

شورای پناهندگان باواریا

سازمان حقوق بشر حامی پناهندگان در باواریا. مشاوره رایگان و محرمانه در مورد مسائل مربوط به قانون اقامت و پناهندگی و چشم انداز اقامت، دلایل جنسیتی برای فرار، جدایی و خشونت شریک صمیمی در روند پناهندگی، محافظت در برابر خشونت در پناهگاه ها، حمایت در صورت تهدید به اخراج و ارجاع به سازمان های اجتماعی، خدمات حمایتی و وکلا.

www.fluechtlingsrat-bayern.de
kontakt@fluechtlingsrat-bayern.de



Büro Nordbayern

Geschäftsstelle München

تلیفون: ۰۹۱۱ - ۹۹ ۴۴ ۵۹ ۴۶

تلیفون: ۰۸۹ - ۷۶ ۲۲ ۳۴

Stand September 2023

INTEGREAT

معلومات درباره ورود و جستجو برای نقاط تماس محلی

کلینیک حقوقی پناهندگان

مشاوره حقوقی رایگان و محرمانه در مورد قانون پناهندگی و مهاجرت توسط محصلین در:

مونخ، آگسبورگ، بایروث، رگنسبورگ، نورنبرگ-ارلانگن، وورزبورگ، پاسانو

وبسایت برای تاریخ ها: home.refugeelawclinics.com

خدمات اجتماعی در محل

مشاوره رایگان و محرمانه در مورد روند پناهندگی، مشکلات روزمره و ادغام در اقامتگاه های مستقل و مشترک در محل فراهم می باشد، به عنوان مثال، از طریق Diakonie, Caritas, AWO یا در دفاتر منطقه ای. ساعات اداری در پناهگاه یا در دفتر منطقه ای اعلام می شود.

معلومات بیشتر، مثلا: https://www.caritas.de/hilfeundberatung/ مشاوره آنلاین / مهاجرت / آدرس ها



کمک و حمایت در صورت خشونت علیه زنان*

خط تلیفون کمک برای خشونت علیه زنان*

www.hilfetelefon.de

۱۱۶ ۰۱۶ ☎

- به ۱۸ زبان مختلف
- در سراسر کشور همه روزه و بطور ۲۴ ساعته در دسترس است
- مشاوره ناشناس و رایگان برای زنان*، اقوام یا دوستان در صورت تهدید به یا تجربه خشونت.
- ارجاع به مراکز محلی مشاوره زنان، مراکز عاجل زنان یا پناهگاه های زنان

بررسی اجمالی ادارات تخصصی منطقه ای، مراکز عاجل زنان، پناهگاه ها، پناهگاه های زنان و معلومات بیشتر:

https://www.frauenhauskoordinierung.de/hilfe-bei-gewalt/frauenhaus-und-fachberatungsstellensuche

خدمات اجتماعی زنان کاتولیک باواریا

www.skfbayern.de

مشاوره رایگان و محرمانه بدون در نظر گرفتن فرقه و ملیت در مورد موضوعاتی مانند خشونت خانگی، بارداری، رفاه کودکان و نوجوانان و تنش های روانی.

Jadwiga

www.jadwiga-online.de
۰۸۹ ۳۸ ۵۳ ۴۴ ۵۵ München
۰۹۱۱ ۴۳۱ ۰۶ ۵۶ Nürnberg

مرکز مشاوره تخصصی قربانیان قاچاق انسان، بهره کشی و کار اجباری. مشاوره رایگان و محرمانه به زبان مبدأ مربوطه.

حامله نیازمند

www.hilfetelefon-schwangere.de

۰۸۰۰ ۴۰ ۴۰ ۰۲۰

- مشاوره محرمانه و رایگان از طریق تلیفون، چت یا بطور آنلاین به ۱۵ زبان
- حمایت از زنان* باردار، دارای سوالاتی در مورد بارداری، تولد، ترس ها یا چالش ها.

پولیس می تواند

یک وضعیت خشونت آمیز در حال وقوع را متوقف کند. با شماره ۱۱۰ تماس بگیرید!

Solwodi Bayern e.V.

In München, Augsburg, Bad Kissingen, Regensburg, Passau

www.solwodi.de

مشاوره رایگان و محرمانه و حمایت روانی، اجتماعی، طبی و حقوقی برای زنان* پناهنده که تجربه خشونت، قاچاق انسان، استثمار جنسی و فحشا و همچنین (تهدید) ازدواج اجباری را داشته اند.

بیشتر

افراد مخاطب تماس در اقامتگاه ها

خدمات اجتماعی از Caritas, Diakonie یا AWO، هماهنگ کننده های محافظت در برابر خشونت یا افسران فرصت های برابر در محل زندگی شما.

کمک و حمایت در صورت خشونت علیه کودکان

عدد در برابر اندوه

www.nummergegenkummer.de

تلیفون کودکان و نوجوانان: ☎ ۱۱۶ ۱۱۱
از طریق تلیفون، بطور آنلاین یا از طریق چت دوشنبه تا شنبه: از ساعت ۱۴:۰۰ تا ساعت ۲۰:۰۰

تلیفون والدین: ☎ ۰۸۰۰ ۱۱۱ ۰۵۵۰
دوشنبه تا جمعه: از ساعت ۹:۰۰ تا ۱۷:۰۰
سه شنبه تا پنجشنبه تا ساعت ۱۹:۰۰

ناشناس، محرمانه و رایگان

اداره رفاه جوانان در محل

اداره رفاه جوانان در رابطه با آموزش و تحصیل پشتیبانی و کمک ارائه می دهد.

www.unterstuetzung-die-ankommt.de

اداره رفاه جوانان به والدین، کودکان و نوجوانان برای محافظت در برابر خشونت یا در صورت تهدید (قربالوقوع) رفاه کودکان، حمایت ناشناس ارائه میکند.

انجمن حمایت از کودکان باواریا

www.kinderschutzbund-bayern.de

۰۸۹ ۹۲۰۰۸۹۰

info@kinderschutzbund-bayern.de

- مشاوره تلیفونی محرمانه و رایگان در صورت خشونت علیه کودکان یا نوجوانان و خطرات قریب الوقوع برای رفاه کودکان
- ارجاع به انجمن محلی یا منطقه ای در آن نزدیکی

پورتال و تلیفون راهنما سوء استفاده جنسی

www.hilfe-telefon-missbrauch.online

۰۸۰۰ ۲۲۵۵۵۳۰

دوشنبه، چهارشنبه، جمعه: ۹:۰۰ صبح تا ۱۴:۰۰
سه شنبه، پنجشنبه: ۱۵:۰۰ تا ۲۰:۰۰

مشاوره ناشناس و رایگان برای جوانان در مورد سوء استفاده جنسی و اشکال مختلف خشونت. این شامل اظهارات بی ادبانه جنسی، زورگویی در مکتب، زورگویی سایبری، ارسال فحشا بدون رضایت، ارسال پیام های حاوی محتوای جنسی یا سایر اذیت های جنسی می باشد.

حفاظت از کودکان - خط تلیفون

۰۳۰ ۶۱۰۰ ۶۶

- مشاوره تلیفونی رایگان ۲۴ ساعته برای همه کسانی که نگران کودکان یا جوانان هستند، به عنوان مثال به دلیل بی توجهی، خشونت روانی یا جسمی، خشونت از جانب شریک زندگی یا سهل انگاری در وظیفه سرپرستی.
- مشاوره به چندین زبان: عربی (دوشنبه)، ترکی (چهارشنبه)، روسی (جمعه) از ساعت ۸:۰۰ صبح تا ۲۰:۰۰

مشاوره و حمایت در زمان بحران های روانی

مراکز روانی-اجتماعی برای پناهندگان (PSZ)

- مخاطب تماس برای بحران های صحت روانی.
- مراقبت و مشاوره روانی-اجتماعی برای بازماندگان جنگ، شکنجه و فرار، قربانیان خشونت (غیر) دولتی و جنسی یا مبتلا به اختلالات روانی.
- گزینه های مختلف درمانی و مترجم وجود دارد

Exilio e.V. Lindau
www.exilio.de
۰۸۳۸۲ ۴۰۹۴۵۰
info@exilio.de

PSZ Neu-Ulm e.V.
www.psz-neu-ulm.com
۰۷۲۶ ۵۹۹۹۷۸۳۰
mail@psz-neu-ulm.com

PSZ Nürnberg-Rummelsberger Diakonie
www.jugendhilfe.rummelsberger-diakonie.de/flexible-hilfen/angebote-fuer-gefluechtete/psychosoziales-

Refugio
www.refugio-muenchen.de

۰۹۱۱ ۳۹۳ ۶۳۴۰۵۵
psz@rummelsberger.net

München
۰۸۹ ۹۸ ۲۹ ۵۷۰
info@refugio-muenchen.de

Landshut
۰۸۷۱ ۶۶ ۰۶ ۱۵۰
landshut@refugio-muenchen.de

Augsburg
۰۸۲۱ ۲۲۹۳۹۹۶۱

در صورت وجود خطر جانی جدی

دکتر عاجل ۱۱۲
پولیس ۱۱۰
خودآزاری

خطر برای دیگران
تهدید به خودکشی یا تهدید دیگران.

در بحران های حاد

خدمات بحران روانی باواریا
۰۸۰۰ ۶۵۵ ۳۰۰۰

www.krisendienste.bayern.de

- مشاوره تلیفونی رایگان و محرمانه برای بحران های صحت روانی
- برای افراد، بستگان یا دوستان آسیب دیده.
- عملیات سیار در محل
- ارجاع به مراکز تخصصی یا مراکز بستری

کمک بیشتر

خدمات روان شناسی اجتماعی (SpDi)

www.sozialpsychiatrischedienste-bayern.de/

کلینیک روانپزشکی

www.klinikradar.de

در صورت بروز خشونت چه باید کرد؟

شماره های تماس و معلومات برای زنان* پناهنده و حامیان در باواریا

زنان* بسیاری خشونت را تجربه می کنند - در سراسر جهان، در آلمان و باواریا. به همین دلیل دانستن حق و حقوق و گزینه های حمایت مهم است.

Gefördert durch die
**Aktion
MENSCH**

We talk!
Gewaltschutz für
gefährdete Kinder und Mütter

**Bayerischer
Flüchtlingsrat**

مشاوره در مورد روال پناهنده و اقامت

اغلب صحبت در مورد خشونت تجربه شده بسیار دشوار است. بخاطر آماده شدن برای جلسه دادرسی در اداره فدرال مهاجرت و پناهندگان (BAMF) از یک مرکز مشاوره کمک بگیرید. همچنین می توان یک همراه را به جلسه دادرسی در BAMF آورد و از یک زن* درخواست کرد که به عنوان افسر رسیدگی و مترجم عمل کند. در طول جلسه دادرسی، اگر جلسه برای شما خیلی خسته کننده شد، اجازه دارید استراحت کنید.

هر شخصی حق دارد درخواست پناهنده گی کند تا بتواند دلایل خود را ارائه دهد. این امر همچنین زمانی که یک خانواده با هم فرار کرده باشند صدق می کند.

زنان* در حال فرار به میزان بیشتری تحت تأثیر خشونت قرار میگیرند. علاوه بر این، بسیاری از زنان* از خشونت جنسیتی یا جنسی در کشور زادگاه خود فرار می کنند. اینها شامل مواردی همچون تهدید به یا تجربه بریدن اندام تناسلی، ازدواج اجباری، تجاوز، خشونت و تهدید از جانب شریک زندگی یا خانواده است.

اگر کشور مبدا حمایتی در این زمینه ارائه نکند، خشونت جنسیتی و خشونت جنسی، دلایلی برای پذیرفته شدن به عنوان پناهنده در آلمان است. اگر خشونت را تجربه می کنید یا تجربه کرده اید، حتماً باید در جلسه محکمه به آن اشاره کنید. ممکن است دلایلی برای یک تصمیم مثبت وجود داشته باشد.

کمک و حمایت در صورت خشونت علیه زنان*

هیچ انسانی، چه مرد* چه زن*، صرف نظر از جنسیت، چه پیر، چه جوان و چه کودک، هیچ کسی را نباید مورد خشونت قرار داد، هیچ کسی را نباید مجبور به آمیزش جنسی یا اعمال جنسی کرد، حتی در ازدواج.

"نهی یعنی نه! فقط بلی یعنی بلی." "

خشونت در شراکت، خانواده، محل اقامت و زندگی عمومی ممنوع است.

هر زنی* حق دارد خودش تصمیم بگیرد که می خواهد چگونه زندگی کند.

قانون محافظت در برابر خشونت (GewSchG) تضمین می کند که شوهران یا شرکای خشن باید خانه را ترک کنند. این امر در اقامتگاه های پناهندگان نیز صدق می کند. قانون می تواند مردان خشن را از نزدیک شدن به زن منع کند*.

اعمال جنسی بر خلاف میل شخص، جرم است.

اگر می خواهید از شریک خشن خود جدا شوید، می توانید درخواست کنید که به پناهگاه دیگری منتقل شوید. در صورت وجود خطر، می توانید به پناهگاه زنان بروید.

اگر از طرف شریک زندگی خود یا شخص دیگری مورد خشونت قرار گرفتید، اگر می ترسید، اگر نمی دانید چه کاری باید انجام دهید، اگر می خواهید از هم جدا شوید، یا ازدواج شما آزادانه و داوطلبانه نیست، با مرکز مشاوره تماس بگیرید و کمک دریافت کنید، مثلاً از طریق تماس با خط کمک به شماره ۰۱۶ ۰۱۱۶. در اینجا می توانید در هر زمانی تماس بگیرید و با کمک مترجم مشاوره دریافت کنید. مجبور نیستید نام خود را ذکر کنید.

آلمان متعهد به محافظت از زنان* و دختران* در برابر خشونت است - از جمله زنان پناهنده*. مددکاران اجتماعی، مراکز مشاوره، پناهگاه های زنان، پولیس و محاکم برای حمایت حضور دارند.

گاهی اوقات اجازه اقامت به شریک زندگی بستگی دارد. مثلاً، اگر از طریق پیوستن به خانواده آمده باشید. شما همچنان می توانید درخواست پناهنده گی خود را ثبت کنید یا برای اجازه اقامت خود اقدام کنید. به خصوص اگر می خواهید از هم جدا شوید یا از طرف شریک زندگی خود خشونت را تجربه کرده اید. شما حتماً باید از طرف مرکز مشاوره یا وکیل مورد حمایت قرار بگیرید.

خشونت علیه زنان* می تواند خشونت فیزیکی، خشونت جنسی یا خشونت روانی باشد. به عنوان مثال می توان به ضربه، تپله کردن، دست زدن ناخواسته به بدن، توهین کلامی، آزار و اذیت، جملات احقانه یا تعقیب اشاره کرد.

کمک و حمایت در صورت خشونت علیه کودکان

کودکان و نوجوانان همانند سایر افراد از حقوق بسیاری برخوردارند. آنها حق حمایت، کمک و شنیده شدن دارند.

برای کودکان و نوجوانان

شما این حق را دارید که بگویید "نه!" و خودتان تصمیم بگیرید که چه کسی، چه زمانی، چگونه و کجا شما را لمس می کند.

اگر کسی پاسخ نه شما را قبول نکند، تقصیر شما نیست. فردی که از خشونت استفاده می کند در قبال اعمال خود مسئول است.

برای بزرگسالان و والدین

اگر نگران هستید یا شاهد خشونت علیه کودکان هستید، نگاه خود را از آن برنگردانید!

وقتی کودکان به شما اعتماد می کنند، حرف آنها را باور کنید، به آنها گوش دهید و از آنها حمایت کنید. از یک فرد متخصص کمک بگیرید تا با هم راه حلی پیدا کنید.

اگر هر سؤالی در مورد فرزندپروری دارید یا مشکلاتی با فرزند خود دارید و می خواهید با کسی صحبت کنید یا بدانید کودکان چه حقوقی دارند، با اداره رفاه جوانان یا مرکز مشاوره محلی خود تماس بگیرید.

شما می توانید بدون ذکر نام خود با افراد متخصص صحبت کنید و با هم قدم های بعدی را برنامه ریزی کنید.

خشونت می تواند توسط همسفری ها، نوجوانان دیگر، والدین یا بزرگسالان دیگر انجام شود. اگر شما، خواهر و برادران یا یکی از دوستانتان تحت تأثیر خشونت قرار گرفته است، با شماره تلفن ۱۱۱ ۱۱۶ تماس بگیرید.

حتی اگر فقط می خواهید با کسی صحبت کنید زیرا افکار زیادی در ذهن خود دارید، اگر موقعیت هایی وجود دارد که در آن احساس خوبی ندارید، اگر مورد آزار و اذیت قرار می گیرید، اگر توسط دیگران مورد توهین قرار می گیرید یا طرد می شوید، یا شاهد خشونت از طرف دیگران بوده اید، می توانید از آنجا کمک دریافت کنید.

آنجا می توان هر چیزی را گفت. به شما مشاوره رایگان داده خواهد شد. شما می توانید نام خود را ذکر کنید، اما مجبور نیستید.

کودکان نیز ممکن است برای پناهنده گی دلایل خاص خود را داشته باشند. یک درخواست پناهنده گی جداگانه باید برای آنها ثبت شود.

مشاوره و حمایت در زمان بحران های روانی

در نتیجه جنگ، آزار و اذیت سیاسی یا تجربه خشونت در کشور مبدا، در حال فرار یا اینجا در آلمان، روح و روان نیز ممکن است آسیب ببینند.

تنش روانی توسط داکتران روانشناس و روانشناسان تداوی می شود. پناهندگان حق برخورداری از تداوی طبی دارند. مددکاران اجتماعی، به عنوان مثال در پناهگاه، مراکز مشاوره، و خدمات بحران می توانند از شما حمایت کنند.

اگر علائم تنش روانی را در خود یا در اقوام، دوستان یا هم اتاقی های خود مشاهده کردید، با مرکز مشاوره تماس بگیرید و کمک دریافت کنید. تنها نمایان!

انزوا، سردرگمی در روند پناهنده گی، نداشتن حریم خصوصی، تجربه مجدد خشونت، احساس مورد ترحم قرار گرفتن از جانب دیگران و احساس ناتوانی در خود نیز می تواند بسیار استرس زا باشد. این امر همچنین می تواند باعث ایجاد یا تشدید بحران های روانی شود.

حملات خشونت آمیز، به ویژه خشونت جنسی، می تواند تأثیر عمیقی بر صحت روانی داشته باشد و اغلب منع بوده و با احساس شرم همراه است.

آسیب های روحی و بیماری های روانی همانند بیماری های جسمی نیاز به تداوی مسلکی دارند.