

# آنچه که شما باید بدانید در مورد سوء استفاده، آزار و اذیت جنسی



**ممکن هر کس مورد آزار و اذیت جنسی قرار گیرد که این عمل شامل موارد ذیل می شود:**

- تجاوز و حمله جنسی
- ابراز نظریات مکرر جنسی و انکشاف آن
- تهدید به آسیب رساندن یک شخص حتی بدون آنکه مرتکب عمل جنسی شده باشد
- لمس نمودن اندام های محرم یک شخص و یا مجبور کردن به لمس کردن اندام های محرم شخص دیگر
- برهنه کردن بدن یک شخص
- دادن تحایف یا غذا یا هم مواد خاص در بدل عمل جنسی
- وادار نمودن یک شخص به ثبت تصاویر و فلم های جنسی و یا هم تماشای آن

# آنچه که میتوانید انجام دهید در مورد سوء استفاده، آزار و اذیت جنسی



- از حالتی که شما در آن احساس نا راحتی می کنید آگاه باشید. به خود اعتماد داشته باشید. اگر احساس بد و نا امنی می کردید، آنجا را ترک کنید و یا هم با یکی از اعضای تیم کاری خود به تماس شوید. شما حق دارید که بگوئید "توقف کو"، "به من دست نزن!"
- اگر شما و یا شخص دیگر برای رابطه جنسی، لمس کرن و یا لمس کردن شخص دیگر تحت فشار قرار می گیرید، فوراً به یکی از اعضای تیم کاری خود خبر دهید و برای درخواست کمک ضرور نیست که منتظر بمانید تا واقعه تجاوز جنسی اتفاق بیافتد.
- از محلاتی که بازدید آن برای تیم کاری تان مشکل تمام می شود آگاه باشید
- اگر با یکی از همسالان و یا عضو تیم کاری خود دیگر احساس راحتی و امنیت نمی کنید، همیشه یکی از اعضای تیم کاری خود را خبر سازید.

# چطور می توانید کمک دریافت نمائید

هیچکس حق ندارد به هر طریقی که باشد باعث ناراحتی شما گردد، یا شما را لمس کند. تا زمانی که شما در اینجا هستید، حق دارید که در امان باشید.

در اینجا آزار و اذیت جنسی را در هیچ سطحی تحمل کرده نمیتواند. این بدین معنی است که ما متعهد به گزارش و پیگیری هر واقعه مبنی بر ادعای آزار و اذیت جنسی بوده و برای قربانی آن خدمات ارائه می داریم.

اگر قربانی آزار و اذیت جنسی بوده و یا هم از آزار و اذیت جنسی شخص دیگر شاکی هستید، پس چنین حالات را باید گزارش دهید. به یک شخص بالغ خبر دهید و یا هم با شماره های ذیل به تماس شوید:

## شماره اضطراری:

از هر نوع تلفون به شماره ۹۱۱ تماس بگیرید

اگر هر نوع سوء استفاده یا آزار و اذیت را تجربه می کنید یا سوالی دارید - لطفاً با خط تلفن ملی کمک به کودک آزاری به شماره 1-800-422-4453 تماس بگیرید یا یک پیام کتبی بگذارید. هر آنچه که احساس می کنید برای ما مهم است و ما می خواهیم به شما کمک کنیم.



# آنچه که شما باید در مورد مصئونیت جانی و رضایت بدانید

## تا زمانیکه شما درینجاه باقی میمانید حق دارید که مصئون باشید

هر کودک مستحق یک محیطی است که در آن احساس امنیت کند و همیشه در امن باشد. این بدین معنی است که ما هر ادعای مبنی بر سوء استفاده و اذیت جنسی را راپور داده و به قربانی آن خدمات ارائه می داریم.

این اتفاق برای هر کس رخ داده می تواند بدون اینکه تقصیر از شما باشد!



## آزار و اذیت جنسی چیست؟

توجو و رفتاری ناخوشایند که شما را ناراحت و نا امن سازد، که این شامل موارد مختلف ذیل می گردد:

- گفتار و کرداری که شما را ناراحت و غیر مصئون سازد
- تهدید به ضرر رساندن به شما و یا عزیزان تان در صورتیکه به خواسته هایشان عمل نکنید. تهدید به نگهداشتن شما درینجاه برای مدت بیش از حد. تهدید به راپور دادن در مورد شما
- لمس کردن اندام های خصوصی شما و یا مجبور ساختن شما به لمس کردن اندام های خصوصی شخص دیگر
- نشان دادن اندام های خصوصی خود و یا از شخص دیگر به شما
- مجبور نمودن شما به گرفتن تصاویر و ضبط ویدیو از اندام های خصوصی شما و یا هم تماشای آن
- پیشکش نمودن تحایف، غذا و یا اجناس خصوصی دیگر در بدل لمس نمودن و یا نشان دادن اندام های خصوصی شما
- تقاضاء از شما برای تکذیب و راز نگهداشتن

## اندام های خصوصی کدامها اند؟

تمام قسمت های زیر پوشش لباس و دهن. هیچکس نمیتواند که اندام های خصوصی شما را لمس کند. هیچ فرد از شما تقاضاء کرده نمیتواند تا اندام های خصوصی اش را لمس کنید و هیچکس هم تصاویر برهنه را به شما نمایش داده نمیتواند.

## رضایت چیست؟

رضایت اجازه شما برای رخ دادن یا توافق برای انجام کاری است. هیچ کس نباید بدون اجازه شما به شما دست بزند. گفتن به کسی که به شما دست نزند، بی ادبی نیست!

## چطور از کسی رضایت و یا اجازه اخذ نمائیم؟

- ببخشید آیا می توانم که ...؟
- ببخشید آیا اجازه است که ...؟
- ببخشید آیا علاقه دارید که ...؟
- ببخشید آیا می خواهید که ...؟

## چطور بدانید که مصئون نیستید؟

زمانیکه با کسی و یا در نزدیکی کسی هستید و احساس نا امنی می کنید و یکی از علائم ذیل نزد تان بوجود بیاید:

- تمایل به گریه کردن
- موی در بدن راست شدن
- افزایش ضربان قلب
- حس نا خوشی در شکم
- احساس لرزش
- لرزش پا ها
- تمایل به تشناب رفتن
- احساس ترس



### در صورتیکه مصئونیت شما توسط یک شخص به خطر مواجه شود چه باید کرد؟

- شما حق دارید که بگوئید "خیر"، "توقف کن"، "به من دست نزن!"
- فوراً به یک شخص بزرگ و قابل اعتماد خبر بدهید (مشاور، استاد و یا اعضای فامیل).
- جسم شما متعلق به خود شما است. این شما هستید که در مورد چی خوب یا بد است تصمیم بگیرید.

هرگز حالاتی را که باعث ناراحتی و نا امنی شما شده است پنهان نکنید



## چگونه آزار و اذیت جنسی راپور داده میشود

در صورتیکه شما قربانی آزار و اذیت جنسی باشید و یا مشکوک هستید که شخص دیگر مورد آزار و اذیت جنسی قرار گرفته است، ضرور است تا آن را راپور دهید. یک شخص بزرگسال و قابل اعتماد را خبر ساخته و یا به شماره های ذیل تماس بگیرید:

### عاجل

با شماره ۹۱۱ از هر نوع تیلیفون در تماس شوید

اگر هر نوع سوء استفاده یا آزار و اذیت را تجربه می کنید یا سوالی دارید - لطفاً با **خط تلفن ملی کمک به کودک آزاری** به شماره **1-800-422-4453** تماس بگیرید یا یک پیام کتبی بگذارید. هرآنچه که احساس می کنید برای ما مهم است و ما می خواهیم به شما کمک کنیم.