KANTON AARGAU

hallo — aargau.ch

குடும்ப வன்முறை

பாதிக்கப்பட்டவர்களுக்கான ஆலோசனை மற்றும் பாதுகாப்பு
வன்முறையில் ஈடுபடுபவர்களுக்கான உதவி
குழந்தைகள் மற்றும் இளைஞர்கள்
பாலியல் வன்முறை
உளவியல் வன்முறை
பின்தொடர்தல்
வசிப்பிட உரிமை
கட்டாயத் திருமணம் மற்றும் பெண் பிறப்புறுப்புச் சிதைப்பு

பாதிக்கப்பட்டவர்களுக்கான ஆலோசனை மற்றும் பாதுகாப்பு

குடும்ப வன்முறையால் பாதிக்கப்பட்டவர்களுக்கு பல்வேறு அமைப்புகள் ஆதரவு அளிக்கின்றன. இவை பெரும்பாலும் ரகசியத்தன்மையைக் காக்க கூடியவை, இலவசம், மேலும் தேவைப்பட்டால் மொழிபெயர்ப்பு வழங்கப்படும். உதவி பெறுவது முக்கியம்.

அறிய வேண்டியவை

வன்முறை இல்லா வாழ்விற்கு ஒவ்வொரு மனிதனுக்கும் உரிமை உள்ளது. பாதிக்கப்பட்டவர்கள் பெரும்பாலும் உதவியை நாடவும் அல்லது அதைப் பற்றி பேசவும் சிரமப்படுகிறார்கள். உங்கள் நம்பிக்கைக்குறிய நபர், காவல்துறை அல்லது ஆலோசனை மையம் இதற்கு உதவலாம்.

KANTON AARGAU

hallo —
aargau.ch

உதவியை எங்கே பெறலாம்?

ஆபத்து அல்லது குறிப்பிட்ட அச்சுறுத்தல் இருந்தால், [illegible] உதவும் (117).
[illegible]-[illegible] [illegible] [illegible] (Frauenhaus Aargau-Solothurn)
குழந்தைகளுடன் அல்லது குழந்தைகள் இல்லாத பெண்கள் பாதுகாப்பு, ஆலோசனை மற்றும் தங்குமிடங்களைப் பெறலாம். தொலைபேசி மூலம் 24 மணி நேரமும் தொடர்புகொள்ளலாம் (062 823 86 00).

இங்கே பாதிக்கப்பட்ட அனைவரும் (ஆண்கள் உட்பட) ஆலோசனை பெறலாம்:
[illegible] [illegible] [illegible] [illegible] (Opferberatung Aargau), 062 835 47 90, www.opferberatung-ag.ch
ஆர்காவ் பாதிக்கப்பட்டோர் ஆலோசனை மையம் குடும்பத்தில் வன்முறையை அனுபவிப்பவர்களுக்கும், அவர்களின் உறவினர்களுக்கும் அறிவுரை வழங்குகிறது, மேலும் வேண்டிய தகவல்களைத் தெரிவிக்கிறது. இந்த உதவி இலவசம். ஒரு நிபுணருடன் சேர்ந்து அடுத்தகட்ட நடவடிக்கைகளைத் திட்டமிடலாம். இந்தப் பணியாளர்கள் ரகசியத்தன்மை காப்பிற்கு உட்பட்டவர்கள். இதன் பொருள் என்னவெனில் இந்த உரையாடல்களைப் பற்றி, காவல்துறையினர் உட்பட யாருக்கும் தெரிவிக்கும் அனுமதி அவர்களுக்கு இல்லை.

[illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] (**Anlaufstelle gegen Häusliche Gewalt)**, 062 550 20 20, www.ahg-aargau.ch இந்த மையம் காவல்துறை நடவடிக்கைகளுக்குப் பிறகு வன்முறையால் பாதிக்கப்பட்டவர்களைத் தொடர்புகொண்டு ஆலோசனைகளை வழங்குகிறது. காவல்துறையின் நடவடிக்கைகளைக் கோராத பாதிக்கப்பட்டவர்கள், அவர் குடும்பத்தினர், அண்டைவீட்டார், மேலதிகாரிகள் போன்றோரும் இந்த மையத்தைத் தொடர்பு கொள்ளலாம். இந்த ஆலோசனை இலவசம் மற்றும் ரகசியத்தன்மை காக்கப்படும்.

[illegible] 143 – [illegible] [illegible] (**Die Dargebotene Hand),** 143 (24 மணிநேரமும்), ஆங்கிலத்தில் பேச அவசர அழைப்பு எண் 0800 143 000, www.143.ch
அனைவருக்குமான, பிரச்சனை நேரத்திற்கான அவசர அழைப்பு எண். அதைப் பற்றி பேசுவது உதவுகிறது!

[illegible] (ZwüscheHalt), 056 552 08 70 (சூரிச்), www.zwueschehalt.ch
சூரிச், பெர்ன் மற்றும் லூசெர்னில் உள்ள ஸ்வ்யூஷேஹால்ட் குழந்தைகளுடன் அல்லது குழந்தைகள் இல்லாமல் வன்முறையால் பாதிக்கப்பட்ட ஆண்களுக்கு தங்குமிடத்தையும் ஆலோசனையையும் வழங்குகிறது. இதில் நிதி பங்களிப்பு தேவைப்படுகிறது.

வன்முறை இல்லாத வாழ்க்கைக்கு குழந்தைகளுக்கு உரிமை உள்ளது. அவர்களுக்கான சிறப்பு ஆலோசனை சேவைகள் உள்ளன. அவற்றை இங்கே காணலாம்.
www.kinderschutz.ch/angebote/beratungs-und-meldestellen

மேலதிகத் தகவல்கள் (இணைப்புகள், விலாசம், பிரசுரம், அறிவித்தல்)

dev.hallo-aargau.ch/ta/haeusliche-gewalt/beratung-und-schutz-fur-betroffene

KANTON AARGAU

hallo — aargau.ch

வன்முறையில் ஈடுபடுபவர்களுக்கான உதவி

உடல் ரீதியாகவோ அல்லது உள ரீதியாகவோ ஒருவரைப் புண்படுத்தும் எவரும், அதற்குப் பொறுப்பேற்று உதவியைப் பெற வேண்டும். ஆலோசனையில் உங்கள் நடத்தையை மாற்ற கற்றுக் கொள்ளலாம்.

அறிய வேண்டியவை

கட்டுப்பாட்டை இழந்து மற்றவரைத் திட்டியோ, அடித்தோ அல்லது அச்சுறுத்தியோ விடுவோம் என்று பயப்படுகிறீர்களா? உங்கள் கோபத்தை என்ன செய்வது என்றே சில நேரங்களில் உங்களுக்குத் தெரியவில்லையா? தைரியத்துடன் உதவியைப் பெறுங்கள்.
சுவிட்சர்லாந்தில் வன்முறை தடைசெய்யப்பட்டுள்ளது மற்றும் தண்டிக்கப்படுகிறது.

உதவியை எங்கே பெறலாம்?

[illegible], 062 550 20 20, www.ahg-aargau.ch
இந்தக் கல்வி திட்டத்தில் வன்முறையில் ஈடுபடுவோருக்கு வன்முறையின்றி மோதல்களை எவ்வாறு தீர்ப்பது என்று வழிகாட்டப்படும். இந்தக் கல்வி திட்டச் சலுகை குழுக்களாக நடத்தப்படுகிறது, மேலும் 18 வயது மற்றும் அதற்கு மேற்பட்டவர்களை இலக்காகக் கொண்டது. சில சந்தர்ப்பங்களில், இந்தக் கல்வித் திட்டத்தை தனியாகவும் எடுத்து முடிக்க முடியும். தேவைப்பட்டால் மொழிபெயர்ப்பாளரின் சேவையைக் கோரலாம்.

[illegible] 143 – [illegible] (Die Dargebotene Hand), 143 (24 மணிநேரமும்), ஆங்கிலத்தில் பேச அவசர அழைப்பு எண் 0800 143 000, www.143.ch உங்களுக்கு யாரிடமாவது உடனடியாகப் பேச வேண்டும் என்றால் நீங்கள் தொலைபேசி எண் 143 உதவும் கரங்கள் (Die Dargebotene Hand)-ஐத் தொடர்பு கொள்ளலாம். இரவு உட்பட எல்லா நேரங்களிலும் உங்களுக்கு ஆலோசனை வழங்க யாரோ ஒருவர் இருப்பார். இந்தச் சலுகை அநாமதேயமானது.

மேலதிகத் தகவல்கள் (இணைப்புகள், விலாசம், பிரசுரம், அறிவித்தல்)

dev.hallo-aargau.ch/ta/haeusliche-gewalt/hilfe-fur-gewalt-ausubende-personen

KANTON AARGAU

hallo — aargau.ch

குழந்தைகள் மற்றும் இளைஞர்கள்

வீட்டில் வன்முறையை அனுபவிக்கும் குழந்தைகள் மற்றும் இளைஞர்களுக்கு உதவி தேவை. வன்முறை இல்லாத வாழ்க்கைக்கு அவர்களுக்கு உரிமை உள்ளது.

அறிய வேண்டியவை

குழந்தைகள் மற்றும் இளைஞர்கள் வீட்டு வன்முறையை அனுபவிக்கும் போது, அது அவர்களின் வளர்ச்சியை எதிர்மறையாக பாதிக்கிறது. குழந்தைகள் மற்றும் இளைஞர்களுக்கு எதிராக வன்முறை நேரடியாக நடத்தப்படாவிட்டாலும் இது பொருந்தும். சிலர் அமைதியாக அவதிப்படுகிறார்கள், மற்றவர்கள் வெவ்வேறு அறிகுறிகளைக் காட்டுகிறார்கள். எடுத்துக்காட்டாக: பள்ளியில் சிரமங்கள், படுக்கையில் சிறுநீர் கழித்தல், தலைவலி, உணவு அல்லது தூக்கக் கோளாறுகள், சகாக்களைக் கையாள்வதில் சிக்கல்கள் அல்லது ஆக்கிரோஷம்.

குழந்தைகள் மற்றும் இளைஞர்கள் எங்கே உதவியைப் பெறலாம்?

குடும்ப வன்முறையை அனுபவிக்கும் குழந்தைகள் மற்றும் இளைஞர்கள் குடும்பத்திற்கு வெளியே யாரிடமாவது பேசுவது முக்கியம். உதாரணமாக: ஆசிரியர்கள், பள்ளி சமூகப் பணியாளர்கள், கற்பவர்களைக் கவனிப்பவர்கள், நண்பர்களின் பெற்றோர் அல்லது அண்டை வீட்டார்.
பின்வரும் மையங்கள் குழந்தைகள், இளைஞர்கள் மற்றும் அவர்களின் பராமரிப்பாளர்களுக்கு ஆலோசனை வழங்குகின்றன:

- **[illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible]**, 062 835 41 19, www.ag.ch/schulpsychologie
- **[illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible]**, ஆராவ்: 062 838 56 16, பாடன் 056 486 37 05
- **ask! – [illegible] [illegible] [illegible] (16 [illegible] [illegible])**, ஆராவ் மற்றும் பாடன், 062 832 64 40 அல்லது ஆன்லைனில், www.beratungsdienste.ch/jpd
- **[illegible], [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible]**, மாவட்ட வாரியாக மையங்களின் பட்டியல் www.jefb.ch
- **[illegible] [illegible] (Pro Juventute)**, 147 (24 மணி நேரமும்), www.147.ch
  நீங்கள் 24 மணிநேரமும் ப்ரோ யூவன்டுடே (Pro Juventute)ஐ அழைக்கலாம். நிபுணர்கள் உங்கள் உரையாடலைப் பற்றி யாரிடமும் சொல்லமாட்டார்கள். அவர்கள் நீங்கள் சொல்வதைக் கேட்டு, நீங்கள் பிரச்சினைக்குத் தீர்வு கண்டறிய உதவுவார்கள். ப்ரோ யூவன்டுடே (Pro Juventute)ஐ அழைப்பது இலவசம். பெயர் குறிப்பிடத் தேவையில்லை. ப்ரோ யூவன்டுடே (Pro Juventute)ஐ குறுஞ்செய்தி, ஆன்லைன் உரையாடல் அல்லது மின்னஞ்சல் மூலமாகவும் தொடர்பு கொள்ளலாம்.

மேலதிகத் தகவல்கள் (இணைப்புகள், விலாசம், பிரசுரம், அறிவித்தல்)

dev.hallo-aargau.ch/ta/haeusliche-gewalt/kinder-und-jugendliche

பாலியல் வன்முறை

பாலியல் வன்முறை எல்லா இடங்களிலும் நிகழ்கிறது: பொது இடங்களில், வேலை செய்யும் இடங்களில், இணையத்தில் மட்டும் இன்றி உறவு முறை மற்றும் குடும்பத்தில் கூட. பலாத்காரத்திற்குப் பிறகு காவல்துறையில் புகார் செய்ய விரும்பாவிட்டாலும் மருத்துவப் பரிசோதனை செய்து கொள்வது அவசியம்.

பாலியல் வன்முறை என்றால் என்ன?

பாலியல் வன்முறை என்பது ஒருவர் மீது திணிக்கப்படும் அல்லது கட்டாயப்படுத்தப்படும் பாலியல் தொடர்புடைய செயல்கள். எடுத்துக்காட்டாக: பாலியல் துன்புறுத்தல் அல்லது பாலியல் வன்கொடுமை, பாலியல் வற்புறுத்தல், குழந்தை பருவத்தினரிடம் பாலியல் துஷ்பிரயோகம், பாலியல் தீண்டல்/சுரண்டல் அல்லது கற்பழிப்பு. இணையத்திலும் பாலியல் வன்முறைகள் நடக்கின்றன. எடுத்துக்காட்டாக, உங்களுடன் இணைந்து வாழ்வோரின் நெருக்கமான படம் அல்லது புகைப்படப் பதிவுகள் சமூக ஊடகங்களில் அனுமதியின்றி விநியோகிக்கப்பட்டால்.
பாலியல் வன்கொடுமை அனைத்து சமூக வகுப்புகளிலும், வயதுக் குழுக்களிலும் நிகழ்கிறது. மேலும் ???? வேண்டுமானாலும் இதைச் சந்திக்க நேரிடலாம். சுவிட்சர்லாந்தில் பாலியல் வன்முறை தடைசெய்யப்பட்டு தண்டிக்கப்படுகிறது.

அறிய வேண்டியவை

பெரும்பாலான பாலியல் குற்றங்கள் அந்நியர்களால் செய்யப்படுவதில்லை ஆனால் நம்முடன் ஜோடியாக இணைந்து வாழ்வோர், முன்னாள் ஜோடியாக இணைந்து வாழ்ந்தோர், தெரிந்தவர்கள் மற்றும் சக ஊழியர்களால் செய்யப்படுகின்றன. பாதிக்கப்பட்டவர்கள் பெரும்பாலும் வெட்கப்படுகிறார்கள் மற்றும் குற்ற உணர்ச்சியால் பாதிக்கப்படுகிறார்கள். உதவி பெற தைரியம் வேண்டும். இருப்பினும், கற்பழிப்புக்குப் பிறகு, மருத்துவப் பரிசோதனை செய்து கொள்வது அவசியம். பின்னர் காவல்துறையிடம் புகார் அளிக்கலாம்.

KANTON AARGAU

hallo — aargau.ch

எங்கே உதவி பெறலாம்?

நீங்கள் அல்லது உங்களுக்குத் தெரிந்த ஒருவர் பாலியல் வன்முறையை அனுபவித்திருந்தால்:
[illegible] [illegible], முடிந்தால் **72** **[illegible] [illegible]** மருத்துவ பரிசோதனை செய்யுங்கள்.
[illegible] [illegible], [illegible] [illegible] [illegible] +41 62 838 50 74, Haus 8, Tellstrasse 25, Aarau

[illegible] [illegible] [illegible], [illegible] [illegible] [illegible] +41 62 838 41 41, Haus 1, Tellstrasse 25, Aarau

[illegible] [illegible], [illegible] [illegible] [illegible] +41 62 838 49 41, Haus 9, Tellstrasse 25, Aarau
[illegible] [illegible]

- நீங்கள் உடனடியாக ஒரு குடும்ப மருத்துவர் அலுவலகத்திற்கு அல்லது மருத்துவமனைக்குச் செல்ல முடியாவிட்டால், ஒரு காகிதப் பையில் ஆடை போன்ற ஆதாரங்களை வைத்திருங்கள்.
- ஆன்லைன் உரையாடல் வரலாறுகள் மற்றும் குறுஞ்செய்திகளும் ஆதாரமாகச் செயல்படலாம். இந்தத் தரவுகளைக் காப்புப் பிரதி எடுக்கவும்.

[illegible] [illegible]

- ஆர்காவ் பாதிக்கப்பட்டோர் ஆலோசனை மையம் சட்ட மற்றும் உளவியல் உதவியை வழங்குகிறது.
- குற்றவியல் புகாரைத் தாக்கல் செய்வதன் நன்மைகள் மற்றும் தீமைகள் பற்றிய தகவல்களையும் இது வழங்குகிறது.
- நீங்கள் புகாரைத் தாக்கல் செய்தாலும் செய்யாவிட்டாலும், காப்புச் சிகிச்சைக்கான செலவுகள் பாதிக்கப்பட்டோர் ஆதரவால் ஏற்றுக் கொள்ளப்படும்.
- **[illegible]**: பாதிக்கப்பட்டோர் ஆலோசனை மையம் ஆர்காவ், 062 835 47 90 அல்லது ஆன்லைன் உரையாடல், www.opferberatung-ag.ch

மேலதிகத் தகவல்கள் (இணைப்புகள், விலாசம், பிரசுரம், அறிவித்தல்)

dev.hallo-aargau.ch/ta/haeusliche-gewalt/sexualisierte-gewalt

உளவியல் வன்முறை

உளவியல் வன்முறை பெரும்பாலும் படிப்படியாகத் தான் தொடங்குகிறது. பாதிக்கப்பட்டவர்களும் அவர்களைச் சுற்றியுள்ளவர்களும் பொதுவாக நீண்ட காலம் உளவியல் வன்முறையை அடையாளம் காணமாட்டார்கள்.

உளவியல் வன்முறை என்றால் என்ன?

உளவியல் ரீதியான துஷ்பிரயோகம் குடும்ப வன்முறையின் ஒரு வடிவமாக இருக்கலாம். அவமதித்தல், அவமானப்படுத்துதல், மிரட்டுதல், குற்ற உணர்வைத் தூண்டுதல், கூச்சலிடுதல், கொலை மிரட்டல்கள், பின்தொடர்தல், குழந்தைகள் அல்லது முதியவர்களைப் புறக்கணித்தல், பொறாமை கொண்ட நடத்தை அல்லது உளவியல் ரீதியான பயங்கரவாதம் போன்ற வன்முறைச் செயல்கள் இதில் அடங்கும். பொருட்களை அழிப்பது அல்லது செல்லப்பிராணிகளைச் சித்திரவதை செய்வதும் இதில் அடங்கும். உளவியல் வன்முறை சமூக மற்றும் பொருளாதார வடிவங்களையும் உள்ளடக்கியது. இதில் அதிகாரம் மற்றும் கட்டுப்பாட்டைச் செயல்படுத்துவது முக்கிய பங்கு வகிக்கிறது.

- சமூக வன்முறை: உதாரணமாக, ஒரு நபர் குடும்ப உறுப்பினர்களையோ நண்பர்களையோ சந்திப்பது தடைசெய்யப்படுவது. அல்லது உடன் வேலை செய்யும் சக ஊழியர்களைச் சந்திக்கும் போது ஒருவர் கட்டுப்படுத்தப்படுவது.
- பொருளாதார வன்முறை: ஒருவர் வேலை செய்ய தடை விதிக்கப்படுவது அல்லது ஒரு வேலையைச் செய்ய கட்டாயப்படுத்தப்படுவது. அவருடைய நிதியை கட்டுப்படுத்துவது, பிடுங்குவது அல்லது அவரிடமிருந்து பணத்தைச் சுரண்டுவது.

அறிய வேண்டியவை

சமூகத்தின் அனைத்து நிலைகளிலும் உளவியல் வன்முறைகள் ஏற்படுகின்றன. இது உடல் ரீதியான வன்முறையை விட தெளிவற்றது. உளவியல் வன்முறையும் சுவிட்சர்லாந்தில் தடைசெய்யப்பட்டு தண்டிக்கப்படுகிறது.
உளவியல் வன்முறை என்பது உடல் ரீதியான வன்முறையைக் காட்டிலும் மிகவும் நுட்பமானது மற்றும் வெளிப்படையாகத் தெரியாது, ஆனால் உளவியல் வன்முறை உடல் ரீதியான வன்முறையைப் போலவே தீவிரமான மற்றும் உயிருக்கு ஆபத்தான விளைவுகளை ஏற்படுத்தலாம். பாதிக்கப்பட்டவர்கள் சுயமரியாதை குறைவு, தூக்கம் மற்றும் உணவுக் கோளாறு, கவனம் செலுத்துதல் மற்றும் செயல்படுவதில் சிரமம், கவலை அல்லது மனச்சோர்வு போன்ற உணர்வுகளால் பாதிக்கப்படுகின்றனர். எனவே முன்கூட்டியே உதவி பெறுவது முக்கியம்.

எங்கே உதவியைப் பெறலாம்?

ஆபத்து அல்லது தொடர்ந்து அச்சுறுத்தல் இருந்தால், காவல்துறை உதவும் (117).
பின்வரும் மையங்கள் இலவச ஆலோசனை மற்றும் ஆதரவை வழங்குகின்றன:

- **[illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] (Anlaufstelle gegen Häusliche Gewalt)**, 062 550 20 20, www.ahg-aargau.ch
- **[illegible] [illegible] [illegible] [illegible] (Opferberatung Aargau)**, 062 835 47 90 அல்லது ஆன்லைன் உரையாடல், www.opferberatung-ag.ch
- **[illegible] 143 –** உதவும் கரம் (Die Dargebotene Hand) (24 மணி நேரமும்), 143, www.143.ch, ஆங்கிலத்தில் பேச அவசர அழைப்பு எண் 0800 143 000
- **[illegible] [illegible] [illegible]-[illegible] (Frauenhaus Aargau-Solothurn)**, 062 823 86 00 (24-மணி நேர அவசர அழைப்பு எண்), www.frauenhaus-ag-so.ch
- **[illegible]** , 056 552 08 70 (சூரிச்), www.zwueschehalt.ch (குழந்தைகளுடன் அல்லது குழந்தை இல்லாத ஆண்களுக்கான தங்குமிடம். நிதி பங்களிப்பு தேவைப்படும்).

மேலதிகத் தகவல்கள் (இணைப்புகள், விலாசம், பிரசுரம், அறிவித்தல்)

dev.hallo-aargau.ch/ta/haeusliche-gewalt/psychische-gewalt

பின்தொடர்தல்

பின் தொடர்வது என்பது ஒரு வகையான வன்முறை, மேலும் இது அதிகமான மன அழுத்தத்தை ஏற்படுத்துகிறது. இதைப் பற்றி பேசுவதும், ஆலோசனை பெறுவதும் மிகவும் முக்கியம். எவ்வளவு விரைவில் உதவியைப் பெற முடியுமோ, அவ்வளவு விரைவில் பெறவும்.

பின் தொடர்தல் என்றால் என்ன?

ஒருவருடனான கூட்டான்மை உறவிலிருந்து பிரியும் போதும், அதற்குப் பிறகும் பின் தொடர்தல் அடிக்கடி நிகழ்கிறது. பின் தொடர்பவர்கள், நண்பர்கள் மற்றும் நமது சுற்றுப்புறம், தொழில் போன்ற உடனடி சூழலில் அறிமுகமானவர்கள் வழியாக வரலாம்.
பின் தொடர்தல் பல விதங்களைக் கொண்டுள்ளது. எடுத்துக்காட்டாக: தொடர்ந்து ஒருவருக்காகக் காத்திருத்தல், வீட்டிற்கு அல்லது வேலை பார்க்கும் இடத்திற்குப் பின் தொடர்தல், ஒவ்வொரு பகல் அல்லது இரவு நேரங்களிலும் திரும்பத் திரும்ப தொடர்பு கொள்ளுதல், விருப்பமற்ற அல்லது தேவையற்ற பரிசுகளை அனுப்புதல், உளவு பார்ப்பதற்காக வீட்டிற்குள் நுழைதல். பின் தொடர்தல் பெரும்பாலும் ஆன்லைனில் நடைபெறுகிறது. பின்தொடர்பவர்கள் இன்ஸ்டாகிராம், டிக் டாக், ஸ்னாப்சாட் , மின்னஞ்சல், ஜி பி எஸ் போன்றவற்றைப் பயன்படுத்துகின்றனர்.

பாதிப்பு யாருக்கு?

பின் தொடர்தல் சமூகத்தின் அனைத்து குழுக்களிலும் ஏற்படுகின்றன, இது ⍰⍰⍰⍰ வேண்டுமானாலும் பாதிக்கலாம். ஒருவர் கூட்டாண்மை உறவிலிருந்து பிரியும் பொழுது, பெரும்பாலும் பின்தொடர்தல் அடிக்கடி நிகழ்கிறது. பாதிக்கப்பட்டவர்களில் பலர் தங்கள் அன்றாட வாழ்க்கையில் மிகவும் துன்பப்படுகிறார்கள் மற்றும் தொடர்ந்து மன அழுத்தத்தால் அவதிப்படுகிறார்கள்.

அறிய வேண்டியவை

சுவிட்சர்லாந்தில் பின்தொடர்வது தடைசெய்யப்பட்டுள்ளது, மேலும் அது தண்டனைக்குரியது.
⍰⍰⍰⍰⍰⍰⍰⍰⍰⍰⍰⍰⍰⍰⍰⍰⍰⍰⍰⍰⍰⍰⍰⍰⍰⍰⍰⍰⍰ ⍰⍰⍰ ⍰⍰⍰⍰⍰⍰⍰⍰⍰⍰⍰⍰⍰⍰ கீழே உள்ளன:

- தேவையற்ற தொடர்பு அல்லது பின் தொடர்தல் என்று வரும்போது ஆரம்பத்திலேயே நிலையான, தெளிவான எல்லைகளை வரையறுக்கவும்.
- உங்களைப் பின்தொடர்பவரிடம், நீங்கள் அவருடன் எந்தத் தொடர்பையும் விரும்பவில்லை என்று தெளிவாகவும், சந்தேகத்திற்கு இடமின்றியும் சொல்லுங்கள்.
- எந்த சூழ்நிலையிலும் நீங்கள் அவரை மீண்டும் தொடர்புகொள்ள முயற்சிக்கக் கூடாது.
- அனைத்து பின்தொடர்தல் சம்பவங்களின் தேதி மற்றும் நேரத்தைப் பதிவு செய்யவும்.
- பரிசுகளையும், புகைப்படங்களையும் பத்திரமாக வைத்திருக்கவும்.
- தொலைபேசி குறுஞ்செய்திகளை படம் எடுத்து வைக்கவும்.
- நண்பர்கள், அண்டைவீட்டார் அல்லது முதலாளிகளுக்கு இதைப் பற்றித் தெரிவிக்கவும்.

எங்கே உதவியைப் பெறலாம்?

ஆபத்து அல்லது தொடர்ந்து அச்சுறுத்தல் இருந்தால், காவல்துறை உதவும் (117).
பின்வரும் மையங்கள் இலவச ஆலோசனை மற்றும் ஆதரவை வழங்குகின்றன:

- **[illegible]**, 062 835 47 90, www.opferberatung-ag.ch
- **[illegible]**, 062 550 20 20, www.ahg-aargau.ch

[illegible]:

- **[illegible]-[illegible]**, குழந்தைகளுடன் அல்லது இல்லாத பெண்கள் பாதுகாப்பு, ஆலோசனை மற்றும் தங்குமிடங்களைப் பெறலாம். தொலைபேசி மூலம் 24 மணிநேரமும் தொடர்பு கொள்ளலாம் (062 823 86 00).
- **[illegible]** , 056 552 08 70 (சூரிச்), www.zwueschehalt.ch
  சூரிச், பெர்ன் மற்றும் லூசெர்னில் உள்ள ஸ்வ்யூஷன்ஹால்ட், குழந்தைகள் உள்ள அல்லது குழந்தைகள் இல்லாத, வன்முறையால் பாதிக்கப்பட்ட ஆண்களுக்குத் தங்குமிடத்தையும், ஆலோசனையையும் வழங்குகிறது. இதில் நிதி பங்களிப்பு தேவைப்படுகிறது.

மேலதிகத் தகவல்கள் (இணைப்புகள், விலாசம், பிரசுரம், அறிவித்தல்)

dev.hallo-aargau.ch/ta/haeusliche-gewalt/stalking

KANTON AARGAU

hallo — aargau.ch

வசிப்பிட உரிமை

குடும்ப வன்முறையால் பாதிக்கப்பட்டவர்கள், பிரிந்தால் தங்களுடைய வசிப்பிட உரிமையை இழக்க நேரிடும் என்று பயப்படுகிறார்கள். ஆலோசனை மையத்திலிருந்து இதைப் பற்றிய தகவல்களைப் பெறுவது முக்கியம். ஆலோசனை பெறுதல் உங்கள் வசிப்பிட உரிமையை பாதிக்காது!

அறிய வேண்டியவை

நீங்கள் சுவிட்சர்லாந்தில் திருமணம் மூலம் வசிப்பிட உரிமையைப் (குடும்ப மறு ஒருங்கிணைப்பு) பெற்றிருந்து, அங்கு குடும்ப வன்முறையை அனுபவிப்பவராக இருந்தால், நீங்கள் பிரிந்த பிறகும் உங்கள் சூழ்நிலையைப் பொறுத்து சுவிட்சர்லாந்தில் வசிக்கும் சாத்தியகூறுகள் உள்ளன.
தற்காலிகமாக புகுந்த வீட்டிற்கு வெளியே (எ.கா. பெண்கள் தங்குமிடம் அல்லது நண்பரின் வீட்டில்) தங்குவது குடியிருப்பு அனுமதியை இழக்க வழி வகுக்காது.
பிரிய நேர்ந்தால் சட்ட நிலைமை சிக்கலானதாக இருப்பதாலும், ஒவ்வொரு சூழ்நிலையிலும் சட்ட நிலைமை வித்தியாசமாக இருப்பதாலும் ஆலோசனை உங்களுக்கு உதவும்.
வன்முறை சம்பவங்களுக்கு ஆதாரம் இருப்பது முக்கியம். ஆகவே, பின்வருவனவற்றை நாங்கள் பரிந்துரைக்கிறோம்:

- காயங்கள், வாட்ஸ்அப் மற்றும் ஃபேஸ்புக் போன்றவற்றில் நீங்கள் பெற்ற அச்சுறுத்தல்கள் அல்லது அவமானங்களின் புகைப்படங்களை எடுக்கவும்.
- ஆதாரங்களைப் பாதுகாப்பான இடத்தில் வைக்கவும். உதாரணமாக, ஒரு நண்பரிடத்தில் அல்லது வேலை செய்யும் இடத்தில்.
- வன்முறையைப் பற்றி உங்களைச் சுற்றி உள்ளவர்களில் சிலருக்குத் தெரியப்படுத்துங்கள் எ.கா. உங்கள் நண்பர்கள் வட்டத்தில் உள்ள ஒருவருக்கு, உங்களுடன் வேலை செய்பவரிடத்தில், அண்டைவீட்டாரிடத்தில் அல்லது பள்ளியில்.

எங்கே உதவியைப் பெறலாம்?

பிரிவுக்குப் பின் வசிப்பிட உரிமை குறித்து ஏதேனும் கேள்விகள் இருந்தால், நீங்கள் இங்கே ஆலோசனையைப் பெறலாம்:
???????????????????? ???????? ?????? ????????, 062 835 47 90 அல்லது ஆன்லைன் உரையாடல், www.opferberatung-ag.ch. ஒரு நிபுணர் உங்களுக்கு தற்போதைய சட்ட நிலைமையை விளக்கி, அடுத்த கட்ட நடவடிக்கைகளில் ஆதரவளிப்பார். ஆலோசனை இலவசம் மற்றும் ரகசியத் தன்மை காக்கப்படும்.. மொழிபெயர்ப்புக்கான சாத்தியக்கூறுகள் உள்ளன.

மேலதிகத் தகவல்கள் (இணைப்புகள், விலாசம், பிரசுரம், அறிவித்தல்)

dev.hallo-aargau.ch/ta/haeusliche-gewalt/aufenthaltsrecht

கட்டாயத் திருமணம் மற்றும் பெண் பிறப்புறுப்புச் சிதைப்பு

சுவிட்சர்லாந்தில் கட்டாயத் திருமணம் மற்றும் பெண் பிறப்புறுப்புச் சிதைப்பு தடை செய்யப்பட்டுள்ளது. இதற்கான சிறப்பு நிபுணத்துவ மையங்களுடன் கூடுதலாக பாதிக்கப்பட்டோர் ஆதரவு ஆலோசனை மையங்களும் உதவியை வழங்குகின்றன.

கட்டாயத் திருமணம் என்றால் என்ன?

ஒரு நபர் தனது சொந்த விருப்பத்திற்கு மாறாக குடும்பத்தின் வற்புறுத்தலின் கீழ் திருமணம் செய்து கொண்டால், அது கட்டாயத் திருமணம் என்று அழைக்கப்படுகிறது. ஒரு நபர் தனது விருப்பத்திற்கு மாறாக திருமணவாழ்க்கையில் தொடர்ந்து வாழ்ந்திருந்தால், அது கட்டாயத் திருமண வாழ்க்கை என்று அழைக்கப்படுகிறது. வற்புறுத்தலின் எடுத்துக்காட்டுகள் பின்வருமாறு: (கொலை) அச்சுறுத்தல், மிரட்டல், உளவியல் அழுத்தம் அல்லது உடல்ரீதியான வன்முறை.
பெண்கள் மட்டுமின்றி ஆண்களும் கட்டாயத் திருமணத்தில் தள்ளப்படுகிறார்கள். கட்டாயத் திருமணத்தால் பாதிக்கப்படுபவர்கள் பெரும்பாலும் 18 வயதுக்குட்பட்டவர்கள்.

அறிய வேண்டியவை

சுவிட்சர்லாந்தில் கட்டாய திருமணங்கள் மற்றும் கட்டாய திருமண வாழ்க்கைகள் தடைசெய்யப்பட்டுள்ளன, மேலும் தண்டிக்கப்படுகின்றன.
கட்டாய திருமணத்தால் பாதிக்கப் பட்டவர்கள் பொதுவாக தீவிர உளவியல் ரீதியான மன அழுத்தத்திற்கு உள்ளாகிறார்கள். அவர்கள் உயிர் வாழ்வதற்கு தொழில்முறை உதவி பெரும்பாலும் அவசியம்.

எங்கே உதவியைப் பெறலாம்?

பின்வரும் மையங்கள் பாதிக்கப்பட்டவர்களுக்கும் நிபுணர்களுக்கும் இரகசியமான மற்றும் இலவச ஆலோசனைகளை வழங்குகின்றன:

- [illegible], 062 835 47 90, www.opferberatung-ag.ch
- [illegible], தொடர்பு கொள்ளவேண்டிய எண் 0800 800 007, www.zwangsheirat.ch

பெண் பிறப்புறுப்புச் சிதைப்பு என்றால் என்ன?

பெண் பிறப்புறுப்பு சிதைப்பில் பெண்ணின் பிறப்பு உறுப்பு வெட்டப்படுகிறது. இதில் பல்வேறு வகைகளும் நடைமுறைகளும் உள்ளன. பிறப்புறுப்புச் சிதைப்பு பெற்ற பெண் பிள்ளைகளும், பெண்களும் உடல் ரீதியான மற்றும் உளரீதியான பல்வேறு விளைவுகளால் பாதிக்கப்படுகிறார்கள்.

KANTON AARGAU

hallo — aargau.ch

அறிய வேண்டியவை

பெண் பிறப்புறுப்புச் சிதைப்பு சுவிட்சர்லாந்தில் தடை செய்யப்பட்டுள்ளது, மேலும் அது தண்டிக்கப்படுகிறது. சுவிட்சர்லாந்திற்கு வெளியே தங்கள் குழந்தையின் பெண் பிறப்புறுப்புச் சேதத்தை ஏற்பாடு செய்தாலும் பெற்றோர்கள் குற்றத்தைச் செய்வதாகவே கருதப்படுகிறார்கள்.

எங்கே உதவியைப் பெறலாம்?

பின்வரும் மையங்கள் பாதிக்கப்பட்டோருக்கும் நிபுணர்களுக்கும் ஆலோசனை வழங்குகின்றன:

- **[illegible]**, 062 822 55 22, www.seges.ch
  ஆர்காவில் உள்ள இந்த சிறப்புத்துறை பாதிக்கப்பட்டோர்களுக்கும் நிபுணர்களுக்கும் இலவச மற்றும் ரகசிய ஆலோசனைகளை வழங்குகிறது.
- **[illegible]**, 062 838 50 63 அல்லது 062 838 50 70, www.ksa.ch ஆலோசனை, மகளிர் மருத்துவ கட்டுப்பாடு, கர்ப்ப காலத்தில் குறுநடுக்கநீக்கம் (டிஃபிபுலேஷன்) போன்றவற்றை வழங்குகிறது. தேவைப்பட்டால், மொழிபெயர்ப்பாளர் சேவை ஏற்பாடு செய்யப்படும்.
- **[illegible]**, 041 419 23 55, www.caritas.ch
  காரிடாஸ் சுவிட்ஸர்லாந்து பாதிக்கப்பட்ட குடும்பங்களுக்கு இலவச மற்றும் ரகசிய ஆலோசனைகளை வழங்குகிறது.
- **[illegible]**, 062 835 47 90, www.opferberatung-ag.ch
  ஆர்காவ் பாதிக்கப்பட்டோர் ஆலோசனை மையமும் ஆதரவை வழங்க முடியும்.

மேலதிகத் தகவல்கள் (இணைப்புகள், விலாசம், பிரசுரம், அறிவித்தல்)

dev.hallo-aargau.ch/ta/haeusliche-gewalt/zwangsheirat-und-madchenbeschneidung