

Ikiwa unafikiria kuwa unadhulumiwa, tafuta usaidizi mara moja!

Huenda uko kwenye uhusiano wa kudhulumiwa ikiwa mpenzi wako, mwenzi au mshiriki wa familia yako:

- Anahofusha or kutishia kuwa atakuumiza, familia yako, au wanyama-vipenzi.
- Anakugusa kwa njia inayokuumiza au kukuogofya.
- Anakutukana hadharani.
- Anaweka mipaka unakokwenda, unachofanya, na unayekutana naye.
- Anajaribu kudhibiti pesa zako.
- Anaharibu vitu vyako.
- Anafuatilia unachofanya kwa simu yako au shughuli yako mtandaoni.
- Anakufanya ushiriki ngono naye kwa njia au nyakati ambazo hutaki.
- Anakulaumu kwa dhuluma hiyo.
- Anakuogopesha wakati ana hasira.
- Anakuambia kuwa husuda ni ishara ya mapenzi.



Je, wewe au mtu unayemjua Anadhulumiwa?

Nambari ya Polisi/Dharura: 911

Nambari ya Simu ya Kuripoti Dhuluma ya Kinyumbani: (208) 343-7025

Nambari ya Simu ya Kuripoti Mashambulizi ya Kingono: (208) 345-7273

(Kwa ajili ya kupata makao ya dharura, ushauri nasaha, na amri ya kulindwa)

Kadi hii imetolewa na Women's & Children's Alliance

Makao ya Dharura

WCA Crisis Center Hotline 208-343-7025
Hays House (vijana wa miaka 9-17) 208-322-6687
Interfaith Sanctuary.....208-343-2630
River of Life Rescue Mission
(ya wanaume)208-389-9840
City Light (ya wanawake)208-368-9901

Kutoa ushauri nasaha - Waathirika

WCA Crisis Center.....208-343-7025
Salud y Provecho.....208-454-8632

Amri ya Kulindwa

WCA Crisis Center.....208-343-7025

Faces of Hope Victim Center

facesofhopevictimcenter.org 208-577-4400

Nambari ya Simu ya Kupata Ushauri wa Kisheria Kuhusu Dhuluma ya Kinyumbani

Idaho Legal Aid1-877-500-2980

Nambari ya Simu ya Kitaifa

Nambari ya Simu ya Kuripoti Dhuluma ya
Kinyumbani ni.....1-800-799-7233 (SAFE)

Mpango wa Usalama:

- Panga mapema nyumba salama au makao ya kwenda.
- Amua namna utakavyofika huko.
- Uwe na begi iliyo na vitu vifuatavyo:
 - Nguo za kuva siku moja au mbili.
 - Hati muhimu: (Vyeti vya kuzaliwa, kadi ya kitambulisho, nk.).
 - Vifunguo vya ziada.
 - Pesa kidogo.
 - Dawa ulizoagizwa utumie.
 - Vitu vingine muhimu.
- Fahamu mahali pa kupiga simu kwa ajili ya usaidizi;
Angalia orodha kwa kadi hii.
- Ondoka ikiwa unafahamu hatari au tishio la kuumizwa.

www.wcaboise.org