

کپا آپ کسی  
دھمکی یا تشدد  
کا خطرہ محسوس  
کرتے ہیں؟

ہم آپ کی معاونت  
کر سکتے ہیں۔

the  
**Gaia**  
centre

Run by Refuge

Working in Lambeth  
to end gender-based violence



## گینا سنٹر (Gaia Centre) کیا ہے؟

گینا سنٹر لندن بورو آف لیمبٹھ کے ایسے رہائشیوں کو راہدارانہ اور بلا تفریق معاونت کی آزادانہ سرو Suzuki فرابم کرتا ہے، جو جنسی تشدد کا شکار ہیں۔ بماری Suzuki 13 سال اور اس سے زیادہ عمر کی لڑکیوں، اور 16 سال سے زیادہ عمر کے مردوں کے لیے ہیں بشمول ہم جنس پرست خواتین اور مرد، دو جنسی لوگ یا وہ لوگ جو اپنی صنفی شناخت کے بارے میں یقینی کا شکار ہیں۔ گینا سنٹر ایسے مخلوط الجنس لوگوں کو بھی معاونت فرابم کرتا ہے جو اپنی صنفی شناخت بطور مرد، عورت، یا دیگر کوئی صنف کرتے ہیں یا جو اپنی صنفی شناخت کے بارے میں سوالوں سے دوچار ہیں۔

## جنسی تشدد کیا ہے؟

جنسی تشدد اس وقت ہوتا ہے جب کوئی فرد یا لوگوں کا ایک گروہ کسی شخص پر اختیار اور دسترس حاصل کر لیتا ہے۔

جنسی تشدد کی اقسام میں شامل ہے:

- گھریلو تشدد (جسمانی، جنسی، مالی، جذباتی یا نفسیاتی زیادتی)
- زنا بالجبر اور جنسی تشدد
- پیچھا کرنا یا حراسان کرنا
- عصمت فروشی
- جنسی استھصال کے لیے اسمگنگ
- زنانہ جنسی اعضاء کو بگاڑانا یا کاشنا (FGM)
- زبردستی کی شادی
- عزت اور غیرت<sup>1</sup> کی بنیاد پر نہاد تشدد

## گینا سنٹر سے کون معاونت حاصل کر سکتا ہے؟

لیمبٹھ میں رہائش پذیر کوئی بھی شخص جو جنسی تشدد کا شکار ہو یا جسے اس کا خطرہ ہو اور اس کا تعلق درج ذیل میں سے کسی ایک سے ہو:

- 13 سال سے زیادہ عمر کی لڑکیاں اور خواتین
- 16 سال یا اس سے زیادہ عمر کے مرد

بماری خدمات مندرجہ بالا لوگوں اور ان کے بچوں کے لیے دستیاب ہیں۔ ہم آپ کی ذاتی ضروریات کے مطابق آپ کو معاونت فرابم کریں گے۔

## گیئا سنٹر کی جانب سے کون سی معاونت دستیاب ہے؟

ہر شخص کی ضروریات مختلف ہوتی ہیں اور ہم آپ سے مل کر مدد اور معاونت کا ایک ایسا منصوبہ تیار کریں گے جو آپ کو محفوظ رکھنے میں مددگار ثابت ہو سکے۔ مثال کے طور پر آپ کو درج ذیل معاونت درکار ہو سکتی ہے:

- کسی ایسے شخص سے بات کرنا جو یہ سمجھ سکے کہ آپ پر کیا بیت ربی ہے
- پولیس سے رابطہ کر کے معاونت حاصل کرنا
- علاقہ جھوڑ دینا

- پناہ تک رسائی حاصل کرنا
- گھر پر ہی رہیں مگر محفوظ رہنے کی راہ تلاش کر لیں
- اگر آپ عدالت سے رجوع کرنا چاہتے ہیں، تو آپ کو معاونت موصول ہو
- قانونی مشاورت تک رسائی حاصل کرنا
- اپنی معاشی صورت حال کو منتظم کرنا
- اپنی کمیونٹی کے اندر بی معاون نیٹ ورکس تلاش کرنا
- اپنے بچوں کے لیے ما برانا معاونت حاصل کرنا



© Julian Nieman

## گیئا سنٹر کی جانب سے کون سی سروز دستیاب ہیں؟

- بالمشافہ، بلا تفریق اور آزادانہ معاونت
- اگر آپ کو سخت نقصان پہنچنے کا انداشہ ہو، تو ایک ما بر انڈیپنڈینٹ جینڈر بیسڈ والنس ایڈووکیسی (IGVA) ٹیم آپ کو اپنی معاونت فراہم کرتی ہے
- 13 تا 16 سال عمر کی لڑکیوں کے لیے ایک مابرانا سروس پناہ کا ایک منصوبہ جس سے آپ اپنے گھر میں محفوظ رہ سکیں
- گروپ میں معاونت
- آپ کی تباہی کو ختم یا کم کرنے کے لیے ہم رتبہ اور ہم تجربہ لوگوں کی معاونت؛ اپنے ہم خیال لوگوں کے ساتھہ مراسم بنانے میں آپ کو مدد فراہم کرنا اور آپ کی معاونت کرنا تاکہ آپ اپنی مرضی کی زندگی گزار سکیں
- رضاکارانہ کام کرنے کے موقع

# میں کیئا سنٹر تک رسائی کیسے حاصل کروں؟

ٹیلیفون: 020 7733 8724

ای میل: lambethvawg@refuge.org.uk

ویب سائٹ: [www.refuge.org.uk/gaia-centre-lambeth](http://www.refuge.org.uk/gaia-centre-lambeth)

## ریفیوج کیا ہے؟

ریفیوج گھریلو تشدد کا شکار بونے والی خواتین اور بچوں کو معاونت کی ما برانا سروسز فرابم کرنے والی ملک کی سب سے بڑی تنظیم ہے۔ ہماری سروسز زندگیاں بچاتی ہیں اور زندگیاں تبدیل کرتی ہیں۔

ہم نے ویسٹ لندن میں 1971 میں ذیادتی کی شکار خواتین اور بچوں کے لیے دنیا کا سب سے پہلا محفوظ گھر کھولا تھا۔ ز ہمارے قومی سروسز نیٹ ورک کے ذریعے ہر روز 3,000 خواتین اور بچوں کو معاونت فرابم کی جاتی ہے۔

اگر آپ پر زیادتی بو رہی ہے، تو ریفیوج کا عملہ آپ کو رازدارانہ اور بلا تفریق معاونت فرابم کر سکتا ہے۔ ہم آپ کو خوف سے آزاد زندگی گزارنے میں مدد فرابم کر سکتے ہیں۔

ہماری ویب سائٹ [www.refuge.org.uk](http://www.refuge.org.uk) پر ہر اس شخص کے لیے مزید معلومات دستیاب ہیں جو جنس کی بنیاد پر تشدد کا شکار ہو چکا ہو یا بو رہا ہو اور ان کے متعلقہ دوستوں و اہل خانہ اور پیشہ وارانہ تنظیموں کے لیے بھی مزید معلومات دستیاب ہے۔

# 0808 2000 247

گھریلو تشدد کے خلاف قومی سطح پر 24 گھنٹے مفت فون ہیلپ لائن جو ریفیوج اور وومنز ایڈ کی شراکت میں چلائی جاتی ہے۔

یا کسی بھی بنگامی صورت حال میں، 999 ڈائل کریں



Working in Lambeth  
to end gender-based violence

رجسٹر ڈ چیریٹی نمبر 277424