

ترک محل هنگام بروز خشونت های خانگی:

لیست برنامه ریزی برای اقدامت ایمنی **Leaving Domestic Violence: A Safety Planning Checklist**

برخورداری از ایمنی حق شماست!

در صورت مواجهه با خشونت های خانگی، مهم است که برای ایمنی خود و افراد خانواده تان برنامه آماده ای در دست داشته باشید. پیش از آنکه تهدیدات خشونت آمیز وضعیت را وخیم تر کند، خودتان را برای ترک محل آمده کنید.



[Persian]

پیش از غلیان خشم، در صورت امکان محل را ترک کنید و به مکان امنی بروید.

شماره های تلفن مراجع اخذ کمک در موارد خشونت های خانگی:

- ◆ The Crisis Line 604-872-3311
- ◆ Battered Women's Support Services 604-687-1867
- ◆ Multicultural Family Support Services 604-436-1025
- ◆ North Shore Family Services 604-988-5281

به حاضر داشته باشید

اگر نیاز به یک مکان امن دارید، بخش های اورژانس در بیمارستان ونکوور جنرال و بیمارستان سنت پال در ۷ روز هفته به طور ۲۴ ساعته باز است.

**کمک در دسترس شماست
در تماس گرفتن با شماره تلفن
۹۱۱ مردد نباشید**

For more copies, email learn@vanhosp.bc.ca
and quote Catalogue No. CE.350.L489.FA
© Vancouver Coastal Health, May 2003



فتوكپي يا اصل مدارك ذيل را در جايی تعبيه گنيد:

Pack photocopies or originals of the following:

- مدارك تولد (شناستامه‌ها)
- کارت های بيمه اجتماعي (سوشیال اینشورنس)
- گواهينامه رانندگي و مدارك مالكيت اتومبيل
- کارت های بيمه درمانی (کر کارت)
- پاسپورت ها
- دفترچه يادداشت آدرس ها
- طلاق نامه يا توافقنامه متاركه
- مدارك بيمه
- اجاره نامه يا مدارك وام رهنی مسكن
- فتوکپي حكم دادگاه مبنی بر منوعيت تماس و تعهد رفتار صلح آميز
- دفترچه حساب بانکي
- مدارك تحصيل و واکسیناسيون فرزندان

يک ساک دستي حاوي اقلام
ذيل را آماده سازيد و

در جاي امنی از آن نگهداري گنيد

(مثلا نزد يک همسایه يا دوست يا در محل کار)

**Get a bag ready with the following things
and leave it in a safe place**

- کارت تلفن و مقداری پول خرد
- تعدادی الپسه و کفش اضافه برای خود و فرزندان تان به علاوه اسباب بازي برای فرزندان
- دارو و نسخه‌های پزشك
- کلید اضافه برای خانه، اتومبيل و محل کار
- شماره‌های تلفن اقامتگاه های اضطراري (شلترا)

پيش از غليان مجده خشم،

درباره اين چيزها فكر گنيد:

Before the next outburst, think about:

- رفتن به يک مكان امن، نزد يک دوست قابل عتماد.
- بخش اورژانس بيمارستان، نزد بستگان يا يک محل عمومي
- آشنایي پيدا کردن با تمام راههای خروجي برای ترك محل
- ترك محل پيش از بروز خشونت، و در صورت امکان همراه بردن فرزندان تان
- دوری از اتاق‌هایی که در آنها اسلحه موجود است
- باز کردن يک حساب بانکي به نام خودتان
- نگه داشتن مقداری پول در خارج از خانه تا در صورت ترك خانه بتوانيد از آن استفاده کنيد
- ساختن يک کلمه رمز که توسط آن به يک دوست پيام برسانيد که در حال ترك محل هستيد و به کمک نيازمندید