ጥቃት ፈጻሚውን ራስዎ ጥለው መሄድ የሚችሉ ሆኖ ቢሰማዎትም ባይሰማዎትም፤ ራስዎንና ቤተሰቦን ከአደጋ ለመጠበቅ ሊያደርጉዋቸው የሚችሉዋቸው ነገሮች አሉ።

በድንገተኛ አደጋ ጊዜ

እቤት ከሆኑ እና ማስፈራራት እየደረሰቦት ወይም እየተጠቁ ከሆነ፤

- *እንደኩችና ካለ (ጥቃት ፈጻሚ እንደ ቢላዋ ያሉ የጥቃት መሣሪያዎች ሊያገኝ ከሚችልበት ቦታ) ይራቁ*
- *ከመታጠቢያ ቤት፣ ቁምሳጥን እና ሌሎች ጥቃት ፈጻሚ በቀላሉ ሊያጠምዶት ከሚችልባቸው ቦታዎች ይራቁ*
- *ለማምለጥ በር ወይም መስኮት ወደሚያገኙበት ክፍል ይግቡ*
- *ለእርዳታ ስልክ ለመደወል ወደሚችሉበት ክፍል ይግቡ፤ ከቻሉ ጥቃት ፈጻሚውን ከውጭ እንዳለ በሩን ይቆልፉ*
- *ወደ 911 (ወይም የአካባቢዎን የድንገተኛ አደጋ ስልክ ቁጥር) ወዲያውኑ ይደውሉ፤ ስልኩን የተቀበለውን ስምሪት ሃላፊ ስም ይመዝግቡ*
- *ለእርዳታ ሊሸሹ የሚችሉበትን ጓደኛ ወይም ጎረቤት ቀደም ብለው ያስቡበት*
- *ፖሊስ ከመጣ፣ ምን እንደተፈጠረ በትክክል ይንገሩ፤ የፖሊሱን ስምና የባጅ ቁጥርም ይመዘግቡ*
- *ጉዳት ከደረሰቦት የሕክምና እርዳታ ያግኙ*
- *የሰምበር ወይም የቁስል ፎቶ ያንሱ*
- *ለቤት ውስጥ ጥቃት ፕሮግራም ወይም መጠለያ ይደውሉ፤ የደህንነት ማረጋገጫ ዕቅድ ተጠቃሚ እንዲሆኑ እንዲያግዞት ይጠይቁዋቸው*

ራስዎን በቤት ውስጥ እንዴት ከጥቃት መጠበቅ ይችላሉ

- *የት እርዳታ ማግኘት እንደሚችሉ አሳምረው ይወቁ፤ የድንገተኛ አደጋ ስልክ ቁጥሮችን በቃልዎት ይያዙ*
- *ከውስጥ መቆለፍ የሚችሉት ክፍል ውስጥ ስልክ ሁልጊዜ መኖሩን እርግጠኛ ይሁኑ፤ ከቻሉ፣ ሁልጊዜ ከእጅዎ የማይለይዎት ተንቀሳቃሽ ስልክ ለመያዝ ይሞክሩ*

- *ጥቃት ፈጻሚው ከቤት ሙሉ በሙሉ ለቆ የወጣ ከሆነ፣ የቤትዎን በሮች ቁልፍ ይቀይሩ፤ ለመስኮቶችም ቁልፍ ያበጁላቸው*
- *ከቤትዎ አምልጠው የሚሄዱበትን መንገድ ይቀይሱ፤ ለልጅዎችዎም ያስተምሯቸው*
- *ማምለጥ ካለብዎት የት መሄድ እንዳለቦት አስቀድመው ያስቡበት*
- *ጥቃት ፈጻሚውን በቤትዎ አካባቢ ካዩ ጎረቤትዎችዎ ለፖሊስ እንዲደውሉ ይጠይቁዋቸው፤ እንዲሁም ለምሳሌ ስልኩ ሁለት ጊዜ ከጮኸ፣ የመስኮት ሻተር ከወረደ ወይም መብራት ከበራ እንደምልክት ሆኗቸው ለፖሊስ እንዲደውሉ ይጠይቁ*
- *ቶሎ ጠቅልለው መሄድ ካለብዎት በጣም አስፈላጊ የሆኑ ነገሮችን በማካተት ሻንጣዎን ይሸክፉ፤ ደህና ቦታም ያስቀምጡ ወይም ለሚያምኑት ጓደኛ ወይም ዘመድ በአደራ እንዲያስቀምጥሎት ይስጡ*
- *በሻንጣው ውስጥ እንደ ገንዘብ፣ መኪና ቁልፍ፣ እና ሌላ አስፈላጊ ማስረጃ እንደ ፍርድቤት ትዕዛዝ፣ ፓስፖርት ወይም የልደት ምስክር ወረቀት፣ የሕክምና ሰነዶች እና መድሃኒት፣ የኢሚግሬሽን ወረቀት እንዲካተቱ ያድርጉ*
- *ዝርዝር የሌለው የስልክ ቁጥር ይያዙ*
- *የደዋይ መለያን ያግዱ*
- *መልስ መስጫ ማሽን ይጠቀሙ፤ ደዋይ ማንነቱን በሚገባ ያጣሩ*

የልጆችዎን ደህንነት እንዴት መጠበቅ እንደሚችሉ

- *በድብድብ መሃል ምንም እንኳን ማገዝ ቢፈልጉ ጣልቃ እንዳይገቡ ያስተምሯቸው*
- *ደህንነቱ አስተማማኝ ወደሆነ ቦታ እንዴት መሄድ እንደሚችሉ፣ ወደ 911 መደወል፣ አድራሻ እና ስልክ ቁጥርዎን እንዴት መስጠት እንደሚችሉ ያስተምሯቸው*
- *እንዴት ለእርዳታ መደወል እንደሚችሉ ያስተምሯቸው*
- *ከኩችና እንዲርቁ ይንገሩዋቸው*
- *የትምህርት ቤቱን ወይም የልጆች ማቆያውን አስተዳዳሪ የፍርድ ቤት ትዕዛዝዎን ቅጂ ይስጡ፤ ለርሶ በመጀመሪያ ሳያነጋግሩ ለማንም ልጆችዎን አሳልፈው እንዳይሰጡ፤ እርግጠኛ ለመሆን ሲቻል የርሶን ማንነት በስልክ ላይ ለመለየት የይለፍ ቃል እንዲጠቀሙ ይንገሩዋቸው፤ የጥቃት ፈጻሚውን ፎቶ ይስጧቸው*
- *ትምህርት ቤት አካባቢ ጥቃት ፈጻሚውን ካዩ ለማን መንገር እንዳለባቸው ልጆችዎ በሚገባ ማወቃቸውን እርግጠኛ ይሁኑ*
- *ትምህርት ቤቱ የርስዎን አድራሻ እና ስልክ ቁጥር ለማንም መስጠት እንደሌለበት ማወቁን እርግጠኛ ይሁኑ*

የራስዎን ደህንነት ከቤት ውጪ እንዴት መጠበቅ ይችላሉ

- *የተለመዱ የጉዞ መስመሮችዎን ይቀይሩ*
- *ከተለያዩ ሰዎች ጋር መኪና መሳፈር ይሞክሩ*
- *በተለየ ቦታ ሱቅ ይገበያዩ ወይም የተለየ ባንክ ይጠቀሙ*
- *ማናቸውም ከጥቃት ፈጻሚው ጋር የሚጋሩዋቸውን የባንክ ሂሳቦች ወይም የዱቤ ካርዶች ይሰርዙ፤ አዲስ የባንክ ሂሳብ በሌላ ባንክ ይክፈቱ*
- *ሁልጊዜ የፍርድቤት ትዕዛዝና የአደጋ ጊዜ ስልክ ቁጥሮችን በእጅዎ ይያዙ*
- *ተንቀሳቃሽ ስልክ ይያዙ እና ወደ 911 (ወይም ሌላ የአደጋ ጊዜ ስልክ ቁጥር) እንደሚደውል አድርገው ፕሮግራም ያድርጉት*

በሥራ ቦታዎ ላይ እንዴት ደህንነትዎን አስተማማኝ ማድረግ እንደሚችሉ

- *ሥራ ቦታዎ ላይ የፍርድ ቤት ትዕዛዙን ቅጂ ያስቀምጡ*
- *የጥቃት ፈጻሚውን ፎቶ ለፀጥታ ሰራተኞች እና ለጓደኞችዎ ይስጡ*
- *ሥራ ተቆጣጣሪዎቹ - ጥቃት ፈጻሚው እርሶን ማግኘት እንዲያስቸግረው ለማድረግ ተጨማሪ ማድረግ የሚችሉት ማወሳሰቢያ ካለ ይጠይቋቸው*
- *ወደ ምሳ ለብቻዎ አይሂዱ*
- *የፀጥታ ሰራተኛ እስከ መኪናዎ ወይም አውቶቡስ እስከሚይዙበት ቦታ ድረስ እንዲሸኝዎት ይጠይቁ*
- *ጥቃት ፈጻሚው ሥራ ቦታዎ ላይ ከደወለ፣ የድምጽ መልዕክት ያስቀምጡ እንደዚሁም ኢሜይል ያስቀምጡ*
- *ሥራ አሰሪዎ የማህበረሰብ አገልግሎቶች እንዲያገኙ ሊያግዞት ይችል ይሆናል*

ሕግ እንዲረዳዎት ማድረግ

የጥበቃ ወይም የገደብ ትዕዛዞች

- *የአካባቢዎን የቤት ውስጥ ጥቃት ፕሮግራም የሲቪል ጥበቃ ትዕዛዝ ማግኘት እንዲችሉ እና የወንጀለኛ ዓቃቤሕግ አገልግሎት ማግኘት እንዲችሉ እንዲረዳዎት ይጠይቁ*
- *ጠበቃ በማግኘት ሂደት እርዳታ እንዲያገኙ ይጠይቁ*

በአብዛኛው ቦታዎች፣ ዳኛው የሚከተሉትን ማድረግ ይችላል፤

- *ጥቃት ፈጻሚው ከርሶና ከልጆችዎ እንዲርቅ ትዕዛዝ መስጠት*
- *ጥቃት ፈጻሚው ቤትዎን ለቆ እንዲሄድ ትዕዛዝ መስጠት*
- *ለርሶና ለልጅዎችዎ መጠጊያ መስጠት እና ጥቃት ፈጻሚው የልጅ መደጎሚያ ገንዘብ እንዲሰጥ ማዘዝ*
- *ጥቃት ፈጻሚው የግል ንብረቱን ሲወስድ ፖሊስ ወደቤትዎ እንዲመጣ ትዕዛዝ መስጠት*
- *የመኪና፣ የቤት እቃዎች እና ሌሎች ንብረቶችን እርሶ እንዲወስዱ ትዕዛዝ መስጠት*
- *ጥቃት ፈጻሚው በተደባዳቢዎች መምከሪያ/ ማስተማሪያ ፕሮግራም እንዲካፈል ትዕዛዝ መስጠት*
- *ጥቃት ፈጻሚው ስራ ቦታዎ ላይ እንዳይደውልሎት ማዘዝ*
- *ጥቃት ፈጻሚው ሽጉጥ ለፖሊስ እንዲያስረክብ ትዕዛዝ መስጠት*

ከሚከተሉት መካከል ማናቸውም የሚያሰግዎት ከሆነ፣ እባክዎ አብረው የተጠቆሙትን ማድረጎን ያረጋግጡ፤

- *የደረሰቦትን ቁስል ስዕል ለዳኛው ያሳዩ*
- *ጥቃት ፈጻሚው ወደቤትዎ ልጆች ለመውሰድ ሲመጣ ደህንነት እንደማይሰማዎት ለዳኛው ይንገሩ*
- *ጥቃት ፈጻሚው ልጆቹን ፖሊስ ጣቢያ ወይም ሌላ ደህንነቱ አስተማማኝ ከሆነ ቦታ እንዲወስድና እንዲመልስ ዳኛው እንዲያዝ ይጠይቁ*
- *ጥቃት ፈጻሚው የሚፈቀድለት የጉብኝት ጊዜ በትክክል እንዲደገለጽና በዚህም ፖሊስ የፍርድ ቤት ትዕዛዙን በማንበብ በቀላሉ ጥቃት ፈጻሚው በተሳሳተ ሰዓት መገኘቱን ማወቅ እንዲችል ትዕዛዝ እንዲሰጥ መጠየቅ*
- *ጥቃት ፈጻሚው ልጆችን የጎዳ ወይም ያስፈራራቸው ከሆነ ይህንኑ ለዳኛው ይንገሩ፤ ጉብኝቶቹ ሌላ ሦስተኛ ወገን የሚቆጣጠራቸው እንዲሆኑ መጠየቅ፤ እንዲሁም ይህን ቁጥጥር ማን እንዲያደርገው እንደሚፈልጉ ያስቡበት*
- *የፍርድ ቤት ትዕዛዝ የተረጋገጠ ቅጂ ይያዙ*
- *የፍርድ ቤት ትዕዛዙን ሁልጊዜ ከእጅዎ አይለዩ*

ወንጀል ነክ ጉዳዮች አፈጻጸም

- *ለአቃቤ ሕጉ የፍርድ ቤት ትዕዛዝዎን ያሳዩ*
- *ለአቃቤ ሕጉ ስለደረሰቦት ቁስል/ ጉዳት የሚያሳዩ የሕክምና ማስረጃዎች ካልዎ ያሳዩ*
- *ለአቃቤ ሕጉ ማን እየረዳዎት እንደሆነ ስሙን ያሳውቁ (የሰለባ ተሟጋች ወይም ጠበቃ)*
- *ለአቃቤ ሕጉ ለደረሰቦት ጥቃት ወይም ጉዳት ምስክር የሚሆኑ ማናቸውንም ሰዎች ማን እንደሆኑ ይንገሩ*
- *አቃቤ ሕጉ ጥቃት ፈጻሚው ከእስር ቤት ከመለቀቁ በፊት በቅድሚያ ስለመለቀቁ እንዲገልጽሎት ይጠይቁ*

ፍርድ ቤት ሳሉ ደህንነት ይሰማዎት

- *በተቻለ መጠን ከጥቃት ፈጻሚው ርቀው ይቀመጡ፤ ጥቃት ፈጻሚውን ማየት ሆነ ማናገር የለቦትም፤ የጥቃት ፈጻሚው ቤተሰቦች ወይም ጓደኞች በቦታው ካሉ ማናገር የለቦትም*
- *ጓደኛ ወይም ዘመድ ችሎቱ ተሰምቶ እስኪያልቅ አብሮት እንዲቆይ ይዘው ይምጡ*
- *ለፖሊስ ወይም ለፍርድ ቤት ሰራተኛ ጥቃት ፈጻሚውን እንደሚፈሩ ይንገሩ እና እርሶን እንዲከታተሎት ይጠይቁ*
- *ፍርድ ቤቱን ለቀው ከመሄድዎ በፊት የፍርድ ቤት ትዕዛዙን መቀበሎን ያረገግጡ*
- *ችሎቱ ሲጠናቀቅ ጥቃት ፈጻሚው እዛው ትንሽ እንዲቆይ እንዲያደርጉሎት ዳኛውን ወይም የፍርድ ቤት ፖሊሱን ይጠይቁና ወዲያውኑ ለቀው ይሂዱ*
- *ለቀው ሲሄዱ ጥቃት ፈጻሚው እየተከተሎት እንደሆነ ከተሰማዎት፣ ለፖሊስ ወዲያውኑ ይደውሉ*
- *ለሥራ ወደሌላ ስቴት መሄድ ካለቦት ወይም ከጥቃት ፈጻሚው መራቅ ከተገደዱ፣ የጥበቃ ትዕዛዝዎን ከርስዎ ጋር ይዘው ይሂዱ፤ የትም ቦታ ተቀባይነት አለው*

በAmerican Bar Association ፈቃድ ከቤት ወስጥ ጥቃት ለራስዎና ለቤተሰብዎ የሚጠቅሙ የደህንነት መጠበቂያ ሃሳቦች የታተመ፤ በABA Tort Trial እና Insurance Practice Section እና ABA Commission on Domestic Violence የጋራ ፕሮጄክት የተዘጋጀ።

ይህ ፕሮጄክት በድጎማ ቁጥር 2009-WF-AX-0005 ከOffice on Violence Against Women Office፣ U.S. Department of Justice የተሰጠ እና የተደገፈ ነው። ሰነዱ የያዘው አስተሳሰብ፣ ግኝቶች፣ ማጠቃለያ ሃሳቦች በሙሉ የደራሲው የራሱ እንጂ በምንም መልኩ የDepartment of Justice፣ Office on Violence Against Women ተደርገው ሊወሰዱ አይችሉም።

የቤት ውስጥ ጥቃት
ለራስዎና ለቤተሰብዎ የሚጠቅሙ
የደህንነት መጠበቂያ ሃሳቦች

አደጋ ላይ ከሆኑ፣
911
ወይም ለአካባቢዎ ድንገተኛ አደጋ ስልክ ቁጥር ይደውሉ

በአካባቢዎ ስላለ እርዳታ መረጃ ለማግኘት፣ ወደ ብሔራዊ የቤት ውስጥ ጥቃት ልዩ ስልክ ቁጥር፡
1-800-799-7233
1-800-787-3224 *(ቲቲዋይ)*

ለተለያዩ ቋንቋዎች አስተርጓሚዎችን ማግኘት ይቻላል።

ኔቫዳ ጸረ-ቤት ውስጥ ጥቃት አውታረ መረብ (ኔትዎርክ)