

घरेलू हिंसा क्या होती है?

घरेलू हिंसा में निम्नलिखित शामिल है:

- शारीरिक क्षति
- यौन उत्पीड़न
- भावनात्मक और मानसिक दुर्व्यवहार
- मौखिक दुर्व्यवहार
- आपको या दूसरे लोगों को हिंसक धमकियाँ
- पीछा करना
- आपके पैसे को नियंत्रित करना
- पालतू पशुओं को नुकसान पहुँचाना
- आपकी सम्पत्ति और आपके सामान को नुकसान पहुँचाना
- कोई भी ऐसा आचरण जिसके कारण आपको भयभीत होकर रहना पड़ता हो
- परिवार, मित्रों और सोशल नेटवर्क्स से अलगाव
- डिपोर्ट (देश निकाले) की धमकी (उन महिलाओं के लिए जिनके पास परमानेंट रेज़िडेंसी नहीं होती है)
- पासपोर्ट जैसे व्यक्तिगत दस्तावेज़ों तक पहुँच को रोकना / या इससे वंचित करना
- आपके बच्चों के प्रति उपरोक्त सूचीबद्ध आचरण
- आपके बच्चों को ऑस्ट्रेलिया से बाहर निकालने की धमकी देना

विक्टोरियाई कानून के अंतर्गत, 'घरेलू हिंसा' किसी भी ऐसे व्यक्ति द्वारा की जा सकती है जिसके साथ आपका घनिष्ठ व्यक्तिगत संबंध हो। यह व्यक्ति आपका पार्टनर (सहजीवी) या भूतपूर्व-पार्टनर, कोई परिजन या कोई ऐसा व्यक्ति हो सकता है जिसे आप परिवार के सदस्य के जैसे मानते/मानती हों।

मैं क्या कर सकता/सकती हूँ?

सुरक्षा योजना

अपना घर शीघ्र ही छोड़ कर जाने की परिस्थिति के लिए एक सुरक्षा योजना बनाएं। फैमिली वाइलेंस वर्कर (घरेलू हिंसा कार्यकर्ता) सुरक्षा योजना बनाने में आपकी सहायता कर सकता है। विचार करने योग्य कार्यों में निम्नलिखित शामिल हैं:

यदि आपको लगता है कि घर में हिंसा बढ़ने वाली है या बढ़ चुकी है, तो:

- यदि संभव हो तो स्थान छोड़ कर चले जाएं
- जाने के लिए घर में या घर से बाहर सुरक्षित स्थानों का पता लगाएं
- साथ ले जाने के लिए महत्वपूर्ण वस्तुओं को पैक करें (जैसे कि निजी दस्तावेज़, अत्यावश्यक दवाईयाँ, धन और महत्वपूर्ण टेलीफोन नम्बर इत्यादि)
- महत्वपूर्ण दस्तावेज़ों की प्रतियाँ किसी ऐसे व्यक्ति के पास रख छोड़ें जिसपर आप भरोसा करते/करती हों
- पहले से योजना बना लें कि आप कहाँ जाएंगे/जाएंगी
- किसी ऐसे पड़ोसी की पहचान करें जिसे आप हिंसा के बारे में बता सकते/सकती हों और उनसे निवेदन करें कि यदि उन्हें आपके घर से लड़ाई-झगड़े की आवाज़ें आएँ तो वे पुलिस को फोन करें
- अपने बच्चों के लिए सुरक्षा योजना बनाएं, इसमें उनके असुरक्षित महसूस करने पर वे कहाँ जाएंगे और आपात-स्थिति में क्या करना चाहिए, यह शामिल करें
- जितनी जल्दी घटना के बारे में सूचना देना सुरक्षित हो, उतनी जल्दी पुलिस को फोन करें
- यदि सुरक्षित हो तो WDVCS (सप्ताह में सातों दिन, चौबीसो घंटे) को 1800 015 188 पर फोन करें

यदि आप अपने पार्टनर (सहजीवी) से अलग हो गए/गई हैं, तो:

- अपना मोबाइल नम्बर बदल लें और इसे 'private-प्राइवेट' पर सेट रखें। यदि आपको बच्चों के बारे में बातचीत करनी हो तो एक अलग SIM (सिम) कार्ड का प्रयोग करें।
- दुर्व्यवहार या डराने-धमकाने वाली घटनाओं की एक डायरी रखें। यदि और जब आप इंटरवेन्शन आर्डर (मध्यवर्तन आदेश) के लिए निवेदन करने का निर्णय लेते/लेती हैं, तो यह सहायक हो सकती है।
- अपनी दिनचर्या को नियमित तौर से बदलने का प्रयास करें
- अपनी कार किसी सुरक्षित और सार्वजनिक स्थान पर पार्क करें
- अपने पार्टनर या भूतपूर्व-पार्टनर को देखने पर, जितनी जल्दी संभव हो किसी सार्वजनिक या व्यस्त स्थान पर चले/चली जाएं
- यदि आप नौकरी करते/करती हों, तो अपने नियोक्ता से बात करें कि वे आपको कार्य पर सुरक्षित रखने के लिए कैसे सहायता कर सकते हैं

इंटरनेट/सोशल मीडिया पर सुरक्षित रहना

- अपना फेसबुक अकाउंट और अपने बच्चों के अकाउंट्स को बदल दें या डिलीट कर दें
- अपना ई-मेल अकाउंट बदल दें और कोई ऐसा ई-मेल पता बनाएं जिसका अनुमान लगाना मुश्किल हो
- अपने मोबाइल फोन या अपने बच्चों के मोबाइल फोन से किसी GPS फंक्शन को डिसेबल करें
- किसी ऐसे सार्वजनिक कंप्यूटर या अपने किसी ऐसे मित्र के कंप्यूटर का प्रयोग करें जिसे आपका पार्टनर/भूतपूर्व-पार्टनर ऐक्सेस (प्रयोग) न कर सकता हो।

अपने बच्चों को सुरक्षित रहने में सहायता करना

- अपने बच्चों को यह जानने में उनकी मदद करें कि खतरे की चेतावनी के संकेत कब आते हैं
- अपने बच्चों को यह सीखाएं कि आपात-स्थिति में वे कैसे फोन कर सकते हैं या किसके पास जा सकते हैं, उन्हें सीखाएं कि 000 पर फोन कैसे करना होता है और क्या कहना होता है (जैसे कि पता बताना)
- उनके स्कूलों या चाइल्डकेयर (बाल-विहार) केन्द्रों को हिंसा के बारे में बताएं, इसमें इंटरवेन्शन आर्डर (मध्यवर्तन आदेश) पर बच्चों से मिलने के लिए विशेष शर्तें शामिल हैं

मैं किससे संपर्क कर सकता/सकती हूँ?

अभी सहायता प्राप्त करें – घरेलू हिंसा

यदि आपको सहायता की आवश्यकता है, तो ऐसे बहुत से टेलीफोन नम्बर हैं जिनपर आप निःशुल्क और गोपनीय सहायता के लिए कॉल कर सकते/सकती हैं। इन नम्बरों पर कॉल करते समय यदि आपके लिए आवश्यक हो तो दुभाषिण के लिए निवेदन करें।

तात्कालिक खतरा

पुलिस और एम्बुलेंस: 000

यदि आप या आपका कोई जानकार तात्कालिक खतरे में हो।

Women's Domestic Violence Crisis Service (WDVCS) (महिलाओं के लिए घरेलू हिंसा संकटकाल सेवा)

दूरभाष: 1800 015 188 (विक्टोरिया के भीतर निःशुल्क कॉल)
सप्ताह में सातों दिन, चौबीसो घंटे।

WDVCS एक गोपनीय टेलीफोन सेवा है जो सूचना, सहायता और सुरक्षित आवास तक पहुँच उपलब्ध कराती है।

inTouch – Multicultural Centre Against Family Violence (घरेलू हिंसा के खिलाफ बहुसांस्कृतिक केन्द्र)

दूरभाष: 1800 755 988 (विक्टोरिया के भीतर निःशुल्क कॉल)

या 03 9413 6500

कार्य-समय: सुबह 9 बजे से शाम 5 बजे तक, सोमवार से शुक्रवार

सांस्कृतिक और भाषाई तौर पर विविध समुदायों को घरेलू हिंसा की समस्याओं के लिए सेवाएँ, कार्यक्रम और प्रतिक्रियाएँ उपलब्ध कराती है।

Men's Referral Service (पुरुषों के लिए रेफरल सेवा)

दूरभाष: (03) 9428 2899 या 1800 065 973 (विक्टोरिया के भीतर निःशुल्क कॉल)
सोमवार से शुक्रवार, सुबह 9 बजे से रात 9 बजे तक

Men's Referral Service (पुरुषों के लिए रेफरल सेवा) एक बेनाम और गोपनीय टेलीफोन सेवा है जो पुरुषों के लिए पुरुषों के द्वारा प्रदान की जाती है।

किसी फैमिली वाइलेंस वर्कर (घरेलू हिंसा कार्यकर्ता) से बात करना किस प्रकार सहायक हो सकता है?

घरेलू हिंसा कार्यकर्ता निम्नलिखित के बारे में निःशुल्क और गोपनीय सहायता प्रदान कर सकता है:

- सुरक्षा योजना बनाने में आपकी सहायता करने में
- इंटरवेन्शन ऑर्डर (मध्यवर्तन आदेश) प्राप्त करने में आपकी सहायता करने में
- चिकित्सीय देखरेख प्राप्त करने में
- आपकी भावनाओं के बारे में बात करने से संबंधित परामर्श देने में
- सुरक्षित आवास और निवास-स्थान खोजने में
- कानूनी सेवाओं को प्राप्त करने में आपकी सहायता करने में
- न्यायालय संबंधी सहायता करने में
- अपराध पीड़ित आवेदन (विक्टम्स ऑफ़ क्राइम एप्लीकेशन) के साथ
- आपके वीजा के साथ सहायता करने में
- आपके लिए सम्भवतः आवश्यक किसी और कार्य में ताकि आपको सुरक्षित रखने में मदद मिल सके
- यदि आप या आपके बच्चे विकलांगता से ग्रस्त हैं तो तात्कालिक सहायता और फंडिंग (वित्त-पोषण) प्राप्त करने में सहायता अथवा संकटकाल निवास को सुलभ कराने में सहायता करने में

पुलिस और कोर्ट्स (न्यायालय) किस प्रकार मदद कर सकते हैं?

ऐसे कानून मौजूद हैं जो आपको घरेलू हिंसा से बचाते हैं

- पुलिस:
 - एक तात्कालिक कार्य-समय के पश्चात का सुरक्षा नोटिस जारी कर सकती है
 - आपके लिए एक इंटरवेन्शन आर्डर (मध्यवर्तन आदेश) जारी कर सकती है
 - आपराधिक आरोप लगा सकती है
 - पहले कभी हुए दुर्व्यवहार से संबंधित रिपोर्ट्स (सूचना) जारी कर सकती है
- मजिस्ट्रेट कोर्ट (न्यायालय)
 - आप मजिस्ट्रेट कोर्ट से इंटरवेन्शन आर्डर (मध्यवर्तन आदेश) प्राप्त कर सकते/सकती हैं ताकि हिंसक व्यक्ति को आपसे और आपके घर से दूर रखा जा सके
 - आप किसी CALD फैमिली वाइलेंस आउटरीच वर्कर (घरेलू हिंसा आउटरीच कार्यकर्ता) के लिए निवेदन कर सकते/सकती हैं
 - आप न्यायालय में किसी दुभाषिए की व्यवस्था किए जाने का निवेदन कर सकते/सकती हैं
- फैमिली कोर्ट (पारिवारिक न्यायालय)
 - विवाद होने की स्थिति में आपके बच्चों के लिए सुरक्षा व्यवस्थाओं से संबंधित आर्डर (आदेश) जारी कर सकता है
 - आप न्यायालय में किसी दुभाषिए की व्यवस्था किए जाने का निवेदन कर सकते/सकती हैं
- अपराध पीड़ितों की सहायता करने का ट्रिब्यूनल (Victims of Crime Assistance Tribunal - VOCAT)
 - अत्यावश्यक खर्चों और बहाली के लिए सहायता कर सकता है
- वकील
 - आपके कानूनी अधिकारों का वर्णन कर सकते हैं और उन्हें ऐक्सेस (प्राप्त) करने में आपकी मदद कर सकते हैं