

خدمات درمانی مناسب را پیدا کنید

آیا در مورد بدن پرستشهایی دارید؟ در این مورد کمکهای بسیار خوبی در شهر یوتیبوری و اطراف آن وجود دارد. دستورالعملها:

۱. به آن عضو بدن که در باره آن سوال دارید، ببینید.
۲. خطر را از عضو بدن تا توصیف آن دنبال کنید.
۳. شماره‌های که در توضیحات است، نشان میدهد از کجا میتوانید کمک به دست بیاورید.
۴. شماره را زیر اطلاعات تماس پیدا کنید. وبسایت را ببینید و یا از طریق تلفون یک قرار ملاقات رزرو کنید!

تست برای امراض مقاربتی و اچ.آی.وی

اگر شما سکس محافظت نشده یا افراد دیگر داشته باشید، ممکن است که مبتلا به امراض مقاربتی شوید. بسیاری از امراض مقاربتی، نه بر روی بدن دیده میشوند و نه بر روی بدن احساس میشوند. برای اینکه بدانید آیا به اچ.آی.وی و یا کدام امراض مقاربتی شمایید، نیاز است تا آزمایش شوید. اگر شما مبتلا به امراض مقاربتی هستید، میتوانید دوا و درمان مجانی به دست آورید.

آزمایش ادرار و پنبه گوش پاککن

2 3 4 5 7 8 15 16 19

وسایل جلوگیری از حاملگی - نمیخواهم حامله شوم

برای اینکه خودتان بتوانید انتخاب کنید که چه زمانی دارای کودک شوید، میتوانید از وسایل جلوگیری از حاملگی استفاده کنید. انواع مختلف وسایل جلوگیری از حاملگی وجود دارد و شما حق دریافت مجانی مشاوره در مورد وسایل جلوگیری از حاملگی را دارید. کاندوم هم در مقابل حاملگی ناخواسته و هم امراض مقاربتی محافظت میکند.

2 3 4 5

تابلیت ضدحاملگی، آیوودی مسی، کاندوم و ایمپلنت پیشگیری از حاملگی

کاندوم هم در مقابل حاملگی ناخواسته و هم امراض مقاربتی محافظت میکند.

معاینه غربالگری برای تشخیص سرطان

معاینه غده پروستات - غده پروستات در دور مجرای ادراری قرار دارد و یک تومور باعث زیاد شدن ادرار، کم شدن فشار ادرار و یا خون در ادرار میشود. اگر گمان دارید مبتلا به سرطان غده پروستات شده اید و میخواهید معاینه شوید، با یک درمانگاه به تماس شوید.

2 15

آزمایش سلولهای دهانه رحم - اگر زن هستید (با شماره شناسایی زنانه دارید) و بیشتر از ۲۳ سال دارید، از طریق پست به آزمایش سلولهای دهانه رحم فراخوانده میشود. این آزمایش برای تشخیص به موقع سرطان کردن رحم گرفته میشود. این آزمایش مجانی است.

3 5

آزمایش سینه زنان - آزمایش سینه زنان به نام ماموگرافی یاد میشود. دلیل انجام این آزمایش تشخیص به موقع سرطان پستان میباشد. اگر زن هستید (و یا شماره شناسایی زنانه دارید) از طریق پست به آزمایش فراخوانده میشود. اگر میخواهید ماموگرافی انجام دهید و به شما فراخوان ارسال نشده است، می‌توانید خودتان به آنجا رجوع کنید.

2 13

گرایش جنسی

آیا شما عاشق افراد همجنس خود میشوید و یا که عاشق هم مرد و هم زن میشوید؟ بر اساس قانون سوئد یک فرد حق دارد هر کسی را که بخواد، دوست داشته باشد و با او یکجا باشد.

4 6 15 19

هویت جنسی

اگر شما افکاری در مورد اینکه چه جنسیتی دارید، مرد، زن، ترانس یا چیز دیگری، میتوانید از افرادی که احساس مشابه به شما دارند کمک به دست بیاورید.

19 20 21

خدمات درمانی به شما از طریق هورمونها و با درمانهای دیگر کمک میکند.

6 17

خارش یا سوزش در آلت تناسلی

اگر در آلت تناسلی خود خارش یا سوزش دارید، مهم است معاینه شوید تا بدانید که چه عواملی باعث بروز این مشکلات شده است.

2 3 4 5

احساس درد در جریان سکس

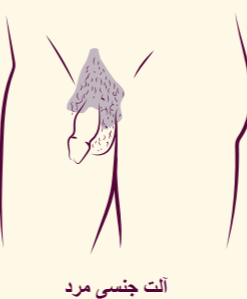
سکس نباید باعث درد شود، اما با وجود این بسیاری از افراد در جریان سکس احساس درد میکنند. شما تنها زمانی که خود میخواهید و احساس خوشایندی دارید، سکس داشته باشید. اگر احساس درد میکنید، مهم است که خدمات درمانی دریافت کنید. داشتن درد میتواند دلایل طبی داشته باشد.

2 3 4 5 6 9 15

مشکل داشتن نعوظ

تقریباً همه، گاهی مشکل نعوظ میداشته باشند. دلیل این امر معمولاً استرس یا اضطراب میباشد. بدون در نظر داشت اینکه دلیلش چه است، میتوانید کمک به دست بیاورید.

2 4 6 15 18



آلت جنسی مرد

انزال زودرس/ زود انزالی

آیا از این تشویش دارید که زود انزال میشوید؟ زود انزالی معمول است. اگر احساس میکنید که این باعث مشکل برای شما میشود، میتوانید برای به تأخیر انداختن انزال تمرین کنید.

2 4 15 18

خته کردن فرج

آیا در معرض اینکه کسی آلت جنسی تان را بریده یا ختنه کرده باشد، قرار گرفته اید؟ بستگی به اینکه به کدام نوع دستخوش این اقدام قرار گرفته‌اید میتوانید دچار مشکل شوید. شما میتوانید هم از نظر جسمی و هم از نظر روحی کمک به دست بیاورید.

4 11



رحم و واژن

روابط بر خلاف میل شما

آیا از ازدواج اجباری و یا مجبور شدن به یک رابطه بر خلاف میل خود میترسید؟ سازمانهایی وجود دارد که مشخصاً به افرادی که در این شرایط قرار میگیرند، کمک میدهند.

4 14 15 22 23 24

کاهش میل جنسی

میل جنسی برای همه متنوع است. میل جنسی میتواند در مغز شروع شود، اما همچنان میتواند از طریق لرزشها، تماس جلدی یا لمس بدن نیز آغاز شود. اگر نگران میل جنسی خود هستید، میتوانید با کسی در این مورد صحبت کرده و حمایت به دست بیاورید.

2 4 6 15 18

میل جنسی ناخواسته

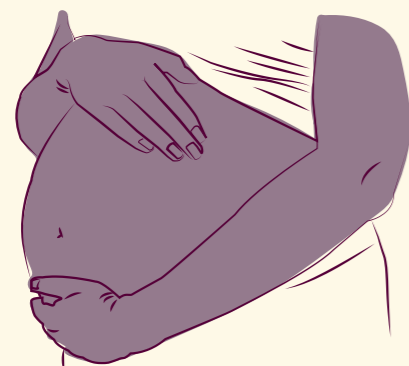
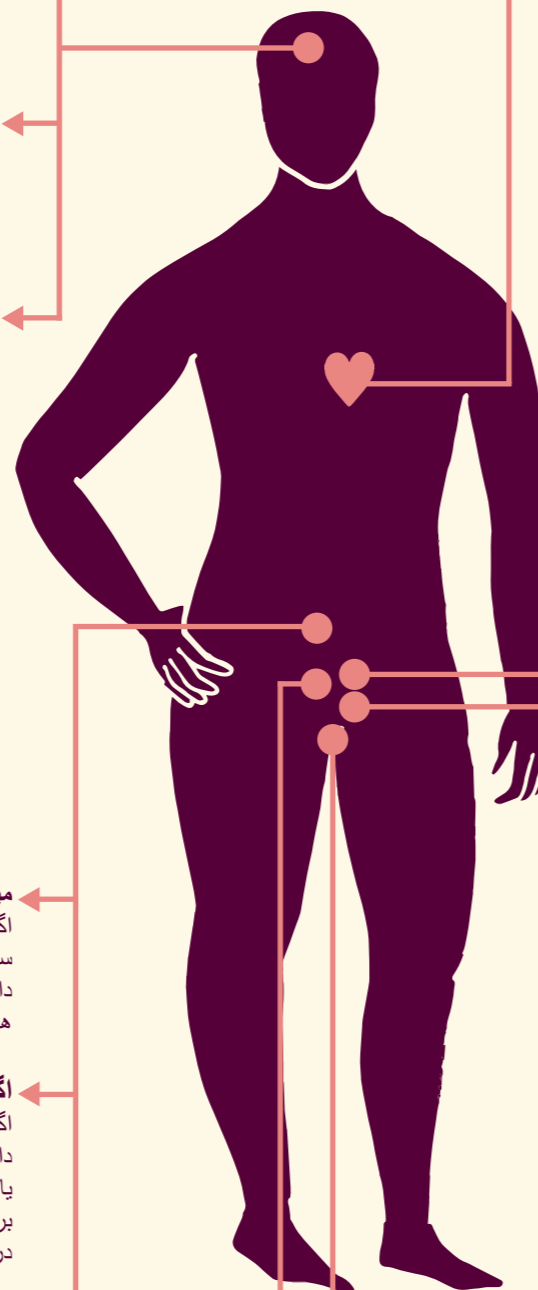
آیا از افکار جنسی خود مضطرب هستید؟ آیا از این نگرانی دارید که شاید به دیگران آسیب برسانید؟ به عنوان مثال، آیا شما در مورد خشونت جنسی تخیل پردازی میکنید و یا احساس میل جنسی به کودکان را دارید؟ آیا از این میترسید که تخیلات جنسی خود را به عمل درآورید؟

6 14 15 25

اگر شما مضطرب، عصبانی یا غمگین هستید

اگر شما به شکل غیر عادی استرس دارید، خود را آزرده حس میکنید، از مواد مخدر یا الکل استفاده میکنید، در خوابیدن مشکل دارید و یا خود را بیشتر از معمول در معرض خطر قرار میدهید.

2 4 14 15



میخواهید حامله شوید

اگر حامله شدن برای شما مشکل است، میتوانید درخواست کمک کنید. در سوئد، هم زوجها و هم افراد مجرد حق دریافت درمان کمک باروری را دارند. ایشان میتوانند دو زن و یا یک مرد و یک زن باشند. حتی افراد ترانس هم میتوانند کمک دریافت کنند.

2 5 12

اگر میخواهید به حاملگی پایان بدهید

اگر حامله هستید اما میخواهید به حاملگی پایان بدهید، حق سقط جنین را دارید. همیشه این فرد حامله است که تصمیم میگیرد که سقط جنین انجام دهد یا خیر. در سوئد، همه زنان از حق سقط جنین آزاد تا هفته هژدهم حاملگی برخوردارند. بعد از آن باید دلایل خاصی داشته باشید. در اسرع وقت با یک درمانگاه به تماس شوید.

3 4 5 10

شما حامله هستید

اگر میخواهید کودک را به دنیا بیاورید، باید کنترل‌های صحتی را مرتباً انجام دهید تا از سلامت خود و سلامت جنین اطمینان حاصل کنید. همچنین کورسهای والدین وجود دارد که شما میتوانید برای آماده کردن خود در آن سهم بگیرید.

3

مشکلات پس از زایمان

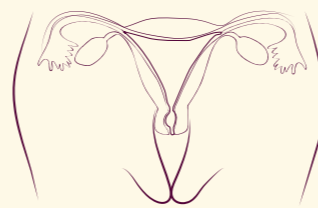
اگر بعد از زایمان از نظر جسمی یا روحی مشکلی دارید، مهم است که به خدمات درمانی و بهداشتی مراجعه کنید.

2 3 5 9

عادت ماهوار

اگر شما در دوران عادت ماهوار درد زیاد یا خونریزی شدید دارید و یا احساس ناراحتی در رابطه با عادت ماهوار میکنید، میتوانید در این مورد درخواست کمک کنید.

2 4 9



رحم و واژن

سکس بر خلاف میل شما یا خشونت جنسی مجبور ساختن به اعمال جنسی بدون خواست کسی غیرقانونی میباشد، حتی اگر شریک زندگیتان هم باشد. اگر چنین اتفاقی برای شما افتاده باشد، توصیه میشود در اسرع وقت با داکتر به تماس شوید.

4 6 9 15

شماره تلفن‌های مهم:

شماره تلفن اضطراری (SOS Alarm): ۱۱۲ (امبولانس)

مشاوره مراقبت‌های بهداشتی و درمانی: ۱۱۷۷ ¹

مشاوره مراقبت‌های بهداشتی و درمانی به زبان سومالیایی: ۰۷۷۱-۱۱۷۷۹۱

مشاوره مراقبت‌های بهداشتی و درمانی به زبان عربی: ۰۷۷۱-۱۱۷۷۹۰

مهم است بدانید:

حقوق شما در اخذ خدمات بهداشتی و درمانی. شما حق انتخاب مرکز صحتی خود را دارید. مهم است که یک مرکز صحتی را انتخاب کرده و در آنجا ثبت نام کنید. شما می‌توانید از طریق خدمات الکترونیکی در وب سایت ۱۱۷۷ نزد مرکز‌های مختلف صحتی وقت رزرو کنید.

خدمات بهداشتی و درمانی اولیه (PRIMÄRVÅRDEN)

در صورت مریضی، در قدم اول به اینجا مراجعه کنید. برای دریافت مشاوره همیشه می‌توانید با شماره ۱۱۷۷ ¹ تماس بگیرید. خدمات بهداشتی و درمانی اولیه شامل درمانگاهها ² میباشد که به شما در زمینه مشکلات صحتی که حاد نیست، کمک میکند. اگر بیماری شدید دارید، با ۱۱۲ به تماس شوید و یا به بخش عاجل شفاخانه بروید.

پناهجویان و پناهجویان مخفی/ فاقد مدارک (PAPPERSLÖSA). اگر بالای ۱۸ سال دارید مستحق دریافت «خدمات درمانی که نمی‌تواند به تأخیر بیفتد» میباشد، حتی اگر هم فاقد شماره شناسایی در سویدن هستید. این خدمات فقط شامل خدمات درمانی عاجل نمیشود. این به طور مثال میتواند خدمات درمانی باشد که از مریضی بیشتر فرد جلوگیری میکند. این پرسونل خدمات درمانی هستند که نیاز شما به خدمات درمانی را ارزیابی میکنند. اگر از خدمات درمانی برخوردار نشوید، می‌توانید از روسینگرینسکه Rosengrenska ²⁶ کمک به دست آورید.

کارت الاما (LMA-kort). هنگامیکه در سویدن تقاضای پناهندگی میکنید، رسید تقاضانامه‌تان به شما داده میشود و بعد از آن از اداره امور مهاجرت کارت الاما را دریافت میکنید. برای رزرو کردن وقت برای خدمات درمانی و دریافت دوا از دواخانه از کارت الاما و یا رسید تقاضانامه‌تان استفاده کنید.

شماره رزروی (Reservnummer). اگر پناهجوی مخفی/فاقد مدارک (paperslös) هستید و اسناد هویت با شماره شناسایی سویدنی ندارید، برای درخواست خدمات درمانی یک شماره رزروی (Reservnummer) دریافت میکنید. سعی کنید هر زمانیکه خدمات درمانی دریافت میکنید، از این شماره استفاده کنید.

وظیفه حفظ رازداری. همه کسانی که در خدمات درمانی کار میکنند، وظیفه حفظ رازداری دارند. این بدین معنی است که آنها اجازه ندارند که برای کسی دیگری (به عنوان مثال پولیس یا اداره مهاجرت) بگویند که شما در آنجا بودهاید.

ترجمان. اگر شما به زبان سویدنی آشنایی ندارید حق داشتن یک ترجمان را دارید. زمانیکه وقت ملاقات برای دریافت خدمات درمانی رزرو میکنید، به آنها بگویید که به ترجمان ضرورت دارید. اگر نزد داکتر وقت دارید و از قبل ترجمان رزرو نکرده‌اید، پرسونل خدمات درمانی میتوانند به مرکز ترجمانان زنگ بزنند تا یک ترجمان از طریق تلفون برای شما ترجمانی کند.

اگر برای مسائل جنسی و یا سلامتی جنسی و تناسلی به ترجمان نیاز دارید، خوب است یکمترجم سلامتی جنسی و تناسلی رزرو کنید. با Tolkförmedling Väst به شماره ۰۸۱۲۰۰۰۰۷۷ به تماس شوید. برای دریافت کمک عاجل ترجمان به شماره ۰۴۴۱۳۷۰۰ به تماس شوید.

فیس مریض. فیس داکتر در درمانگاه منتخب شما ۱۰۰ کرون است. فیس پرستار یا روانشناس در درمانگاه منتخب ۵۰ کرون است. اگر نیاز به مراجعه به یک درمانگاه دیگر دارید، باید فیس بیشتری بپردازید.

اطلاعات تماس

در اینجا اطلاعاتی در مورد اینکه با کی می‌توانید در مورد سوال‌های خود تماس بگیرید، وجود دارد. وبسایت را ببینید و یا برای تعیین قرار ملاقات زنگ بزنید!

۱ مشاوره خدمات درمانی ۱۱۷۷ (Vårdguiden 1177)

مشاوره در مورد سلامتی و خدمات درمانی. دسترسی شبانه روزی. اگر مطمئن نیستید که چه موقع و از کجا می‌توانید خدمات درمانی به دست بیاورید، وبسایت 1177.se را ببینید و یا با این شماره به تماس شوید: ۱۱۷۷. آنگاه یک پرستار به به سوال‌های شما پاسخ داده و به شما کمک میکند. اطلاعات به زبان آسان تر سویدنی و زبان‌های مختلف در دسترس است. آخری.

درمانگاه. در درمانگاه در همه موارد مربوط به سلامتی و مریضی به شما کمک میشود. در صورت نیاز به خدمات دیگر درمانی، داکتر به شما کمک خواهد کرد که به آن خدمات دسترسی پیدا کنید. درمانگاهها بدون در نظر داشت به سن برای همه است و شما خودتان می‌توانید درمانگاه را انتخاب کنید.

مرکز صحتی قابله. همچنین مرکز صحتی مادران و یا MVC هم نامیده میشود. در اینجا به زنان در طول حاملگی و بعد از آن کمک شده و به والدین قبل از تولد کودک کمک ارائه میشود. در اینجا همچنین می‌توانید مشاوره وسایل جلوگیری از حاملگی، آزمایش امراض مقاربتی و یا آزمایش سلولهای دهانه رحم را به دست بیاورید.

۴ مرکز مشاوره صحتی نوجوانان

مرکز صحتی نوجوانان (Ungdomsmottagning UMO): برای شما که ۱۲ تا ۲۵ سال دارید. در اینجا در مورد وسایل جلوگیری از حاملگی و تست کمک به دست می‌آورید. همچنین اگر در مورد بدن، سکس، روابط عاطفی و احساسات سوالاتی دارید در اینجا می‌توانید کمک به دست بیاورید.



۵ کلینیک نسایی. در اینجا می‌توانید کمک متخصص در مورد فرج، رحم و حاملگی به دست بیاورید. برای رزرو کردن وقت به یک ارجاع نامه از درمانگاه یا درخواست خود برای رجوع نیاز دارید.

شهر گوتیبوری، شفاخانه سالگرینسکه. شماره تلفون: ۰۳۱-۳۴۳۶۳۰
آدرس ملاقات: Blå stråket 6, 413 46 Göteborg

شهر گوتیبوری، فولونده. شماره تلفون: ۰۳۱-۳۴۲۵۰۴۰
آدرس ملاقات: Marconigatan 31, 421 44 Västra Frölunda

شهر ترولهته، (NU-sjukvården)

شماره تلفون: ۰۱۰-۴۳۵۲۲۰۰
آدرس: Lärketorpsvägen, 461 73 Trollhättan. Målpunkt E, plan 3

شهر خوفدی Skövde شماره تلفون: ۰۱۰-۴۷۳۹۲۲۰

آدرس: Löfvängsvägen 1, 541 42 Skövde

داکتر نسایی شخصی (Privat gynekolog). در اینجا بدون ارجاع نامه می‌توانید کمک به دست بیاورید. بعضی اوقات باید فیس بیشتری در مراکز صحتی شخصی بپردازید.

۶ مرکز طبی جنسی (Sexualmedicinskt centrum SMC). آزمایش و مشاوره جنسی برای افراد بالای ۲۳ سال. شماره تلفون: ۰۳۱-۳۴۶۰۶۸۰
آدرس: Fjärde Långgatan 48, pl 8, 413 27 Göteborg
فورمهای مراجعه را از وبسایت دانلود کنید. بخوانید.

۷ مراکز صحتی سلامت جنسی (Könsmottagningar). در اینجا می‌توانید خود را برای امراض مقاربتی کلامیدیا، سوزاک، سفلیس و اچ.ای.وی آزمایش کنید. شهر گوتیبوری، شفاخانه سالگرینسکه. شماره تلفون: ۰۳۱-۳۴۳۸۳۳۱
آدرس: Gröna stråket 16, 413 46 Göteborg

شهر اودیوله (NU-sjukvården) شماره تلفون: ۰۱۰-۴۳۵۵۲۶۰
آدرس: Fjällvägen 9, 451 53 Uddevalla

شهر خوفدی، مرکز اطلاعات در مورد امراض مقاربتی (STI-mottagning) شماره تلفون: ۰۳۱-۴۲۲۶۹۳-۵۰۰
آدرس: Löfvängsvägen 1, 541 42

شهر بوروس، شفاخانه سودره الفسبوری (Södra Älvsborgs sjukhus) شماره تلفون: ۰۳۳-۶۱۶۲۹۶۳
آدرس: Bråmhultsvägen 53,504 55

۸ Klamydia.se

آزمایش مجانی کلامیدیا و سوزاک که در خانه انجام میدهد.

۹ مرکز نسایی عاجل برای زنان (Gynakuten). کمک در موارد سقط جنین، خونریزی شدید و اژن و مراقبت‌های پس از تعرض جنسی. ارائه سریع کمک به زنان حامله و زنان تازه‌ها که نیاز دارند همان روز به داکتر مراجعه کنند. شهر گوتیبوری، شفاخانه سالگرینسکه. شماره تلفون: ۰۳۱-۳۴۲۱۰۰۰
آدرس: Blå stråket 6, 413 46, Göteborg



۱۰ مرکز سقط جنین (Abortmottagningen). اگر میخواهید سقط جنین کنید و یا نیاز به مشاوره قبل از سقط جنین و یا بعد از آن را دارید، در اینجا می‌توانید کمک به دست بیاورید. شهر گوتیبوری، شفاخانه اوستره. شماره تلفون: ۰۳۱-۳۴۴۲۱۵۰۰
آدرس: Diagnosvägen 15, 416 50

۱۱ مرکز ولوه (Vulvamottagningen) در شفاخانه انگرید (Angered Närsjukhus). اگر در اثر بریده شدن یا ختته شدن فرجتان دارای مشکل هستید، در اینجا می‌توانید گفتار کمکی، اطلاعات و خدمات درمانی به دست بیاورید. در می‌توانید فورمهای مراجعه را پر کنید. شماره تلفون: ۰۳۱۰-۳۳۲۶۹۰۲
آدرس: Halmtorget 1 ۳۳۲۶۷۰۰۰۰۳۱۰

۱۲ مرکز طبی سلامتی جنسی تناسلی و تولید مثل (Reproduktionsmedicinsk mottagning) حمله شوند، کمک میکند. شماره تلفون: ۰۳۱-۳۴۲۲۹۱۹
آدرس: Blå stråket 6, 413 46 Göteborg

۱۳ مرکز ماموگرافی. در اینجا می‌توانید برای تشخیص به موقع سرطان سینه معاینه شوید. شهر گوتیبوری، شفاخانه سالگرینسکه. شماره تلفون: ۰۳۱-۳۴۲۹۹۳۶
آدرس: Blå stråket 3, plan 2, 413 46

شهر اودیوله (NU-sjukvården) شماره تلفون: ۰۱۰-۴۳۵۳۰۶۰
آدرس: Fjällvägen 9, 451 53

شهر خوفدی، شفاخانه سکار هیوری شماره تلفون: ۰۳۱-۴۰۷۷۱۰
آدرس: Unilabs mammografi, 541 85

۱۴ مرکز بحران برای مردان (Kriscentrum för män). برای شما که مرد هستید، در موارد مشکلات روابط عاطفی، بحران‌های مربوط به جدایی و مشکلات پدر بودن کمک میدهد. در این مرکز همچنین می‌توانید کمک به دست بیاورید. اگر پارتنرتان را در معرض خشونت قرار داده‌اید و یا پارتنرتان شما را در معرض خشونت قرار داده است. شماره تلفون: ۰۳۱-۳۶۷۹۳۳۰
آدرس: kriscentrum.for.man@socialresurs.goteborg.se
Kronhusgatan 2f, Göteborg

۱۵ مرکز مردان جوان (Mottagning för unga män MUM). برای مردان بین ۱۸ تا ۳۰ سال. در اینجا در مورد وسایل جلوگیری از حاملگی و تست کمک به دست می‌آورید. در اینجا هم می‌توانید در باره بدن، سکس، روابط عاطفی و احساسات کمک به دست بیاورید. شماره تلفون: ۰۳۱-۴۳۵۸۲۱۲
آدرس: Aschebergsgatan 46, 411 33 Göteborg

۱۶ سلامت همجنسگرایان (Gayhälsan). برای مردانی که با مردان دیگر رابطه جنسی دارند و برای ترانجسیتها. در اینجا می‌توانید برای امراض مقاربتی خود را تست کنید. شماره تلفون: ۰۳۱-۳۴۳۸۳۳۱
آدرس: Gröna stråket 16, 413 46 Göteborg

۱۷ مرکز لوندستروم (Lundströmmottagningen) اگر میخواهید بدن‌تان با هویت جنسیتی‌تان مطابقت داشته باشد. در آنجا در این مورد تحقیقات میشود. بعد از آن می‌توانید درمان (درمان هورمونی و عملیات) به دست بیاورید. شماره تلفون: ۰۳۲۲-۲۲۶۷۹۰
آدرس: Kungsgatan 5, Alingsås

سازمان‌های حمایت‌دهنده و کمک‌دهنده

۱۸ RFSU. در rfsu.se/upos فلهمایی اطلاعاتی به زبان‌های مختلف پیدا خواهید کرد. RFSU یک چت آنلاین هم دارد. مشاوره تلفونی در کلینیک RFSU در شهر ستاکهلم ارائه میشود. شما می‌توانید با یک قابله به شماره ۰۸-۶۹۲۰۷۸۴ به تماس شوید. شما می‌توانید با یک روان درمان به این شماره به تماس شوید: ۰۸-۶۹۲۰۷۷۰۰۰



۱۹ RFSL Göteborg. انجمن حقوق همجنسگرایان، دوجنسگرایان، راجنسیتها، کویرها و بیناجنسها. شماره تلفون: ۰۳۱-۷۸۸۲۵۱



• تازه‌واردان (Newcomers). یک پروژهای برای پناهجویان و افراد تازه‌وارد است. ایمیل: newcomers@goteborg.rfsi.se
• چکپاینت شهر یوتیبوری (Checkpoint Göteborg) شما می‌توانید خود را مجانی و به شکل ناشناس تست کنید.

• تازه‌واردان نوجوان (Newcomers Youth) یک پروژهای برای پناهجویان الجیبیتی نوجوان بین ۱۵ تا ۳۰ ساله است.

۲۰ Transammans.se. کمک و مصاحبت برای ترانجسیتها و نزدیکان آنها. ایمیل: hej@transammans.se • Transammans Väst را در Facebook یا Instagram ببینید. Transammans را همچنین در facebook ببینید.



۲۱ انجمن ترانجسیتها (FPES). اطلاعات تماس را می‌توانید در fpes.se/kontakt پیدا کنید.

۲۲ شماره تلفون حمایت‌رسان در برابر خشونت علیه زنان (Kvinnofridslinjen). اگر دختر/زن هستید و در معرض خشونت قرار گرفته‌اید. در این شماره تلفون به شما کمک میشود بدانی از کجا می‌توانید کمک دریافت کنید. شما می‌توانید از یک ترجمان کمک بگیرید. شماره تلفون: ۰۲۰-۵۰۵۰۵۰۰



۲۳ خانه امن سومیه برای زنان و دختران (Somaya kvinno- och tjejjour). اگر شما در معرض خشونت، تهدید و یا کنترل قرار گرفته‌اید. شما می‌توانید کاملاً ناشناس بمانید و به زبان‌های مختلف کمک بگیرید. آنها یک چت آنلاین دارند. شماره تلفون: ۰۲۰-۸۱۸۲۸۳۰۰
آدرس: kvinnojouren@somaya.se



۲۴ انتخاب کنید به این خاتمه بدهید (Välj att sluta). برای شما که در خطر این قرار دارید که شخصی را که دوست دارید در معرض آسیب قرار دهد و برای شما که در معرض خشونت قرار دارید. شما می‌توانید کاملاً ناشناس بمانید.



۲۵ Preventell.se اگر احساس میکنید که کنترل سکسوالیته خود را از دست داده‌اید و یا می‌ترسید به خود و یا دیگران آسیب برسانید. شما می‌توانید کاملاً ناشناس بمانید. شماره تلفون: ۰۲۰-۶۶۷۷۸۸۰



۲۶ روسینگرینسکه Rosengrenska. کمک و پشتیبانی برای پناهجویان مخفی/ فاقد مدارک که در تماس با خدمات درمانی با مشکل روبرو میشوند. ایمیل: vardformedling@rosengrenska.org شماره تلفون صلیب سرخ: ۰۲۰-۲۱۱۰۰۰

©RFSU Göteborg, 2021
Projektledare: Irene Sobrevilla
Textbearbetning: Irene Sobrevilla, Sam Lindskog och Agnes Dahné
Samverkan: RFSU:s Förbundskansli, Kunskapscentrum för sexuell hälsa
Västra Götalandsregionen, SRHR-teamet vid Socialförvaltningen Centrum
Göteborgs Stad, RFSL Newcomers Youth och RFSU:s samtalsledare på olika språk.
Illustrationer: Hannah Josey and Vendela Vrensk
Grafisk formgivning: Hannah Josey

Den här versionen är baserad på den nationella RFSU-versionen "Hitta rätt i världen". Denna skrift är framtagen med ekonomiskt stöd för Tidiga insatser för asylsökande från Länsstyrelsen Västra Götaland.

