

## نصوص الفيلم الصامت

1. إن هذا الفيلم صامت من أجل توفير الأمان لك
2. لا يسمح لأي شخص أن يُعرّضك لشيء يؤذيك، أو يؤلمك، أو يهينك
3. الذي يريد أن يجعلك تفعل شيئاً لا تريد أن تعمله
4. أو يرغمك على التراجع عن شيء تريد أن تعمله
5. لا يسمح لأي شخص أن يفعل ذلك
6. كل أشكال العنف هي أمور خاطئة، وكل أشكال العنف مؤذية
7. نعرف أن هذا صعب بالنسبة لك
8. أنت إنسانة ثمينة
9. أنت إنسانة قوية
10. أنت إنسانة شجاعة
11. بإمكاننا مساعدتك ونحن موجودون هنا من أجلك
12. نعرف أنك ستنجحين في تدبير ذلك
13. لست وحيدة، توجد هنا مساعدة يمكنك الحصول عليها
14. نرحب بك للتواصل معنا
15. نصغي اليك ونساعدك ونحميك
16. اطلبي الحصول على المساعدة عن طريق الرعاية المفتوحة - بلدية بولنيس - اتصل هاتفياً بالرقم 073-087 87 26 أو أرسلني رسالة بالبريد الإلكتروني إلى العنوان التالي  
[socifo.oppenvarden@bollnas.se](mailto:socifo.oppenvarden@bollnas.se)
17. اطلبي الحصول على المساعدة أو قومي بعمل بلاغ عن الشعور بالقلق لشخص بالغ، بلدية بولنيس. اتصلني هاتفياً بالرقم -0278 251 90 أو أرسلني رسالة بالبريد الإلكتروني إلى  
[kundtjanst@soderhamn.se](mailto:kundtjanst@soderhamn.se)

18. إدارة الخدمات الاجتماعية وحدة شؤون البالغين/ بلدية  
سودر هامن، اتصل بالرقم 0270-750 00 أو أرسل رسالة  
بالبريد الإلكتروني [kundtjanst@soderhamn.se](mailto:kundtjanst@soderhamn.se)
19. تواصل مع بلدية أوفان أوكر ، أرسل رسالة بالبريد الإلكتروني  
إلى [socialtjansten@ovanaker.se](mailto:socialtjansten@ovanaker.se) أو اتصل هاتفياً بالرقم  
0271-570 00 [www.ovanaker.se/vald](http://www.ovanaker.se/vald)
20. خفارة ضحايا الجرائم بولنيس/أوفان أوكر. أرسل رسالة بالبريد  
الإلكتروني إلى العنوان التالي  
[omfo@bollnas-ovanaker.boj.se](mailto:omfo@bollnas-ovanaker.boj.se) اتصل هاتفياً  
بكريستر جونسون الشخص المسؤول عن الدعم والتنسيق على  
الرقم 073-075 30 36 أو اليزابيث جوهانسون الرئيس على  
رقم الهاتف 070-336 44 20
21. خفارة النساء ستوتان، أرسل رسالة بالبريد الإلكتروني  
[info@kvinnojourenstottan.se](mailto:info@kvinnojourenstottan.se) أو اتصل هاتفياً بالرقم  
010-471 10 99
22. خفارة ضحايا الجرائم سودر هامن، أرسل رسالة بالبريد  
الإلكتروني [info@soderhamn.boj.se](mailto:info@soderhamn.boj.se) أو اتصل هاتفياً  
بالرقم 0270-101 21 أو 070-526 64 03.
23. في الحالات الطارئة اتصل دائماً بالرقم 112.