

# Namna ya kufika Foundation House

## Ofisi za Brunswick

**Treni** Chukua reli ya treni ya **Upfield** mpaka kituo cha Brunswick. Kata kushoto kuingia mtaa wa Victoria, tembea hadi mtaa wa tatu halafu kata kushoto ili uingie mtaa wa Gardiner.

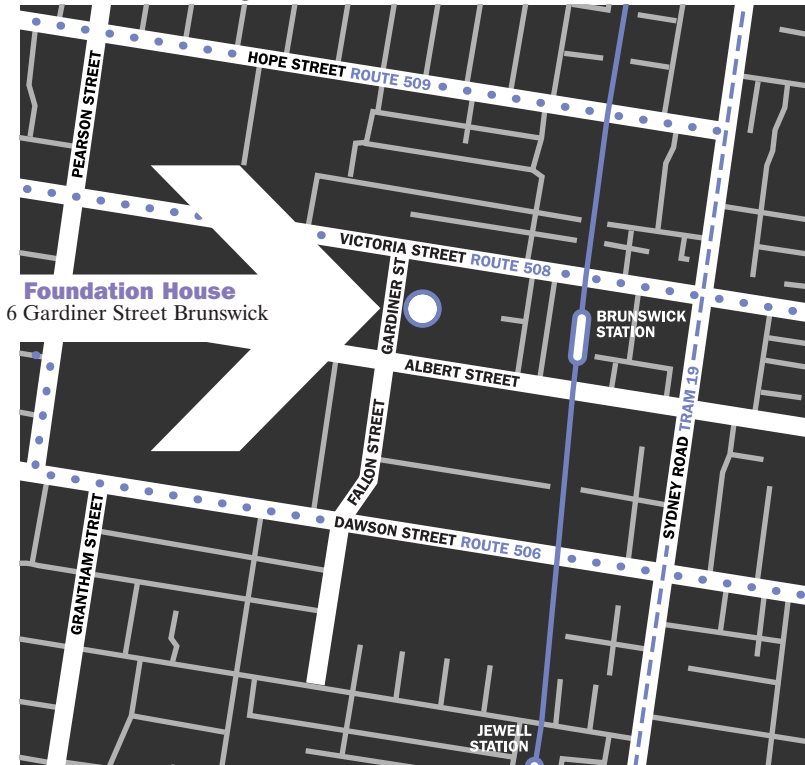
## Tramu

Chukua tramu **Namba 19** (Coburg). Shuka kituo namba 23 kwenye kona ya barabara ya Sydney na mtaa wa Victoria. Tembea hadi mtaa wa nne halafu kata kushoto ili uingie mtaa wa Gardiner.

**Basi Njia ya 506** Moonee Ponds–Kituo cha treni cha Westgarth. Shuka mtaa wa Dawson.

**Njia ya 508** Moonee Ponds– Alphington. Shuka mtaa wa Victoria.

**Njia ya 509** West Brunswick– Barabara ya Sydney. Shuka mtaa wa Hope. Rejea Melways: 29F7.



# Foundation House



Photography: Ian McKenzie

Foundation House



The Victorian Foundation for Survivors of Torture Inc.  
6 Gardiner Street Brunswick Victoria 3056 Australia  
Tel (03) 9388 0022 Fax (03) 9387 0828  
Email: [info@foundationhouse.org.au](mailto:info@foundationhouse.org.au)  
Website: [www.foundationhouse.org.au](http://www.foundationhouse.org.au)

**Huduma maalumu kwa wakimbizi**

## Foundation House ni nini?

Foundation House ni shirika huru la jamii lisilo la kisiasa, lisilo la faida. Hutoa huduma na kusaidia watu wazima na watoto wanaotoka nchi zozote ambao wamekimbia mateso, maumivu makali na kiwewe cha vita ili kutafuta usalama hapa Australia.

## Foundation House hufanya vipi kazi yake?

Huduma zetu ni za bure

Unaweza kutueleza mahitaji yako.

Mambo yanayokuhusu tunayaweka ya binafsi na siri.

Watafsiri tunaowatumia hutakiwa pia kuweka mambo yanayokuhusu binafsi na siri.

Tunasaidia haki zako.

Tunaelimisha jamii kuhusu mambo wanayopitia wakimbizi.

Unaweza ukabadilisha watafsiri kama huridhiki na mtafsiri uliyepewa.

**Kijitabu hiki kinapatikana katika lugha nyingine za jamii kupitia [www.foundationhouse.org.au](http://www.foundationhouse.org.au) au simu 03 9388 0022**

**Huduma ya utafsiri kwa simu 131450**

## Huduma zetu ni kwa ajili ya nani?

Unaweza ukamwona mfanyakazi wa Foundation House kama umepitia mateso, maumivu makali na kiwewe cha vita kabla ya kufika Australia na una matatizo hayo sasa.

Ni kawaida kwa watu kuwa na shida hapa Australia kutokana na kupitia mateso na maumivu makali.

Unaweza ukanotisi:

- Ukajawa na hali ya hasira au huzuni
- Shida kulala na jinamizi
- Mawazo na kumbukumbu zisizopotea
- Kujisikia woga bila kuelewa kwanini
- Kusumbuka kujifunza, kukumbuka au kuwamakini
- Kujisikia kukata tamaa na kupoteza matumaini
- Moyo kwenda mbio na kutoka jasho
- Kupoteza hamu ya kula na nguvu
- Kutoamini watu wengine
- Kutojisikia kuwa na watu wengine
- Kutosikia hisia zozote za moyo na kutokuwa na raha
- Ugomvi wa familia.

Unaweza kuwa na wasiwasi au mashaka kuhusu watoto wako kama

- wanaonekana kupitia hali iliyoelezwa hapo juu
- Wanaonekana kujitenga, wana huzuni au wamekuwa wakorofi
- Katika michezo yao wanaigiza hali mbaya waliyopitia
- Wanaonekana kuwa na wasiwasi wakiwa mbali na wazazi.

Kama wewe au mtoto wako anaonyesha Matatizo haya Foundation House inaweza kuwasaidia kwa kuwapatia nafasi ya

- kuzungumza juu ya wasiwasi wenu
- kutafuta ufumbuzi wa wasiwasi
- kuwawezesha kupona.

## Namna ya kuwasiliana na Foundation House

Kwa rufusa yako, mtu mwingine kama vile daktari, mfanyakazi wa jamii, mwalimu au rafiki anaweza kuwasiliana na sisi kwa niaba yako. Au unaweza kutupigia simu (03) 9388 0022.

Mpokea wageni atachukua jina lako na namba yako ya simu na atakuuliza kama utahitaji mtafsiri. Mfanyakazi wa Foundation House atakupigia simu katika siku tatu za kazi zinazofuata. Njia kamili za mawasiliano zipo nyuma ya folda hii.

Foundation  
House

