

የቤት ውስጥ ጥቃት ስለባዎችን መርዳት በኮቪድ-19 (COVID-19) የጤና ቀውስ ወቅት

የቤት ውስጥ ጥቃት አንድ የቅርብ አጋር በሌላው አጋሩ ላይ ሆን ብሎ ማስፈራራት ፣ አካላዊ ድብደባ ፣ የንክኪ ጥቃት ፣ ወሲባዊ ጥቃት እና / ወይም ስልታዊ የኃይል ጥለት ቁጥጥር አካል ነው። የመጎሳቆል ዓይነቶች አካላዊ ፣ ስሜታዊ ፣ ስድብ ፣ ወሲባዊ ፣ የገንዘብ ፣ የቴክኖሎጂ በደልና ማድባት ያካትታሉ ።

በኮቪድ-19 (COVID-19) የጤና ቀውስ ወቅት:

የህዝብ መጨናነቅ የሚበዙባቸውን ማስወገድ እና በርቀት መስራት የኮቪድ-19 (COVID-19) ስርጭትን ለመቀነስ ሊረዳ ይችላል ፣ ነገር ግን የጥቃት ስለባዎች ብዙውን ጊዜ ቤት መሆን በጣም አደገኛ ነው። ሥራ ፣ ትምህርት ቤት ፣ የመልእክት መስጫ ቦታዎች እና የትርፍ ጊዜ ማሳለፊያዎች ብዙውን ጊዜ ተጠቂዎች ከአጥቂያቸው እንዲርቁ የሚመቹ ናቸው ።

በዳዩ አሁን በኃይል እና በቁጥጥር ላይ ለማዋል ብዙ ዕድሎች ይኖረዋል ። ከሚቀጥሉት ጥቃቶች ጋር በተያያዘ በዳዮች የሚከተሉትን ሊያደርጉ ይችላሉ ። ።

- እንደ የእጅ ማፅጃ ወይም የማጽጃ ፈሳሾች ያሉ አስፈላጊ ነገሮችን ይያዙ።
- ተጎጂውን ለመቆጣጠር ወይም ለማስፈራራት ስለ ወረርሽኝ የተሳሳተ መረጃ ያስራጩ።
- የኢንሹራንስ ካርዶችን መያዝ ፣ የመድን ሽፋንን ለመሰረዝ ማስፈራራት ወይም ተጎጂው ከሚፈልገው የሕክምና ዕርዳታ ያከላከላል።
- ከጓደኞችዎ እና ከቤተሰብዎ ጋር ሙሉ በሙሉ ለመገናኘት የሰልክ ወይም የኮምፒተር መዳረሻን እንዳያገኙ ያግዳል።
- ሊሄዱበት የሚችል ቦታ የላቸውም ብለው በማሳብ ተጎጂውን ከቤት ውጭ ለማስወጣት ያስፈራሉ።



ተጠቂዎች እርዳታ ለማግኘት እንዳይችሉ የሚያደርጉ ምክንያቶች:

- ወረርሽኝ በሚከሰትበት ጊዜ አገልግሎቶች አይገኙም ወይም ዝግ ይሆናሉ ብለው ያስባሉ ።
- ከሰዎች ጋር በቡድን ስለሚያቅራርባቸው መጠለያ ለመግባት ይፈራሉ ።
- በዕድሜ የገፉ ወይም ሥር የሰደደ የልብ ወይም የሳንባ ችግር ያለባቸው ተጠቂዎች ሕዝብ በሚበዙባቸው ቦታዎች የተለምዶ ድጋፍ ለማግኘት ተጋላጭ ሊሆኑ ይችላሉ ።
- የጉዞ ክልከላ የተጠቂውን ማምለጫ ወይም የደህንነት ዕቅድ ላይ ተጽዕኖ ሊኖረው ይችላል ።

ግብዓቶች



የቤት ውስጥ ጥቃት ሊያጋጥመው የሚችል ሰው ይኖራል ብለው የሚያሳስብዎት ነገር ካለ:

- ደህንነቱ የተጠበቀና አስተማማኝ ከሆነ በስልክ /በኮምፒዩተር እነሱን ማግኘትዎን ይቀጥሉ።
- ጊዜው ከባድና አስፈሪ በመሆኑ የእነሱ ጥፋት አለመሆኑንና እንደሚያምኑአቸውም ያስታውሷቸው።
- የደህንነት ዕቅድ እንዲያቅዱ ይርዷቸው።
- አገልግሎቶች አሁንም የሚገኙ መሆኑን ይንገሯቸው።

የደህንነት ዕቅድ እንዲያቅዱ ይርዷቸው።

- ምንም የጦር፡መሣሪያዎች የሌሉበትና ደህንነቱ አስተማማኝ የሆነ ቤትና አካባቢዎችን ለይተው ይወቁ።
- የሚቻል ከሆነ በማንኛውም ጊዜ ስልክዎን ተደራሽ ያድርጉ እርዳታም ለማግኘት የሚረዳዎትን የስልክ ቁጥሮች ይወቁ ።
- የታመኑ ጓደኞችና ጎረቤቶችዎን ስለሁኔታው ያሳውቋቸው እንዲሁም እርስዎ እርዳታ ሲያስፈልግዎ ያውቁ ዘንድ የእይታ ምልክት ለመጠቀም ያቅዱ (በቴክኖሎጂ የሚላክ (የሚሰጠር ቃል(ኮድ)፤ ለጎረቤቶችዎ ምልክት ለመስጠት በቤትዎ ውስጥ መብራትዎን ማብራትና ማጥፋት)
- በመቀየሪያ ልብሶች፣በመድሃኒቶችና አስፈላጊ በሆኑ ዶኩመንቶች የተሞላ ቦርሳ ያስቀምጡ
- ህጻናት እንዴት እርዳታ እንደሚያገኙ ያስተምሯቸው፤ በሁከት ውስጥ እንዳይሳተፉ መመሪያ ይስጧቸው፤ 911 መደወል እንዳለባቸው ለመጠቀም አስቀድመው የሚሰጥር ቃል (ኮድ) ያዘጋጁ
- ጥቃቱ አይቀሬ ከሆነ፣ በጥቂቱ ያነጣጠረብዎ ከሆነ፣ እንደኳስ በመጠቅለል ፊትዎን በመከላከል ከንድዎን በጭንቅላትዎ ጎንና ጎን በማድረግና ጣቶችዎን በማቆላለፍ ይከላከሉ።



ያሉት አገልግሎቶች -ያለ ክፍያ ናቸው

የቤተሰብ ፍትህ ማዕከል- 240-773-0444 ወይም safe@montgomerycountymd.gov

(ከሰኞ-አርብ፣ ከጧቱ 8:30 እስከ ምሽቱ 5:00 ድረስ)

በደህንነት ዕቅድ፣ የመከላከያ ት ዕዛዛት፣ የህግ እርዳታ፣ ምክር እርዳታ ያገኛሉ

የሞንትጎመሪ ካውንቲ የከፋ ችግር ቀውስ ማገገሚያ ማዕከል - 240-777-4000 (24 ሰዓታት)

በችግር ጊዜ ሁኔታዎችና የመጠለያ ምደባ እርዳታ

የአውራጃው ፍርድቤት ኮሚሽነር ቢሮ (24 ሰዓታት)

191 East Jefferson St በ Rockville- የመከላከያ ትዕዛዝ ዶሴ ያስገቡ

ብሄራዊ የቤት ውስጥ ጥቃት የስልክ መስመር(24 ሰዓታታ)800-799-7233

Thehotline.org (ለመወያየት)

ቴክስት ለማድረግ 22522 ይጠቀሙ