Swahili

mwili wako chaguo lako

Unyanyasaji wa Kijinsia ni uhalifu.

Hairuhusiwi kamwe kwa mtu kutumia nguvu au vitisho ili kukufanya ufanye kitu chochote kinachokufanya ukose raha.

Ikiwa wewe au mtu unayemjua amepitia unyanyasaji wa kijinsia, unaweza kupata usaidizi kutoka kwa:

Polisi wa Queensland: Piga simu kwa 000 (sifuri tatu) Huduma ya Kitaifa ya Unyanyasaji wa Kijinsia:

Piga simu kwa 1800 737 732
(simu bila malipo, saa 24, siku 7 kwa wiki)

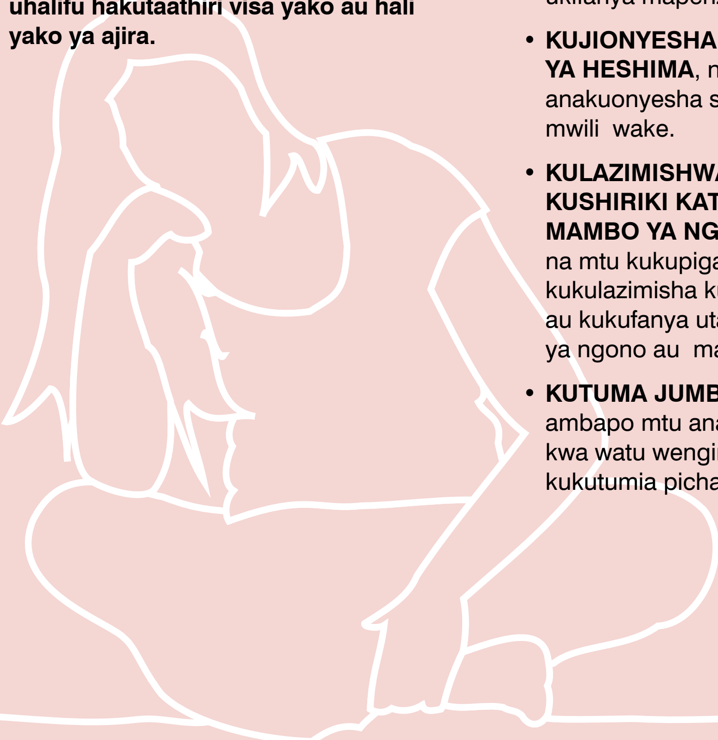
Wakalimani bila malipo: Piga simu kwa Huduma ya Tafsiri na Ukalimani (TIS) namba 131 450. Mkalimani atawasiliana na huduma yoyote ya usaidizi unayoomba bila malipo.

1. Jua haki zako
2. Zungumza na mtu unayemuamini
3. Pata msaada

1 Jua haki zako

Una haki ya kuchagua mtu wa kufanyanae mapenzi. Ngono na kufanya mapenzi vinaweza kujumuisha mguso wa kingono,kufanya ngono, picha za kingono na kutuma jumbe za ngono. Kulazimishwa kushiriki katika mojawapo ya matukio haya bila ridhaa yako ni uhalifu.

Nchini Australia, mtu hawezi kukugusa, kukutisha, kutuma picha za kingono zisizotakikana ambazo ni zako au amepiga na wewe au kutoa matamshi ya kingono kwa au kukuhusu bila maoni yako. Makosa ya kingono ni uhalifu mkubwa na wakosaji wanaweza kufungwa jela kwa miaka 14. Kuripoti uhalifu au kuwa mwathiriwa wa uhalifu hakutaathiri visa yako au hali yako ya ajira.



Unyanyasaji wa kingono ni nini?

Unyanyasaji wa kingono unaeleza aina mbalimbali za uhalifu wa kingono, ikiwa ni pamoja na:

- **UBAKAJI**, ambapo ni pale unapolazimishwa kufanya ngono (kupitia uke, mkundu au mdomo) bila ridhaa
- **KUGUSA KUSIKOTAKIWA** kwa aina yoyote chini au juu ya nguo zako.
- **KUTOA MPIRA WA KONDOMU** kabla au wakati wa kufanya ngono bila ridhaa yako.
- **KULAZIMISHA KUFANYA NGONO**, ni pale ambapo mtu anakushinikiza au kukuhadaa ili ufanye mambo ya kingono ambayo hutaki kuyafanya.
- **KUNYEMELEA AU KUVIZIA**, ni pale ambapo mtu anakufuata au kukutazama.
- **KUKUANGALIA BILA IDHINI YAKO** ukifanya mapenzi au ukiwa uchi.
- **KUJIONYESHA KWA NJIA ISIYO YA HESHIMA**, ni pale ambapo mtu anakuonyesha sehemu za siri za mwili wake.
- **KULAZIMISHWA KUTAZAMA AU KUSHIRIKI KATIKA UENEZAJI WA MAMBO YA NGONO**, Ikiwa ni pamoja na mtu kukupiga picha bila ridhaa yako, kukulazimisha kuonekana kwenye video au kukufanya utazame filamu ya mambo ya ngono au machafu.
- **KUTUMA JUMBE ZA NGONO**, ni pale ambapo mtu anatuma picha za uchi wako kwa watu wengine bila idhini yako au kukutumia picha za uchi ambazo hutaki.

Idhini ya kingono ni nini?

INATOLEWA BURE

Idhini ni pale ambapo unachagua bila shinikizo, ghiliba au ushawishi wa madawa ya kulevya au pombe.

YENYE SHAUKU

Ikifika kwanye ngono, unapaswa kufanya mambo ambayo UNATAKA kufanya tu, sio mambo ambayo unahisi unatarajiwa kufanya au kulazimishwa.

NI MAALUM

Kukubali kitu kimoja (kama kuenda chumba cha kulala) haimaanishi umekubali kufanya kitu kingine (kama kufanya ngono)

Ikiwa mtu amekubali kuvaa mpira wa kondomu na kisha asiuvae, hii sio idhini au ni kosa.

INAWEZA KUBADILISHWA

Unaweza kubadili mawazo wakati wowote wakati wa kufanya ngono au mapenzi, hata kama umewahi kufanya ngono hapo awali na hata kama nyote mko uchi kitandani.

INA MUDA MAALUM

Kutoa ridhaa kwa wakati maalum hakumaanishi umetoa ridhaa ya kitu hichohicho kwa wakati mwingine.

UKIMYA SIO RIDHAA

Watu wengi hujipata katika hali ya kushindwa kujibu wakati wameogopa sana.

Kwa sababu hujazungumza, haimaanishi ulitoa ridhaa.

2 Ongea na mtu unayemwamini

Kuongea na rafiki unayemuamini, mwanafamilia au huduma ya ushauri kunaweza kukusaidia kuamua cha kufanya baadaye. Hata ukiamua kutoripoti unyanyasaji huo wa kingono, kuna sehemu nyingi ambazo unaweza kupata usaidizi wa kisiri na msaada bila malipo.

1800RESPECT
Inatoa ushauri kupitia simu na mtandao kwa watu walioathirika na unyanyasaji wa kingono na dhuluma au ukatili wa nyumbani.
1800 737 732 | www.1800respect.org.au

Nambari ya usaidizi wa Unyanyasaji wa Kijinsia Queensland
Usaidizi kwa njia ya simu na ushauri kwa mtu yeyote ambaye amenyanyaswa kingono au kudhulumiwa na yeyote ambaye ana wasiwasi kuwa mtu anayemjali huenda alinyanyaswa au kudhulumiwa.
1800 010 120 | www.dvconnect.org
Saa 1:30 asubuhi- saa 5:30 usiku kila siku kwa Siku 7

Msagaji Shoga Mtu Aliyebadili Jinsia Mtu Anayevutiwa Kingono na Jinsia Mbili Mtu mwenye Jinsia Mbili na Mtu Anayevutiwa Kingono na Jinsia Kadhaa (LGBTQ) Maalum: QLife
Inatoa usaidizi kwa njia ya simu na mtandao kwa watu wa umri wote.
Piga: 1800 184 527
Saa 9 kamili hadi saa sita usiku.
Siku 7 kwa wiki (Kilasiku).
Usaidizi na msaada unapatikana ikiwa umenyanyaswa au kudhulumiwa kingono au kwa kinjinsia.

3

Unaweza kupata msaada

Kuna huduma tofauti ambazo zinaweza kukupa usaidizi au Msaada. Kwa yeyote, wakiwemo wanafunzi wa kimataifa na wageni wanaweza kupata usaidizi na msaada kutoka kwa huduma hizi.

Usaidizi wa Kiafya

Ikiwa umenyanyaswa Kinjinsia au Kingono, unaweza kupata huduma ya matibabu bila malipo katika idara ya dharura ya hospitali yoyote ya umma. Huduma za Kiafya za Unyanyasaji wa Kingono za Queensland zinapatikana bila malipo (huhitaji kadi ya Medicare) saa 24 kwa siku).

Huduma hizi zinatoa habari, ushauri, matibabu na uchunguzi bila malipo kwa yeyote ambaye amenyanyaswa kingono.

Wanaweza kutoa vipimo vya maambukizi yanayoenezwa kupitia ngono na uzuizi wa mimba. Ushahidi wa kimatibabu unaweza kusaidia kuthibitisha kilichofanyika.

Uchunguzi wa unyanyasaji wa kingono ni bora ukifanywa katika saa 24 za kwanza.

Uchunguzi unaofanywa hadi siku saba baada ya unyanyasaji unaweza kutoa ushahidi muhimu ambao unaweza kutumiwa kortini, ikiwa suala hilo limeendelezwa.

WASILIANA NA GP WAKO AU 13HEALTH (13 43 25 84) KWA TAARIFA NA HUDUMA ZA MTAA

Usaidizi wa Kisheria

Huduma za kisheria bila malipo zinaweza kukupa ushauri wa kisiri kuhusu chaguo zako. Ushauri huu unaweza kuhusiana na mipango yako ya kuishi, elimu na mahali pa kazi pamoja na kuandikisha ripoti kwa polisi.

Yafuatayo hayana malipo, huduma maalum za kisheria.

Huduma ya Kisheria ya Wanawake
Kituo cha kisheria cha jamii kinachotoa ushauri wa kisheria bila malipo na taarifa kwa wanawake.
1800 957 957 | https://wlsq.org.au

Msaada wa Kisheria
Hutoa taarifa ya kisheria, ushauri na uwakilishi.
1300 651 188 | www.legalaid.qld.gov.au

ILI KUPATA MSAADA KUTOKA KWA HUDUMA ZA WAATHIRIWA

Ikiwa wewe ni mwathiriwa wa uhalifu, unaweza kuwa na haki ya kupata huduma mbalimbali bila malipo ikiwa ni pamoja na ushauri nasaha, msaada wa kifedha, na msaada wa kisheria.

Mwathiriwa anasaidia Queensland
1300 546 587 (Saa 3 asubuhi- saa 11 jioni)

Kutowa ripoti kwa polisi

Unyanyasaji wa kijinsia ni uhalifu. Kuwa mwathiriwa wa uhalifu hakutaathiri visa yako au hali ya ajira.

Polisi nchini Australia watachunguza ripoti yako na kuifuatilia ili kuhakikisha usalama wako na usalama wa wengine.

Unaweza kuandikisha ripoti kwa polisi kwa:

- Kupiga simu kwa sifuri mara tatu (000)
- Kuenda katika kituo cha polisi mwenyewe
- Kuripoti tukio hilo bila kufichua jina kupitia Crime Stoppers kwa 1800 333 000.

Huduma za msaada zinaweza pia kukusaidia kuandikisha ripoti kwa polisi.

Huu ni urekebishaji wa rasilimali iliyotolewa na Jiji la Sydney, Kituo cha Kisheria cha Redfern na StudyNSW.

CITY OF SYDNEY | Redfern Legal Centre | NSW GOVERNMENT | true relationships & reproductive health