পারিবারিক নির্যাতন প্রতিরোধ করুন

পরিবার হোক নিরাপদ ও শান্তিময় পরিবেশ

যদি আপনি বা আপনার পরিচিত কোন মহিলা পারিবারিক নির্যাতন ঘটিত সমস্যায় পড়েন: তবে এই তথ্যপত্রের সাহায্য নিন এবং এখানে উল্লেখিত ২৪ ঘন্টা খোলা হটলাইন/আশ্রয়কেন্দ্র সমূহে যোগাযোগ করুন ।

জরুরী সাহায্যের জন্য ওয়ান স্টপ ক্রাইসিস সেন্টার (ও সি সি) হটলাইনে
(ঢাকা : ৯৬৬-৪৬৯৯, মোবাইল : ০১১৮২২৭৮২) যোগাযোগ করুন
প্রয়োজনে পুলিশকে (৯৯৯) ফোন করুন

আপনি কি ভালোবাসা এবং সদয় ব্যবহার পান?

আপনার পরিবারের কেউ বা বন্ধু কি ----------

- আপনাকে সঠিক মর্যাদা দেয়?
- ভালোবাসার দেখানোর জন্য আপনার জন্য ফুল, শারি ইত্যাদি উপহার দেয়?
- অসুস্থতার সময় আপনার সেবা করে?
- পরিবারের অর্থনৈতিক বিষয়ে ও ব্যাংক একাউন্ট সমুহে আপনাকে সমান সুযোগ দেয়?
- আপনি খেয়েছেন কিনা এবং আপনার প্রিয় খাবারটি পেয়েছেন কিনা খোজখবর নেয়?
- আপনার ইচ্ছা ও স্বপ্ন বাস্তবায়নে সচেষ্ট হয়?
- ভালোবাসা ও আলোচনার মাধ্যমে আপনাদের বৈবাহিক বন্ধনকে আরো শক্তিশালী করে?
- ঘরে ও বাইরে আপনার প্রশংসা ও মর্যাদা দেয়?
- আপনার সাথে ভালো ব্যবহার করার পরিবারের অন্যান্য সদস্যদের প্রতি নির্দেশ দেয়?
- আপনার যৌন অধিকার অর্থাৎ আপনার স্বাস্থ্য ও ইচ্ছা-অনিচ্ছাকে সম্মান দেয়?
- আপনাকে বিশ্বাস করে এবং শ্রদ্ধা করে?
- সন্তানদের প্রতি যত্নশীল হয়? তাদের খাদ্য, আশ্রয়, এবং ভালোবাসা প্রদানে সচেষ্ট হয়?
- নিজের ব্যবহারের দায়িত্ব নিজে নেয়? আপনার মঙ্গল কামনা করে?
- বৈবাহিক সম্পর্কের জটিল সময়সমুহেও আপনার এবং আপনার সন্তানদের প্রতি সম্মানজনক আচরন করে?

আপনি কি পারিবারিক নির্যাতনের শিকার হচ্ছেন?

আপনার পরিবারের কেউ বা বন্ধু কি আপনাকে -------

- মারধর করে?
- আসবারপত্র বা গৃহস্হালি জিনিস ভাংচুর করে রাগ দেখানোর জন্য?
- আঘাত পেতে পারেন এমন কোন অস্ত্র দ্বারা আপনাকে হুমকি দেয়?
- পারিবারিক সঞ্চয়/ব্যাংক একাউন্ট থেকে বঞ্চিত করে এবং সমস্ত টাকা নিজের নিয়ন্ত্রনে রাখে?
- আপনার পছন্দমতো খাবার থেকে বঞ্চিত করে?
- আপনার ইচ্ছামত কোন কাজ করতে বাধা দেয়?
- আপনাকে তালাকের হুমকি দেয়?
- আপনাকে ঘরে ও বাইরে অপমান ও ছোট/হীন করে?
- আপনাকে দুর্ব্যবহার করার জন্য পরিবারের অন্যান্য সদস্যদেরকে উৎসাহিত করে?
- আপনার অনিচ্ছা বা আসুস্হতা সত্বেও যৌন মিলনে বাধ্য করে?
- আপনাকে হীংসা করে এবং অবৈধ সম্পর্ক/পরকীয়া প্রেম করার অপবাদ দেয়?
- বাচ্চাদের নির্যাতন এবং খারাপ ব্যাবহার করে?
- নীজের মন্দ ব্যবহারের কারন হিসাবে আপনাকে দায়ী করে?
- আপনি চলে যেতে চাইলে বাচ্চাদের আঘাত করার, ছিনিয়ে নেয়ার অথবা আপনার পরিবারকে আঘাত করার হুমকি দেয়?

আপনি যদি নির্যাতিত হন, তার মানে এই নয় যে আপনার মধ্যে কোন দোষ আছে। আপনি একা নন। শতকরা ৬৬ জন মহিলা তাদের বিরুদ্ধে নির্যাতনের অভিযোগ করেন। ভাল স্ত্রী, মা, কন্যা, বৌ, বোন, অথবা বন্ধু হওয়ার জন্য আপনাকে সবকিছু নিরবে সহ্য করার প্রয়োজন নেই। নির্যাতন কখনও বিনা সাহায্যে বন্ধ হয় না। এর প্রকোপ সময়ের সাথে বাড়তেই থাকে। নির্যাতনের মধ্যে দিনযাপন করা আপনার শিশুর উন্নয়নের জন্যেও সহায়ক নয়।

আপনি কি করতে পারেন?

যদি আপনি বিপদের সম্মুখীন বা আঘাতপ্রাপ্ত হন ওয়ান স্টপ ক্রাইসিস সেন্টার (ও সি সি) হটলাইনে (ঢাকা :৯৬৬৪৬৯৯, মোবাইল:০১১৮২২৭৮২) যোগাযোগ করুন। নির্যাতনের মাত্রা বা প্রয়োজন বুঝে পুলিশ (৯৯৯) অথবা এখানে উল্লেখীত সংস্থাগুলোর সাথে ফোনে এবং/অথবা সরাসরি যোগাযোগ করতে পারেন।

নীচে উল্লেখিত জিনিসগুলো নিরাপদ জায়গায় রাখুন :

- প্রয়োজনীয় কাগজপত্র যেমন: জন্ম, বিবাহ, এবং শিক্ষার সার্টিফিকেট/সনদপত্র
- পূর্বে নির্যাতিত হয়ে থাকলে ডাক্তারের ব্যবস্থাপত্র
- নিজস্ব কাপরচোপর, গয়নাগাটি, অথবা নিজস্ব কোন সম্পত্তি ।
- অতিরিক্ত ঘরের, আলমিরার, এবং ট্রাঙ্কের চাবি ।
- ব্যাংকের চেক বই এবং কিছু টাকা ।
- প্রয়োজনীয় ফোন নাম্বার এবং ঠিকানার বই ।

আপনি যদি বাড়ী ছেড়ে যান তবে আপনার বাচ্চাদের, প্রয়োজনীয় কাগজপত্র এবং উপরে উল্লেখিত জিনিসগুলো সাথে নিন

যেসব যায়গায় সাহায্য পেতে পারেন:

আপনি যদি নির্যাতিত এবং/অথবা আঘাতপ্রাপ্ত হন তবে যোগাযোগ করুন:

ওয়ান স্টপ ক্রাইসিস সেন্টার (ও সি সি) :

ও সি সি ঢাকা মেডিকেল কলেজ হাসপাতাল (ফোন : ৯৬৬৪৬৯৯) এবং/অথবা রাজশাহী মেডিকেল কলেজ হাসপাতাল জরুরী বিভাগের শেষের/পিছনের অংশে অবস্থিত। ও সি সি তে একই জায়গায় নির্যাতিত নারীদের চিকিৎসা, ময়নাতদন্ত, পরামর্শ, পুলিশি ও আইনগত, এবং থাকার ও আশ্রয় সহায়তা করা হয়। ঢাকার হট লাইনে **(ফোন :৯৬৬৪৬৯৯, মোবাইল : ০১১৮২২৭৮২)**, রবিবার, মঙ্গলবার, এবং বৃহস্পতিবার সকাল ১১ টা থেকে ১ টার মধ্যে যোগাযোগ করুন। BNWLA (বি এন ডাব্লিও এল এ) ও সি সিতে আইনগত সহায়তা প্রদান করে (যোগাযোগ সংক্রান্ত তথ্যের জন্য নীচে দেখুন)

ও সি সি নারী নির্যাতনের সাথে সম্পর্কিত একটি বহুমুখী অনুষ্ঠানের অংশ Suss Schaumann (উর্ধতন উপদেষ্টা), মহিলা ও শিশু বিষয়ক মন্ত্রনালয়, ৩৭/৩ ইস্কাটন গার্ডেন রোড, ঢাকা ১০০০, বাংলাদেশ, ফোন ৯৩৫২৪৫০, ৯৩৪২৪২৪, ই-মেইল: suss21@hotmail.com

আপনি যদি আইনগত সহায়তা চান

প্রশান্তি - BNWLA (বি এন ডাব্লিও এল এ):

বি এন ডাব্লিও এল এ নির্যাতনের শিকার মহিলাদের নিরাপত্তা সংক্রান্ত তথ্যাদি, আইন প্রয়োগকারী সংস্থার সাথে যোগাযোগ, প্রাথমিক মানসিক বিপর্যয়ের/ট্রমার শিকারদের ফোনে পরামর্শ, এবং সম্ভাব্য স্বল্পকালিন আশ্রয়কেন্দ্রের সহায়তা প্রদান করে।

এডভোকেট সালমা আলি, নির্বাহি পরিচালক

BNWLA (বি এন ডাব্লিও এল এ) হেড অফিস : বাড়ী ৬০/এ, রোড় ২৭ (পুরানো), ধানমন্ডি, ঢাকা ফোন : ৮৮০-২-৮১২-৩০৬০, ০১৮২১৬৮৪৬, ০১৭১৪০৪৫২৬, ফ্যাক্স : ৮১২-৫৮৬৬

ই-মেইল BNWLA@bdonline.com

বি এন ডাব্লিও এল এর বিভিন্ন সেলের হটলাইনসমূহ :

নির্যাতনের শিকার মহিলাদের জন্য তদন্ত সেল: ০১৭১৫৯৫২০৩, আইনি সেল:০১৭১৮০০৪০০, আশ্রয়কেন্দ্র : ০১৭১৮০০৪০১, নারী পাচার সেল : ০১৭১৮০০৪০৬,

রাজশাহী বিভাগ:০১৭১৮০০৪০২, খুলনা বিভাগ:০১৭১৮০০৪০৩, সাতক্ষীরা:০১৭১৮০০৪০৪,

যশোর :০১৭১৮০০৪০৫, লালমনিরহাট:০১৭১৮০০৪০৭, বেনাপোল:০১৭১৮০০৪০৪

বাংলাদেশ মহিলা পরিষদ:: রোকেয়া সদন পুনর্বাসন কেন্দ্র

বাংলাদেশ মহিলা পরিষদ নির্যাতিত নারীদের আইনগত পরামর্শ প্রদান, কাউন্সিলিং, চিকিৎসা সেবা প্রদান সহ প্রয়োজনীয় মামলা পরিচালনা, সলিশী সমাধান এবং নির্যাতিত নারীদের রোকেয়াসদনে পুনবাসনের ব্যবস্থা করে থাকে। নির্যাতনের প্রতিবাদে সমাবেশ, স্থানীয় ও জাতীয়ভাবে যথাযথ কর্তৃপক্ষের উপর চাপসৃষ্ঠি ও লবি আন্দোলনের কাজ করে থাকে।

আয়েশা খানম, জেনারেল সেক্রেটারি
সুফিয়া কামাল ভবন, ১০/বি/১, সেগুনবাগিচা, ঢাকা ১০০০, বাংলাদেশ,
ফোন : ৭১৬৯৭০১, ৯৫৬৩৫২৯, ই-মেইল: mahila@bdcom.com,

আইন-ও-শালিশকেন্দ্র:

আইন ও মানবাধিকার বিষয়ক সংস্থা। আইনি পরামর্শ, সাহায্য, এবং বিবাদ মিমাংসায় সহায়তা করা হয়। নির্যাতনের শিকার নারীদের মানসিক সান্ত্বনা (কাউন্সিলিং), পুনর্বাসনে সহায়তা, এবং চিকিৎসা সুবিধা প্রদান করা হয়।
২৬/৩ পুরানা পল্টন লাইন ঢাকা ১০০০, ফোন : ৮৩১৫৮৫১, ফ্যাক্স : ৮৩১৮৫৬১
ই-মেইল : ask@citechco.net

দুর্বার নেটওয়ার্ক - নারীপক্ষ

নারীপক্ষ দুর্বার নেটওয়ার্কের মাধ্যমে মহিলাদের উপর নির্যাতনের বিরুদ্ধে ঐক্যবদ্ধ করা এবং মানবাধিকার প্রতিষ্ঠার আন্দোলন করে।
বাসা নং: ৪৬, রোড নং: ১৩/এ, ধানমন্ডি, ঢাকা-১২০৯
ফোন: ৮১১৯৯১৭, ৮১৫৩৯৬৭

উইমেন ফর উইমেন

বিভিন্ন সাহায্যকারী সংস্থার সাথে সংযোগ করে দিতে পরে
১/২ শুক্রাবাদ, ঢাকা
ফোন: ৮১১৬৩৭৬, ৮১২০৭৯১ ই-মেইল: women@bdonline.com

আশ্রয়কেন্দ্র:

মহিলা ও শিশু বিষয়ক মন্ত্রনালয়

মহিলা বিষয়ক বিভাগ
সম্ভাব্য আশ্রয়প্রাত্থিদের প্রথমে সাক্ষাতকার নেয়া হয় ৩৭/৩ ইস্কাটন গার্ডেন রোড, মহিলা বিষয়ক বিভাগে নীচতলায়, নারী ও শিশু নির্যাতন সেল, অফিস চলাকালীন সময়ে (রোববার থেকে মঙ্গলবার সকাল ৯ টা থেকে বিকাল ৪ টা)।
ঢাকা আশ্রয়কেন্দ্র :১/৬ এ, ব্লক বি, লালমাটিয়া, ঢাকা ফোন: ৯৩৬১৪৯২

এই তথ্যপত্রটি এ এল ও - ইউ এস এ আই ডি (ALO/USAID) এর প্রকল্প, “Removing Barriers of Domestic Violence from Women’s Full Participation in Civic Society and Democracy in Bangladesh” এর অংশ হিসাবে প্রস্তুতকৃত। এই তথ্যপত্রের বিষয়াবলী প্রস্তুতে যুক্তরাষ্ট্রে অবস্থিত নারিকা এবং আশা ওয়েবসাইটের সাহায্য নেয়া হয়েছে। সংকলন ও উন্নয়নে ডঃ ক্যাথরীন বি ওয়ার্ড এবং এ কে এম সাইফুল ইসলাম, সাউদার্ন ইলিনয় ইউনিভার্সিটি এ্যাট কার্বনডেল, যুক্তরাষ্ট্র । যে কোন প্রশ্ন এবং মতামতের জন্য kbward@siu.edu ই-মেইলে যোগাযোগ করুন।