کیا آپ گھریلوتشدد کاشکار ہیں؟

- گھریلوتشدد ایک طرح کانہایت نامناسب برتاؤہے، فیملی ممبرکے ساتھ یابےتکلف پارٹنر پہ طاقت کے ذریعہ قابو پایا جائے۔
- یہ کسی فیملی، قوم، ذات پات، مذہب یاآمدنی کی ہرسطح پرممکن ہے۔
- یہ کسی بھی عمر کے لوگو یا جنسی گروہ کے ساتھ ہوسکتا ہے۔

زیادتیوں کی قسمیں

جسمانی تشدد

کسی چیزسےمارنا، تھپڑمارنا، گھونسہ مارنا، گلادبانا، کسی چیز سے کاٹنایانشان لگانا، دھکہ دینا، دبوچ لینا، زورسےدبانا، زورسے ہلادینا۔

ذہنی تشدد

زورسےچلانا، بےعزتی کرنا، دھمکی دینا، فیملی اوردوستوں سےکاٹ کرتنہاکردینا، تسلسل سےٹیلیفون کرنا، مسلسل پیچھاکرنا، یاگھورنا۔

جنسی تشدد

زبردستی ہم بستری کرنا، بغیر مرضی کے ہاتھ لگانا، زبردستی دوسرے لوگوں کے ساتھ مل کر ہم بستری کرنا، دھمکی دینا کہ نکال دوں گا یا جنسی تعلقات یا اس کی کیفیت کو افشا کردینا۔

مالیاتی تشدد

پیسے کو کنٹرول کرنا، آپ کو کام سے یا پڑھائی سے روکنا، کسی ایسے کام کو زبردستی کرانا جو آپ نہیں کرنا چاہتے۔

”مجھے معلوم ہی نہیں تھا کہ میں ظلم کا شکار ہوں۔ مجھے ہمیشہ یہ خیال رہا کہ تعلقات بہتر ہوجائیں گے، مگر تعلقات خراب ہوتے رہے اور ہوتے رہے۔“

انیاں رویاں کا شکار ہوتی ہیں

38% تشدد کا شکار عورتیں چھ مہینے

اپنے حقوق پہچانئے

۱ یہ میراحق ہے کہ میرے ساتھ عزت کا سلوک کیا جائے۔

۲ یہ میراحق ہے کہ مجھ سےغلطی ہوسکتی ہے۔

۳ یہ میراحق ہے کہ میں اپنی رائے کا اظہار کروں۔

۴ یہ میراحق ہے کہ میں ”نہیں“ کہہ سکوں۔

۵ یہ میراحق ہیکہ غیرمنصفانہ سلوک پراحتجاج اورتنقیدکرسکوں۔

۶ یہ میراحق ہے کہ اپنی رائے تبدیل کرسکوں۔

۷ یہ میراحق ہے کہ ڈر اور خوف کے بغیر رہوں۔

۸ یہ میراحق ہیکہ میں کب ازدواجی تعلق قائم کروں اورکب نہیں۔

۹ یہ میراحق ہے کہ تشدد کے بغیر زندگی گزاروں۔

ہنگامی حالات میں 911 کال کریں

گھریلو جھگڑے سے متعلق ہاٹ لائن

1-800-621 -Hope(4673) or 311

جب آپ 911، 311 یا گھریلو جھگڑے سے متعلق ہاٹ لائن پر کال کریں تو وہ انگریزی میں جواب دیتے ہیں۔ آپ کو انگریزی میں اس زبان کا نام لیں جو آپ بولتی ہیں یا بولتے ہیں تو فون پر ترجمان مہیا کردیں گے۔

www.nyc.gov/domesticviolence

Urdu

یاد رکھیں!

- آپ تنہا نہیں۔ کوئی بھی گھریلوجھگڑے کا شکار ہوسکتا ہے اور مدد دستیاب ہے۔
- یہ قانون کے خلاف ہے کہ کسی فیملی ممبر کو جسمانی تکلیف (زخم یا نشان مار پیٹ کی وجہ سے) پہنچے۔
- ایکدفعہ یہ سلسلہ شروع ہوجائےتواکثرخراب ہوتا چلاجاتا ہے۔
- دوران حمل گھریلوجھگڑےاکثرشروع ہوجاتےہیں یابڑھ جاتےہیں۔
- بچے جوگھریلو جھگڑے کامشاہدہ کرتےہیں وہ پریشان ہوجاتے ہیں۔ وہ یا تو نفسیاتی دباؤ کا شکار ہوجاتے ہیں، یا پھر نڈر اور بیباک۔ اسکول میں پڑھائی کےوقت مشکلات کاسامنا کرتے ہیں۔

اگر آپ یا آپ کا کوئی جاننے والا ظلم کا نشانہ بن رہا ہے تو کال کریں

- ہوپ 1-800-621-HOPE یا 311 ڈائل کریں

فوری ایمرجنسی کے لئے: 911

NYC

نیویارک سٹی میئر آفس
برائے گھریلو تشدّد

مائیکل بلومبرگ۔ میئر
یولانڈابی جیمز۔ کمشنر

مدد دستیاب ہے

بہت ہی سستی اورمفت مددآپ کی زبان میں دستیاب ہے

شیلٹریا جائےپناہ

ہنگامی صورت میں خفیہ رہنے کی جگہ، آپکے بچوں کیلئے دستیاب ہے۔

مالی مدد

مالی مدد اور فوڈ اسٹامپ آپکو مل سکتا ہے۔

پیشہ ورانہ مدد

مشاورت آپ کی اپنی زبان میں دستیاب ہے۔ سماجی اور معاشرتی دباؤ کی صورت میں ماہرین آپ کے معاون اور مددگار ہیں۔

اسپتال

زخم لگنےکیصورت میں اسپتال میں علاج ہوسکتاہےاوردوسری طرح کی معاون و مددگار خدمات بھی دستیاب ہینکہ آپکاقدم کیاہو۔ آپکی اپنی زبان میں خدمات دستیاب ہیں۔

قانونی مدد

بہت سےگھریلو تشددسے بچاؤکےادارےآپکی مددکرسکتے ہیں۔ بچونکی سرپرستی کے حصول کیلئے اخلاقی مدداميگریشن، حفاظتی حکم اوردوسری قانونی امداد۔

قانونی تحفظ

اگر کوئی آپ کو پریشان کررہاہے تو پولیس آپ کی قانونی مدد کر سکتی ہے

بغیر معلوم کئے کہ آپ کی کیا امیگریشن حیثیت ہے، اگر کوئی آپکے ساتھ زیادتی کررہاہے تو مدد دستیاب ہے۔

عورتوں پہ تشدد سے بچاؤ کا قانون، تشدد زدہ عورتوں اور بچوں کو قانونی حیثیت (امیگریشن اسٹیٹس) دلاسکتاہے، ان کے شوہر کے تعاون کے بغیر بھی۔ براہ کرم گھریلو جھگڑوں کی خدمات کے ادارے سے بات کریں۔

نیویارک سٹی میئر آفس
برائے گھریلو تشدّد

OCDV

پولیس آپکی کسطرح مددکرسکتی ہے؟

- امریکہ میں یہ قانونی جرم ہے کہ جان بوجھ کرکسی کے ساتھ مار پیٹ کی جائے (زخمی کیا جائے) یا کسی کو جسمانی زدوکوب کے خوف میں مبتلا کیا جائے۔
- اگر آپ خطرہ محسوس کرتی ہوں/کرتے ہوں تو 911 کال کریں۔ آپکی زبان بولنے والے فرد سے آپ کا رابطہ ہوسکتا ہے۔ آپ کا مقامی تھانہ 24 گھنٹے آپ کی زبان بولنے والے ترجمان سے آپ کا رابطہ کروا سکتا ہے۔
- پولس گھریلوجھگڑےکی رپورٹ تیارکرکےاور تفصیلات لکھنے کے بعد آپسےدستخط کرائے گی۔ اسبات کاخیال رکھیں کہ رپورٹ صحیح ہو۔ آپ رپورٹ کی اپنی کاپی حاصل کریں اوربہ حفاظت رکھیں۔

اگرمیں امریکی شہری نہیں ہوں تو؟

نیویارک پولس ڈپارٹمنٹ کی پالیسی ہیکہ آپکے امیگریشن کے بارے میں نہیں پوچھا جائے، جبکہ آپ ظلم کانشانہ بنے ہوں، یاآپ کی حیثیت گواہ کی ہو، یاپولس کومدد کیلئے طلب کریں۔

"میرے شوہر مجھ سے کہتے تھے کہ تم انگریزی نہیں بول سکتی اس لئے تم میرا کچھ بھی نہیں کر سکتی، پولس تمہاری کوئی مدد نہیں کرسکتی۔ تم امریکہ میں بے یارو مددگارہو۔ مگر جب میں نے پولس میں رپورٹ کی اور پولس سے مدد لی تو میں اب اپنے آپ کو توانا محسوس کرتی ہوں۔ میں اس بات کی تعریف کرتی ہوں کہ تھانہ نے میری اپنی زبان میں ترجمان مہیا کیا۔"

ایک حفاظتی حکمت عملی اپنائیں

- 311 کو کال کریں اور گھریلو جھگڑے کی ہاٹ لائن کو طلب کریں۔ ایک معاون آپ کی مدد کرسکتا ہے، آپ کو اس طرح کی خدمات دستیاب کرنے میں، شیلٹر یا جائے پناہ دلوانے میں۔
- اپنےسارےکاغذات، پاسپورٹ، سوشل سیکوریٹی کارڈ، نکاح نامہ، پیدائش کے سرٹیفکیٹ، حفاظتی ٹیکے کے کاغذات، ڈرائیونگ لائسنس، بینک اکاؤنٹس، حفاظتی اور بچاؤ کا حکم نامہ، حصولیابی کاحکمنامہ (Custody papers) کوکسی اچھی جگہ حفاظت سے رکھیں تاکہ ضرورت کےوقت آپ آسانی سےاسےحاصل کرسکیں۔
- اپنے پیسے، اضافی چابیاں اور بیگ جس میں آپ کے اور آپ کے بچوں کی ضرورت کی چیزیں ہوں، انہیں چھپا کر رکھیں۔
- بینک اکاؤنٹ کھولیں، تاکہ آپ اپنے پیر پر کھڑی/کھڑے ہوسکیں۔ کریڈٹ کارڈ اپنے نام پر بنائیں اور ملازمت حاصل کرنے کے لئے کوئی ہنر سیکھیں۔
- پہلے سے تیاری کریں کہ ہنگامی حالات میں آپ کہاں رہ سکتی ہیں۔ اپنے دوستوں اور رشتہ داروں سے مشورہ کریں کہ آپ ان کے یہاں رہ سکتی ہیں۔
- اگر ہوسکے تو اپنے اوپر ہونے والے تشدد کے ثبوت جمع کریں۔ میڈیکل اور پولیس رپورٹ کی کاپی حاصل کریں اور کسی کو کہیں کہ آپ کے جسم پر ظلم کے نشانات کی فوٹو بنائے اور کسی کاپی پہ سارے واقعات ایک ایک کرکے لکھیں۔ ہر اسپتال اور پولیس تھانے کے پاس کیمرہ ہوتا ہے وہ تصویر لے سکتے ہیں۔
- آپ کے علاقے کا تھانہ کہاں ہے، معلومات کرلیں۔
- جس پر آپ کو بھروسہ ہو، دوست، رشتہ دار مالک (جہاں آپ کام کرتی ہوں) اسے اپنے ظلم کی تفصیل بتائیں۔

- ہوپ 1-800-621-HOPE یا 311 ڈائل کریں

اگر آپ یا آپ کا کوئی جاننے والا ظلم کا نشانہ بن رہا ہے تو کال کریں

کام کی جگہ پر ظالم مجھے ستاتا ہے میں کیا کرسکتی ہوں؟

آجروں کو چاہئے کہ کام کی جگہ پر مناسب ردوبدل کرکے کام کی جگہ کوبہ حفاظت بنائیں۔ اپنے باس کو بتائیں کہ آپکے ساتھ کیا زیادتی ہورہی ہے ورکس طرح کی تبدیلی کام کی جگہ پر آپ چاہتی ہیں۔ آپ کا باس آپ کو کام سے نکال سکتا ہے، نہ تووہ اوروں سے مختلف تنخواہ آپکو دے سکتاہے، اور نہ آپ کا سابقہ سلوک کہ آپ گھریلوجھگڑے کی مظلومہ ہیں۔

کیا آپ کو ستانے والا جیل جا سکتا ہے؟

کچھ طرح کے ظلم قانون کےخلاف ہیں اور پولیس ظالم کو گرفتار کرسکتی ہے، یہ جرم کی نوعیت پر منحصر ہیکہ پولیس گرفتار کرسکتی ہے۔

روزانہ معلومات اور اندرجات برائےمظلوم

یہ ادارہ آپکو بتائےگا کہ ستانے والا کیا جیل میں ہے یا چھوٹ گیا ہے یا دوسری معلومات برائے حصولیابی (Custody Information) اس ادارہ میں شامل ہونے کیلئے کال کریں۔

VINE HOTLINE 1-800-464-3568

website: www.vinelink.com

گھریلو تنازعات سے متعلق مزید معلومات کے لئے رجوع کریں۔

www.nyc.gov/domesticviolence