

Shakti 妇女援助

Shakti 妇女援助是为经历或逃避来自伴侣/丈夫，前配偶，和/或家里的其他家庭成员等家庭暴力的黑人及少数民族妇女，儿童和年轻人提供支助的组织机构。

你是或你知道某人正在被：

- 殴打？
- 推或踢？
- 叫外号？
- 威胁？
- 强迫发生性行为？
- 监禁？
- 不允许见家人或朋友？
- 担心逼婚？
- 与你生活在一起的家人待你不好？
- 威胁要将你抛弃海外？

如果这个发生在你或你知道的人身上，你可以从我们这里得到帮助。获得安全是你的权利。

如果你正在经历家庭暴力，别怕寻求帮助。除了联系 Shakti 之外，你还可以秘密地找你的医生，健康探访员，或者社工谈谈。

Shakti 提供：

- 安全的暂时住所和后续支持服务
- 实际的帮助和信息（法律权利，福利，住房，工作等）
- 情绪支持

如果你不住在爱丁堡，和/或仍在受虐待，或还没有决定要怎样做，你也可以联系我们的妇女，儿童及年轻人的外展服务：我们会对你的咨询完全保密。

Shakti 提供英语之外的 20 多种语言。

拨打电话 **0131 475 2399** – 我们星期一至星期五 9:30 至 5 点开门。记住 – 如果你遇到紧急危险请拨 **999**。

你还可以拨打苏格兰国家家庭暴力热线 **0800 027 1234** (24 小时服务)。

警察和国家家庭暴力热线使用‘语言热线’ – 如果你需要语言上的帮助或翻译，请告诉他们。

保持安全

你的安全和你孩子们的安全是最重要的。这里有一些实用的提示来帮助你保持安全:

- 你可以和我们的工作人员谈谈，她可以秘密地给你打电话，发邮件，或亲自与你见面。
- 如果你的性命或你孩子们的性命处于危险，请联系像警察(999)或 Shakti 机构；我们在这里为您服务。
- 尽可能多地找出信息 (例如，从有帮助的网站或图书馆)。 **参阅我们的链接。**
- 把你可以信任和倾诉的人们 (例如，好朋友或你的医生)的电话号码列个单子，把它放在一个安全的地方。
- 如果你需要马上离开，试着把你所有的文件都带上，至少复印件，像你的护照和孩子们的护照。
- 留一些钱或银行卡在身上，或放在一个安全的地方。
- 你不需要自己解决问题，我们可以帮助你!
- **记住 – 你现在所经历的不是你的错，而且你不是一个人!**