आपकी भाषा में जानकारी।

Information in your language | Hindi

हम कौन हैं

GenWest एक पारिवारिक हिंसा सहायता सेवा है। हम सामाजिक एवं स्वास्थ्य शिक्षा कार्यक्रम चलाकर समुदायों को एक सुरक्षित और स्वस्थ जीवन जीने के लिए समर्थन देते हैं। हम मेल्बर्न के पश्चिम में स्थित लोगों को समर्थन देते हैं। हम समान अधिकारों और पारिवारिक हिंसा की रोकथाम का पक्ष–समर्थन करने के लिए अन्य संगठनों और परिषदों के साथ मिलकर काम भी करते हैं।

हम क्या सेवाएँ प्रदान करते हैं

पारिवारिक हिंसा सहायता

यदि आपको पारिवारिक हिंसा का अनुभव हो रहा है, तो हम आपको सुरक्षित रहने और जो कुछ हुआ है, उससे उबरने में समर्थन दे सकते हैं। हम आपके बच्चों की सहायता भी कर सकते हैं।

आपके और आपके बच्चों के पास पारिवारिक हिंसा से मुक्त और सुरक्षित जीवन जीने का अधिकार है।

स्वास्थ्य और कल्याण कार्यक्रम

हम ऐसी परियोजनाएँ और कार्यक्रम उपलब्ध कराते हैं, जो स्वास्थ्य और कल्याण में सुधार करते हैं और समुदायों के बीच लैंगिक समानता को बढ़ावा देते हैं।

लैंगिक समानता का अर्थ यह है कि महिलाओं और पुरुषों को बराबरी के अधिकार मिलने चाहिए। लिंग का अर्थ है – महिलाएँ और लड़कियाँ, लिंग–विविध लोग, पुरुष और लड़के। लैंगिक समानता इस बात की पहचान करती है कि वर्षों से कुछ पुरुषों को अन्य सभी लोगों की तुलना में अधिक अवसर मिले हैं। लैंगिक समानता को निष्पक्ष रूप से प्राप्त करने के लिए उन लोगों की सहायता करनी चाहिए, जिनके पास पहले से कमी है।

पारिवारिक हिंसा क्या होती है?

यदि कोई जीवनसाथी या परिवार का सदस्य आपको चोट पहुँचाता है या आप जो करते/ती हैं, उसे नियंत्रित करने की कोशिश करता/ती है, तो यह पारिवारिक हिंसा होती है।

पारिवारिक हिंसा में शारीरिक हिंसा शामिल है, जैसे मारना, धक्का देना, सामान तोड़ना या आपको अंदर बंद करना। पारिवारिक हिंसा केवल शारीरिक आक्रमण ही नहीं होती है। यह निम्नलिखित भी हो सकती है:

- आपको परिवार या दोस्तों से मिल पाने से रोकना
- आपके ऊपर यौन क्रिया करने के लिए दबाव डालना, अथवा आपको धोखा देना या मजबूर करना
- आपको, आपके बच्चों, परिवार के सदस्यों या किसी पालतू पशु को चोट पहुँचाने की धमकी देना
- आपको बुरे शब्द कहना या जानबूझकर आपको बुरा महसूस कराना
- आपको अपने पास पैसे रखने से रोकना
- इस बात की लगातार जांच करना कि आप कहाँ हैं, आप क्या कर रहे/ही हैं और आप किससे बात कर रहे/ही हैं

- ये बातें आपको शारीरिक हिंसा की तरह ही नुकसान पहुँचा सकती हैं।
- आपके और आपके बच्चों के पास हिंसा और भय से मुक्त जीवन जीने का अधिकार है।

पारिवारिक हिंसा कैसी दिखाई दे सकती है

धमकियाँ – आपका जीवनसाथी कह रहा/ही है कि यदि आप उनकी इच्छानुसार काम नहीं करते/ती हैं, तो वे आपको या बच्चों को चोट पहुँचाएँगे।

भयभीत करना – देखने के तरीके, कार्यों और इशारों से आपको भयभीत करना।

बच्चों का उपयोग करना – आपको परेशान करने के लिए संपर्क मुलाकातों का उपयोग करना या बच्चों को धमकी भरे संदेश देने के लिए मजबूर करना।

अलगाव – आप क्या करते/ती हैं, आप किससे मिलते/ती हैं या बात करते/ती हैं, इसे नियंत्रित करना। आपके ऊपर इतना अधिक ध्यान देना कि आप दूसरों से संपर्क न कर सकें।

आर्थिक/वित्तीय शोषण – पैसों और संपत्ति तक आपकी पहुँच को नियंत्रित करना या आपको कोई भी पैसे देने से इनकार करना।

यौन उत्पीड़न – ऐसा कोई भी यौन क्रिया, जिसके लिए आप पूरी तरह से सहमत नहीं हैं। इसमें बलात्कार, अश्लील उत्पीड़न और आपको पोर्नोग्राफी देखने के लिए मजबूर करना शामिल है।

आध्यात्मिक शोषण – आपके धार्मिक या आध्यात्मिक विश्वासों की आड़ में आपके साथ छल करना, आपको अपनी आस्था या प्रथाओं का पालन करने से रोकना, किसी विशिष्ट आस्था के साथ बच्चों के पालन–पोषण के लिए मजबूर करना।

टेक्नोलॉजी द्वारा शोषण – आपको धमकाने, नियंत्रित करने, पीछा करने या परेशान करने के लिए प्रौद्योगिकी का उपयोग करना।

वीज़ा शोषण – आपको नियंत्रित करने के तरीके के रूप में इस तथ्य का उपयोग करना कि आपके पास स्थायी निवासिता या नागरिकता नहीं है।

मौखिक/भावनात्मक शोषण – आपके साथ छल करने और आपको भयभीत व नियंत्रित करने के लिए शब्दों या व्यवहारों का उपयोग करना। इसमें आपका अपमान करना, आपके ऊपर चीखना–चिल्लाना और आपको डराने की कोशिश करना शामिल हो सकता है।

मनोवैज्ञानिक शोषण – आपको भयभीत करने और आपके साथ छल करने के लिए ऐसे शब्दों और व्यवहारों का उपयोग करना, जिससे आप भ्रमित और अपने ऊपर संदेह महसूस कर सकते/ती हैं।

मुझे हिंसा कैसे प्रभावित करेगी?

आपको ऐसा महसूस हो सकता है:

- शक्तिहीन, भयभीत, उदास, अपमानित, या ऐसा महसूस होना कि आप किसी और से मिलने या उनसे बात करने के लिए इच्छुक नहीं हैं
- क्रोधित, निराश, चिंतित, उदास
- मानों आपने सब–कुछ करने की कोशिश की है, और कुछ भी असरदार नहीं हुआ है
- शर्मिंदा या लज्जित
- पैसों के बारे में चिंतित
- भ्रमित, क्योंकि कभी–कभी आपका/की जीवनसाथी प्रेम और दयाभाव दिखाता/ती है
- अपने संबंध में असफल रहने की भावना
- छोड़कर जाने पर और भी अधिक हिंसा और उत्पीड़न का भय
- छोड़कर जाने के बारे में ग्लानि या अकेले सामना कर पाने में भयभीत

ये सभी भावनाएँ महसूस होना सामान्य बात है, खासकर कोई तनावपूर्ण या दर्दनाक अनुभव होने के बाद। ये अस्थायी भी होती हैं। सहायता उपलब्ध है, और अपने अनुभवों के बाद ठीक महसूस करना और इनसे उबर पाना संभव है।

सहायता कैसे प्राप्त करें

यदि आपको तत्काल खतरा है, तो पुलिस और एम्बुलेंस सहायता के लिए 000 पर कॉल करें।

यदि आप अपनी भाषा में बात करना चाहते/ती हैं, तो Telephone Interpreter Service को 131 450 पर कॉल करें।

कार्यकाल के बाहर किसी के साथ बात करने के लिए Safe Steps Family Violence Response Service से 1800 015 188 पर संपर्क करें।

हम Orange Door नेटवर्क का हिस्सा हैं, जिसका अर्थ है कि पारिवारिक हिंसा से जुड़ी हमारी भर्ती सहायता सेवाएँ Orange Door पर आधारित हैं।

आपके या किसी और के लिए पारिवारिक हिंसा से जुड़ी हमारी समर्थन सेवाएँ इन माध्यमों से उपलब्ध हैं:

1. Orange Door वेबसाइट पर जाएँ: orangedoor.vic.gov.au
2. अपने आस–पास स्थित किसी सेवा की खोज करने के लिए अपना पोस्टकोड एंटर करें।
3. अपनी निकटतम सेवा को फोन करें या ईमेल भेजें, और वे आपको GenWest के पारिवारिक हिंसा कार्यकर्ताओं के साथ–साथ आपकी आवश्यकतानुसार आपको अन्य सेवाओं और सहायता से भी जोड़ सकते हैं।
4. आप Orange Door स्थलों पर सोमवार से शुक्रवार सुबह 9बजे – शाम 5बजे के बीच जा सकते/ती हैं। मेल्बर्न के पश्चिमी क्षेत्रों में स्थित सभी स्थलों और एक्सेस पॉइंट्स की सूची नीचे देखें।

Orange Door एक नि:शुल्क सेवा है। यदि आपको दुभाषिए की आवश्यकता है, तो कार्यकर्ता एक दुभाषिए की व्यवस्था कर सकते हैं।

Orange Door सभी का स्वागत करता है, चाहे आप किसी भी वीज़ा पर हों। यदि आप प्रवासी या शरणार्थी हैं या आप स्थायी निवासी नहीं है, तो भी आप सहायता या समर्थन प्राप्त कर सकते/ती हैं।

Orange Door सोमवार से शुक्रवार सुबह 9बजे से शाम 5बजे तक खुला रहता है (सार्वजनिक अवकाशों के दिन बंद)।

Melbourne के पश्चिम में Orange Door सेवाएँ:

Brimbank Melton

फोन: 1800 271 046

ईमेल: bma@orangedoor.vic.gov.au

हमारा पता: 222 Ferris Road, Cobblebank VIC 3338

हमारा पता: 15-19 Service Street (entry via Dawson Street), Sunshine 3020

Western Melbourne

फोन: 1800 271 045

ईमेल: wma@orangedoor.vic.gov.au

हमारा पता: 15–17 Watton Street, Werribee VIC 3030

हमारा पता: 265 Barkly Street, Footscray VIC 3011

क्या आपको और अधिक जानकारी चाहिए?

अन्य पारिवारिक हिंसा समर्थन, जैसे Children's and Youth Counselling के बारे में जानकारी के लिए कृपया हमारे Footscray कार्यालय को 1800 436 937 पर कॉल करें या हमें info@genwest.org.au पर ईमेल भेजें।

हमसे संपर्क करें

GenWest

फोन: 1800 436 937

वेबसाइट: genwest.org.au

ईमेल: info@genwest.org.au

हमारा पता: 317-319 Barkly Street, Footscray, Naarm/Melbourne VIC 3011

यदि आप अपनी भाषा में बात करना चाहते/ती हैं, तो Telephone Interpreter Service (टेलीफोन दुभाषिया सेवा) को 131 450 पर कॉल करें।