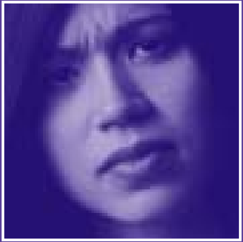
اگر آپ کے ساتھ

جنسی زیادتی

ہوجاتی ہے تو کیا کرنا چاھئے



کس طرح امداد حاصل کی جائے؟

- **911 پر پولیس سے رابطہ کریں۔** جنسی زیادتی جرم ھے۔ اگر ضروری ھوا تو پولیس آپ کومیڈیکل امداد بھی فراھم کر سکتی ھے اور آپ کے کیس کوخصوصی مظلوم دستہ میں ریفر کرے گی۔ اس دستہ میں افسران کو خصوصی تربیت دی جاتی ھے جن کو مجرمانہ زیادتی کے ستم زدہ لوگوں کو حساس رد عمل دینے کے لئے خصوصی طور پر تربیت دی گئی ہے۔
- **اسپتال جائیے۔** اسپتال آپ کی چوٹوں کا علاج اور اندراج کرسکتا ھے۔ ڈاکٹر کے پاس جانا آسان تر ھو سکتا ھے کہ اگر آپ کے ھمراہ کوئی جاتا ھے۔ نیو یارک سٹی اسپتال اپنے اسٹاف میں مجرمانہ زیادتی کے ماھرین کوبھی رکھتے ھیں جو کہ اس پورے عمل کے ذریعہ آپ کی مدد کرسکتا ھے۔
- **نیچے دی گئی ھاٹ لائنوں میں سے کسی ایک سے رابطہ کریں۔** جس ایجنسی سے آپ بات کریں گے وہ آپ کے فون کا جواب انگلش میں دے سکتی ھے۔ اگر آپ انگلش نہیں بولتے، تو انگلش میں اپنی زبان کا نام بول دیں۔ یہ آپ کے واسطے ترجمان دریافت کرنے میں مدد دے گی۔

اھم نمبر

ایمرجنسی حالات میں 911 پر فون کریں (تمام زبانیں، بغیر خرچ)
دوسرے شھر کی خدمات کے لئے 311 پر (تمام زبانیں، بغیر خرچ)

NYPD خصوصی ستم رسیدہ رابطہ یونٹ
[NYPD Special Vcitims Liaison Unit]
انگریزی، اسپینش، 24 گھنٹے 212-267-7273

عصمت دری/ جنسی تشدد/ مباشرت محرمات ھاٹ لائن
[Rape/Sexual Assault/Incest Hotline]
تمام زبانیں، 24 گھنٹے 212-227-3000

NYC خانگی تشدد ھاٹ لائن
[NYC Domestic Violence Hotline]
تمام زبانیں، بغیر خرچ 24 گھنٹے 1-800-621-4673
TDD، بغیر خرچ، 24 گھنٹے 1-800-810-7444

Michael R. Bloomberg, Mayor
Raymond W. Kelly, Commissioner
New York City Police Department
Yolanda B. Jimenez, Commissioner
میئر کا دفتر خانگی تشدد کے خلاف
[Mayor’s Office to Combat Domestic Violence]

کیا آپ جانتے تھے؟

- زیادہ تر جنسی حملے انھیں کے ذریعہ کئے جاتے ھیں جن کو ستم زدہ جانتا ھے۔ اجنبیوں کے ذریعہ نھیں۔
- جنسی حملہ آبرو ریزی کی ایک شکل ھےجو بہت سے رشتوں میں پایا جاتا ہے۔
- امریکا میں ھر چار عورتوں میں سے ایک نے بتایا ھے کہ اپنی زندگی میں کبھی نہ کبھی ان کے نزدیکی ساتھی ھی نے ان کو جسمانی یا جنسی طور پر ستایا ھے۔
- جنسی حملے کے اثرات میں: افسردگی، پرانی تلخ یادیں، پریشانی، بدخوابی اور سونے کی اور کھانے کے انداز میں تبدیلی ھونا شامل ھیں اگر آپ کونسلنگ کے ذریعہ امداد کے خواھاں نھیں ھیں۔
- ایک اندازے کے مطابق 32,000 سے زیادہ حمل ھر سال جنسی زیادتی کا ھی نتیجہ ھوتے ھیں۔
- وہ مرد جو اپنی ساتھیوں کے ساتھ جنسی زیادتی کرتے اور مارتے پیٹتے ھیں، بھت شدید قسم کی چوٹوں کا سبب بن سکتے ھیں۔ اس تشدد میں زیادتی ھو سکتی ھے اور اس سے آپ کی موت بھی ھو سکتی ھے۔
- جنسی حملے کے لئے اپنے آپ کو حوالے کردینے کا مطلب یہ نھیں ھےکہ اس میں آپ کی مرضی شامل ھے۔
- جنسی زیادتی کا شکار ھوجانے پر اس کی ضرورت نھیں کہ آپ کے جسم پر شدید چوٹیں آئیں (جیسے، ٹوٹی ھڈیاں، خون بھنا، خراش)۔
- مجرمانہ زیادتی کے شکار لوگوں کے بورڈ [Crime Victims Board] کی بھرپائی اسپتالوں کو جنسی زیادتی کے ستمدیدہ لوگو کے لئے، جنسی حملے کے بعد فراھم کی گئی سھولتوں کی ادائیگی کے لئے اجازت دیتی ھے، اس کے باوجود کے ستم زدہ کو میڈیکل کوریج حاصل نھیں ھے۔
- **نیو یارک سٹی پولیس ڈپارٹمنٹ [New York City Police Department (NYPD)] کی مجرمانہ زیادتی کے شکار شخص، گواہ یادوسروں کی امی گریشن حیثیت معلوم نہ کرنا، اس کی پالیسی ھے جو پولیس کی امداد کے طلبگار ھو تے ھیں.**

اس پروجیکٹ کو گرانٹ نمبر Grant No. 2001-WE-BX-0006 کی حمایت سے خواتین کے خلاف تشدد دفتر، دفتر برائے انصاف پروگرام ، وزارت انصاف امریکاOffice of [Violence Against Women Office,Justice Programs,U.S. Department of Justice] کےذریعہ تیارکیا گیا ھے۔ اس دساویز میں تمام نظریات اس کے لکھنے والے سے وابستہ ہیں اور یہ ضروری نہیں کہ سرکاری موقف یا امریکا کے وزارت انصافکی ترجمانی کرتے ہوں۔

میں کیا کر سکتی/سکتا ہوں

- **911 پر پولیس سے رابطہ کریں۔** وہ آپ کو اسپتال میں لے جائیں‌گے جہاں آپ کے زخموں کا معالجہ اور اگر ممکن ہوا تو زیادتی سے متعلق شہادتوں کو اکٹھا کیا جا سکتا ھے۔ آپ کا معاملہ خصوصی ستم دیدہ دستہ [Special Victims Squad] میں کسی کے حوالے کر دیا جائے گا۔ دستہ میں افسران خصوصی تربیت یافتہ ہیں۔ جو جنسی زیادتی کے ستم زدہ لوگوں کے ساتھ اچھا سلوک کریں گے۔

- **جس قدر بھی جلد ممکن ہو طبی امداد حاصل کریں۔** اگر آپ کے ساتھ زیادتی کی جا چکی ھے۔ **ڈاکٹر آپ کے زخموں، جنسی طور پر سرایت کئے گئے انفکشن اور انچاہی حملگی کو روکنے میں آپ کا معالجہ کرے گا۔** آپ کا تنہائی میں معائنہ کیا جائے گا جہاں کوئی بھی **پولیس** افسر موجود نہیں ہوگا۔ اگر آپ سوچتے ہیں کہ جنسی زیادتی سے پہلے آپ کو نشیلی دوائیں دی گئی تھیں، تو جس قدر بھی جلد ممکن ہو، پیشاب اور خون کے نمونے لینے چاہئیں۔

- **کوئی بھی صفائی کا کام، جیسے نہانا، دانت صاف کرنا، بال بنانا، ہاتھوں کودھونا یا کسی بھی‌کپڑے کو پھینکنا نہیں چاہئے اور کوئی ایساکام نہ کریں۔** یہ بہت اہم ہے کہ معائنہ کرنے والا زیادتی سے متعلق تمام شہادتوں کو اکٹھا کر لے۔ آپ کا تعاون کسی دوسرے کے ساتھ ایسا ہونے سے روکنے میں مددگار ہوسکتا ہے۔

- **سوالات پوچھنے سے نہ ڈریں۔** پولیس یا طبی عملہ یے پوچھنے میں ہرگز نہ ہچکچائیں اور ان پر ہر چیز وضاحت سے بیان کریں۔ بہر حال وہ آپ کی مدد کے لئے ہی ہیں۔

- **پیشہ ورانہ مشورہ یا سہارا حاصل کریں۔**کسی سے اپنے ساتھ گذرے ہوئے واقعہ کا بیان کرنا اور یہ کہ اب آپ کیسا محسوس کر رہے ہیں، جنسی زیادتی کے اثرات کو زائل کرنے میں مدد دے سکتا ہے۔ مقامی ایجنسی کی مدد حاصل کرنے کے لئے جنسی ہاٹ لائن سے رابطہ کریں۔

- **اپنے قانونی حقوق ملاحظہ کریں اور جو خدمات آپ کے لئے دستیاب ہیں ا ن کی جانکاری حاصل کریں۔** جیسے ہی آپ 911 پر رابطہ کرتے ہیں تو پولیس آپ کی رپورٹ تیار کرنے، طبی امداد فراہمکرانے میں آپ کی مدد کرے‌گی‌اور کونسلنگ وسائل کی طرف آپ کی رہنمائی کرے‌گی ۔ یاد رکھئے کہ‌جنسی زیادتی ایک جرم ھے اس کا ارتکاب کرنے والا آپ کا رشتہ دار ہی کیوں نہ ہو۔

جنسی زیادتی کے بارے میں فرضی خیالات

فرضی خیال: آپ کے ساتھ آپ کا شوھر یا مرد دوست جنسی زیادتی نہیں‌کرسکتا ھے۔

حقیقت: بہت سے زیادتی کرنے والے شادی شدہ ہوتے ہیں یا اپنے شکار کے ساتھ کسی رشتہ میں منسلک ہوتے ہیں۔ جنسی زیادتی کا مرتکب کوئی بھی ہو سکتا ھے۔

فرضی خیال: ان چاہا جنسی عمل یا پیار سے تھپتھپانا کوئی بری بات نہیں‌ھے۔

حقیقت: جنسی زیادتی ایک سنگین جرم ھے۔لوگ جنسی زیادتی کے بعد طویل یا کم مدتی جسمانی، نفسیاتی تناؤ کا شکار ہو سکتے ھیں۔

فرضی خیال: وہ لوگ جوعریاں ملبوسات پہنتے ہیں ان کے‌ساتھ زیادتی ہونی ہی چاہئے۔

حقیقت: کوئی بھی جنسی زیادتی کا مستحق نہیں ھے۔ تمام عمروں کے مرد اور عورتیں نسلیں، کلاسیں،مذاہب، پیشہ وران اور دوسرے لباس والوں کے ساتھ بھی جنسی زیادتی ہو چکی ھے۔

فرضی خیال: کوئی بھی کسی مرد یا عورت کی مرضی‌کے بغیر جنسی زیادتی نہیں کر سکتا۔

حقیقت: ڈرانے یا مارنے پیٹنے کے خوف سے کوئی بھی قابو میں کیا جا سکتا ھے۔

فرضی خیال: کیوں کہ میں نے مزاحمت نہیں کی اس لئے یہ زنا بالجبر یا جنسی زیادتی نہیں تھی۔

حقیقت: کوئی بھی جبری جنسی عمل – زنا بالجبرمانا جاتا ھے چاھے اس شخص نے مزاحمت کی ہو یا نہیں۔

فرضی خیال: رپورٹ لکھا نے پر مجرم گرفتار کرلیا جائے گا۔

حقیقت: گر فتاری کی تکمیل کے لئے زیادہ تر معاملات میں پولیس اوراسسٹنٹ ڈسٹرکٹ اٹارنی کو آپ کے تعاون کی ضرورت ہوگی۔

فرضی خیال: اگر میں امریکی شہری نہیں ہوں تو کسی قسم کی امداد میسر نہیں ھے۔

حقیقت: بہت سی ایسی خدمات جیسے قانونی اور مشاورتی خدمات تمام شھریوں اور غیر شھریوں کے لئے دستیاب ھیں۔ جنسی حملہ ھاٹ لائن (212-227-3000) پر تمام زبانوں کے لئے24 گھنٹے رابطہ کریں یا امداد کے لئے NYPD خصوصی ستم رسیدہ لیزن یونٹ (212-267-7273) پر رابطہ کریں۔ خصوصی طور پر تربیت یافتہ خواتین افسران، جو ھر قسم کی جنسی زیادتی کو سمجھتی ھیں، مشفقانہ طور پر آپ کی مدد کریں گی۔ تمام رابطوں کو راز رکھا جاتا ھے۔

جنسی زیادتی کیا ھے؟

جنسی زیادتی مانی جاتی ھے اگر کوئی شخص زبردستی، زبردستی کی دھمکی یا جس وقت اس عمل میں آپ کی مرضی شامل نہیں ھے (مثال کے طور پر،آپ کی عمر-17سال سے کم ہو یا بیھوشی کی‌حالت میں):

- آپ کے ساتھ جنسی مباشرت کرتا ھے، آپ کی فرج میں، منہ یا معا مستقیم سے مس کرتا ہے یا چاھے تھوڑا سا ھی داخل کرتا ھے
- آپ کے جسم کے پوشیدہ حصوں (پستانوں، کولھوں اور جانگھ اور پیٹ کے بیچ کے حصے) پر اوپر سے یا کپڑوں کے اندر سے چھوتا ھے
- آپ کو اپنے جسم کے پوشیدہ حصوں کو اوپر سے یا کپڑوں کے اندرسے چھونے کے لئے مجبور کرتا ہے
- اپنی انگلیوں یا کسی دیگر چیز کو آپ کی فرج کے اندر، پیشاب کی نالی کے اندر، عضو تناسل یا معا مستقیم میں داخل کرتا ھے

امریکا میں ان میں سے کوئی عمل بھی کرنا خلاف قانون ھے۔ اگر کسی نے آپ کے ساتھ ایسا کیا ھے، تو اس سے نجات دلانے کے لئے لوگ موجود ھیں۔

کوئی بھی شخص: حتی کہ آپ کے شوہر یا ساتھی کو آپ کے جسم کو چھونے کا حق نہیں ھے جب تک کہ آپ اس کو ایسا کرنے کی اجازت نہ دیں۔

اس کا الزام آپ پر نہیں ھے –

کوئی بھی جنسی زیادتی کی ترغیب نہیں دیتا ھے۔