ ጎንጽ እንተኾይኑ ዘይምፍላግኩም ድማ ልሙድ እዩ። ጎንጽ ብሓደ ወይ ካብ ሓደ ሰብ ንላዕሊ ክፍጸም ይኽእል እዩ። ጎንጽ ድማ ከምዚ ክኸውን ይኽእል፡ ንኣብነት፡

- ኣካላዊ
- ጾታዊ
- ስነ-ኣእምራዊ/ሰሚዒታዊ
- ንዋታዊ ወይ ገንዘባዊ

ክትረኽቡና ትኽእሉ ኢኹም፡  
 ቴለፎን፡ 020-81 82 83  
 ሶኒ-ዓርቢ፡ 09:00-16:00  
 ኢ.መይል፡ [stodjouren@somaya.se](mailto:stodjouren@somaya.se)  
 ምሳና ዘትዩ

ኣብ ውሑስ ገዛ ምጽናሕ ሶማያ ንዝተበደሉ/ኣብዩዘድ እኹላት ሰባትን ደቆምን ውሑስ መቐመጢ ትህብ። ንሕና ካብ ሙሉእ ሽወደን ደቀንስትዮ፡ ሰብኡትን ናይ LGBTQI ሰባትን ንቅበል። ዝበዝሑ መንበሪታት ከኣ ብማሕበራዊ ኣገልግሎታትን ሓደ ሓደ ግዜ ድማ ብመገዲ ቦርድ ስደተኛታት ሽወደን ይካውኑ።

እቲ ናይ ፈለማ እዋን ኣብ ናህና መጽለሊ ዘለዎ መንበሪ ከኣ ምስ'ቲ ጎንጽ ወይ ምፍርራሃት ዝገብር ዝነበረ ሰብ ወይ ሰባት ርክብ ደው ምባል እዩ። ግብራውን ሰሚዒታውን ደገፍ ክትወሃቡ ኢኹም። ናብ ፖሊስ ክትሕብሩ እንተድኣ ደሊኹም፡ ምክር ክትረኽቡ ምስ ጠበቓ ክትራኽቡ ክንሕግዘኩም ኢና። ምስ ሰብ-ሰልጣን፡ ሕክምናን ቤት-ትምህርትን ኣብ ትገብርዎ ርክብ ውን ክንደግፈኩም ኢና።

ኣብ ናህና መንበሪ፡ ነፍሲ ወከፍ ሰብ ናይ ገዛእ ርእሶም ክፍሊ ምስ መሸጎሪ ማዕጾ ይረኽቡ። ካልኦት ግን ተኸፊልካ እዮም ዝርከቡ፡ እዚ ድማ ከም ክሸነ፡ ሳሎንን መሕጸቢ ነብስን፡ ምግዛእን ምስራሕን መግቢ ድማ ባዕልኹም ኢኹም ሓላፍነት ትስከሙ።

ምሳና ክትነብሩ ክልኹም፡ ኣብ ዝተፈለለዩ ዘሕይልኹም ንዋፊታት ክትሳተፉ ትኽእሉ ኢኹም፡ ስለዚ ድማ ደገፍ ክውሃበኩም እዩ ባዕል ድማ ርእስኹም ኪኢልኩም ክትነብሩ ኢኹም።

ካብ ጎንጽን ጭቆናን ናጻ ዝኾነ ሂወት ንምንባር

ናይ ሶማያ ናይ ደቀንስትዮን ናይ ኣዋልድን መጽለሊ ከኣ ንመኽሰብ ዘይቆመ ማሕበር እዩ። ንሕና ናይ ወጻኢ ድሕረባይታ ንዘለዎም ን ጎንጽ ንዝተቐልዑ ከምኡ'ውን/ወይ ምስ ኣብ ናይ ኩሩዕ ባህሊ ዝተሰረተ ዝተሓሓዘ ኩነታትን ንዘለው ንደቀንስትዮን ናይ LGBTQI ሰባትን ንድግፍ ኢና። ናይ ልዕሊ 20 ዓመት ተመክሮ ኣሎናን ከምኡ ድማ ብዙሕ ቋንቋታት ንዛረብ ኢና። ንሕና ናይ ሓገዝ መስመር፡ ናይ ዕለል ደገፍ/ቻት፡ መጽለሊ ዘለዎ ገዛን ናይ ንዋፊት ማእከልን ኣሎና።