ਅਸੀਂ ਤੁਹਾਡੀ ਮੱਦਦ ਕਿਵੇਂ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਾਂ?

"ਰਾਖੀ...
ਸਮਰਥਨ
ਰੋਕਥਾਮ
ਸੁਰੱਖਿਆ
ਰਾਜ਼ਦਾਰੀ
ਗੱਲ ਸੁਨਣੀ
ਗੱਲ ਸਮਝਣੀ
ਵਕਾਲਤ
ਸਹਾਇਤਾ
...ਅਤੇ ਬਹੁਤ ਕੁੱਝ ਹੋਰ"

ਡਮੈਸਟਿਕ ਵਾਇਲੈਂਸ
ਇੰਟੀਗ੍ਰੇਟਿਡ ਰਿਸਪੌਂਸ
ਪ੍ਰੋਜੈਕਟ

ਸਾਡਾ ਹੱਕ?

ਬਦਸਲੂਕੀ ਰਹਿਤ ਜੀਵਨ ਜੀਣਾ

ਸਾਡੀ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀ?

ਘਰੇਲੂ ਹਿੰਸਾ ਝੱਲਣ ਵਿਚ ਕਮੀ ਕਰਨੀ

ਕਿਸੇ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਦੌਰਾਨ?

- 999 ਘੁਮਾਓ
- 24-ਘੰਟੇ ਹੈਲਪ ਲਾਈਨ ਨੂੰ 0808 2000 247 ਤੇ ਫੋਨ ਕਰੋ

ਚੌਂਹ ਵਿਚੋਂ ਇਕ ਔਰਤ ਅਤੇ ਛੇਆਂ ਵਿਚੋਂ ਇਕ ਮਰਦ ਆਪਣੇ ਜੀਵਨ ਵਿਚ ਕਿਸੇ ਮੌਕੇ ਘਰੇਲੂ ਹਿੰਸਾ ਵਿਚੋਂ ਗੁਜ਼ਰ ਚੁੱਕਾ ਹੋਵੇਗਾ।

Leicester City Council

LEICESTER PARTNERSHIP AGAINST CRIME & DISORDER

ਚਿੱਠੀ ਪੱਤਰ ਇਸ ਪਤੇ ਤੇ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ: PO Box 7675, Leicester, LE1 6XY

ਦ ਡਮੈਸਟਿਕ ਵਾਇਲੈਂਸ ਇੰਟੀਗ੍ਰੇਟਿਡ ਰਿਸਪੌਂਸ ਪ੍ਰੋਜੇਕਟ ਬਾਈ ਗਰੰਟੀ ਲਿਮਟਿਡ ਕੰਪਣੀ ਹੈ (ਨੰ: 5733540)
ਡੀਵੀਆਈਆਰਪੀ ਪੈਂਡਿੰਗ ਚੈਰਟੀ ਨੰਬਰ

ਡਮੈਸਟਿਕ ਵਾਇਲੈਂਸ
ਇੰਟੀਗ੍ਰੇਟਿਡ ਰਿਸਪੌਂਸ
ਪ੍ਰੋਜੈਕਟ

ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਘਰੇਲੂ ਹਿੰਸਾ ਦੀ ਮਾਰ ਹੇਠ ਆ ਚੁੱਕੇ ਹੋ?

- ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਘਰੇਲੂ ਹਿੰਸਾ ਦਾ ਸ਼ਿਕਾਰ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਕਿਸੇ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਜਾਣਦੇ ਹੋ?
- ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਐਸੇ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਜਾਣਦੇ ਹੋ ਜੋ ਆਪਣੇ ਹਿੰਸਕ ਵਤੀਰੇ ਨੂੰ ਰੋਕ ਲਗਾਉਣਾ ਚਾਹੁੰਦਾ ਹਵੇ?
- ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਨਾਲ ਰਾਜ਼ਦਾਰੀ ਵਿਚ ਗੱਲ ਕਰਨੀ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ?

ਡਮੈਸਟਿਕ ਵਾਇਲੈਂਸ ਹੈਲਪਲਾਈਨ ਨੂੰ ਫੋਨ ਕਰੋ:

0116 255 0004

ਸੋਮਵਾਰ ਤੋਂ ਸ਼ੁਕਰਵਾਰ 10ਸਵੇਰ-3ਲੌਂਢੇ ਵੇਲ੍ਹੇ, ਸੋਮਵਾਰ ਤੋਂ ਵੀਰਵਾਰ 7 ਸ਼ਾਮ - 9 ਸ਼ਾਮ
ਸ਼ਨਿਚਰਵਾਰ 10 ਸਵੇਰ - 2.30 ਲੌਂਢੇ ਵੇਲ੍ਹੇ ਐਤਵਾਰ 12 ਦੁਪਹਿਰ - 3 ਲੌਂਢੇ ਵੇਲ੍ਹੇ

ਜਾਂ ਇਸ ਪਤੇ ਤੇ ਚਿੱਠੀ ਪਾਵੋ: **PO Box 7675, Leicester, LE1 6XY**

ਇਸ ਪ੍ਰੋਜੈਕਟ ਦਾ ਸਮਰਥਨ ਲੈਸਟਰ ਪਾਰਟਨਰਸ਼ਿਪ,
ਲੈਸਟਰ ਸਿਟੀ ਕੌਂਸਲ ਅਤੇ ਲੈਸਟਰਸ਼ਾਇਰ ਕਉਂਟੀ ਕੌਂਸਲ ਕਰਦੇ ਹਨ।

ਘਰੇਲੂ ਹਿੰਸਾ ਕੀ ਹੈ..?

ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਡੇ ਜੀਵਨ ਵਿਚ ਸ਼ਾਮਲ ਕੋਈ ਵਿਅਕਤੀ...

- ਕੰਟ੍ਰੋਲ ਕਰਦਾ ਹੋਵੇ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਕਿੱਥੇ ਜਾਂਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਕਿਸ ਨੂੰ ਮਿਲਦੇ ਹੋ
- ਤੁਹਾਨੂੰ ਜਾਂ ਜਿਹੜੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਅਤੇ/ਜਾਂ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਤੁਸੀਂ ਪ੍ਰਵਾਹ ਕਰਦੇ ਹੋ ਨੂੰ ਨੁਕਸਾਨ ਪਹੁੰਚਾਉਣ ਦੀ ਧਮਕੀ ਦਿੰਦਾ ਹੋਵੇ
- ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੋਈ ਕੰਮ, ਬੈਨੀਫਿਟ ਜਾਂ ਸੁਤੰਤਰ ਆਮਦਨੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਤੋਂ ਰੋਕਦਾ ਹੋਵੇ
- ਤੱਕਣੀ, ਸ਼ਬਦਾਂ ਜਾਂ ਕਾਰਵਾਈਆਂ ਰਾਹੀਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਡਰਾਉਂਦਾ ਹੋਵੇ
- ਹਮੇਸ਼ਾ ਤੁਹਾਡੀ ਬੁਰਾਈ ਅਤੇ ਅਲੋਚਨਾ ਕਰਦਾ ਹੋਵੇ ਜਾਂ ਮਾਈਂਡ ਗੇਮਜ਼ ਖੇਡਦਾ ਹੋਵੇ
- ਸਰੀਰਕ ਅਤੇ/ਜਾਂ ਅਸ਼ਲੀਲ ਤੌਰ ਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਨੁਕਸਾਨ ਪਹੁੰਚਾਉਂਦਾ ਜਾਂ ਉਹ ਕੰਮ ਕਰਨ ਤੇ ਮਜ਼ਬੂਰ ਕਰਦਾ ਹੋਵੇ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਨਹੀਂ ਕਰਨੇ ਚਾਹੁੰਦੇ
- ਤੁਹਾਨੂੰ ਮਾਹਿਰ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਡਾਕਟਰਾਂ ਅਤੇ ਨਰਸਾਂ ਕੋਲੋਂ, ਮਸ਼ਵਰਾ ਲੈਣ ਤੋਂ ਰੋਕਦਾ ਹੋਵੇ
- ਤੁਹਾਨੂੰ ਡਰ, ਉਦਾਸੀ, ਲਾਚਾਰੀ, ਸਹਿਮ, ਉਲਝਣ ਜਾਂ ਕ੍ਰੋਧ ਵਿਚ ਰੱਖਦਾ ਹੋਵੇ

ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਡੀ ਸੰਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਹੀ ਕੋਈ ਇਹੋ ਜਿਹਾ ਵਿਹਾਰ ਕਰੇ ਤਾਂ ਇਸ ਨਾਲ ਦੁੱਖ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਪਤਾ ਨਹੀਂ ਲੱਗਦਾ ਕੀ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ - ਜਾਂ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਪੜ੍ਹਕੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਹੀ ਵਿਹਾਰ ਦਾ ਚੇਤਾ ਆ ਜਾਵੇ।

ਇਹ ਕੁੱਝ ਕੁ ਮਿਸਾਲਾਂ ਹਨ ਕਿ ਘਰੇਲੂ ਹਿੰਸਾ ਵਿਚ ਕੀ ਕੁੱਝ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਅਫਸੋਸ ਕਿ ਇਹ ਅਕਸਰ ਵਧਦਾ ਹੀ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਬਹੁਤ ਦੇਰ ਤੱਕ ਰਹਿਣ ਵਾਲਾ ਦਰਦ ਦੇ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿਹਾ ਗਿਆ ਹੋਵੇ ਕਿ ਇਹ ਤੁਹਾਡੀ ਆਪਣੀ ਹੀ ਗਲਤੀ ਹੈ ਜਿਸ ਕਰਕੇ ਤੁਸੀਂ ਦੁੱਖ ਭੋਗ ਰਹੇ ਹੋ, ਜਾਂ ਤੁਸੀਂ ਐਵੇਂ ਹੀ ਗੱਲ ਬਣਾ ਰਹੇ ਹੋ। ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਕੁੱਝ ਸਮਾਂ ਪਹਿਲਾਂ ਘਰੇਲੂ ਹਿੰਸਾ ਦਾ ਸ਼ਿਕਾਰ ਹੋਏ ਹੋਵੋ ਅਤੇ ਇਸਦਾ ਅਸਰ ਹਾਲੇ ਵੀ ਤੁਹਾਡੇ ਉਤੇ ਜਾਰੀ ਹੋਵੇ। ਤਾਂ ਵੀ ਤੁਸੀਂ ਸਹਾਇਤਾ ਲਈ ਸਾਡੇ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਅਸੀਂ ਕੀ ਕਰਾਂਗੇ..?

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰਨੀ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਅਸੀਂ...

- ਜੋ ਕੁੱਝ ਤੁਸੀਂ ਕਹਿਣਾ ਹੈ ਸੁਣਾਂਗੇ
- ਤੁਹਾਡੇ ਵਾਸਤੇ ਖੁੱਲੇ ਰਸਤਿਆਂ ਦਾ ਪਤਾ ਕਰਨ ਵਿਚ ਮੱਦਦ ਕਰਾਂਗੇ
- ਸਹਾਇਤਾ ਦੇਵਾਂਗੇ - ਟੈਲੀਫੋਨ ਤੇ ਜਾਂ ਸਹਿਮਤੀ ਵਾਲੀ ਕਿਸੇ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਜਗ੍ਹਾ ਤੇ ਆਹਮੋ ਸਾਹਮਣੇ (ਇਹ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਵਿਚ, ਸਿਟੀ ਸੈਂਟਰ ਵਿਚ ਕੋਈ ਜਨਤਕ ਥਾਂ ਜਾਂ ਸਾਡਾ ਸਿਟੀ ਸੈਂਟਰ ਬੇਸ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ)
- ਤੁਹਾਡੀ ਨਿੱਜੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਨੂੰ ਰਾਜ਼ਦਾਰੀ ਨਾਲ ਰੱਖਾਂਗੇ। ਇਹ ਸੁਰੱਖਿਆ ਕਾਰਨਾ ਕਰਕੇ ਸੀਮਤ ਹੈ, ਸੰਪਰਕ ਕਰਨ ਤੇ ਇਸ ਬਾਰੇ ਸਮਝਾ ਦਿੱਤਾ ਜਾਵੇਗਾ।

ਅਸੀਂ ਕੀ ਕੁੱਝ ਪੇਸ਼ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਾਂ?

- ਘਰੇਲੂ ਹਿੰਸਾ ਲੋਕਾਂ ਉਤੇ ਕਿਵੇਂ ਅਸਰ ਕਰਦੀ ਹੈ ਬਾਰੇ ਮਾਹਿਰ ਤਜ਼ਰਬਾ, ਗਿਆਨ ਅਤੇ ਸੰਭਾਲ
- ਸਥਾਨਕ, ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਅਤੇ ਮਾਹਿਰ ਸੇਵਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ
- ਸੁਰੱਖਿਆ ਬਾਰੇ ਸਲਾਹ ਅਤੇ ਸੰਭਾਵੀ-ਖਤਰਿਆਂ ਦਾ ਜਾਇਜ਼ਾ
- ਬਹੁ-ਭਾਸ਼ੀ ਵਲੰਟੀਅਰਾਂ ਅਤੇ ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ
- ਪਰਪੀਟ੍ਰੇਟਰ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ

ਨਾਲੇ ਅਸੀਂ...

- ਨੌਜਵਾਨ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਵਰਕਸ਼ਾਪਸ ਚਲਾਉਂਦੇ ਹਾਂ
- ਵਰਕਰਜ਼ ਜਾਂ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਗਰੁੱਪਾਂ ਲਈ ਟ੍ਰੇਨਿੰਗ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੇ ਹਾਂ
- ਪਬਲਸਿਟੀ ਅੰਦੋਲਨ ਅਤੇ ਚੇਤਨਾ ਵਧਾਊ ਸੈਸ਼ਨ ਚਲਾਉਂਦੇ ਹਾਂ
- ਧਾਰਮਿਕ ਕਮਿਊਨਿਟੀਆਂ ਅਤੇ ਰੂਹਾਨੀ ਲੀਡਰਾਂ ਨਾਲ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਹਾਂ
- ਸਮੁੱਚੇ ਸ਼ਹਿਰ ਵਿਚ ਘਰੇਲੂ ਹਿੰਸਾ ਸਬੰਧੀ ਰਣਨੀਤੀ ਦਾ ਵਿਕਾਸ ਕਰਨ ਲਈ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਹਾਂ
- ਵਲੰਟੀਅਰ ਬਨਣ ਦੇ ਮੌਕੇ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੇ ਹਾਂ

ਅਸੀਂ ਕੌਣ ਹਾਂ..?

ਡਮੈਸਟਿਕ ਵਾਇਲੈਂਸ ਇੰਟੀਗ੍ਰੇਟਿਡ ਰਿਸਪੌਂਸ ਪ੍ਰੋਜੈਕਟ ਦੇ 3 ਮੁੱਖ ਭਾਗ ਹਨ:

ਘਰੇਲੂ ਹਿੰਸਾ ਦੀ ਮਾਰ ਹੇਠ ਆਏ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਔਰਤ ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ ਅਤੇ ਵਲੰਟੀਅਰਾਂ ਦੁਆਰਾ ਚਾਲਈ ਜਾਂਦੀ ਇਕ ਟੈਲੀਫੋਨ ਸੁਪੋਰਟ ਸਰਵਿਸ। ਡੀਵੀਆਈਆਰਪੀ ਪਰਪੀਟ੍ਰੇਟਰਜ਼ (ਕਸੂਰਵਾਰਾਂ) ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਪ੍ਰਵਾਰਾਂ ਵਾਸਤੇ ਵੀ ਸਹਾਇਤਾ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੇ ਹਨ।

ਡੀਵੀਆਈਆਰਪੀ ਕੋਲ ਡਮੈਸਟਿਕ ਵਾਇਲੈਂਸ ਐਡਵੋਕਸੀ ਵਰਕਰਜ਼ ਹਨ ਜੋ ਕਾਲੇ ਅਤੇ ਨਸਲੀ ਘੱਟ-ਗਿਣਤੀ ਭਾਈਚਾਰਿਆਂ ਵਿਚਲੇ ਘਰੇਲੂ ਹਿੰਸਾ ਦੇ ਸ਼ਿਕਾਰ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਐਡਵੋਕਸੀ ਵਰਕਰਜ਼ ਆਹਮੋ-ਸਾਹਮਣੇ ਰਾਜ਼ਦਾਰ ਸਹਾਇਤਾ, ਐਡਵੋਕਸੀ ਅਤੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਐਡਵੋਕਸੀ ਵਰਕਰਜ਼ ਕਈ ਬੋਲੀਆਂ ਰਵਾਨਗੀ ਨਾਲ ਬੋਲ ਲੈਂਦੇ ਹਨ।