

## *Kutafuta usawa*

*Usawa sio nguvu, sio kuongoza.  
Ba mpezi wanapaswa kuishi pasipo mapigano na mu  
usawa ; ni kusema :*

kumbele ya shida (taabu), kupata jibu  
inewapendenzwa wote wawili na wapenzi wanapaswa  
kuwa tayari yaku vumiliya jibu ya wengine

Kuwa na mawazo na masemo mazuri, kuelewa kila  
moja, na kusukiliza bila mawazo mubaya na  
heshima.

Kusaidia mu kile anataka mu maisha na  
kuheshimiya kazi yake, mawazo yake, na kujua  
kama eko na hamu yake.

Kusaidiana mu kazi ya wazazi na kuwa mfano  
upole kwa watoto.

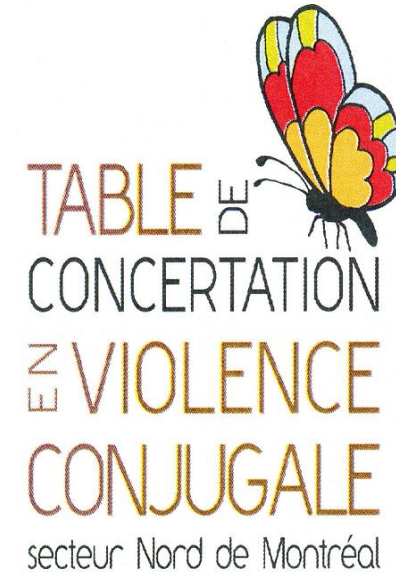
Kusikilisana kwa kazi ya nyumba na kubeba  
pamoja mipango kubwa ya jamaa.

Kubeba mipango yenye ku elekeya feza pamoja na  
ku akikisha yakama mwengine anakuwa faida ku  
pitiya mapatano ya feza.

Wanatambuwa yakama mapatano inakuwa mukali  
na wanazugumuza mukimbia.

Kuomba musaada na kutumikiya mali ya serkali kwa  
ajili ya kupata habari na usaidizi

# Mbele ya uwili – Vurugu mu inchi na Vurugu ya bunyumba



Imeandikwa kwa  
Ghayda Hassan, Ph.D.  
Sarah Ousman

### **Dualité de la violence:**

Lot d'expériences de détresse  
durant le refuge

Violence conjugale

Apprendre à  
connaître tous tes  
droits en tant que  
réfugiée  
Et  
Tous tes recours  
pour arrêter la  
violence

## Vurugu ya bunyumba

Vurugu ya bunyumba ni kama mpenzi moja anapenda ku weka mwengine mu hali ya chini ao kumlazimisha achukue tabia inapendezwa na mataka yake.

Vurugu ya bunyumba inatoka kwa matabia inakwa narudia muku ongezeka sawa :

- Kumwikalisha taabani pasipo amani
- Kumuogopesha
- Kumuogopesha na watoto
- Kucheza mukichwa yake juu yaku muogopesha
- Katika kila kitu kufanya hivyo anataka kwa sababu ya kyume
- Ku kataa kumupa feza ou kumupa feza kidogo.

*Vurugu kwa wanawake aina paka kukamata kumwili (kupigwa).*

## Ma sababu inaweza kuleta Vurugu ya bunyumba

- Kubakiya pasipo ndugu ao rafiki na ukosefu yaku funda lugha ya inchi.
  - Kwachana na jamaa na kukosana sababu ya watoto.
  - Mke anakua na kazi ya lazima na feza kupita bwana.
  - Kupata kazi ndogo na ukosefu ya karatasi ya inchi.
  - Tatizo ya pombe
  - Ubaguzi, kutupiliwa/kuzarauliwa
  - Ukosefu wa kazi
- Feza kidogo inaleta tatizo ingine

**Apana kukubali vurugu!**

Kama inafika wakati wa wepesi ita

**SOS Violence conjugale**

Namba 1 800 363-9010

(siku lote, na siku saba kwa saba).

**Polisi ya Montréal (SPVM)**

Ita namba 911

## Nguvu na utawala kwa wanawake wanaye hamia

*Nisawa mpango ya Power and Control Wheel, Domestic Abuse Intervention Project, Duluth, Minnesota.*

### Kugonga mwili

- Kusukuma, kupigwa, kupigwa na miguu, kutukuna nyele.,
- Kukunja mkono, kuimiza meno, kumwangusha, kutumiya silaha kwa kumutakiya vibaya.

### Kumweka pembeni

- Kumweka pembeni ya wenziwe, ao na jami ao tena ya na wanaosema lugha moja naye.
- Kukata ajifunze kifaransa.

### Uchokozi ya mwili katika pango wa kimutu

- Kusema wongo kwa hali yake ya huhamiaji.
- Kuandikiya jamaa maneno ya uwongo kwa ajili yake.
- Kumutukana sababu ya ubaguzi wa rangi.

### Sababu ya feza

- Kukosa kumupatia bahati ya kufanya majifunzo ya kazi ao ku soma
- Kusema ata ita ba askari kama anafanya kazi pasipo karatasi ya serikali.

### Kushambuliwa mu bwanamke

- Kumutukana asema ni mke analala na wanaume na kumtazama bila heshima
- Kumtazama kama anaye kuya na historia ya kulala na wanaume kwenyi makartasi ya serikali

### Kutumia watoto

- Kuogopesha ya kama atatwala watoto na kwenda nao njee ya inchi wanao ikaa.
- Kutafuta kutowa watoto kwenyi serikali ya uhamiaji (immigration).

### Kuogopesha

- Kuficha ao kuharibu ma karatasi ya mafaa kwa mfano passepoti, karatasi ya mgondja, NAS, na vinginevyo.
- Kuharibu vitu alivyo toka navyo inchini yake.
- Kuogopesha kumtowa kewny serikali ya uhamiaji
- Kuogopesha ya kama ataondoa ma karatasi ile iko ku uhamiaji

### Utumizi ya sheria ya ki wanainchi ao sharia ya kubaki mu inchi

- usifanye haraka ku andika makartasi ya uhamiaji juu ya kuhalalisha hali yake ya uhamiaji
- kuondoa au kuogopesha kuondoa karatasi iliyo andikia ya uhamiaji