Stiftung gegen Gewalt an Frauen und Kindern

Frauenhaus Bern
Frauenhaus Thun – Berner Oberland

ክኽየድ‘ውን ይክኣል እዩ!

ከም ዝቕጽል ምስ ዘጋጥም ...
... ምስ መጻምድትኽን ጎነጽ ዘጋጥመክን እንተኾነ፤
... ኣብ ፍርሓት ዝሰፈኖ ህይወት ትነብራ እንተዄንክን፤
... ደቅኽን እዉን በዚ ጉዳይ ዝተተንከፉ እንተኾኑ እሞ
 እስኽን ክትከዳ እንተደለኽን፤
ነቲ ምሓባር ትነብርኦ ገዛ ምስ ደቅኽን ሓዲግክን ክትከዳ መሰል ኣለክን፤

ናበይ ?
ከምዚ ዓይነት ኩነታት ከጋጥም ከሎ ምስ ገዛ ኣንስቲ ብቴለፎን ክትራኸባ ትኽእላ ኢኽን። ውሕስነት ምእንቲ ክሕሎ ተባሂሉ ኣድራሻኡ ሕቡእ እዩ። ንመሰጋገሪ እዋን ዝኸውን መንበሪን ሓገዝን ካባና ክትረኽባ ትኽእላ ኢኽን። ምስ ካልኦት ከማኽን ዓይነት ተሞክሮ ዝገበሩ ኣንስትን ቆልዑን ብሓባር ኢኽን ትነብራ። ብሓባር ኳንና ንዓኽንን ንደቕኽንን መፍትሒ ክንረክብ ኢና።

ገዛ ኣንስቲ ዘለዎ ቀረብ ...
ንሕና ንጉዳይክን ብቁምነገር ኢና ንወስዶ ከምኡውን ንመሰልክንን ንመሰል ደቅኽንን ደጊፍና ንቐውም ኢና። ኣብ ልዕሊኡውን ነቲ ውሳነኽን ንሕግዝ ኢና ምሳኽን ብሓባር ኳንና ኸኣ ዝከኣል ሓደ መፍትሒ ንናዲ ኢና። ኣብ እዋን ቅልውላው ኩነታት፣ ነቲ ኣብ ገዛ ኣንስቲ ንምንባር ዝኽፈል ዋጋ፣ ዝዕንቅፍ ምኽንያት ክኸውን የብሉን። ዋጋታት ዝሸፈነሉ መገድታት ምስቶም ዝምልከቶ ሰበ ስልጣንን ምሳኽንን ብሓባር ኳንና ከነሳልጦ ኢና።
በዚ ጉዳይ ንዝተተንከፉ፣ ነዝማዶምን ንዝሓልዩሎም ሰባትን ብተሌፎን እውን ምኽሪ ንህበሉ ቀረባት ኣለና።