

ترک محل هنگام بروز خشونت های خانگی:

لیست برنامه ریزی برای اقدامات 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 آماده کنید.

Vancouver Coastal Health

Promoting wellness. Ensuring care.

Providence
HEALTH CARE

How you want to be treated.

[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 Centre | 604-872-3311 |
| ◆ Battered Women's Support | 604-687-1867 |
| ◆ Multicultural Family Support Services Society | 604-436-1025 |
| ◆ DiverseCity Community Resources Society | 604-597-0205 |
| ◆ North Shore Crisis Services Society | 604-987-0366 |
| ◆ MOSAIC | 604-254-9626 |
| ◆ Family Services of the North Shore | 604-988-5281 |
| ◆ Victim Link | 1-800-563-0808 |

For more copies, go online at <http://vch.eduhealth.ca> or email phe@vch.ca and quote Catalogue No. CE.350.L489.FA

© Vancouver Coastal Health, June 2010

به خاطر 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**

فتوکپی یا اصل مدارک ذیل را در جایی تعبیه کنید:

Pack photocopies or originals of the following:

- مدارک تولد (شناسنامه‌ها)
- کارت های بیمه اجتماعی (سوشیال اینشورنس)
- گواهینامه رانندگی و مدارک مالکیت اتومبیل
- کارت های بیمه درمانی (کر کارت)
- پاسپورت ها
- دفترچه یادداشت آدرس ها
- طلاق نامه یا توافقنامه متارکه
- مدارک بیمه
- اجاره نامه یا مدارک وام رهنی مسکن
- فتوکپی حکم دادگاه مبنی بر ممنوعیت تماس و تعهد رفتار صلح آمیز
- دفترچه حساب بانکی
- مدارک تحصیلی و واکسیناسیون فرزندان

**یک ساک دستی حاوی اقلام
ذیل را آماده سازید و
در جای امنی از آن نگهداری کنید**

(مثلا نزد یک همسایه یا دوست یا 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 البسه و کفش اضافه برای خود و
فرزندان تان به علاوه اسباب بازی برای فرزندان
- دارو و نسخه‌های پزشک
- کلید اضافه برای خانه، اتومبیل و محل کار
- شماره‌های تلفن اقامتگاه های اضطراری (شلتر)

پیش از غلیان مجدد خشم،

درباره این چیزها فکر کنید:

Before the next outburst, think about:

- رفتن به یک مکان امن، نزد یک دوست قابل اعتماد،
بخش اورژانس بیمارستان، نزد بستگان یا یک محل عمومی
- آشنایی پیدا کردن با تمام راههای خروجی برای ترک محل
- ترک محل پیش از بروز خشونت، و در صورت امکان
همراه بردن فرزندان تان
- دوری از اتاق‌هایی که در آنها اسلحه موجود است
- باز کردن یک حساب بانکی به نام خودتان
- نگه داشتن مقداری پول در خارج از خانه تا در صورت
ترک خانه بتوانید از آن استفاده کنید
- ساختن یک کلمه رمز که توسط آن به یک دوست پیام
برسانید که در حال ترک محل هستید و به کمک نیازمندید