سیاہ فام اور اقلیتی نسل کے لوگوں کے لیے مدد

24 گھنٹہ

خانگی اور جنسی تشدد سے متعلق ہیلپ لائن

فری فون

0808 802 1414

خانگی اور جنسی تشدد سے متاثرہ *سبھی خواتین اور مردوں* کے لیے کھلی ہے

support لکھ کر اس نمبر پر بھیجیں **07797 805 839**

24hrsupport@dvhelpline.org

Urdu

24 گھنٹہ

خانگی اور جنسی تشدد سے متعلق ہیلپ لائن

خانگی اور جنسی تشدد سے متاثرہ *سبھی خواتین اور مردوں* کے لیے کھلی ہے

0808 802 1414

support لکھ کر اس نمبر پر بھیجیں
07797 805 839

24hrsupport@dvhelpline.org

سبھی لینڈ لائنوں اور موبائلز سے فری فون

ترجمے کی خدمت دستیاب ہے

رازدارانہ، دیکھ بھال کی خدمت
24/7، سال کے 365 دن

یہ ہیلپ لائن فکر مند خاندان کے ممبروں، دوستوں اور ساتھی کارکنان، یوتھ ورکرز، اساتذہ، پیشہ وران، کمیونٹی گروپز اور مذہبی رہنماؤں کی جانب سے آنے والی کالوں کا بھی خیر مقدم کرتی ہے۔

زیر انتظام ویمنز ایڈ فیڈریشن ناردن آئرلینڈ

خصوصی طور پر تربیت یافتہ کارکنان کی ہماری ٹیم آپ کی زندگی پر پڑسکنے والے خانگی یا جنسی تشدد کے تباہ کن اثرات کو سمجھتی ہے۔ ہم اس بات کو تسلیم کرتے ہیں کہ پہلی بار میں فون اٹھانا مشکل ہوسکتا ہے۔

ہماری ہیلپ لائن کے کارکنان آپ کے آمادہ ہونے پر بات کرنے میں آپ کی مدد کرنے کے معاملے میں تجربہ کار ہیں۔ ہم سمجھتے ہیں کہ ممکن ہے آپ کو معلوم نہ ہو کہ کیا کہنا ہے یا کیسے شروع کیا جائے۔ ہمارے کارکنان آپ کو اس کی سہولت فراہم کریں گے۔

ہیلپ لائن پر کسی بھی ایسے شخص کے لیے مکمل ترجمے کی خدمت دستیاب ہے جس کی پہلی زبان انگریزی نہیں ہے۔

یہ ہیلپ لائن خواتین اور ان کے بچوں کو براہ راست مقامی ویمینز ایڈ (Women's Aid) گروپوں کے ذریعہ فراہم کردہ جائے پناہ اور آؤٹ ریچ سپورٹ سروسز (outreach support services) کے محفوظ نیٹ ورک کا حوالہ دے سکتی ہے۔

ہم مردوں کے لیے محفوظ عارضی رہائش گاہ کا انتظام بھی کرسکتے ہیں اور خواتین و مردوں کو تعاون کے لیے متعدد دیگر ایجنسیوں کا حوالہ دے سکتے ہیں۔

اگر آپ پر جنسی حملہ کیا گیا ہے تو، یہ ہیلپ لائن فوری عملی مدد کا انتظام کرنے کے ساتھ ساتھ جنسی حملہ سے متعلق حوالہ مرکز، دی روان (The Rowan) کے نام براہ راست حوالہ فراہم کرسکتی ہے۔

خانگی اور جنسی تشدد پر مزید معلومات کے لیے ملاحظہ کریں www.womensaidni.org

اگر آپ کا تعلق سیاہ فام یا اقلیتی نسلی برادری سے ہے اور ابھی یا ماضی کے کسی خانگی یا جنسی تشدد کے بارے میں کوئی تشویشات ہیں تو، 24 گھنٹے چلنے والی ڈومیسٹک اینڈ سیکسوئل وائلنس ہیلپ لائن (Domestic & Sexual Violence Helpline) سے رابطہ کریں۔

یہ ہیلپ لائن رہائش اور قانونی اختیارات سمیت، آپ کی تمام تشویشات پر بات کرنے کے لیے معلومات، جذباتی تعاون، اور موقع فراہم کرتی ہے۔ آپ کو ایک رازدارانہ اور مشفقانہ جواب کی ضمانت دی جاتی ہے۔

ترجمے کی مکمل خدمت دستیاب ہے۔

بیشتر افراد اپنے کسی شناسا کے ذریعہ بدسلوکی کا شکار ہوتے ہیں۔ اگر آپ بدسلوکی کا/کی شکار ہو رہے/رہی ہیں تو، اس میں کبھی بھی آپ کی غلطی نہیں ہوتی ہے۔

کس کے ساتھ بدسلوکی ہوئی ہے؟

کسی بھی سیاہ فام یا اقلیتی نسل کا شخص قومیت، عمر، معذوری، جنسی رجحان، یا پس منظر سے قطع نظر بدسلوکی کا شکار ہوسکتا ہے۔ یہ ہیلپ لائن ہر کسی کی جانب سے آنے والی کالوں کا خیر مقدم کرتی ہے۔

آپ کے ساتھ جو کچھ ہورہا ہے، یا ماضی میں پیش آیا ہے اس کو تسلیم کرنا خانگی اور جنسی تشدد کی تکلیف اور ناگواری کا ازالہ کرنے میں اولین قدم ہے۔

خانگی تشدد

خانگی تشدد جسمانی، جذباتی، مالی، یا نفسیاتی ہوسکتی ہے۔ جنسی تشدد اکثر خانگی تشدد کا حصہ ہوتا ہے۔

اگر آپ کا/کی پارٹنر/سابق پارٹنر/عاشق/محبوبہ/خاندان کا فرد درج ذیل میں سے کوئی بھی کام کرتا ہے تو آپ کے ساتھ بدسلوکی ہو رہی ہے:

- مستقل طور پر آپ کی وضع قطع پر تنقید کرتا ہے، آپ کے فیصلے اور آراء کو حقیر گردانتا ہے
- آپ کو جبری شادی کرنے پر مجبور کرتا ہے یا اس کے لیے دھمکی دیتا ہے
- 'ناموس' کی بنیاد پر آپ کو چوٹ پہنچانے یا جان سے مارنے کی دھمکی دیتا ہے
- حاسد اور جلنے والا ہے اور مستقل طور پر آپ کو بے اعتماد ہونے کا ملزم گردانتا ہے
- آپ کے 'ایک اچھی بیوی نہیں ہونے' کا عذر استعمال کرکے خاندان کے ممبروں سے آپ کی پٹائی کرواتا ہے
- آپ کے بچوں کو تحویل میں لے لینے یا آپ کو ان سے ملنے سے روک دینے کی دھمکی دیتا ہے
- آپ کو آپ کے دوستوں اور خاندان سے الگ تھلگ کرنے کی کوشش کرتا ہے اور آپ کو اپنی غیر موجودگی کا جواز بتانے پر مجبور کرتا ہے
- کسی بھی انداز میں جسمانی لحاظ سے آپ کو تکلیف پہنچاتا ہے
- آپ کا پاسپورٹ لے لیتا ہے یا مستقل طور پر آپ کو ملک بدری کی دھمکی دیتا ہے
- آپ جس ملک میں رہتے/رہتی ہیں وہاں کی زبان آپ کو سیکھنے نہیں دے گا/گی

بدسلوکی کرنے والے اکثر ان لوگوں کو جن کے ساتھ انہوں نے بدسلوکی کی ہے یہ باور کرانے کی پوری کوشش کرتے ہیں کہ یہ ان کی غلطی تھی اور وہ اس سے اتفاق کریں۔

جنسی تشدد

جنسی تشدد/بدسلوکی سے مراد کوئی بھی ایسے جنسی اعمال ہیں جس میں شامل فرد اس کے لیے رضامند نہ ہو۔ جنسی تشدد/بدسلوکی میں شامل ہوسکتے ہیں:

- عصمت دری
- خلاف مرضی چھونا یا بوسہ لینا
- مجبور کرکے یا جبری جنسی سرگرمیاں، بشمول وہ سرگرمیاں جن میں تشدد یا تکلیف شامل ہوسکتی ہے
- دیگر نسلی پس منظر سے تعلق رکھنے والی خواتین کے ساتھ مستقل معاشقے رکھنا اور آپ کو مورد الزام قرار دینا
- آپ کو کسی بھی قسم کی زنانہ تناسلی عضو مسخ کروانے کے لیے آپ کو مجبور کرنا
- آپ کو فحش چیزیں دیکھنے یا اس میں شرکت کرنے پر مجبور کرنا
- آپ کی منظوری کے بغیر انٹرنیٹ پر آپ کی جنسی تصاویر شائع کرنا
- آپ کو اپنے ساتھ جنسی عمل کرنے کے لیے کمزور بنانے کے واسطے منشیات یا الکحل کا استعمال کروانا
- کسی بھی قسم کی جنسی سرگرمیوں میں مصروف ہونے کے لیے کسی بچے یا مصیبت زدہ شخص کو 'پھسلانا'

جنسی لحاظ سے بدسلوکی کون کرتا ہے؟

بیشتر افراد اپنے کسی واقف کار اور بھروسہ مند، شوہر یا بیوی، پارٹنر یا سابق پارٹنر، رشتہ دار، بے بی سیٹر، 'خاندان کے دوستوں'، صاحب اختیار افراد، پڑوسیوں، اور کبھی کبھار اجنبیوں کے ذریعہ بدسلوکی کا شکار ہوتے ہیں۔