

घरेलू तथा पारिवारिक हिंसा

सूचना पुस्तिका



Multicultural Women's
Health Services

आपातकालीन नंबर

पुलिस—संकट के समय **000** (आपातस्थिति)

किसी दुर्घटना की रिपोर्ट करने के लिए **131 444** (गैर-आपातस्थिति)

1800RESPECT

1800 737 732

यौन उत्पीड़न, घरेलू या पारिवारिक हिंसा और दुर्व्यवहार के लिए गोपनीय जानकारी, परामर्श और सहायता सेवा।

एन्ट्रीपॉइन्ट पर्थ **1800 595 206**

बेघर सेवाएँ और आवास

क्राइसिस केयर

फ़ोन: **(08) 92231111**

निःशुल्क कॉल **1800 199 008**

सुरक्षित आवास के लिए रेफरल

महिला डीवी (घरेलू हिंसा) हेल्पलाइन

फ़ोन: **(08) 9223 1188**

निःशुल्क कॉल **1800 007 339**

घरेलू हिंसा का अनुभव करने वाली महिलाओं के लिए सहायता और परामर्श।
राज्यव्यापी 24 घंटे सेवा।

लाईफ़लाइन

फ़ोन: **13 11 14**

24/7 संकट सहायता

शोषण के प्रकार

अन्तरंग साथी हिंसा के कई रूप हैं

शारीरिक



यौन



मौखिक



सांस्कृतिक/आध्यात्मिक



सामाजिक



आर्थिक



टेक्नोलॉजी



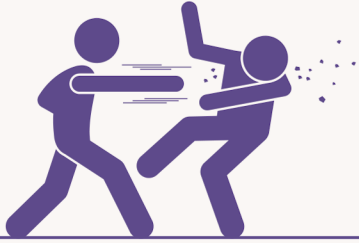
फुसलाकर तैयार करना



शारीरिक शोषण

वास्तविक या धमकी वाली, एक या एक से अधिक घटनाएँ जिसके कारण दर्द, चोट और/या भय होता है।

प्रहार करना



गला घोंटना



चोट पहुँचाना



चीजें तोड़ना



नींद व खाने से वंचित करना



चिकित्सा सहायता
न देना

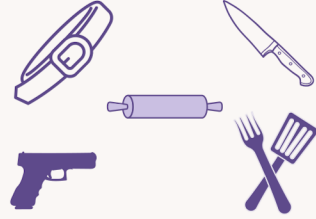


शारीरिक शोषण

थूकना



हथियारों का प्रयोग



काटना



बाल खींचना



लात मारना



लापरवाही से गाड़ी चलाना



यौन शोषण

वास्तविक या धमकी वाली, अनचाही और सहमति के बिना यौन गतिविधि, जिसमें अपराधी बल प्रयोग करते हैं, धमकी देते हैं या पीड़ितों का लाभ उठाते हैं।

जबरदस्ती कपड़े उतारना



बलात्कार



अनचाहा स्पर्श



अश्लीलता देखने के लिए मजबूर करना



यौन संबंधी अपमानजनक शब्दों का प्रयोग



अनचाहा यौन कार्य



यौन शोषण

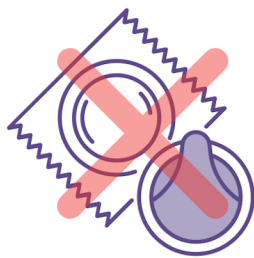
चालाकी से सेक्स के लिए सहमत करना



जबरन गर्भधारण और गर्भपात करवाना



जन्म नियंत्रण को नाकाम करना



सेक्स के दौरान अनचाहे रूप से काटना, चुटकी लेना और चोट पहुँचाना



बच्चों का यौन शोषण



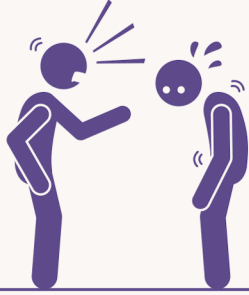
सैक्सी कपड़े पहनने के लिए मज़बूर करना



मौखिक शोषण

शब्दों या भाषण से अपमानित करना, नीचा दिखाना, निरादर करना, डराने-धमकाना या वश में करना।

चिल्लाना



तिरस्कार
करना

पागल!



नीचा दिखाना

निकम्मी!



धमकाना

जान से मार
ढूँगा!



छल-कपट



दोष लगाना

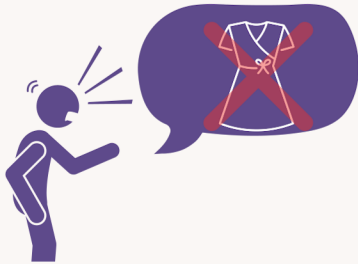
तेरी गलती है



आर्थिक शोषण

बिना सहमति के पैसे का नियंत्रण या दुरुपयोग।

बिना सहमति के पैसे का नियंत्रण या दुरुपयोग।



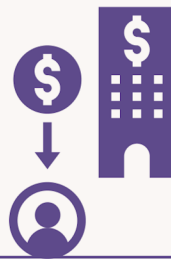
आपको धन प्राप्त करने से रोकना



आपको नौकरी करने से रोकना



आपके नाम पर उधार या कर्ज़ लेना



आपके खर्च पर निगरानी और नियंत्रण



बिना सहमति के आपका पैसा लेना



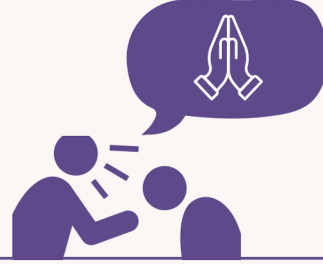
सांस्कृतिक / आध्यात्मिक शोषण

आध्यात्मिक और सांस्कृतिक मान्यताओं और परंपराओं के आधार पर या उनके उपयोग के माध्यम से नुकसान पहुंचाना

आपको अपनी आध्यात्मिक और संस्कृति का अभ्यास करने से रोकना



आपको उनकी आध्यात्मिकता/संस्कृति का अभ्यास करने के लिए मज़बूर करना



संस्कृति और आध्यात्मिकता का उपयोग हिंसा को सही ठहराने के लिए करना



आपके बच्चों को उनकी आध्यात्मिकता और संस्कृति का अभ्यास करने के लिए मज़बूर करना



सामाजिक शोषण

आपको समाज और सहायताओं से मजबूरन अलग-थलग करना

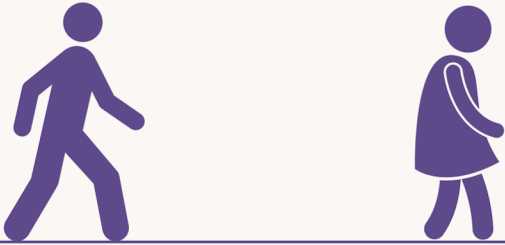
आपको परिवार व मित्रों से अलग-थलग करना



यातायात साधनों के प्रयोग पर रोक लगाना



पीछा करना



आपको दूसरों से मिलने पर रोक लगाना



टेक्नोलॉजी शोषण

टेक्नोलॉजी के उपयोग द्वारा दुर्व्यवहार और नियंत्रण व्यवहार का एक रूप जिस से अन्य व्यक्ति का पीछा करना, ज़बरदस्ती करना या परेशान करना

ऑनलाइन पीछा करना,
बिना सहमति के आपके ऑनलाइन खातों
पर कब्ज़ा करना



छवियों का उपयोग करके आपको
धमकाना



बिना सहमति के
आपके संदेश पढ़ना



अपमानजनक
कॉल और संदेश
करना



आपको टेक्नोलॉजी का उपयोग करने से
रोकना



बिना सहमति के आपके
हर कदम का पीछा करना



फुसलाकर तैयार करना

जिस तरीके से एक दुर्व्यवहार करने वाला पीड़ित (विशेष रूप से बच्चों) का विश्वास और भावनात्मक संबंध प्राप्त करता है ताकि वे उनके साथ हेरफेर, शोषण या दुर्व्यवहार कर सकें।

अत्यधिक रोमांटिक इशारे,
उपहार देना



रणनीतिक रूप से आकर्षण का उपयोग
करना



मित्रों और परिवार को चालाकी से यह
सोचने देना कि वे अच्छे ईंसान हैं



धमकाना



आपको परिवार व मित्रों से अलग
करना



गोपनीयता



घर छोड़ना

क्या ध्यान में रखें:

जाने के लिए सुरक्षित स्थान निर्धारित करें



स्वयं को घर से जल्दी से बाहर निकलने वाले रास्ते से अवगत कराएँ



आपात स्थिति के संपर्कों की सूची रखें



घटनाओं और उल्लंघनों का रिकॉर्ड रखें - जिस समय और जिस तरीके से आपके साथी ने आपको नुकसान पहुँचाया



हल्का पैक करें और अपने सभी ज़रूरी सामान वाला एक बैग तैयार करें



विश्वसनीय परिवार, पड़ोसियों और मित्रों को सूचित करें



नियमित अपॉइंटमेंट और दिनचर्या बदलें



चार्ज किया हुआ मोबाइल जिसमें बैलेंस हो हमेशा साथ रखें



आवश्यक वस्तुएँ

जब आप अकेले या बच्चों के साथ कोई रिश्ता/घर छोड़ रहे हों तो क्या ले कर निकले (यदि आप कर सकते हैं)।
ऐसा करते समय ध्यान रखें कि अपने काम को स्पष्ट न करें और हल्के से पैक करें।

पैसे



कपड़े



यातायात



मोबाइल



चाबियाँ



महत्वपूर्ण दस्तावेज़ या
प्रमाणित प्रतियाँ



पहचान प्रमाण और महत्वपूर्ण कार्ड
जैसे हेल्थकेयर, सेंटरलिक, बैंक कार्ड,
ड्राइविंग लाइसेंस, पासपोर्ट आदि।



दवा/पर्चियाँ/ऐनक और श्रवण यंत्र





Multicultural Women's
Health Services

FOR MORE INFORMATION

Ishar Multicultural Women's Health Services Inc.
21 Sudbury Road, Mirrabooka WA 6061

Call **08 9345 5335**

Email **info@ishar.org.au**

Visit **www.ishar.org.au**

CONNECT WITH US

 [isharwomenshealth](#)

 [IsharMulticulturalWomensHealthServices](#)

 [Ishar Multicultural Womens Health Services](#)