

ہم آپ کی مدد کیسے کر سکتے ہیں؟



ڈومیسٹک وائلنس
انٹی گریڈ ریپانس پراجیکٹ

✓ ہمارا حق؟

بدسلوکی سے پاک زندگی گزارنا

✓ ہماری ذمہ داری؟

گھر بیلوشدد سہنے میں کمی کرنا

✓ کسی ہنگامی صورت حال میں؟

• 999 ڈائل کریں

• 0808 2000 247 پر 24 گھنٹے ہیلپ لائن کو فون کریں

ہر چار گھنٹوں میں ایک اور ہر چھ مردوں میں ایک کا واسطہ زندگی کے کسی نہ کسی حصے میں گھر بیلوشدد سے پڑا ہوگا۔



خط و کتابت اس پتے پر کی جاسکتی ہے: PO Box 7675, Leicester, LE1 6XY

ڈومیسٹک وائلنس فورم اینڈ کمپنی بڈریو گارڈی لینڈ ہے
(5733540 ڈی وی آر پی پینڈنگ چیریٹی نمبر)

”تحفظ.....
تعاون
حفاظت

سلامتی

رازداری

شنوائی

سوچھ بوجھ

ایڈووکیسی

مدد

” اور بہت کچھ اور.....“



ڈومیسٹک وائلنس
انٹی گریڈ ریپانس پراجیکٹ

کیا آپ گھر بیلوشدد سے متاثر ہوئے ہیں؟

- کیا آپ کسی ایسے شخص سے واقف ہیں جس کا واسطہ گھر بیلوشدد سے پڑا ہو؟
- کیا آپ کسی ایسے شخص سے واقف ہیں جو تشددانہ رویہ ترک کرنا چاہتا ہو؟
- کیا آپ رازداری کے ساتھ کسی سے بات کرنا چاہتے ہیں؟

ڈومیسٹک وائلنس ہیلپ لائن کو فون کریں:

0116 255 0004

پیر تا جمعہ صبح 10 سے سہ پہر 3 بجے
ہفتہ صبح 10 سے سہ پہر 2.30 بجے
پیر تا جمعرات شام 7 سے رات 9 بجے
اتوار دن 12 سے سہ پہر 3 بجے

یا ہمیں PO Box 7675 Leicester, LE1 6XY پر خط لکھیں۔

اس پراجیکٹ کو بھر پور بنیاد فراہم کرنے والے (این آرایف) کے ذریعے لیسٹر پارٹنرشپ
اور لیسٹرٹی کونسل کا تعاون حاصل ہے۔



ڈومیسٹک وائلنس اینٹی گریڈ ریپانس پراجیکٹ تین بنیادی عناصر پر مشتمل ہے:

فون کے ذریعے ایک معاون سروس جس میں گھریلو تشدد سے متاثرہ کسی بھی شخص کے لیے خاتون کارکن اور رضا کار موجود ہوتی ہیں۔ ڈی وی آئی آر پی مرٹین اور ان کے کنبوں کو بھی تعاون پیش کرتا ہے۔

ڈی وی آئی آر پی کے ہاں ڈومیسٹک وائلنس ایڈووکیسی ورکرز ہیں جو سیاہ فام نسلی اقلیتی کمیونٹی کے ان افراد کی مدد کرتے ہیں جو گھریلو تشدد کا سامنا کر رہے ہوں۔ ایڈووکیسی ورکرز دارانہ بالمشافہ مدد، ایڈووکیسی اور معلومات فراہم کرتی ہیں۔ ایڈووکیسی ورکرز کی زبانیں روانی سے بول سکتی ہیں۔



آپ کسی سے بات کرنا چاہتے ہوں تو ہم.....

- سنیں گے کہ آپ نے کیا کہنا ہے
- پسندنا پسند اختیار کرنے میں آپ کی مدد کریں گے
- فون پر یا کسی طے شدہ محفوظ جگہ پر بالمشافہ مدد کریں گے۔ (یہ جگہ کمیونٹی میں، سٹی سینٹر میں کوئی عوامی جگہ، یا ہمارے ہاں سٹی سینٹر میں ہو سکتی ہے)
- اپنے ذاتی کوائف خفیہ رکھیں۔ حفاظتی نقطہ نظر سے یہ محدود رکھے جاتے ہیں اور جب آپ فون کریں، تب واضح کریں گے۔

ہم کیا پیش کر سکتے ہیں؟

- اس بات پر خصوصی تجربات، معلومات اور نگہداشت کہ گھریلو تشدد لوگوں پر کیسے اثر انداز ہوتا ہے
- مقامی، ملکی اور خصوصی سروسوں کے متعلق معلومات
- حفاظتی مشورے اور خطرات کا اندازہ
- کئی زبانیں جاننے والے رضا کاروں اور کارکنوں تک رسائی
- مرٹین کے لیے ہونے والے پروگراموں تک رسائی

ہم یہ کام بھی کرتے ہیں.....

- نوجوانوں کے ساتھ ورکشاپوں کا انعقاد
- کارکنوں یا کمیونٹی گروپوں کی تربیت
- تشہیری مہموں کا اہتمام اور شعور پیدا کرنے والی نشستیں
- مذہبی کمیونٹیوں اور روحانی قائدین کے ساتھ کام
- گھریلو تشدد کے مسئلے سے نمٹنے کے لیے شہر کی سطح پر منصوبہ بندی
- دیگر رضا کارانہ مواقع کی پیشکش

ہو سکتا ہے آپ کی زندگی میں کوئی شخص.....

- اس بات پر گرفت رکھے کہ آپ کہاں جاتے ہیں اور کس سے ملتے ہیں
- آپ کو، یا ان اشیاء اور/یا ان لوگوں کو نقصان پہنچانے کی دھمکی دے جو آپ کو عزیز ہوں
- آپ کو کوئی روزگار، ہیڈنٹ یا خود اپنی آمدنی حاصل کرنے سے روک دے
- نگا ہوں، الفاظ یا افعال سے آپ کو دھمکی دے
- آپ سے ہتک آمیز رویہ اختیار کرے اور مسلسل تنقید کا نشانہ بنائے، یا ذہنی دباؤ میں رکھے
- جسمانی اور/جنسی طور پر آپ کو نقصان پہنچائے، یا آپ کو وہ کام کرنے پر مجبور کرے جو آپ نہیں کرنا چاہتے
- آپ کو ماہرانہ مدد حاصل کرنے سے منع کرے، مثلاً ڈاکٹروں اور نرسوں سے
- آپ کو خوف، افسردگی، بے بسی، ڈر، الجھن یا تاراجی کے احساس کے ساتھ چھوڑے

جب آپ کی دیکھ بھال پر مامور کوئی شخص یہ رویہ اختیار کرے، یا یہ پڑھنے پر آپ کو اپنے رویے میں اس طرح کی کچھ باتیں دکھائی دیں تو یہ نقصان کا باعث ہو سکتا ہے اور اس سے الجھن کا احساس ہو سکتا ہے۔

گھریلو تشدد میں کیا کچھ شامل ہو سکتا ہے، یہ اس کی محض چند مثالیں ہیں۔ بد قسمتی سے اکثر اوقات یہ مزید خراب بھی ہو سکتا ہے اور ایسے نقصان کا سبب بن سکتا ہے جو تادیر رہ سکتا ہے۔ ہو سکتا ہے کہ آپ کو کہا گیا ہو کہ آپ، ہی کے قصور کی وجہ سے یہ نقصان ہوا ہے، یا آپ ہی ایسا کر رہے ہیں۔ ہو سکتا ہے گھریلو تشدد سے آپ کا واسطہ پہلے کبھی پڑا ہو، اور آپ اس سے اب بھی متاثر ہوتے رہے ہوں۔ تب بھی آپ مدد کے لیے ہم سے رابطہ کر سکتے ہیں۔