

Yabancı müdahale yaşayan birine nasıl destek olunur

Acil bir durumda:

Eğer şu anda biri acil tehlikedeyseniz, 111'i arayın ve Yeni Zelanda Polisi'ni isteyin.

Konuşamıyorsanız ve **cep telefonu** kullanıyorsanız, sessiz kalın ve '55'e basın' komutunu bekleyin.

Konuşamıyorsanız ve **sabit hatlı bir telefon** kullanıyorsanız, sessiz kalın ve size yardım için herhangi bir tuşa basmanızı söyleyecek olan operatörün komutunu dinleyin.

Siz nasıl yardımcı olabilirsiniz

Eğer tanıdığınız biri yabancı müdahale ile karşı karşıyaysa:

- **Onları dinleyin ve onlara destek olmaya devam edin.** Onlara inandığınızı ve yardım etmek için orada olduğunuzu ifade edin.
- **Fiziksel olarak güvende hissetmiyorlarsa,** Yeni Zelanda Polisi (NZ Police) ile iletişime geçmelerine yardımcı olun. Onları, destek için güvenilir arkadaşlarına veya ailelerine ulaşmaya teşvik edin.
- **Akıl sağlığı desteğine ihtiyaçları varsa,** bir doktor, aile hekimi veya başka bir sağlık profesyoneli ile konuşmalarını teşvik edin. Ayrıca [Healthpoint](#) veya [Mental Health Foundation](#) aracılığıyla ek hizmetler bulmalarına yardımcı olabilirsiniz.

Health New Zealand'ın [Sağlık Destek](#) Web sitesinde sağlık hissinin nasıl artırılacağına dair daha fazla bilgi edinebilirsiniz.

- **Çevrimiçi güvenliklerini destekleyin.** Aşağıdaki gibi hesapları engellemeye veya takip etmeyi bırakmaya teşvik edin:
 - şüpheli
 - tehdit gönderen
 - onları ya da tanıdıkları kişileri taciz eden.

[Buradan çevrimiçi güvende kalmak hakkında daha fazla bilgi edinin](#)

- **Bir şeyler yanlış görünüyorsa, yabancı müdahaleleri** Yeni Zelanda Polisi veya Yeni Zelanda Güvenlik İstihbarat Servisi'ne (NZSIS) bildirmelerini teşvik edin.

Hangi yolu seçerlerse seçsinler, Polis ve NZSIS bilgilerinizin doğru yere ulaşmasını sağlayacaklardır.

Yabancı müdahaleler sadece Yeni Zelanda Polisine veya NZSIS'e bildirilebilir. Başka bir Yeni Zelanda Hükümet kurumuna bildirmek resmi bildirim sayılmaz.

[Nasıl resmi bildiri yapılabileceği hakkında daha fazla bilgiyi buradan edinin](#)

- **Hukuki desteğin yardımcı olup olmayacağını düşünün.** Olanlara bağlı olarak, özellikle tehdit, taciz veya haklarıyla ilgili başka endişeler varsa, bir avukatla görüşmek isteyebilirler.

[Hukuki desteğe ulaşmak hakkında daha fazla bilgiyi buradan edinin](#)

- **Güvende kalmak hakkında daha fazla bilgi edinin.** Kendinizi ve başkalarını korumanın daha fazla yolu için Topluluk Yabancı Müdahaleye Karşı Dayanıklılık Merkezi'nin Safeguard bölümünü ziyaret edin.

[Merkezdeki \('The Hub'\) Safeguard bölümünü buradan ziyaret edebilirsiniz](#)

Unutmayın: Durumu kendinizin soruşturmasına gerek yok. Bunu yapmaya çalışmak hem sizin hem de yabancı müdahale yaşayan kişi için tehlikeli olabilir.