



بنكهی رۆژانه له بنكهی پاراستنی نوسلۆ

بنكهی رۆژانه شویتیکه بۆ نمو کسانه که جۆرتیک یا چه ندين جۆر توندووتیژیان کراوته سهر یا توندووتیژیان ئەکریته سهر، به لام نمو کسانه دانیشتووی بنكهی پاراستن (کرپسه سهنتهر) نین. نهگهر پێویستیت به پاراستن هه بیت نهتێرن بۆ یه کهی نیشتهجیبوون له بنکه کهمان.





توندووتیژی ماددی:

- لاسپین بردنی کهل و پهلئ ناومال یا شئورمهک
- سوود وەرگرتتی نابووری

پارمەتییه کاتی بنکەئ رۆژانه:

- گفتوگۆی تاکەکەسی
 - دانانی دەورەئ "توندووتیژی چیبە؟"
 - گفتوگۆی بە کۆمەل
 - نامۆزگاری و رینمایئ
 - پارێزەری بەخۆرایئ
 - پارمەتیدان بۆ پەیرهتدیکردن بە پارێزەرەوه
 - گفتوگۆ لەگەڵ نەم منالانەئ کە توندووتیژیان
 - بەرامبەر ئەنجام دراوه یا شاهیدی توندووتیژی
- بوون



توندووتیژی ئەمواتی ئەمانەى ژێر دەوێت:

توندووتیژی جەستەیی: كەلك وەرگرتن لە هیزی جەستەیی بە مەبەستی

- پال پتوومان
- راکێشان یا هەلکەندنی موی سەر
- لێدان
- شەق لێدان

توندووتیژی دەروونی: كەلك وەرگرتن لە هیزی دەروونی بە مەبەستی

- هەر شە کردن (راستەوخۆ یا ناراستەخۆ)
- کۆنترۆڵ یا چاودیری کردن
- نازاردان
- گۆی پێنەدان یا نیهماڵ کردن
- داپێراندن
- سنووردارکردنی پێداویستى و بێروررا

توندووتیژی جنسی: كەلك وەرگرتن لە هیزی جەستەیی و دەروونی بە مەبەستی

- زەمخت یا فشار لەسەر کردن بۆ کردەوی جنسی
- دەستدریژی جنسی
- توندووتیژی تری جنسی



پہیو ہندی :

نہتوانی بو گرتتی کات یا و مرگرتتی زانیاری سہبارت بہ
یار مہتیہکانی نیمہ پہیو ہندی بہ ژمارہ تہلہفونی 22480380
بکہیت کہ شہر و رۆژ کراوہیہ.

گشت یار مہتیہکان بن بہرامبہرن.

سہردانی مائپہری www.oslokrisesenter.no بکہ