

Tigrinisch
ትግርኛ



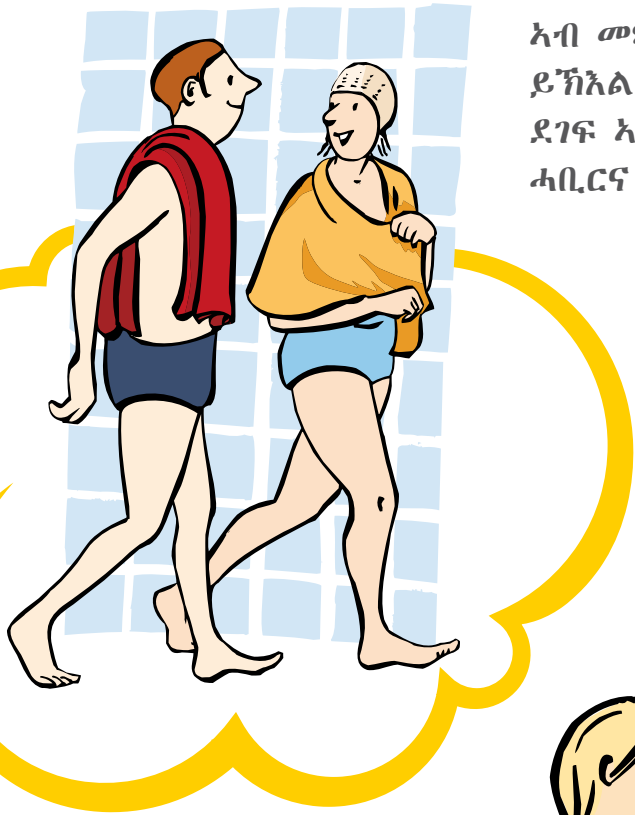
ቤተሰባዊ ናይ ዓመጽ ጸገም እዩ!

ሓገዝ ንደቀንስትዮ

ንእሽቶ መጽሓፍ ብንጹር ቋንቋ



ፍቅር ዘለዎ ርኩብ

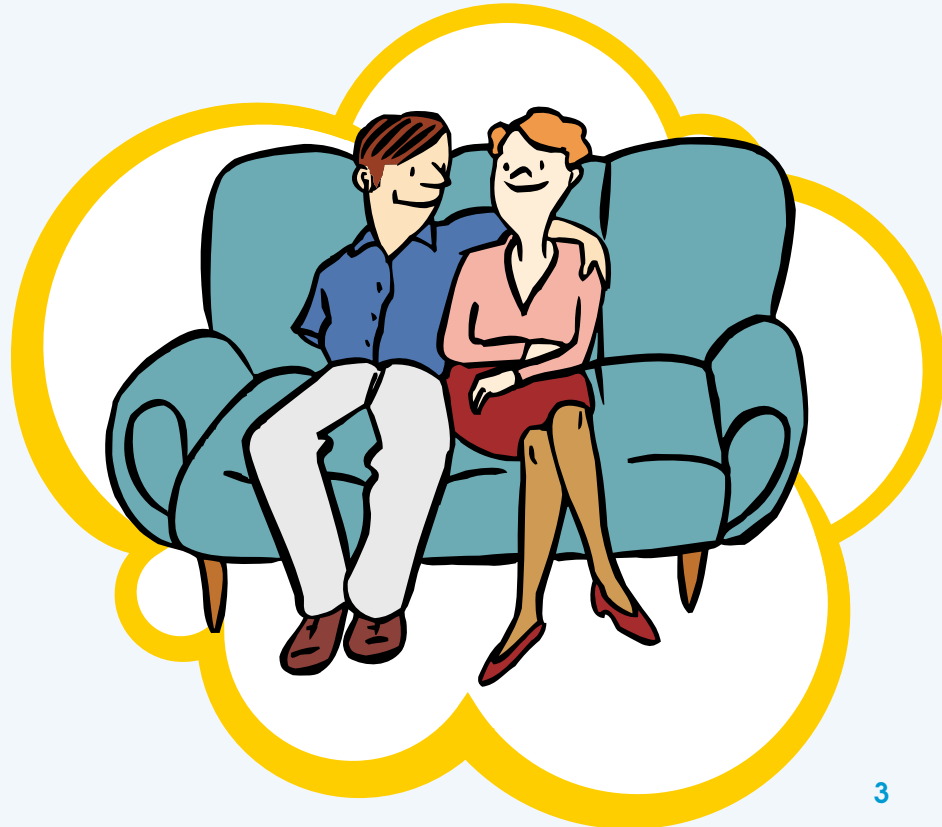
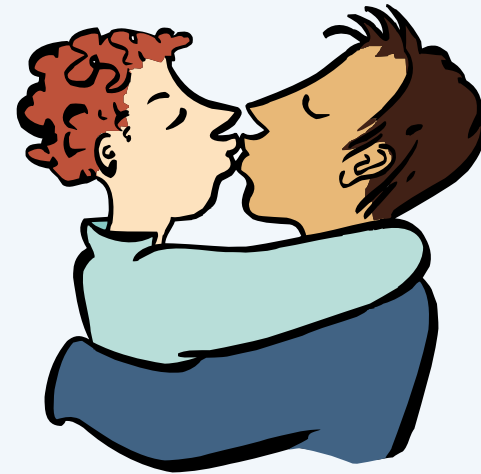


ኣብ መጻምደይ ክምርኮስ
ይኸእል እየ።
ደገፍ ኣሎኒ።
ሓቢርና ሓጎስ ኣሎና።



ነንሕድሕድና ገፋቶ ኣና።
ነንሕድሕድና ኣይንተሃራረምን ኣና።
ኣብ ነንሕድሕድና ኣይንጭድርን ኣና።
ዓመጽ የለን።

እዚ ፍቅር ዘለዎ ርኩብ እዩ።



ቤተሰባዊ ዓመጽ

ቤተሰባዊ ዓመጽ ብብዙሕ መንገድታት ክርእ ይኸእል እዩ፤ ንኣብነት፦

- እቲ ብጻያ ነታ ንባ ኣንስተይቲ የፈራርሓ።
- እቲ ብጻያ ነታ ንባ ኣንስተይቲ ይጸርፋ።
- እቲ ብጻያ ነታ ንባ ኣንስተይቲ ይሃርማ።
- እቲ ብጻያ ነታ ንባ ኣንስተይቲ ብሓይሊ ጸታዊ ርክብ ይገብር።
- እቲ ብጻያ ነታ ንባ ኣንስተይቲ ይጭድረላ።
- እቲ ብጻያ ነታ ንባ ኣንስተይቲ ይብርጠጠላ።
- እቲ ብጻያ ነታ ንባ ኣንስተይቲ ይዓጽዋ።
- እቲ ብጻያ ነታ ንባ ኣንስተይቲ ገንዘብ ይኸልክላ።



እዚ ፍቕሪ ዘለዎ ርክብ **ኣይኮነን**።

እዚ ቤተሰባዊ ዓመጽ እዩ።

ቤተሰባዊ ዓመጽ ካልኩልን ብሕጊ ዘቕጽዕን እዩ።



መብዛሕትኤን ደቀንስትዮ ዝሓሰብኦ፦

ናተይ ጌጋ እዩ።

ትኸክል ኣይኮነን!

እታ ንባ ኣንስተይቲ ዓመጽ እኳ እንተኣጋጢሙዎ ክትከሰስ የብላን።

እቲ ብጻይ ክኸሰስ እዩ።

ቤተሰባዊ ዓመጽ ማለት፦

ኣብ ገዛ ወይ ኣብ ውሽጢ ቤተሰብ ዝፍጸም ዓመጽ እዩ።

ሓድ ሓደ ግዜ እቲ ብጻያ ዘይኮነስ ካልእ ሰብ ዓመጽ ይጥቀም።

ንኣብነት፦

- ሞግዚት
- ብጻይቲ ንባ ኣንስተይቲ
- ወለዲ ንባ ኣንስተይቲ
- የሕዋት
- ከም ሰብኣይን ሰበይትን ዝነበሩ

እዚ ድማ ቤተሰባዊ ዓመጽ እዩ።



ቤተሰባዊ ዓመጽ ሕመም ይገብረካ።



እታ ጓል አንስተይቲ አብ ፍርሒ ትነብር።
 እታ ጓል አንስተይቲ ክሕደት ይስምዓ።
 እታ ጓል አንስተይቲ ጭንቕቲ ትኸውን።
 እታ ጓል አንስተይቲ መንፈሳዊ ጭንቀት
 ወይ ሓራቕ ትኸውን።
 እታ ጓል አንስተይቲ ሕማቕ ሕልሚ ይህልዋ።

እታ ጓል አንስተይቲ ብቻንዛ ትሳቕ።
 ንአብነት፦

- ሕማም ርእሲ
- ወይ ቅርጻት።



ብዙሓት ደቀንስትዮ ርግጸኛታት አይኮናን።
 ይድነቻ፦
 እዚ ቤተሰባዊ ዓመጽ ድዩ?
 ጽቡቕ አይስምዓንን።
 አይፈለግን እየን
 እንታይ ክንገብር።



ክንሕግዘክን አና።

ንደቀንስትዮ ምክሪ ምሃብ

ንሕና ናይ ደቀንስትዮ ውሃብቲ ምክሪ አገልግሎት ኢና።
 ንሕና Psychologische Frauenberatung e.V. ተባሂልና
 ንጽዋዕ፣ Frauenberatungsstelle Bielefeld (ማእከል
 ሓበሬታን ምክርን ንደቀንስትዮ)።



ንጻና ተዛረባ።
 ክንሰምዓክን ኢና።
 ኣብ ዝኾነ ነገር ኣይንሓልፎን ኢና።
 ክንሕግዞክን ኢና።
 ክንከላኸለልክን ኢና።

ደቀንስትዮ ጥራይ ናባና ይመጽኡ። ምሃብ ምክሪ ናጻ እዩ።

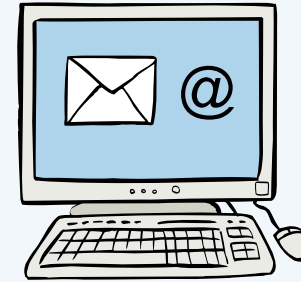


ብተሌፎን ክትድውላልና ትኽእላ ኢኻን።
 ቁጽሪ ተሌፎንና፡ 0521 12 15 97

ካብ ሰኑይ ክሳብ ሓሙስ ካብ ሰዓት 5 ድ.ቀ ክሳብ ሰዓት 7 ድ.ቀ
 ሰሉስ ካብ ሰዓት 10 ቅ.ቀ ክሳብ ሰዓት 12 ድ.ቀ ኣሎና።

ወይ ብናይ መልሲ ውሃቢት ማሽን መልሲ ክትረኽቢ ኢኻ።
 ሽምክን ቁጽሪ ተሌፎንክን ሃብና።
 ከምኡውን ንጻውዒትኪ ክንድውለልኪ ኢና።

ፋክስ ክትሰድልና ትኽእላ ኢኻ።
 ቁጽሪ ፋክስና፡ 0521 13 66 766



ኢ.ሜይል ክትሰድልና ትኽእላ ኢኻ።
 ክንምለሰኪ ኢና።
 ናትና ኢ.ሜይል፡
info@frauenberatung-bielefeld.de
 ናይ መርብብ ሓበሬታና፡
www.frauenberatung-bielefeld.de

ብኣካል ክትበጽሕና ትኽእላ ኢኻ።
 ካብ ሰኑይ ክሳብ ሓሙስ ካብ ሰዓት 5 ድ.ቀ ክሳብ ሰዓት 7 ድ.ቀ
 ሰሉስ ካብ ሰዓት 10 ቅ.ቀ ክሳብ ሰዓት 12 ድ.ቀ ኣሎና።

ኣድራሻና፡
 Psychologische Frauenberatung e.V.
 Frauenberatungsstelle Bielefeld
 (ማእከል ሓበሬታን ምክርን ንደቀንስትዮ)
 Ernst-Rein-Strasse 33, 33613 Bielefeld



አብ ህጹጽ እዋን

ናብ ፖሊስ ደውሉ!

ቁጽሪ ተሌፎን ናይ ፖሊስ፡ 110

ቅልጡፍ ሓገዝ ከምዘድልዩኪ ንገርዮም።

አብ ተሌፎን ነቲ ፖሊስ ስምዕዮ።

እቲ ፖሊስ ናባኺ ክመጽእ እዩ።

እቲ ፖሊስ ሓለዋኺ ክረጋግጾልኪ እዩ።



አብ ቀትሪ ወይ አብ ለይትን አብቲ ናይ ደቀንስትዮ ስደተኛ ሓለዋ ክረኽባ እየን።

Frauen helfen Frauen – Frauenhaus e.V.

ቁጽሪ ተሌፎን፡ 0521 177376

ኢሜይል አድራሻ፡

mail@autonomes-frauenhaus-bielefeld.de

AWO Frauenhaus Bielefeld

ቁጽሪ ተሌፎን፡ 0521 521 36 36

ኢሜይል አድራሻ፡ frauenhaus@awo-bielefeld.de

ንጹታዊ ዓመጽ ምኽሪ ምሃብ።

Frauennotruf e.V. (ቁጽሪ ተሌፎን ህጹጽ ሓገዝ ደቀንስትዮ)

Jöllennecker Strasse 57, 33613 Bielefeld

ቁጽሪ ተሌፎን፡ 0521 124248

ኢሜይል አድራሻ፡ info@frauennotruf-bielefeld.de

Mädchen sicher inklusiv – Gewaltschutz bei Behinderung (ነቶም ብስንክልና ዝተጎድኡ አንጻር ዓመጽ ምክልኻል)

Renteistrasse 6 (ተረካብነት-መንበር ዓረቢያ)፣

33602 Bielefeld

ቁጽሪ ተሌፎን፡ 0521 91459997

ኢሜይል፡

gewaltschutz-behinderung@maedchenhaus-bielefeld.de

ብዛዕባ እዛ ንእሽቶ መጽሓፍ

እቶም ጽሑፋት ብጉጅለ ምኽሪ ምሃብ ጓል አንስተይቲ እዩ።

ንዝሃቡና ምኽሪ ብዙሕ ምስጋና ንጉጅለን ንማእከል ናይ ቤተ.ዞባዊ (Bethel.regional) ቤተሰባዊ ደገፍ ተቐማጦ።

አኒካ ኒትዕዮ(Annika Nietzio) ካብ ቤት ጽሕፈት ንጹር ቋንቋ (Büro für Leichte Sprache) አብ ፎልማሽታይን (Volmarstein) ሉተራዊት ትካል አብቲ ንእሽቶ መጽሓፍ ሓገዝ ሂባ። አብ ፎልማሽታይን (Volmarstein) ሉተራዊት ትካል ዝተኻየደ ናይ ስንኩላን ዎርክሾፕ እቲ ንጹር ጽሑፍ ናይ ቋንቋ ጆሃና ፋለንቲን(Johanna Falentin)፣ አንድሪያ ሆለንደር(Andrea Hollender)፣ ኒኮል ክራውስ(Nicole Krause)ን ዛሻ ኒማን(Sascha Niemann) አጻርዮም።

© አውሮፓዊ ቀለሊ ንምንባብ መለለዩ ቻል፣ Inclusion Europe.
እቶም ስእልታት ብ © ረይንሂልድ ካሲንግ(Reinhild Kassing)፣
ካሰል እዮም።

እቶም መምርሒታት ብሚካኤል ኢልበርስ (Michael Elber) እዮም።
flowconcept እዚ ንእሽቶ መጽሓፍ ነዲፉ።



ተመዊሉ ብ፣



Stadt Bielefeld
Amt für soziale Leistungen
- Sozialamt -

Psychologische Frauenberatung e.V.,
Frauenberatungsstelle Bielefeld
(ማእከል ሓበሬታን ምክርን ንደቀንስትዮ)
Ernst-Rein-Strasse 33
33613 Bielefeld

ቁጽሪ ተሌፎን፣ 0521 12 15 97

ቁጽሪ ፋክስ፣ 0521 13 66 766

ኢሜይል አድራሻ፣ info@frauenberatung-bielefeld.de

መበገሲ ገጽ፣ www.frauenberatung-bielefeld.de

Bielefeld፣ ግንቦት 2017

