



افتخري بإسلامك،
افتخري بهويتك



Australian Muslim Women's
Centre for Human Rights
Equality without Exception

مركز المرأة المسلمة الأسترالية لحقوق الإنسان

The Australian Muslim Women's Centre for Human Rights)

(AMWCHR) أن يتقدم بالشكر لكل من وضعوا لتفهم بنا من الشباب والآباء والأمهات والمتخصصين لعرض قصصهم ومشاركة تجاربهم الشخصية من خلال العديد من الجلسات الاستشارية وورش العمل طوال هذا المشروع.

فمساهماتهم القيمة كانت جوهرية في تطوير هذا الكتاب ونأمل أن يساعد هذا المورد الآباء والأمهات والأطفال في التنقل بين المحادثات المهمة والمواقف الصعبة. والأهم من كل ذلك الشعور بالفخر بهويتهم.

ويقر AMWCHR بأن الجنس والعرق والديانة تتقاطع كلها لكي تُكوّن أشكالاً متعددة من التمييز والعنف ضد النساء المسلمات. ويُقر أيضاً بأن الوقاية من التعصب بجميع أشكاله مرتبط بصراعات مجتمعات سكان أستراليا الأصليين وسكان جزر مضيق توريس. وقيل أن نستكن من معالجة القضايا في داخل مجتمعاتنا بنجاح. يجب علينا أن نواجه المؤثرات المسددة للاستعمار والتمييز العنصري والتعصب الأعنى في هذا البلد.

ويقر AMWCHR بسكان أستراليا الأصليين وسكان جزر مضيق توريس في هذه الأمة. ونقر بالأنساء التقليديين على هذه الأراضي، والتي يقع عليها مركزنا والتي ندير عليها عملنا. ونعرب عن عميق احترامنا للجدود والشيوخ، من العاصي والمفاسر. ويلتزم AMWCHR بتكريم روابط سكان أستراليا الأصليين وسكان جزر مضيق توريس الثقافية والروحانية القويمة بالأرض والماء والبحار ومساهماتهم الثرية للمجتمع.



Copyright information
© 2020

The Australian Muslim Women's Centre for Human Rights.
(03) 9481 3000

reception@muslimwomencentre.org.au
www.ausmuslimwomencentre.org.au

لا يمكن إعادة نسخ هذه المادة بدون
المصوّل على إذن صريح من AMWCHR

افتخري باسلامك، افتخري بهويتك

الرسوم

Sumaya Asvat

ساهم بالمحتويات

Ambreen Mirza و Asha Bedar

SALAAMS!



أنا علياء!

اليوم يوم الجمعة، وأنا متحمسة للغاية!

إنه اليوم "الذي لا نرتدي فيه الزي المدرسي"
ولدي حجاب بنفسجي جديد عليه سلاحف
خضراء زاهية اللون.



نعم، أحب السلاحف وأحب
تلك الرؤوس الصغيرة اللطيفة!



أوه، وحقيبة "اليونيكورن" اللامعة
التي أحملها معي في كل مكان!



أخوای کلیم وعلی استیقظا قبلی ورأیتهما
یلاحقان بعضهما بعضا فی المطبخ.

لا أفهم من أين یأتیا بكل هذه الطاقة فی
الصباح.

هل نحن أقرباء بالفعل؟

يريد كليم أن يركب الـ "سكيت بورد" إلى
المدرسة، لكن بابا يقول إن المدرسة بعيدة جدًا.

تناولنا وجبة الإفطار بسرعة، وتسابقنا مع بعضنا
البعض الي السيارة!



ماما سبقتنا الي السيارة، تنتظر بفارغ الصبر،
فهي لا تحب أن تتأخر على عملها في
المستشفى.



في وقت الراحة أرى
رانيا، جالسة بمفردها
تحقق في الأرض.

ليست هذه عادتها،
على ما أعتقد.

إنها أصغر مني سنًا، وهي محاطة دائمًا بصحبة من
الأصدقاء الصاخبين.

ولكنها اليوم تبدو غير طبيعية، وكأنها تود أن تكون
في مكان آخر بعيدًا عن هنا.

ذهبت إليها وسألتها ماذا حدث؟

قالت في البداية: "لا شيء". لكني بعد أن جلست
معهما سألتها مرة أخرى.

فنظرت إليّ وعيناها حمراوان ومنتفختان وقالت
"كان عيد ميلاد "أنا" ولم أكل شطائر لحم الخنزير
التي قدموها لي لأن عائلتي تأكل فقط الطعام
الحلال".

"ثم بدأ دان -
وهو صبي في
صفى- يسخر
منى ويناديني
بالسيدة الخنزيرة
مرات عديدة.



حقًا لم يعجبني ما ناداني به وأخبرته عدة مرات
بالتوقف.

قلت له هذه دناءة ووقاحة لكنه لم يفعل شيئًا
سوى أن ضحك".

أخذت رانيا ترتجف، أستطيع أن أرى أنها مستاءة
وغاضبة حقًا.

ثم قالت: "لكنني لا أستطيع فعل أي شيء
حيال ذلك، وأريد فقط العودة إلى المنزل الآن". 5

عانقت رانيا عناقًا كبيرًا. أف، هذا شيء
فضيع ولا يليق!

"هل ستخبرين أحدا؟ معلمك ، أختك
الأكبر منك ، والديك؟"

هزت رانيا رأسها.

"ما فائدة ذلك؟ بعض الناس وقحون، عليك
فقط أن تتجاهلي أفعالهم في بعض الأحيان ،
أليس كذلك؟"

لا أجيب لأنني لست متأكدة من نفسي.

نعم في بعض الأحيان تحتاجين إلى الابتعاد عن
الناس عندما يقولون أشياءً سخيفة ووقحة،
ولكن ماذا يكون الحال لو سخر أحدهم من شيء
يمس معتقداتك، وهو أمر مهم بالنسبة لك
ولعائلتك؟

أتساءل، هل تتجاهلين ما يقولون
أم تدافعين عن نفسك؟

قلت "رانيا، ربما يجب أن
تخبري شخصًا ما؟ شخصًا
تثقين به؟". "قد يخفف ذلك
عني".

تفكر رانيا لمدة دقيقة ثم تقرر.
"حسنًا"، وتقول "سأتحدث إلى
والدتي الليلة".



أقول "هذه فكرة عظيمة".

"يقول لي والداي دائمًا [من المهم أن يعرف الأهل إذا
أذانا شخص ما حتى يتمكنوا من حمايتنا]، لذا نعم،
افعلي ذلك".

تقول رانيا، وهي تبتسم قليلاً: "شكرًا عليك"، ابتسمت
وكان نفسيتها القديمة عادت إليها قليلاً.

"أشعر بتحسن بالفعل بعد التحدث إليك. هل تريد
تذوق قطعة من كعكتي؟"

في اليوم التالي أخبرني رانيا أنها أخبرت أمها عن دان.

كانت والدتها سعيدة
للغاية أن رانيا حكّت لها
ما حدث.

قائلة "أنا فخوره جدا بك
لأنك دافعت عن نفسك.
ما فعله هذا الصبي كان
خطئًا، وهذه هي الأشياء
التي تحتاجين أن تخبرينا
بها. كيف تشعرين الآن؟"
سألتها والدتها.



فكرت رانيا فيما قالته أمها ثم قالت "في ذلك
الوقت شعرت بالحرج، لكن بعدها شعرت
بالغضب!". أومأت الأم برأسها دلالة على فهمها.

ثم قرّبت رانيا منها وقالت "يبدو أن الصبي لا يفهم
أن هناك أسباب تجعل بعض الناس يتناولون
بعض أنواع الطعام ولا يتناولون أنواعًا أخرى أو
يفعلون أشياء بالطريقة الخاصة بهم، وربما لا يفهم
الأشخاص الذين يختلفون عنه. وهذا ليس خطأك،
ولا داعي أن تشعر بالذنب لأنك فعلت أشياء
بطريقتك الخاصة ولأنك تشعرين بالفخر بهويتك
أنت".

"الكثير من الناس في أستراليا يختارون الأطعمة التي يأكلونها، أو الملابس التي يرتدونها، أو اللغات التي يتحدثون بها أو حتى أنواع المهرجانات التي يحتفلون بها.



ألا تعتقدون أن هذا ما يجعله بلدًا مميزًا
وحصيلًا؟

للأسف، بعض الناس لا يفهمون ذلك، يا رانيا.

أنا آسفة لأن هذا حدث لك، لكن إذا حدث أي شيء مثل هذا في المدرسة مرة أخرى، فعليك أن تخبري المعلم الذي تثقين به، لأنه من المهم إشراك الكبار في الأمر حتى يتوقف هذا السلوك."



أومات رانيا برأسها ولكن كان لديها سؤالاً أيضاً.

"كيف أعرف الشخص الذي يمكنني أن أثق به؟"

قالت أمها: "سؤال جيد!"

"يمكنك أن تثقي في شخص ما إذا عامل كل الأطفال في الفصل بالتساوي، وتشعرين أنه يستمع إليك عندما تتحدثين، ويصدق ما تقولينه، ولا يقول لك أشياء تجعلك تشعرين بالأسى حيال هويتك."



قالت رانيا وهي تشعر بالابتهاج فجأة
"أوه حسنا."

"سأخبر السيدة
كاري إذن! إنها
المفضلة لدي."

أنا سعيدة أن رانيا
أخبرت والدتها بأنها
ستتحدث إلى معلمتها!

ولكن في المساء ذاته،
تأتي في ذهني أسئلة
أكثر.

بينما أجلس في غرفة
الجلوس مع أخوأي، نقوم
بواجبنا المدرسي، كان
والداي يشاهدان
التلفزيون.



وفجأة أسمع على الأخبار أن بعض الناس يصرخون
بغضب قائلين "عودوا إلى المكان الذي جئتم منه!
المسلمون إرهابيون!"

ذهبت إلى والداي.

"ماما، بابا، ماذا يقولون عن المسلمين؟

هل نحن إرهابيون؟ أنا لا أفهم."

بابا وماما ينظران إلى بعضهما البعض، ثم
يدعوننا جميعًا ويجلسونا، ويقول بابا "بالطبع
لا".



"الإرهابيون هم ناس أشرار يؤذون الناس الآخرين.

وهم ناس يرتكبون أعمال العنف ويؤذون الكثير من الناس لكي يحصلوا على ما يريدون.

قد يوجدون في أي مكان، ويكونون من أي خلفية أو لون أو دين، ولا يتحدثون سوى عن أنفسهم فقط.

أتذكر أن شخصًا ما صرخ في وجهي بهذه الكلمات ذات مرة وأنا عائد من الصلاة.

هذا الشخص، مثله كمثل الأشخاص الذين يصرخون على شاشة التلفزيون، يعتقد أنه نظرًا لأن هناك مجموعة صغيرة من الناس يرتكبون شيئًا شنيعًا، يكون جميع الناس من نفس الخلفية أشرارًا أيضًا.

همم... دعوني أوضح ذلك لكم بطريقة أخرى...

الآن إنك تعرفين كيف تعملين أنت
وصديقتيك روبي ولورا هذا الشيء الغريب
عندما تمزجون آيس كريم الفانيليا مع مربى
الفراولة؟

تخيلي الآن أنه إذا رأي الأولاد في صفك هذا
وقالوا، "كل الفتيات يفضلن مزج مربى
الفراولة مع الآيس كريم!"

هل يعتبر هذا صحيحًا؟

أبتسم وأهز رأسي وأنا أتخيل الآيس كريم
اللذيذ في جرات مربى الفراولة، وهي حلوى
لذيذة اخترعتها أنا وأصدقائي.



"لا بابا ، هذا فقط يعني أننا نحن الثلاثة نحب مزج الآيس كريم مع مربى الفراولة!"

بابا يضحك "بالضبط علينا! وبنفس الطريقة، الأمر لا يمت للمسلمين بصلة."

كذلك قال بابا، "من المهم جدًا أنه إذا قال لك أي شخص شيئًا مثل هذا لأنك مسلمة، يمكنك الدفاع عن نفسك، أو إخبارنا به، أو إخبار مدرس في المدرسة يعجبك وتثقين به. لا يحق لأي شخص أن يسخر من شخص ما أو أن يكون وقحًا تجاهه بسبب دينه."

أذهب إلى الفراش بعدها، ولكنني أظل مستيقظة لفترة طويلة، حيث تتسابق أفكار كثيرة في رأسي. لقد كانت الأيام التي مرت أيامًا مثيرة، هكذا أفكر في نفسي.

أتذكر كل الأشياء التي قالها بابا ومدى أهمية أن نشعر بالأمان وأن نفتخر بهويتنا بدون أن نشعر بالأسى.

هذا يجعلني أقدر أيضًا جميع أصدقائي في المدرسة
وجيرتي الذين يختلفون عني في كثير من الأشياء.

فكلنا منسجمون معًا، نحتفل مع بعضنا البعض، وهذا
يجعلني سعيدة.

سأسأل ماما غداً إذا كان من الممكن أن أذهب لكي
العب مع رانيا.

ثم سأحصل على بعض الآيس كريم (مع مربى الفراولة
بالطبع!)، وسأشاهد فيلمًا مع إخوتي ، ونستمتع فقط
بالطريقة التي نحبها!

تذكرني أنه شيء عظيم
أن تفتخري بمن أنت!





معلومات للوالدين والأطفال

معلومات للوالدين: دعم طفلك

يحدث التمييز عندما يُعامل شخص ما بظلم لأي سبب من الأسباب التي تشمل عرقه وديانته وجنسه وطبقته الاجتماعية.

إذا شعر طفلك أنه تعرّض للتمييز أو إذا رأي التمييز (يُتعرّف ضد شخص آخر أو في وسائل الإعلام)، يمكنك التحدث معه ودعمه بالطرق التالية:

اسأل:

- ماذا حدث؟
- كيف يؤثر ذلك عليه؟
- ما الذي يعرفه بالفعل عن هذا الموضوع؟
- ما الذي يريد معرفته عن هذا الموضوع؟

لا:

- تجاهله
- تستخف به
- تقلل من أهميته
- تلومه
- تهدد بشيء لا يمكنك الوفاء به

صدّق وأكّد:

- امدحه على ملاحظة الموقف وعلى إثارته.
- أكّد له أن ما تعرّض له (أو سمعه أو رآه) هو أمر غير سليم.
- شدّد على أن العدوانية أو العنف كردة فعل ليس هو الحل.
- وضح له أن هناك قوانين موضوعه لحمايته.
- وضح له أنه يمكن اتخاذ طرق ملائمة لمواجهة التمييز.
- وضح له أن من المهم اتخاذ موقف ضد التمييز أينما يحدث.
- طمأنه أنه في أمان في وسط عائلته.

وَجَّهْ طِفْلَكَ لِأَسْلَمِ طَرِيقَةَ مَمْكِنَةً لِلِاسْتِجَابَةِ بِخُصُوصٍ:

المعلومات:

- اعطه معلومات صحيحة
- صحح أي معلومات خاطئة

سياق أوسع:

- اَكدْ أنه في أغلب الأحيان يكون الجهل وسوء الفهم والتحيّز هو مصدر مثل هذه السلوكيات.
- ناقش مواقف معاداة الإسلام في نطاق أوسع، مثلاً التمييز يحدث عبر العديد من المجتمعات الأخرى أيضاً.

الهوية:

- وَجَّهْ طِفْلَكَ لطريقة الإجابة على الأسئلة الصعبة حول ديانتَه وهويته بطرق ثلاث سنّه.
- ساعده على التدقيق في أي مخاوف تواجهه وتتعلق بإسلامه أو بكونه جزء من مجموعته الإثنية.

الإجراء:

- شجعه على إبلاغك أنت أو معلميه إذا شعر بعدم الراحة مرة أخرى

السعي للحصول على الدعم بشأن التمييز الديني أو العنصري

للأطفال/للشباب:

في فيكتوريا، مما يخالف القانون أن تؤدي شخصاً ما جسمانياً أو تهدده بسبب عرقه أو طيقته الاجتماعية أو جنسه أو ديانته. في بعض الأحيان، يُستهدف الأطفال بسبب الملابس التي يرتدونها أو بسبب لون بشرتهم. هذا يخالف القانون.

من المفيد والمهم أن تتحدث مع شخص ما، سواء أكان ذلك صديق تقى به أو والد أو معلم أو أحد أفراد العائلة أو شخص متخصص يعمل في المنطقة. امتلاك معلومات تنطوي بالخيارات المتاحة لك قد يساعد الأطفال على اتخاذ قرارات واعية بشأن كيفية الإبلاغ والبقاء في أمان.

توجد هنا قائمة بالخدمات التي توفر أنواعاً مختلفة من الدعم. تساعدك هذه القائمة على الابتداء. أحياناً قد يتسبب الحصول على المساعدة في الشعور بالخوف، ولكن من المهم أن تبلغ شخصاً ما لكي تبقى في أمان. هذا حقك.

ماذا تبَلِّغ:

إذا حدث أي شيء حيث تُستهدف أنت، أو شخص تعرفه، من المفيد أن تذكر تفاصيل معينة. إذا لم تذكر فلا بأس في ذلك. أحياناً يصعب تذكر الأشياء في الأوقات العصيبة.

قد يفيد إذا أعطيت المعلومات التالية:

- كيف تم الاعتداء عليك أو ماذا رأيت
- متى وأين حدث الاعتداء
- هوية المعتدي وأين يسكن. إذا كنت تعرف ذلك
- ما شكل المعتدي. ماذا كان يلبس. وماذا قال. بالأخص أي شيء قهين عن عرقك أو ديانتك
- طبيعة أي أضرار أصابتك أو أصابت أي شخص آخر
- هل تم الاعتداء على أي شخص آخر
- أسماء وعناوين أي شهود
- إذا تم الاعتداء عليك من قبل

في المدرسة:

إذا ارتكبت التمييز ضدك أو ضد أي شخص آخر، يمكنك إبلاغ شخص بالغ بما حدث لكي يمكنه مساعدتك.

يمكنك أيضًا أن تطلب من والدك الحضور معك لدعمك عندما تتحدث مع شخص ما في مدرستك.

قد يكون:

- معلم صفك أو معلم تثق فيه
- معلم مُعين للمراقبة في الفناء
- المنسق أو المدير/الناظر

الحصول على خدمات الاستشارة:

أحيانًا عندما يُستهدف الأطفال أو يعتدي عليهم، قد يؤدي ذلك إلى قلق وتوتر مستمر خوفًا من التعرض للهجوم مرة أخرى، أو عدم الشعور بالأمان عند الخروج من المنزل أو في المكان الذي حدثت فيه الواقعة.

قد تساعد الاستشارة والتحدث مع شخص مختص على المعافاة بسرعة وعلى فهم ما حدث قبل أن يؤثر ذلك على الحالة النفسية. الاستشارة هي خدمة سرية وهذا يعني أن ما تناقشه مع المستشار يبقى بينكما.

خط مساعدة الأطفال (Kids Help Line)

1800 551 800

خط مساعدة الأطفال (Kids Help Line) هو الخط المجاني الخاص الوحيد في أستراليا الذي يقدم خدمة استشارة سرية على مدار الساعة طيلة أيام الأسبوع عن طريق الهاتف أو عبر الإنترنت للصغار والشباب من سن 5 سنوات إلى 25 سنة.

السعي للحصول على الدعم بشأن التمييز الديني أو العنصري

للبالغين/للوالدين:

في فيكتوريا، مما يخالف القانون أن تؤدي شخصاً ما جسمانياً أو تهدده بسبب عرقه أو طبيقته الاجتماعية أو جنسه أو ديانتهم من الشائع أن يشعر الوالدان والأطفال بالارتباك والخوف بشأن الطريقة التي يستجيبون بها. معظم الناس يشعرون بالامتنان لوجودهم في أستراليا ولا يريدون إحداث أي مشاكل. الاعتداءات التي تحدث بسبب كراهية الإسلام ما هي إلا تحقير عنصري وهذا مخالف للقانون.

من المفيد والمهم أن تتحدث مع شخص ما، سواء أكان ذلك صديق تقى به أو والد أو معلم أو أحد أفراد العائلة أو شخص متخصص يعمل في المنطقة. هذه هي أهم خطوة أولى. بالإضافة إلى ذلك، امتلاك معلومات تتعلق بالخيارات المتاحة لك قد يساعد الأطفال على اتخاذ قرارات واعية بشأن كيفية الإبلاغ والبقاء في أمان.

توجد هنا قائمة بالخدمات التي توفر أشكال مختلفة من المساعدة. هذه القائمة مُصممة لمساعدتك على الابتداء. نقرّ أن السعي للحصول على المساعدة قد يكون تجربة رهيبية. إننا هنا لكي نوفر دعماً سريعاً وخدمة لمساعدتك بالمعلومات أو للعثور على الخدمة التي تلائم احتياجاتك.

ماذا تَبْلَغُ:

قد يفيد إذا أعطيت المعلومات التالية:

- كيف تم الاعتداء عليك أو ماذا رأيت.
- متى وأين حدث الاعتداء.
- هوية المعتدي وأين يسكن. إذا كنت تعرف ذلك .
- ما شكل المعتدي. ماذا كان يلبس.
- وماذا قال. بالأخص أي شيء مُهين عن عرقك أو ديانتك.
- طبيعة أي أضرار أصابتك أو أصابت أي شخص آخر.

- هل تم الاعتداء على أي شخص آخر.
- أسماء وعناوين أي شهود.
- إذا تم الاعتداء عليك من قبل.

الأطفال في المدارس:

- إذا استهدف الأطفال في المدرسة، من المهم أن يخبروا، هم أو آباؤهم أو أمهاتهم، أحد الأشخاص البالغين التاليين:
- معلم صفك أو معلم تثق فيه
 - معلم مُعين للمراقبة في الفناء
 - المنسق أو المدير/الناظر

التحدث مع المدرسة

(مثلاً المعلم/منسق الرفاهية/المدير)

- شارك وقائع ما حدث كما بلغها لك طفلك وتأثير ذلك عليه
- ضع خطة عمل لمعالجة الأمر من المدرسة والإطار الزمني الذي يحتاجونه للتطبيق
- تابع الأمر عندما يحل الوقت

عندما يرى الأطفال والديهم يتخذون الإجراء اللازم - يؤدي ذلك إلى رفع مستوى الثقة في نفوسهم وزيادة أحاسيسهم بالخطأ والصواب

خدمات الطوارئ:

يمكنك الاتصال بالشرطة أو الإسعاف في حالة الطوارئ أو إذا كان شعورك بالأمان مهددًا

- في حالات الطوارئ اتصل بـ 000
- مخافر الشرطة المحلية والوحدات المتخصصة www.police.vic.gov.au/content
- خط مساعدة الشرطة (Police Assistance Line) أو تقديم بلاغ عبر الإنترنت. يمكنك الإبلاغ عن بعض الجرائم والأحداث غير الطارئة في أي وقت

الحصول على خدمات الاستشارة:

قد تسبب حالات التمييز الشديدة صدمة. الأعراض الشائعة للصدمة تشمل:

- جزع مستمر بشأن التعرض للاعتداء مرة أخرى
- عدم الشعور بالأمان أثناء الخروج إلى الشارع
- الشعور بقلق لم يوجد من قبل
- الشعور بأنك تريد تجنب الخروج من المنزل أو تجنب المكان الذي حدث فيه الاعتداء
- إعادة عرض أحداث الاعتداء في مخيلتك

قد تساعد الاستشارة ضحايا الجرائم على المغفرة بسرعة وعلى تجنب مزيد من التراجع في الحالة النفسية.
يُرجى ملاحظة أن الاستشارة هي خدمة سرية.

المجلس القضائي لمساعدة ضحايا الجرائم (The Victims of Crime Assistance Tribunal) 1800 819 817

يمكنهم تزويد ضحايا الجرائم بتمويل يُخصص للمصروف على تكاليف الاستشارة يمكنك اختيار المستشار الذي ترغب في استشارته. يمكنك أيضًا الحصول على مزيد من المعلومات من مخفر الشرطة أو عن طريق زيارة www.victimsofcrime.vic.gov.au.

خط الحياة (LIFELINE) 13 11 14

إذا أردت التحدث مع شخص بسرعة وفي سرية بشأن أحاسيس التراجع التي تعاني منها، لا تتردد في الاتصال بخط الحياة (LIFELINE).

خط مساعدة الأطفال (Kids Help Line) 1800 551 800

شجع الأطفال على الاتصال بخط مساعدة الأطفال (Kids Help Line) وهو الخط المجاني الخاص الوحيد في أستراليا الذي يقدم خدمات استشارة سرية على مدار الساعة طيلة أيام الأسبوع عن طريق الهاتف أو عبر الإنترنت للصغار والشباب من سن 5 سنوات إلى 25 سنة إذا احتاجوا إلى الدعم أو أرادوا التحدث مع شخص ما.

خط الوالدين (Parents Line) 13 22 89

- خدمة دعم هاتفية مجانية للوالدين مع مستشارين مؤهلين:
- تحدث عن أي مشكلة تتعلق بتربية الأطفال والعلاقات مع طفلك، لمساعدتك بالطرق التي تساعدك على التكيف والحفاظ على الإيجابية كوالد
 - مساعدة بشأن رفاهية عائلتك وقدرتها على التأقلم
 - ربطك بخدمات في منطقتك.

السعي للحصول على استشارة قانونية:

- يمكنك الاتصال بمركز الشؤون القانونية المجتمعي المحلي الذي تتبع له الذي يمكنه تقديم استشارة ومساعدة مجانية لك. يمكنك البحث على الإنترنت للعثور على مركز الشؤون القانونية المجتمعي المحلي الذي تتبع له في ضاحيتك، أو يمكنك الاتصال بالمجلس المحلي.
- يمكنك الاتصال بمفوضية تكافؤ الفرص وحقوق الإنسان في فيكتوريا (Victorian Equal Opportunity and Human Rights Commission) (VEOHRC) التي تدعم الناس الذين تضرروا من التمييز:
 - خط المعلومات: 1300 292 153 أو 9032 3583 (03)
 - (من الاثنين إلى الجمعة)
 - البريد الإلكتروني: enquiries@veohrc.vic.gov.au

خدمات دعم أخرى:

- المجلس الإسلامي في فيكتوريا (Islamic Council of Victoria (ICV))
 - 9328 2067 (03)
- سجل كراهية الإسلام في أستراليا (Islamophobia Register Australia):
 - www.islamophobia.com.au يمكنك تسجيل الواقعة والسعي للحصول على دعم
- مركز النساء المسلمات الأسترالي لحقوق الإنسان (Australian Muslim Women's Centre for Human Rights)
 - 9481 3000 (03)



Australian Muslim Women's
Centre for Human Rights
Equality without Exception

الهاتف: 05 9481 3000

الفاكس: 05 9481 3001

البريد الإلكتروني: reception@muslimwomenscentre.org.au

www.ausmuslimwomenscentre.org.au