



Domestic Violence HELP AND ADVICE

DHUNA SHTËPIAKE
NDIHMË DHE KËSHILLA!

家庭暴力
幫助和忠告！

العنف المنزلي
مساعدات و نصائح

VIOLENCE DOMESTIQUE
AIDE ET CONSEILS!

পারিবারিক সহিংসতা
সাহায্য ও পরামর্শ!

OIKIAKH BIA
BOHΘEIA KAI ΣYMBOYΛES!



Haringey **NHS**
Primary Care Trust



CONTENTS

English		1
Albanian	Shqip	2
Arabic	اللغة العربية	3
Bengali	বাংলা	4
Chinese	中文	5
French	Français	6
Greek	Ελληνικά	7
Kurdish	Kurdî Kurmancî	8
Polish	Polski	9
Portuguese	Português	10
Romanian	Limba Română	11
Somali	Soomali	12
Sorani	کۆردی	13
Turkish	Türkçe	14
Urdu	اردو	15

ENGLISH

DOMESTIC VIOLENCE HELP AND ADVICE!

Domestic violence is a crime. Protect yourself and your children's safety. Initiate action against abusers. If you need advice and support about domestic violence issues - these local services are here to help:

Hearthstone - Haringey Domestic Violence Advice and Support Centre 10 Commerce Road, Wood Green, London N22 8ED Tel: 020 8888 5362

Opening hours: Monday to Friday 10am-4pm

Police (24hrs) 999, **National Domestic Violence Helpline** (24hrs) 0808 2000 247, **Haringey Police Community Safety Unit** 020 8345 1944, **Haringey Victim Support** 020 8888 9878

For more information about domestic violence services visit our web site at www.haringey.gov.uk Free Internet access available at local libraries. **'I Shall Survive'** a printed guide to domestic violence services in Haringey, is also available at main council offices and libraries or call **Hearthstone**.

ALBANIAN

DHUNA SHTËPIAKE NDIHMË DHE KËSHILLA!

Dhuna shtëpiake është krim. Ruaj sigurinë tuaj dhe të fëmijëve tuaj. Fillo veprimin kundër abuzuesve. Nëse ju duhet këshillë dhe mbështetje lidhur me çështje të dhunës shtëpiake – këto shërbime lokale janë këtu për t'ju ndihmuar:

Hearthstone – Qendra a Këshillave dhe Mbështetjes mbi Dhunën Shtëpiake Haringej 10 Commerce Road, Wood Green, London N22 8ED Tel: 020 8888 5362

Orari i punës: E Hënë deri të Premte 10:00 – 16:00

Policia (24orë) 999, Linja Ndhmëse Kombëtare e Dhunës Shtëpiake (24orë) 0808 2000 247, Njësia e Mbështetjes së Komunitetit e Policisë Haringej 020 8345 1944, Mbështetja e Viktimave Haringej 020 8888 9878

Për më shumë informata mbi shërbimet e dhunës shtëpiake vizito faqen tonë të internetit në www.haringey.gov.uk Qasje interneti falas ka në bibliotekat lokale. Në zyrat dhe bibliotekat kryesore të këshillit gjithashtu në dispozicion keni një udhëzues të printuar mbi shërbimet e dhunës shtëpiake në Haringej 'Unë do të Mbijetoj'.

ARABIC

العنف المنزلي مساعدات و نصائح

العنف المنزلي جريمة. أحمي نفسك وأمان أطفالك. العمل المستهمل ضدّ المنتهكين. إذا تَحْتَاجُ نصيحةً ودعم حول قضايا العنف المنزلي - هذه الخدمات المحليّة هنا لتُساعد:

"هارتستون - هارينجي" **Hearthstone - Haringey** يوجد مقر
مركز نصيحة عنف المنزلي في 10 Commerce Road, Wood
Green, London N22 8ED Tel 020 8888 5362
الساعات الإفتتاحية: الإثنين إلى الجمعة من 10 صباحاً - إلى 4 مساءً،

شرطة (24 ساعة) 999، الخطّ الوطني المساعدة عنف منزلي (24 ساعة) 0808 2000 247 , وحدة أمان جالية شرطة لدعم الضحية لبلدية "هارينجي" 020 8888 9878

للمزيد من المعلومات حول مكتب خدمات العنف المنزلي زور موقعنا الإلكتروني: www.haringey.gov.uk المجاني الإنترنت متوفر في المكتبات العامة المحليّة . ' أنا سأبقى ' "I Shall Survive" طبع الدليل إلى العنف المنزلي متوفر أيضاً في مكاتب البلدية الرئيسية المكتبات العامة أو اتصل "بهارتستون" **Hearthstone**

BENGALI

পারিবারিক সহিংসতা সাহায্য ও পরামর্শ!

পারিবারিক সহিংসতা একটা অপরাধ। আপনার নিজের ও বাচ্চাদের নিরাপত্তা নিশ্চিত করুন। অন্যচার-অত্যাচারের বিরুদ্ধে পদক্ষেপ নিন। পারিবারিক সহিংসতা সঙ্কে যদি আপনার পরামর্শ ও সহায়তার দরকার হয় তাহলে নিচের স্থানীয় সেবাগুলি আপনাকে সাহায্য যোগানোর জন্যে রয়েছে:

হার্ভস্টোন - হ্যারিংয়ে পারিবারিক সহিংসতা পরামর্শ ও সহায়তা কেন্দ্র
 ১০ কমার্স রোড, উড গ্রীন, লন্ডন N22 8ED টেলিঃ 020 8888 5362
খোনা থাকার সময়ঃ সোমবার থেকে শুক্রবার সকাল ১০টা- বিকাল ৪টা,

পুলিশ (২৪ঘন্টা) 999, ন্যাশনাল ডোমেস্টিক ভায়োলেন্স হেলপলাইন (২৪ঘন্টা)
 0808 2000 247, হ্যারিংয়ে পুলিশ কমিউনিটি সেইফটি ইউনিট 020 8345
 1944, হ্যারিংয়ে ডিক্টিম সাপোর্ট 020 8888 9878

পারিবারিক সহিংসতা সেবাগুলি সঙ্কে আরো জানার জন্যে আমাদের ওয়েবসাইটে যানঃ www.haringey.gov.uk স্থানীয় লাইব্রেরিগুলিতে বিনামূল্যে ইন্টারনেট দেখার সুবিধা পাওয়া যায়। এছাড়া 'আমি বাঁচবো' এই নামে হ্যারিংয়ের পারিবারিক সহিংসতা সেবাগুলি সঙ্কে একটা ছাপা নির্দেশিকা, কার্ডসিলের প্রধান অফিসগুলি আর লাইব্রেরিগুলিতে পাওয়া যায় অথবা এরজন্যে হার্ভস্টোন-কে ফোন করুন।

CHINESE

家庭暴力

幫助和忠告！

家庭暴力乃是犯罪行爲。你應保護自己和孩子的安全，作出行動以對付施以暴力者。如果你需要有關家庭暴力問題的忠告和支援，以下設在當地的服務可以幫助你：

「家庭生活」(Hearthstone)-夏靈基家庭暴力忠告及支援中心
(Haringey Domestic Violence Advice and Support Centre)
10 Commerce Road, Wood Green, London N22 8ED
電話：020 8888 5362

開放時間：周一至周五上午 10 時至下午 4 時

警察 (全日 24 小時) 999，**全國家庭暴力協助專線** (全日 24 小時) 0808 2000 247，**夏靈基警察社區安全小組** 020 8345 1944，**夏靈基支援受害人協會** 020 8888 9878

欲詳有關家庭暴力的服務，請瀏覽：www.haringey.gov.uk。你在當地圖書館可免費使用互聯網。「I Shall Survive」(我要活下來)是一份印製小冊，介紹夏靈基區內設有關於家庭暴力的各項服務，可在各間主要市政辦事處和圖書館，或致電向「家庭生活」(Hearthstone)中心索取。

FRENCH

VIOLENCE DOMESTIQUE AIDE ET CONSEILS!

La violence domestique est un crime. Protégez votre sûreté ainsi que celle de vos enfants. Agissez contre les auteurs d'abus. S'il vous faut des conseils et du soutien sur les problèmes de violence domestique – ces services locaux existent pour vous aider:

Hearthstone – Centre de Conseils et de Soutien pour les Personnes touchées par la Violence Domestique à Haringey 10 Commerce Road, Wood Green, London N22 8ED Tél: 020 8888 5362
Horaires d'ouverture: Du lundi au vendredi de 10h à 16h.

Police (24h) 999, Ligne d'Assistance Téléphonique Nationale pour la Violence Domestique (24h) 0808 2000 247, Unité de la Sûreté Communautaire de la Police de Haringey 020 8345 1944, Soutien aux Victimes de Haringey 020 8888 9878

Pour des renseignements supplémentaires sur les services pour les personnes touchées par la violence domestique veuillez visiter notre site web au www.haringey.gov.uk. L'accès internet gratuit est disponible aux bibliothèques locales. **'I Shall Survive'** (Je Survivrai), un guide imprimé sur les services pour les personnes touchées par la violence domestique de Haringey, est également disponible aux bureaux municipaux principaux et aux bibliothèques ou alors appeler Hearthstone.

GREEK

ΟΙΚΙΑΚΗ ΒΙΑ ΒΟΗΘΕΙΑ ΚΑΙ ΣΥΜΒΟΥΛΕΣ!

Η βία στο σπίτι είναι ένα έγκλημα. Προστατεύσετε τον εαυτό και την ασφάλεια των παιδιών σας. Αρχίστε τη δράση ενάντια στους καταχραστές. Εάν χρειάζεστε συμβουλές και υποστήριξη για τα ζητήματα βίας στο σπίτι - αυτές οι τοπικές υπηρεσίες είναι εδώ για να σας βοηθήσουν:

Hearthstone - Συμβουλευτικό και Ενισχυτικό Κέντρο ενάντια στην Οικιακή Βία στο Haringey 10 Commerce Road, Wood Green, London N22 8ED Tel: 020 8888 5362

Ώρες λειτουργίας: Δευτέρα μέχρι Παρασκευή 10 π.μ. - 4 μ.μ.

Αστυνομία (24 ώρες) 999, **Εθνική Γραμμή Βοήθειας Οικιακής** (24 ώρες) 0808 2000 247, **Κοινοτική Αστυνομική Μονάδα Ασφάλειας Haringey** 020 8345 1944, **Ομάδα Υποστήριξης Θυμάτων Haringey** 020 8888 9878

Για περισσότερες πληροφορίες υπηρεσίες για την οικιακή βία, επισκεφθείτε την ιστοσελίδα Δωρεάν Πρόσβαση www.haringey.gov.uk στις τοπικές βιβλιοθήκες. «I shall Survive - Θα Επιζήσω» ένα τυπωμένου οδηγό για τις υπηρεσίες οικιακής βίας στο Haringey, είναι επίσης διαθέσιμο στα κεντρικά γραφεία του Συμβουλίου, τις βιβλιοθήκες ή καλώντας τη Hearthstone.

KURDISH

TUNDÛTÛJÎYA NAV MALÊ ALÎKARÎ Û ŞÊWIRDARÎ!

Tundûtûjîya nav malê sûc e. Ewlekarîya xwe û zarokên xwe biparêzin. Li dijî xerabkaran têkevin tevgerê. Heke ji we re li ser mijarên tundûtûjîya nav malê şêwirdarî û piştevanî pêwîst be – ev xizmetên herêmî ji bo alîkarîyê li vir in:

Hearthstone - Haringey Domestic Violence Advice and Support Centre 10 Commerce Road, Wood Green, London N22 8ED Tel: 020 8888 5362

Demên Vekirî: Duşem - Înî 10.00-16.00,

Polîs (24 seetan) 999, **Xeta Alîkarîyê ya Tundûtûjîya Nav Malê ya Netewî** (24 seetan) 0808 2000 247, **Polîsê Haringey Yekîneke Ewlehiya Civakê** 020 8345 1944, **Piştevanîya Qurbanî ya Haringey** 020 8888 9878

Ji bo bêtir agahîya li ser xizmetên tundûtûjîya nav malê, biçin websîteya me li www.haringey.gov.uk Li pirtûkxaneyan xizmetên bêpere yê internetê peyde dibin. **‘Ez ê Jîndar Bimînim’** rêbereke çapkirî ya xizmetên tundûtûjîya nav malê li Haringey, her weha li ofîsên şaredarîyê û pirtûkxaneyan jî peyde dibe. An jî telefon bikin bo **Hearthstone**.

POLISH

PRZEMOC DOMOWA POMOC I PORADA!

Przemoc domowa jest przestępstwem. Chroń siebie oraz bezpieczeństwo swoich dzieci. Rozpocznij akcję przeciwko sprawcom. Jeśli potrzebujesz porady oraz wsparcia w związku z przemocą domową, niżej wymienione organizacje lokalne mogą pomóc:

Hearthstone – Centrum porad i wsparcia ds. przemocy domowej 10 Commerce Road, Wood Green, London N22 8ED Tel: 020 8888 5362

**Czynne: od poniedziałku do piątku w godz. 10:00-16:00,
Telefon nocny / w weekendy: 0800 0232794**

Policja (całodobowy) 999, Krajowa linia pomocy ds. przemocy domowej (całodobowa) 0808 2000 247, Dział policji ds. bezpieczeństwa społecznego w Haringey 020 8345 1944, Serwis pomocy ofiarom 020 8888 9878

Więcej informacji odn. usług dotyczących przemocy domowej znaleźć można na naszej stronie internetowej www.haringey.gov.uk Lokalne biblioteki oferują bezpłatny dostęp do internetu. 'I Shall Survive', drukowany przewodnik dot. tych usług, dostępny jest w głównym budynku urzędu miejskiego (council), bibliotekach lub od Hearthstone.

PORTUGUESE

VIOLÊNCIA DOMÉSTICA AJUDA E CONSELHO!

Violência doméstica é um crime. Proteja-se e proteja a segurança de sua criança. Inicie ações contra abusadores. Se você precisa de conselho e apoio sobre questões de violência doméstica – esses serviços locais estão aqui para ajudar:

Hearthstone - Haringey Domestic Violence Advice and Support Centre (Centro de Apoio e Conselho para Violência Doméstica de Haringey) 10 Commerce Road, Wood Green, London N22 8ED Tel: 020 8888 5362

Horário de funcionamento: segunda a sexta das 10 da manhã às 4 da tarde,

Polícia (24hrs) 999, **National Domestic Violence Helpline** (24hrs) 0808 2000 247, **Haringey Police Community Safety Unit** 020 8345 1944, **Haringey Victim Support** 020 8888 9878

Para mais informação sobre serviços para violência doméstica visite nossa website no www.haringey.gov.uk Acesso gratuito à Internet disponível em bibliotecas locais. **'I Shall Survive'** um guia impresso para serviços de violência doméstica em Haringey, também está disponível nos escritórios principais do concelho e bibliotecas ou telefone para a Hearthstone.

ROMANIAN

VIOLENȚA DOMESTICĂ AJUTOR ȘI SFATURI!

Violența domestică este o crimă. Protejați securitatea dumneavoastră și a copiilor dumneavoastră. Inițiați o acțiune împotriva celor care abuzează. Dacă doriți sfaturi și sprijin cu privire la probleme de violență domestică – următoarele servicii locale sînt gata să vă ajute:

Hearthstone – Centrul de Sfătuire și Sprijin Haringey pentru Violența Domestică Advice: 10 Commerce Road, Wood Green, London N22 8ED Tel: 020 8888 5362

Ore de deschidere: de luni pînă vineri, de la 10 dimineața la 4 după-amiaza,

Poliția (24 ore) 999, Numărul național pentru Urgențe de Violență Domestică (24 ore) 0808 2000 247, Unitatea de Securitate Comunitară a Poliției Haringey 020 8345 1944, Sprijin pentru Victimele din Haringey 020 8888 9878

Pentru mai multe informații cu privire la serviciile pentru violența domestică vizitați pagina noastră de internet www.haringey.gov.uk. Aveți acces gratuit la internet la bibliotecile locale. **'Voi Supraviețui'**, un ghid tipărit despre serviciile pentru violența domestică din Haringey se află de asemenea la dispoziție la principalele birouri ale consiliului și la biblioteci, sau sunați la Hearthstone.

SOMALI

QALALAASAHA GURYAHA TAAGEERO IYO TALO!

Qalalaasaha guryuhu waa denbi. Naftaada iyo carruurtaada ammaankooda ilaali. Dadka arrintaas ku kaca tallaabo ka qaad. Haddii aad u baahantahay talo iyo taageero ku saabsan qalalaasaha guryaha – Adeegyadan mandaqadda laga helo ayaa ku caawin kara:

Hearthstone – Xarunta Haringey ee talabixinta iyo taageerada qalalaasaha guryaha 10 Commerce Road, Wood Green, London N22 8ED Tel: 020 8888 5362

Saacadaha furitaanka: Isniin illaa jimce 10am-4pm,

Bilayska (24ka saacadood) 999, **Khadka qaranka ee taageerada qalalaasaha guryaha** (24ka saacadood) 0808 2000 247, **Unugga bilasyka Haringey ee ammaanka beesha** 020 8345 1944, **Taageerada dadka dhibtu soo gaadhay ee Haringey** 020 8888 9878

Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah oo ku saabsan qalalaasaha guryaha, booqo goobta internetka ee ah www.haringey.gov.uk waxa internetka si lacag la'aan ah loog heli karaa laybareeriyada mandaqadda qoraal la yidhaaho **'I Shall Survive'** oo sheegaya adeegyada loogu talagalay qalalaasaha guryaha ee ka jira Haringey, ayaa laga heli karaa xafiisyada kawnsalka iyo laybareeriyada ama soo wac **Hearthstone**.

SORANI

توندو تیژی ناومال نامۆژگاری و یارمهتی!

توندوتیژی ناومال تاوانه. سهلامهتی خۆت و منداڵهکانت بپارێزه. کاریک دهستپێکه دژی دهست درێژکهران. ئەگەر پێویستت به یارمهتی و نامۆژگاری ههیه دهرباره ی مهسهله ی توندوتیژی ناومال - ئەم خزمهتگوزاریه ناوخۆیانه ههه بۆ یارمهتیدان:

هاسستۆن **Hearthstone** بنکه ی نامۆژگاری و یارمهتی بۆ توندوتیژی ناومال له هارپینگه ی
10Commerce Road, Wood Green. London N22 8ED
تهلهفون: 020 8888 5362

کاتهکانی کردنهوه: پۆژانی دووشهمه تا ههینی (10 ی به یانی 4 ی ئیواره)

پۆلیس 999 (24 کاتژمێر)، هێلی یارمهتی نیشتمانی بۆ توندوتیژی ناومال (24 کاتژمێر): 0808 2000 247 ، یهکه ی پۆلیسی سهلامهتی خه لکی له هارپینگه ی: 020 8345 1944، پشتگیری قوربانیانی تاوان له هارپینگه ی: 020 8888 9878.

بۆ زانیاری زیاتر دهرباره ی خزمهتگوزاریهکانی توندوتیژی ناومال سهردانی ئەم سایته مان بکه: www.haringey.gov.uk. به کارهێنانی ئەنترنێت له کتێبخانهکانی ناوچه کهدا به خۆپای به دهست ئەکه ویت. (ئهبیئت بژیم I shall Survive) پێنمای چاپکراوه دهرباره ی ئەو خزمهتگوزاریانه ی که ههه بۆ توندوتیژی ناومال له هارپینگه ی، وه به دهست ئەکه ویت له نووسینگه ی کانسله کان و کتێبخانهکاندا یان تهلهفون بکه بۆ هاپس ستۆن.

TURKISH

AİLE İÇİ ŞİDDET YARDIM VE TAVSİYE!

Aile içi şiddet suçtur. Kendinizin ve çocuklarınızın güvenliğini koruyun. Bu suçu işleyenlere karşı yasal işlem başlatın. Aile içi şiddet konularında tavsiye ve desteğe ihtiyacınız varsa aşağıdaki yerel servisler size yardımcı olabilirler.

Hearthstone - Haringey Aile içi Şiddet Tavsiye ve Destek Merkezi 10 Commerce Road, Wood Green, London N22 8ED Tel: 020 8888 5362

Çalışma Saatleri: Pazartesi-Cuma 10.00 – 16.00,

Polis (24 saat) 999, **Ulusal Aile içi Şiddet Yardım Hattı** (24 saat) 0808 2000 247, **Haringey Polis Toplum Güvenliği Birimi** 020 8345 1944, **Haringey Mağdur Destek** 020 8888 9878

Aile içi şiddet konularında daha fazla bilgi için www.haringey.gov.uk adresindeki internet sitemizi ziyaret edin. Yerel kütüphanelerden internete ücretsiz olarak girebilirsiniz. **'I Shall Survive'** isimli Haringey aile içi şiddet servisleri rehberini belediyenin ana ofislerinde ve kütüphanelerinde bulabileceğiniz gibi bunun için **Hearthstone'u** da arayabilirsiniz.

URDU

گھریلو تشدد مدد اور مشورہ!

گھریلو تشدد ایک جرم ہے۔ اپنی اور اپنے بچوں کی سلامتی کا بچاؤ کیجئے۔ زیادتی کرنے والوں کے خلاف اقدام کیجئے۔ اگر آپ کو گھریلو تشدد کے معاملات میں مشورے اور مدد کی ضرورت ہو۔ تو یہ مقامی سروس میں مدد کے لئے حاضر ہیں:

ہیرتھ سٹون - ہیرنگے ڈومیسٹک وائلنس ایڈوائس اینڈ سپورٹ سنٹر 10 کامرس روڈ، ووڈ گرین،

لندن N22 8ED ٹیلی فون: 020 8888 5362

کھلنے کے اوقات: سوموار سے جمعہ 10 بجے صبح سے 4 بجے شام،

پولیس (24 گھنٹے) 999، نیشنل ڈومیسٹک وائلنس ہیلپ لائن (24 گھنٹے) 0808 2000 247،
ہیرنگے پولیس کمیونٹی سیفٹی یونٹ 020 8345 1944، ہیرنگے وکٹیم سپورٹ 020 8888 9878

گھریلو تشدد کی سروسوں کے بارے میں مزید معلومات کے لئے ملاحظہ کیجئے ہماری ویب سائٹ واقع
www.haringey.gov.uk۔ انٹرنیٹ تک مفت رسائی مقامی لائبریریوں میں دستیاب ہے۔
ہیرنگے میں گھریلو تشدد کی سروسوں کے بارے میں ایک چھپا ہوا گائیڈ بعنوان 'I Shall Survive'
(میں ہتھیار نہیں ڈالوں گا/ڈالوں گی) بھی کونسل کے بڑے بڑے دفاتر اور لائبریریوں میں دستیاب
ہے یا پھر ہر تھ سٹون کو فون کیجئے۔



Domestic Violence HELP AND ADVICE

TUNDÛTÛJÛYA NAV IMALË
ALÛKARÛ Û ŞËWIRDARÛ!

QALALAASAHA GURYAHA
TAAGEERO IYO TALO!

PRZEMOC DOMOWA
POMOC I PORADA!

توندو تىژى ناومال
ناموزگارى و يارمه تى!

VIOLËNCIA DOMËSTICA
AJUDA E CONSELHO!

AILE (Ç) ŞIDDET
YARDIM VE TAVSÛYE!

VIOLENŢA DOMESTICĂ
AJUTOR ŞI SFATURI!

گهريلو تشد
مدداور مشوره!

