

Je, nini maana ya vurugu za nyumbani na za familia, na unyanyasaji wa kijinsia?

Vurugu za nyumbani na za familia ni wakati ndugu mmojawapo anatumia vurugu, vitisho au matusi ili kukudhibiti.

Mtu huyo anaweza kuwa mtu ambaye ni mpenzi wako, mtu ambaye mmeachana naye, au mtu mwingine katika familia yako. Anaweza pia kuwa mtu unayeishi pamoja nawe ambaye anatumia vurugu au matusi kukutawala, kama ndugu anayekutunza (kama mmojawapo wa familia yako au rafiki anayekutunza).

Vurugu za familia zinaweza kusababisha kujisikia hofu na kutokuwa salama. Si mara zote inahusisha kupigwa kimwili.

Unyanyasaji wa kingono ni tendo la ndoa ambalo linafanyika kwa nguvu au bila kibali chako.

Hii ina maana kwamba unaweza kulazimishwa, kuambiwa au kudanganywa ili ukubali tendo la ndoa.

kibali kina maana kwamba unakubali kwa uhuru kufanya kitu kama tendo la ndoa.

Dalili za vurugu za nyumbani na za familia

Dalili za kawaida kwa mtu ambaye anapitia vurugu za nyumba na za familia ni pamoja na:

- kusikia hofu ya mwenzi wake, mwenzi wa zamani, mmojawapo wa ndugu au ndugu anayekutunza
- kupigwa na kujaribu kuficha dalili za pigo au majeraha mengine
- kutokuwa na uamuzi au kuwa na uamuzi mdogo kuhusu matumizi ya pesa zake
- kulazimishwa kuacha kuonana na kuongea na marafiki na ndugu, na kusikia upweke
- kufadhaishwa muda wote, kuonekana mwenye huzuni, majonzi, mkimya kuliko kawaida au kupoteza ujasiri na kutokufurahia mambo ambayo walikuwa wanayapenda
- kuwa na mwenzi ambaye humshtaki kwamba anadanganya au kumchunguza kila mara
- kutokutaka kuacha watoto na mwenzi wake
- kujisikia kama wanapelelezwau au kufuatwa

Katika wakati wa dharura

Kama wewe au mtu mwingine ambaye unamfahamu yuko katika hatari ya kupoteza uhai, ita Zero Tatu (000) au nenda kwenye idara ya dharura ya hospitali yako ya karibu.

saa 24 kwa siku, siku 7 za wiki

 **Ambulansi 000**

Msaada wa mara moja

Ikiwa unasikia wasiwasi na unapenda kuongea na mtu mara moja kwa bure, piga simu kwa mmojawapo ya namba hizi:

saa 24 kwa siku, siku 7 za wiki

Lifeline **1300 MH CALL**
 **13 11 44**  **1300 642 255**

Simu Kukuita tena ukiwa kuna hatari wa kujiua (Suicide Helpline Call Back Service)
 **1300 659 467**

Ushauri wa bure kwa namba hizi za simu

DV Connect

DV Simu kwa Wanawake

 **1800 811 811** (saa 24 kwa siku, siku 7 za wiki)

DV Simu kwa Wanaume

 **1800 600 636** (saa 3 asubuhi hadi saa 6 usiku, siku 7 za wiki)

Simu Kusaidia Unyanyasaji wa Kijinsia (Sexual Assault Helpline)

 **1800 010 120** (saa 1 na nusu asubuhi hadi saa 5 na nusu usiku, siku 7 kwa wiki)

1800 RESPECT

 **1800 737 732** (saa 24 kwa siku, siku 7 za wiki)

Msaada kwa Wanawake Wahamiaji (Immigrant Women's Support Service)

 **07 3846 3490** (Jumatatu hadi Ijumaa, saa 3 asubuhi hadi saa 10 mchana)

Kwa Tamaduni Mbalimbali (Multicultural Connect) Line

 **1300 079 020** (Jumatatu hadi Ijumaa, saa 3 asubuhi hadi saa 10 na nusu jioni)

Msaada kwa Watoto (Kids Helpline)

 **1800 551 800** (saa 24 kwa siku, siku 7 kwa wiki)

Idara ya Afya Queensland
Swahili

Una haki kusikia usalama

Utunzaji wa afya (healthcare) ni bure kwa mtu yeyote anayepitia vurugu za nyumbani na za familia au unyanyazaji wa kijinsia



Ni bure kuomba kupata mkalimani



Queensland
Government

Historia ya May



May anapenda familia yake Lakini, siku hizi, mume wake alikuwa anampazia sauti mara nyingi. Wakati fulani anasikia kutishwa naye. Ilizidi alipoanza kushika mkono wake na kumufanyia vurugu.

May aligopa kumwambia mtu yeyote kwa sababu mume wake ni yeye peke yake ambaye anafanya kazi na anaweza kulipia gharama za vitu.

Ushauri: Ikiwa unapitia vurugu za nyumbani na za familia au unyanasaji wa kijinsia, ongea na mtu ambaye unamtegemea. Wanaweza kukusaidia kujua ni kitu gani unaweza kufanya.

Kama mtu anaonyesha alama kwamba anapitia vurugu ya nyumbani na ya familia, chukua hatua – unaweza kuwa ni wewe peke yako unayeweza kufanya hivyo, Msaada wako waweza kuleta tofauti.

Kupata msaada

Siku moja, mume wake alipatwa na hasira na May na aliumizwa vibaya Aliamua kujipeleka kwenye idara ya dharura katika hospitali ya karibu naye.



Daktari alichukua muda kuelewa vurugu May anayopata na May alipaswa kujibu maswali kadhaa. Hayo yalisaidia kugundua msaada gani ni bora zaidi kwake.

May aliona wasiwasi kuongea na daktari lakini walisema kwamba kuomba msaada ni hatua ya kwanza kuwa na uhuru kutokana na vurugu.

Ushauri: Unaweza kuomba mkalimani kwa bure. Unaweza kumwambia mfanyakazi wa afya ikiwa kuna mkalimani ambaye uko tayari kuzungumza naye au hapana. Pia unaweza kuomba mkalimani kwa simu kama uko nje ya Queensland.

Utunzaji wa afya ni bure kwa hali yako hata kama huna

Medicare

May anaweza kupata utunzaji wa afya katika hospitali za serikali na huduma za kiafya hata ikiwa hana medicare.

Daktari alipanga mfanyakazi wa huduma za jamii (social worker) kumsaidia May na hali yake anayoipitia Pia walitibu majeraha yake alipokuwa hospitalini.



May pamoja na mfanyakazi wa jamii walifanya mpango jinsi anavyoweza kuwa na usalama na mume wake.

Maelezo zaidi kuhusu vurugu za nyumbani na familia

