



## हम सहायता कैसे कर सकते हैं:

- आपकी स्थिति तथा आपके लिए उपलब्ध विकल्पों को समझने में सहायता
- स्वास्थ्य, विशेष लाभ भुगतान, आवास, कानून जैसी सहायता सेवाओं तथा चिंता के अन्य क्षेत्रों के बारे में जानकारी
- आपके द्वारा फैसले लेने में सहायता
- संकटकालीन आवास, सलाह-मशविरा और कानूनी परामर्श जैसी अन्य सेवाओं तक मार्गों के लिए रेफरल
- पारिवारिक हिंसा के आपके अनुभव से सम्बन्धित गृह मंत्रालय के साथ बातचीत करने में सहायता

यदि आप अंग्रेज़ी नहीं बोल सकती हैं, तो हम आपके लिए दुभाषिए का प्रबंध कर सकते हैं।

## आप कैसे फोन कर सकती हैं:

### IWSA प्रोजैक्ट अधिकारियों को

9635 8022

सुबह 9:00 बजे से लेकर शाम 4:00 बजे तक  
सोमवार से शुक्रवार  
info@speakout.org.au

या आप सहायता के लिए निम्नलिखित नम्बरों पर फोन कर सकती हैं। ये सेवाएँ सप्ताह में 7 दिन और दिन में 24 घंटे खुली हैं।

**पुलिस:**  
000

**घरेलू हिंसा सेवा:**  
1800 656 463

यदि आपको दुभाषिए की ज़रूरत है, तो कृपया TIS को 13 14 50 पर फोन करें

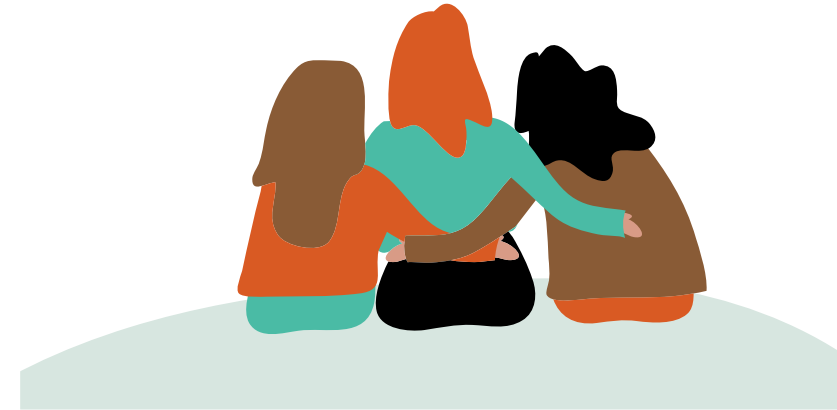


## घरेलू हिंसा सेवा

प्रवासी और शरणार्थी महिलाओं के लिए  
आवासहीन बहुसांस्कृतिक महिला एकीकृत  
सहायता सेवा (Homeless Multicultural  
Women Integrated Support Service)  
(HoMWISS)

क्या आप अपने साथ रहने वाले किसी व्यक्ति से  
भयभीत हैं या उसने आपको नुकसान पहुँचाया है?  
क्या आप आवासहीन हैं या आपको आवासहीन होने  
का खतरा है?

## आप सहायता प्राप्त कर सकती हैं



## घरेलू और पारिवारिक हिंसा क्या है?

घरेलू और पारिवारिक हिंसा उस परिस्थिति में होती है जब कोई व्यक्ति वर्तमान या पुराने रिश्ते में दूसरे व्यक्ति को नियंत्रित करने के लिए किसी प्रकार की हिंसा का प्रयोग करता है जैसे कि शारीरिक, भावनात्मक, यौन, आध्यात्मिक, तकनीकी, वित्तीय, सामाजिक या सांस्कृतिक।

घरेलू और पारिवारिक हिंसा पीड़ितों के 98% से अधिक मामले महिलाओं से जुड़े होते हैं।

घरेलू और पारिवारिक हिंसा में निम्नलिखित शामिल हो सकता है:

- मुक्का मारना, मारपीट करना, थप्पड़ मारना, चीज़ें फेंकना, धक्का देना, किसी हथियार का प्रयोग करना
- किसी महिला या बच्चे को नुकसान या चोट पहुँचाने की धमकियाँ
- लगातार नीचा दिखाना, लोगों के बीच और घर पर अपमानजनक टिप्पणियाँ करना, उनपर चिल्लाना
- महिला या बच्चे को डराने-धमकाने या भयभीत करने के लिए की गई टिप्पणियाँ
- पालतू पशुओं को चोट या नुकसान पहुँचाना या संपत्ति को नष्ट करना
- अवांछित यौन स्पर्श या गतिविधियाँ या टिप्पणियाँ
- महिला को परिवार और उसके मित्रों-सहेलियों से अलग करना
- महिला को पैसों या भोजन जैसी बुनियादी चीज़ों से वंचित रखना।

## घरेलू और पारिवारिक हिंसा एक अपराध है

यह केवल आपको ही नहीं बल्कि आपके बच्चों को भी प्रभावित करती है। घरेलू और पारिवारिक हिंसा का अनुभव और सामना करने वाले बच्चे अपने पूरे जीवन में सदमे का अनुभव करते हैं।

**आपको सुरक्षित महसूस करने का अधिकार है।**

**यदि आप घरेलू और पारिवारिक हिंसा का सामना कर रही हैं, तो नीचे कुछ कदम दिए गए हैं जो आप उठा सकती हैं**

- किसी भी प्रकार की हिंसा के लिए “नहीं” कहें
- किसी ऐसे व्यक्ति से बात करें जिसपर आप भरोसा करती हैं।
- पुलिस को 000 पर फोन करें।
- किसी पेशेवर से सलाह लें जैसे कि:
  - ♦ घरेलू हिंसा सेवा
  - ♦ आपके क्षेत्र में सामुदायिक स्वास्थ्य केन्द्र के सलाहकार
  - ♦ किसी सामुदायिक संगठन पर काम करने वाले पारिवारिक सहायता कर्मचारी
  - ♦ महिला घरेलू हिंसा न्यायालय पक्षसमर्थन सेवाओं (Women’s Domestic Violence Court Advocacy Services) (WDVCASs) का कर्मचारी
- यदि आपको चोट या नुकसान पहुँचने का खतरा है तो पुलिस को फोन करें।
- अपने पार्टनर (सहजीवी) को आपको नुकसान पहुँचाने से रोकने के लिए नज़रबंदी हिंसा आदेश (Apprehended Violence Order) (AVO) प्राप्त करने के लिए स्थानीय न्यायालय के चैम्बर मजिस्ट्रेट के यहाँ या पुलिस स्टेशन जाएँ।

## अन्य सेवाएँ जो आपकी मदद कर सकती हैं:

अपनी पुलिस, ऐम्बुलेंस या या अन्य आपातकालीन सेवाओं के लिए 000 पर फोन करें

**DOMESTIC VIOLENCE LINE (सलाह और परामर्श)**  
**24 घंटे की सेवा**  
1800 656 463

**LINK 2 HOME (आवास-स्थान)**  
1800 152 152

**घरेलू हिंसा सेवा - IWSA**  
9635 8022

**महिला कानून सेवा NSW**  
8745 6999

**1800 RESPECT**  
1800 737 732

**LAW ACCESS NSW**  
1300 888 529

**महिला घरेलू हिंसा न्यायालय पक्षसमर्थन सेवाएँ (WDVCASs)**  
1800 938 227



[www.speakout.org.au](http://www.speakout.org.au)