

MENSAGEM KONA BA VIOLÉNSIA KONTRA FETO NO LABARIK-FETO SIRA, NO COVID-19

DEZEMVOLVE HAMUTUK HO GRUPU REFERENCIA SPOTLIGHT TIMOR-LESTE CIVIL SOCIETY REFERENCE GROUP

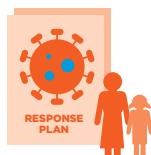
SERVISU SIRA NE'EBÉ ESENSIAL



Ita mehi katak uma sira hotu bele sai fatin ida ne'ebé seguru no saudavel ba feto no labarik feto sira wainhira sira hela iha uma hodi reduz espansaun virus Corona.

Ba maluk ne'ebé karik uma ladun seguru, Uma Mahon, Fatin Hakmatek, konsellu no informasaun ba ema ne'ebé hetan violénsia sei la'o no prontu atu fo ajuda.

Atu hetan asistensia, favor kontaktu MSSI iha 3310501/3310219 ou Fatin Hakmatek iha 77254597/78041671. Atu asesu ba númeru refereal sira ne'ebé disponivel, bele hare iha ne'e: <https://hamah>



Servisu atu responde ba violénsia kontra feto no labarik feto sira ne'e hanesan salva-vida no tenki halo parte iha kualker planu responde ba COVID-19.



Krise COVID-19 hamosu nível stress boot, fator ida ne'ebé aumentu violénsia domestika iha mundu tomak. Maibe, iha dalan hodi responde ba stress ne'ebé la ho violénsia.



Iha mundu ekipa sira husi [@SpotlightInitiative](#)'s servisu makas ho governo, organizasaun sosiedade sivil no komunidade sira hodi integra medida sira atu hamenus violénsia bazeia ba jéneru iha planu asaun nasional hodi rezolve [#viruscorona](#) atu proteje feto no labarik feto sira ho diak liu.

JESTAUN BA TENSAUN NO STRESS IHA UMA KAIN SIRA



Senti triste, stress, konfuzau, preokupadu no tauk - ne'e normal. Ita la mesak deit.

Buat hirak ne'ebé ita bele halo atu halo ita no ita nia familia sira kontenti bainhira ita hela deit iha uma:



buka tempu ba hamnasa, halimar no halo ligasaun ho ita nia rede sira ne'ebé suporta ita



han ai-han ne'ebé saudavel no koko tein hahan foun ruma



buka maneira atu halo ezercisiu ka bok an ituan



sai ba liur hodi hetan anin fresku



desliga an husi notisias no media social pelomenus oras ida antes atu ba toba

EMA HO DEFISIÉNSIA SIRA NO GRUPU VULNERABEL SELUK



Ema ho defisiénsia iha nesesidade espesifiku ba sira nia saude. Sira ho sira nia familia dalabruk izoladu. Iha tempu hanesan ne'e ema ho defisiénsia sira bele proteje aan no responde ba nesesidade bainhira sira hetan asistensia, informasaun asesivel, no familia no komunidade hamenus barera sira. Hanesan ne'e, sira mos bele moris diak.



Ema ho defisiénsia sira iha direitu hanesan ema seluk – oinsa ita bele promove inkluzaun iha asesu ba atensaun saude no apoiu seluk, liu-liu durante tempu krize hanesan ne'e?



COVID-19 perigozu liu ba ema ho defisiénsia, katusas no ferik no ema ne'ebé iha moras. Ita hotu iha papel atu fo apoiu ba ita nia maluk no familia sira ne'ebé iha risku nia laran no oinsa asegura atu sira nia saúde seguru.

GRUPU VULNERABEL SIRA SELUK



COVID-19 la diskrimina ema ida – mais impaktu husi COVID-19 todan liu ba ema ne'ebé hetan diskriminasaun husi sosiedade. Ho lia fuan no asaun ne'ebé hatudu solidaridade no atensaun ba malu, ita bele ultrapasa situasaun ida ne'e.

