ভূমিকা

আপনি যদি ইউ. কে. (UK) তে বসবাস করেন, এবং সাংসারিক অত্যাচারের (ডোমেষ্টিক ভায়োলেন্স) শিকার হয়ে থাকেন, তাহলে এই "দ্যা সারভাইভারস্ হ্যান্ডবুক" ("The Survivor's Handbook") আপনার জন্য।

সব সাম্প্রদায়িক গোষ্ঠির ও পটভূমির অসংখ্য মহিলা প্রতিদিন বাড়িতে অত্যাচারের শিকার হন। যদি আপনি অত্যাচারিত হন, সেটা আপনার দোষ নয়, এবং আপনার নিজেকে দোষারোপ করা উচিৎ নয়।

এই হ্যান্ডবুকটি বাস্তব সমস্যায় সাহায্যের জন্য তৈরী করা হয়েছে, এবং এতে ছোট ছোট অংশ আছে, যা আপনি বা আপনার সন্তানদের অধিকাংশ তাৎক্ষনিক সমস্যার সমাধানে সাহায্য করবে। আপনার এবং আপনার সন্তানদের সুরক্ষার জন্য যা যা করতে পারেন, যেখানে যেখানে যেতে পারেন, এবং যেসব সংস্থার সাথে যোগাযোগ করতে পারেন, তাদের যোগাযোগের ঠিকানা এখানে দেওয়া আছে।

এই হ্যান্ডবুকটি প্রধাণত মহিলাদের উদ্দেশ্য করে লেখার কারণ :

- বেশীরভাগ ক্ষেত্রে গৃহে উৎপীড়ণ পুরুষরাই করে থাকেন এবং মহিলারা ভুক্তভোগি হন।
- উইমেন্স এইড্স ইনফরমেশন এ্যান্ড সাপোর্ট সার্ভিসেস (Women's Aid's information and support services)মহিলা এবং শিশুদের সাহায্যার্থে তৈরী হয়েছে।

তবে আপনি যদি অত্যাচারিত পুরুষ হন, তাহলে অধিকাংশ তথ্য আপনার ক্ষেত্রেও প্রযোজ্য।

এই অতি প্রয়োজনীয় ব্যবস্থার মূলধন যোগানোর জন্য উইমেন্স এইড্ বডি-সপ (Body Shop) কে ধন্যবাদ জানাতে চায়।

সতর্কীকরণ : আপনি যদি ভয় পান কেউ জেনে ফেলবে আপনি এই ওয়েব-সাইট দেখছেন, তা হলে নিম্নলিখিত নিরাপত্তা বিষয়ক তথ্য গুলি পড়ুন।

কিভাবে একজন অত্যাচারী জানতে পারে আপনি ইন্টারনেটে কি করছেন?

অনুগ্রহ করে একটু সময় নিয়ে নিম্নলিখিত সতর্কীকরণগুলি পড়ুন এবং এই ওয়েব-সাইট দেখার সময় কি কি সুরক্ষা ব্যবস্থা নেবেন তা জানুন।

Copyright © Women's Aid 2006

গ্রন্থ স্বত্ব উইমেন্স এইড্ ২০০৬

নিয়মানুসারে, আপনি ইন্টারনেট সার্ফ করলে ইন্টারনেট ব্রাউজার তার সম্বন্ধে কিছু কিছু তথ্য জমিয়ে রাখে। এই তথ্যের মধ্যে যে ওয়েব-সাইট দেখছেন তার ছবি থাকে, সার্চ ইঞ্জিনে দেওয়া তথ্য থাকে, এবং একটি সুত্র (ইতিহাস /হিস্টরি) থাকে, যা প্রকাশ করে আপনি কি কি ওয়েব-সাইট দেখেছেন। অনুগ্রহ করে নিচে লেখা পদ্ধতি অনুসরণ করুন, যাতে অন্য কেউ জানতে না পারেন আপনি এই ওয়েব-সাইট দেখেছেন।

আপনি কি ব্রাউজার ব্যবহার করছেন জানলে সেই সংক্রান্ত নিম্নলিখিত নির্দেশগুলি পড়তে হবে না। কি ব্রউজার ব্যবহার করছেন না জানলে, আপনার ব্রাউজারের পর্দার উপরের টুলবারের হেল্পে ক্লিক করুন। একটা মেনু খুলবে যার সর্বশেষ এনট্রি বলবে !এ্যাবাউট ইন্টানেট এক্সপ্লোরার ' (About Internet Explorer), !এ্যাবাউট মোজিলা ফায়ারফক্স' (About Mozilla Firefox) বা সেই রকম কিছু। এই লেখাটি উল্লেখ করছে আপনি কোন ধরনের ব্রউজার ব্যবহার করছেন - আপনি সেটা জানার পরে নিম্নলিখিত নির্দেশাবলির প্রাসঙ্গিক অংশগুলি দেখুন।

ইন্টানেট এক্সপ্লোরার (Internet Explorer) **:**

টুলস্ (Tools) মেনুতে ক্লিক করুন এবং **ইন্টারনেট অপশন্স** (Internet Options) নির্বাচন করুন। **জেনারেল** (General) পেজে, **টেম্পোরারি ইন্টারনেট ফাইলসের** (Temporary Internet Files) মধ্যে প্রথমে **ডিলিট কুকিজে** (Delete Cookies) ক্লিক করুন এবং তারপরে **ওকে তে** (OK) ক্লিক করুন। এবার **ডিলিট ফাইলসে** (Delete Files) ক্লিক করুন এবং তারপর যে বক্সটিতে **ডিলিট অল্ অফ্লাইন কনটেন্ট** (Delete all offline content) লেখা তাতে টিক দিয়ে, আবার **ওকে তে** (OK) ক্লিক করুন। **হিস্টরিতে** (History) গিয়ে **ক্লিয়ার হিস্টরিতে** (Clear History) ক্লিক করুন এবং তারপরে আবার **ওকে তে** (OK) ক্লিক করুন। এবার পর্দার উপরের দিকে **কনটেন্ট** (Content) ট্যাবে ক্লিক করে, প্রথমে **অটো কমপ্লিট** (AutoComplete) নির্বাচন করুন এবং সব শেষে **ক্লিয়ার ফর্ম** (Clear Forms) নির্বাচন করুন।

ফায়ারফক্স / নেটস্কেপ (Firefox/Netscape) **:**

প্রথমে ক্লিক করুন **টুলসে** (Tools), তারপরে **অপসন্সে** (Options) এবং তারপরে **প্রাইভেসিতে** (Privacy)। এখানে **ক্যাসে** (Cache) এবং **সেভড ফর্ম ইনফ্রমেশান** (Saved Form Information) এর পাশের **ক্লিয়ার** (Clear) বাটনে ক্লিক করুন।

অপেরা (Opera) **:**

প্রথমে ক্লিক করুন **টুলসে** (Tools), তারপরে **প্রেফারেন্সেস** (Preferences) এ। এবার ক্লিক করুন **এ্যডভান্সড** (Advanced) ট্যাবে এবং তারপরে ডান দিকের **হিস্টরি** (History) সেকশনে । সেখানে দুটো **ক্লিয়ার** (Clear) বাটনেই ক্লিক করুন, এবং তারপরে **এম্পটি নাও** (Empty Now) বাটনে ক্লিক করুন।

আপনার ব্রাউজিং ইতিহাস মুছে দিন :

ইন্টারনেট ব্রাউজারগুলি আপনি যে যে ওয়েব-পেজ দেখছেন তার তালিকা রাখে। একে বলা হয় !ইতিহাস /হিস্টরি'। ইন্টারনেট এক্সপ্লোরার (Internet Explorer) এবং ফায়ারফক্স / নেটস্কেপে (Firefox/Netscape) এই ইতিহাস মুছে দেওয়ার জন্য প্রথমে আপনার কি-বোর্ডে **Ctrl** কি-টি চেপে ধরুন, তারপরে **H** কি-টি চাপুন (অপেরার (Opera) জন্য **Crtl, Alt** এবং **H**)। এবার www.womensaid.org.uk কোথাও লেখা আছে কিনা খুঁজুন। থাকলে মাউসের ডান বোতামটি টিপে ডিলিট (Delete) নির্বাচন করুন।

ই - মেল :

যদি কোন অত্যাচারী আপনাকে ভয়প্রদর্শক বা বিরক্তিকর ই-মেল পাঠায়, সেগুলি ছাপিয়ে নিয়ে অত্যাচারের প্রমাণ হিসেবে রাখা যেতে পারে। আপনার পূর্ব-প্রেরিত ই-মেলগুলি সেন্ট আইটেমসে সঞ্চিত থাকবে।
যদি আপনার কোন ই-মেল অর্ধসমাপ্ত থাকে, তা আপনার ড্রাফট্ ফোল্ডারে থাকতে পারে। যদি আপনি কোন ই-মেলের উত্তর দেন, আসল ই-মেলটি আপনার উত্তর এর মধ্যে থেকে যেতে পারে। আপনি যদি চান আসল ই-মেলটি কেউ না দেখুক, তা হলে সেটা ছাপিয়ে নিয়ে মুছে ফেলুন।

যখন আপনি কোন ই-মেল প্রোগ্রামে (আউটলুক এক্সপ্রেস, আউটলুক, থান্ডারবার্ড ইত্যাদি) কোন কিছু মুছে দেন, প্রোগ্রামটি সেটা সত্যি করে মুছে দেয় **না** , সেটা সরিয়ে দেয় ডিলিটেড আইটেমস (Deleted Items) বলে একটি ফোল্ডারে। আপনাকে আলাদা করে ডিলিটেড আইটেমসের ই-মেল মুছতে হবে। ডিলিটেড আইটেমসের কোন ই-মেল মুছতে হলে, সেই ই-মেলের উপর মাউসটা নিয়ে গিয়ে মাউসের ডান দিকের বোতামে ক্লিক করুন, এবং ডিলিট সিলেক্ট করুন।

সাধারণ সুরক্ষা :

আপনি যদি আপনার কম্পিউটারে কোন পাস-ওয়ার্ড ছাড়া লগ্-অন্ করেন, অন্য যে কেউ আপনার ই-মেল দেখতে পারে, এবং আপনার ইন্টারনেট ব্যবহার সম্বন্ধে জানতে পারবে। ইন্টারনেটে কিছু দেখার সব থেকে সুরক্ষিত রাস্তা হল স্থানীয় লাইব্রেরী, কোন বন্ধুর বাড়ী বা কর্মক্ষেত্রে ইন্টারনেট সার্ফ করা।

উপরোক্ত সমস্ত সাবধানতা অবলম্বন করেও আপনি আপনার ইন্টারনেট সার্ফিং এর খবর লুকাতে সক্ষম নাও হতে পারেন। অনেক ব্রাউজারে কিছু বৈশিষ্ট আছে যেগুলি সম্প্রতি দেখা ইন্টারনেট সাইটগুলি দেখিয়ে দেয়। ইন্টারনেটে কিছু দেখার সব থেকে সুরক্ষিত রাস্তা হল স্থানীয় লাইব্রেরী, কোন বন্ধুর বাড়ী বা কর্মক্ষেত্রে ইন্টারনেট সার্ফ করা।

সাংসারিক অত্যাচার কাকে বলে?

!সাংসারিক অত্যাচারের' বিভিন্ন সংজ্ঞা আছে। উইমেন্স এইড্ এর মতে সাংসারিক অত্যাচার হল শারীরিক, মানসিক, যৌন বা অর্থনৈতিক অত্যাচার, যা কোন অন্তরঙ্গ বা পারিবারিক সম্পর্কের মধ্যে হয়ে থাকে, এবং তা বাধ্যকারী এবং দমনকারী আকার ধারণ করে থাকে। জোর করে বিয়ে দেওয়া এবং !সম্মান' এর নামে অপরাধ করাও এর মধ্যে পড়ে ।

সাংসারিক অত্যাচারের ঘটনা চারিদিকে ছড়িয়ে রয়েছে : গবেষণায় দেখা গিয়েছে প্রতি চারজন মহিলার একজন তাদের জীবনকালে এর শিকার হয়ে থাকেন। প্রতি সপ্তাহে দুজন মহিলা তাদের পার্টনার বা প্রাক্তন পার্টনারের হাতে মারা যান। সমস্ত রকমের সাংসারিক অত্যাচারের সূচনা হয় অন্তরঙ্গ পার্টনার, বা অন্যান্য পারিবারের সদস্যের উপর অত্যাচারীর দমনকরার ক্ষমতা এবং নিয়ন্ত্রেণের ইচ্ছা থেকে। সাংসারিক অত্যাচার বারে বারে ঘটতে পারে ও জীবন-নাশক হতে পারে, এবং সময়ের সাথে আরো খারাপের দিকে যেতে থাকে। পরিবারের সন্তানদের উপরেও এর বিশেষ প্রভাব পড়ে।

সাধারণতঃ সাংসারিক অত্যাচার মহিলাদের উপর হয়ে থাকে এবং এই অন্যায়-সাধন পুরুষরাই করে থাকেন। বিশেষ করে যখন অত্যাচার বারংবার শারীরিক আক্রমণের আকার নেয়, অথবা যখন ধর্ষণ বা যৌন নিগ্রহ ঘটে, অথবা অত্যাচারের পরিণামে গুরুতর আঘাত বা মৃত্যু ঘটে। এই জন্য আমরা সাধারণভাবে অত্যাচারীকে !পুরুষ' এবং অত্যাচারিতকে !মহিলা' বলে উল্লেখ করবো।

জাতি, ধর্ম, সম্প্রদায়, শ্রেনী, শারীরিক বিকলাঙ্গতা বা জীবন-যাপনের ধরণ নির্বিশেষে, যে কোন মহিলাই সাংসারিক অত্যাচারের শিকার হতে পারেন। সাংসারিক অত্যাচার সমকামী স্ত্রী বা পুরুষ, উভলিঙ্গ এবং পরিবর্তিত লিঙ্গের সম্পর্কের মধ্যেও ঘটতে পারে, এবং এই অন্যায়-সাধন পরিবারের আন্যান্য সদস্যদের (বিস্তৃত পরিবার বা অগ্রজ সন্তান) দ্বারা হতে পারে।

সাংসারিক অত্যাচারকে চিনুন - অংশটি অনুগ্রহ করে দেখুন।

সাংসারিক অত্যাচার কি অপরাধ?

সাংসারিক অত্যাচার বিভিন্ন ধরনের ব্যবহারকে বোঝাতে পারে, এবং একটি কোন বিশেষ অপরাধকে !সাংসারিক অত্যাচার' বলা যায় না।

বিভিন্ন ধরনের সাংসারিক অত্যাচারকে কঠোর অপরাধ বলা যায়, যেমন শারীরিক আক্রমণ, আহত করা, শ্বাসরোধ করা, যৌন নিগ্রহ, ধর্ষণ, মৃত্যুভয় দেখানো, বিরক্ত করা, অনুসরণ করা এবং মানুষকে উৎপীড়ণের ভয়ে রাখা।

কিছু কিছু আবেগজনিত অত্যাচারকে অপরাধ বলে গণ্য করা হয় না - যদিও এগুলি মহিলা বা শিশুদের ভালো থাকা এবং স্বাধীনতাবোধের উপর গুরুতর ও দীর্ঘমেয়াদী প্রভাব ফেলতে পারে।

উৎপীড়নের জন্য দায়ী কে?

অত্যাচারী সবসময় উৎপীড়নের জন্য দায়ী এবং তাকেই সব সময় তার কাজের জন্য দায়বদ্ধ করা উচিৎ। অত্যাচারীর ব্যবহারের জন্য কোন অবস্থাতেই অত্যাচারিতকে দায়ী করা উচিৎ নয়।

অত্যাচারীরা অনেক সময় নিজেদের ব্যবহারের দায়িত্ব এড়াতে অন্য কাউকে দায়ী করার চেষ্টা করে, অথবা অত্যাচারিতর সাথে তার সম্পর্ককে, তার শৈশবকে, তার শারীরিক অবস্থাকে, বা তার মদ বা মাদক দ্রব্যের আশক্তিকে দায়ী করার চেষ্টা করে। যদিও এই বিষয় গুলি কিছু প্রভাব ফেলে থাকতে পরে, কিন্ত এগুলি কখনোই অত্যাচারের প্রত্যক্ষ কারণ হতে পরে না।

সাংসারিক অত্যাচারকে চিনুন

প্রত্যেকের নিজের মতামত থাকে এবং সেই মত কখনো তার পার্টনার বা অন্য পারিবারিক সদস্যের সাথে না মিলতে পরে। আমরা সবাই কখনো কখনো এমন কাজ করি, যা আমাদের যারা ভালোবাসে, তাদের দুঃখ দেয়, এবং আমরা সেই সব কাজ করার জন্য পরে অনুতপ্ত হই। কিন্তু এই রকম কাজ যদি বারংবার চলতে থাকা ধারার আকার নেয়, তা হলে একে সাংসারিক অত্যাচারের লক্ষণ বলে বোঝা উচিৎ। নিম্নলিখিত প্রশ্নগুলি আপনাকে সিদ্ধান্ত নিতে সাহায্য করতে পারে :

- আপনার পার্টনার বা কোন পারিবারিক সদস্য কি আপনাকে বন্ধু বা পরিবারের অন্য সদস্যদের সাথে দেখা করতে বাধা দিচ্ছে?
- সে কি আপনার কাজে যাওয়া, বা কলেজে যাওয়ায় বাঁধা দিচ্ছে?
- সে কি সব সময় আপনাকে চোখে চোখে রাখে বা অনুসরণ করে?
- সে কি অযৌক্তিকভাবে আপনাকে অন্যের সাথে ফ্লার্ট করা বা প্রেমের সম্পর্ক রাখার অভিযোগ করছে?
- সে কি সর্বক্ষণ আপনাকে তুচ্ছতচ্ছিল্য করে বা অবমাননা করে, অথবা আপনার সামালোচনা করে বা আপনাকে অপমান করে?
- আপনি কি তাকে ভয় পান?
- আপনি কি কখনো তার প্রতিক্রিয়ার ভয়ে আপনার ব্যবহার পরিবর্তন করেছেন?
- সে কি কখনো ইচ্ছাকৃত ভাবে আপনার কোন জিনিষ নষ্ট করেছে?
- সে কি কখনো আপনাকে বা আপনার সন্তানদের আঘাত করেছে বা ভয় দেখিয়েছে?
- সে কি সব সময় আপনাকে টাকার অভাবে রাখে?
- সে কি কখনো আপনি করতে চাননা এমন কাজ করার জন্য আপনাকে জোর করেছে?
- আপনার ডাক্তারী সাহায্যের দরকার পড়লে সে কি কখনো আপনাকে সেই সাহায্য নিতে বাঁধা দেবার চেষ্টা করেছে?
- সে কি কখনো আপনাকে দমন করার চেষ্টা করেছে এই বলে যে আপনার ইমিগ্রেশন (immigration status) অবস্থার জন্য আপনাকে নির্বাসিত করা হবে?
- সে কি কখনো আপনাকে সন্তানদের নিয়ে নেবার ভয় দেখিয়েছে, বা বলেছে যে তাকে ছেড়ে গেলে আপনি আপনার সন্তানদের আপনার সঙ্গে নিয়ে যেতে পারবেন না, অথবা আর কখনো তাদের দেখতে পাবেন না?
- সে কি কখনো আপনাকে তার সাথে, বা অন্য করোর সাথে যৌন সহবাস করতে বাধ্য করেছে?
- সে কি কখনো আপনার বাড়ি থেকে বেরোনো বন্ধ করার চেষ্টা করেছে?
- সে কি তার ব্যবহারের জন্য তার মদাশক্তি বা মাদক দ্রব্যের আশক্তিকে দায়ী করেছে?
- সে কি আপনার মদ বা মাদক দ্রব্যের সেবন নিয়ন্ত্রণ করে?

যদি উপরের এক বা একাধিক প্রশ্নের উত্তর আপনার ক্ষেত্রে হ্যাঁ হয়, তা হলে সম্ভবতঃ আপনি সাংসারিক অত্যাচার ভোগ করছেন।

সাংসারিক অত্যাচার কাকে বলে - অংশটি অনুগ্রহ করে দেখুন।

আমি সাংসারিক অত্যাচার ভোগ করছি - এই বিষয়ে আমি কি করতে পারি?

কোন মানুষই অত্যাচারিত হওয়া অর্জন করে না এবং আপনার তা সহ্য করার কোন কারণ নেই। আপনি এর বিরুদ্ধে অনেক কিছুই করতে পরেন - কিন্তু তার কোনটাই সহজ নয়, এবং কোনটাই সম্পূর্ণভাবে বা তাৎক্ষনিকভাবে অত্যাচার বন্ধ করতে পারবে না।
অত্যাচার থেকে মুক্তি পাওয়া একটি দীর্ঘ মেয়াদী কাজ : অধিকাংশ মহিলাই বিভিন্ন উৎস থেকে সাহায্য নেন, এবং অবশেষে সম্পর্ক-ছেদ করার আগে, বহুবার বেরিয়ে এসে আবার ফিরে যান।

আইনগত উপায়

আপনি আপনার পার্টনারকে ছেড়ে আসার সিদ্ধান্ত নিন বা না নিন, আইনগত সুরক্ষাতে আপনার অধিকার আছে এবং আপনার সামনে একাধিক আইনগত উপায় খোলা আছে।

- **সিভিল আইনের** (civil law) ব্যবস্থার মধ্যে আছে ইনজাংশন (injunctions) (কোর্টে অর্ডার), এবং সন্তানদের সাথে যোগাযোগ রাখার বন্দোবস্ত, সেপারেশন (separation) ও বিবাহ বিচ্ছেদ (divorce)।
- অত্যাচারী আপনার উপর অপরাধমুলক অত্যাচার করলে পুলিশ বা ক্রাউন প্রসিকিউশন সার্ভিস (Crown Prosecution Service) (CPS) তার বিরুদ্ধে **ক্রিমিনাল আইনি** পদক্ষেপ নিতে পারে।

এই বিষয়ে আরো জানতে ***আপনার আইনগত অধিকার, ইনজাংশন পাওয়ার উপায়*** , এবং ***পুলিশ ও ক্রিমিনাল অভিযোগ করার প্রক্রিয়া*** অংশগুলি দেখুন।

যদি আপনার **তাৎক্ষনিক বিপদের** মধ্যে থাকেন তা হলে সব সময় পুলিশের সাহায্য নিতে পারেন এবং যে কোন জরুরী বিপদে **999 ডায়েল** করতে পারেন। আপনাকে রক্ষা করা এবং সাহায্য করা তাদের কর্তব্য।

২৪ ঘন্টা ফ্রি-ফোন ন্যাশেনাল ডোমেষ্টিক ভায়লান্স হেল্প লাইন

আপনার সামনে কি কি উপায় আছে তা আলোচনা করতে চাইলে, ন্যাশেনাল ডোমেষ্টিক ভায়লেন্স হেল্প-লাইনে (National Domestic Violence Helpline) ফোন করতে পারেন, **0808 2000 247** নম্বরে। এটা উইমেন্স এইড্ এবং রিফিউজের (Refuge) মধ্যে পার্টনারশিপে চালানো হয়।

এই হেল্প-লাইন ল্যাংগুয়েজ-লাইনের (Language Line) সদস্য, এবং দোভাষীর ব্যবস্থা করতে পারে। এই লাইন সংসারে অত্যাচারিত মহিলাদের, বা তাদের হয়ে সাহায্য প্রার্থীদের, মানসিক সহায়তা করতে পারে ও তথ্যপ্রদান করতে পারে।

সঠিকভাবে শিক্ষিত সহায়ক ও সেচ্ছাসেবকরা এই হেল্প-লাইন ২৪ ঘন্টা, সারা সপ্তাহ কাজ করেন এবং এদের প্রত্যেকেই মহিলা। সব ফোনের কথাই বিশেষভাবে গোপন রাখা হয় এবং দেশের যে কোন অংশ থেকেই বিনা খরচায় ফোন করা যায়। হেল্প-লাইনের কর্মী আপনার সাথে আপনার সম্ভব্য উপায়গুলি নিয়ে অলোচনা করবে, এবং আপনাকে সব বিষয়ে জেনে সিদ্ধান্ত নিতে সাহায্য করবে। আপনি সম্পূর্ণ ভাবে প্রস্তুত হাওয়ার আগে তারা আপনাকে কোন সিদ্ধান্ত নিতে বলবে না, অথবা এমন কোন সিদ্ধান্ত নিতে বাধ্য করবে না, যা আপনার মনেরমতো নয়।

আরো একটি ন্যাশানাল হেল্প-লাইন আছে বিশেষভাবে সমকামী স্ত্রী বা পুরুষ, উভলিঙ্গ ও লিঙ্গ পরিবর্তনকারীদের সাহায্য করার জন্য : **ব্রোকেন রেইনবো হেল্প-লাইনে** (Broken Rainbow Helpline) ফোন করুন সকাল ৯:০০ থেকে দুপুর ১:০০ পর্যন্ত, এবং দুপুর ২:০০ থেকে ৫:০০ পর্যন্ত, সোমবার থেকে শুক্রবার এই নম্বরে : **0845 260 4460; মিনিকম : 0207 231 3884**

সুরক্ষার পরিকল্পনা

ব্যক্তিগত সুরক্ষার পরিকল্পনা হল নিজেকে এবং আপনার সন্তানদের রক্ষা করার একটি পথ। এটি আপনাকে ভবিষ্যতের উৎপীড়ন ও অত্যাচার থেকে বাঁচতে আগাম পরিকল্পনা করতে সাহায্য করবে। আপনি আপনার পার্টনারের উৎপীড়ন ও অত্যাচার বন্ধ করতে পারবেন না : শুধু তারা নিজেরাই তা বন্ধ করতে পারেন। কিন্তু আপনার নিজের ও সন্তানদের সুরক্ষা বৃদ্ধি করতে আপনি কিছু ব্যবস্থা নিতে পারেন।

- আপনার সঙ্গে **গুরুত্বপূর্ণ ও জরুরী টালিফোন নম্বর** গুলো রাখুন - যেমন আপনার স্থানীয় উইমেন্স এইড রিফিউজ ওরগানাইজেশন বা অন্য কোন সাংসারিক অত্যাচারের বিরুদ্ধে সাহায্যকারী পরিষেবা; পুলিশের সাংসারিক অত্যাচারের বিরুদ্ধে সাহায্যকারী ইউনিট (police domestic violence unit); আপনার জি. পি. (GP); আপনার সমাজসেবক, যদি তেমন কেউ থাকেন; আপনার সন্তানদের স্কুল; আপনার উকিল; এবং উইমেন্স এইড্ ও রিফিউজের মধ্যে পার্টনারশিপে চালানো ফ্রী-ফোন ২৪ ঘন্টা ন্যাশনাল ডোমেষ্টিক ভায়ল্যান্স হেল্প লাইন : 0808 2000 247.

- আপনার **সন্তানদের শেখান জরুরী অবস্থায় 999** এ ফোন করতে হয় কিভাবে এবং কি কি বলতে হবে : যেমন তাদের পুরো নাম, ঠিকানা ও টেলিফোন নম্বর।
- আপনার কোন নির্ভর করার মতো **প্রতিবেশী** আছে কি যাদের কাছে আপনি **জরুরী অবস্থায় যেতে পারেন**? যদি থাকে, তাহালে তাদের জানাবেন কি কি ঘটছে, এবং বলবেন কোন হিংস্র অত্যাচারের আভাস পেলে তারা যেন পুলিশ ডাকেন।
- **পালানোর পরিকল্পনার** মহড়া দিন, যাতে জরুরী অবস্থাতে আপনি ও আপনার সন্তানেরা নিরাপদে পালাতে পারেন।
- নিজের ও সন্তানদের জন্য একটি **জরুরী অবস্থার ব্যাগ** গুছিয়ে রাখুন, এবং সেটা কোন সুরক্ষিত জায়গায় লুকিয়ে রাখুন, যেমন আপনার প্রতিবেশীর বা বন্ধুর বাড়ী।
- নিজের সাথে সব সময় অল্প কিছু **অর্থ** রাখার চেষ্টা করুন - বাস ভাড়া ও টেলিফোন করার জন্য খুচরো অর্থও রাখবেন।
- সব থেকে নিকটবর্তী **টেলিফোন** কোথায় জেনে রাখুন - এবং আপনার মোবাইল ফোন থাকলে, তা সঙ্গে রাখার চেষ্টা করুন।
- আপনার **যদি সন্দেহ হয়** যে আপনার পার্টনার আক্রমণ করতে পারে, তাহলে চেষ্টা করুন বাড়ীর সব থেকে **কম বিপদের সম্ভাবনা** যে জায়গায়, সেখানে যেতে - যেমন যে জায়গা থেকে বেরিয়ে যাওয়ার বা টেলিফোন করবার সুযোগ আছে।
- জরুরী অবস্থায় **বাড়ী ছেড়ে চলে যাওয়ার** জন্য প্রস্তুত থাকুন।

ছেড়ে যাওয়ার প্রস্তুতি

যদি আপনি আপনার পার্টনারকে ছেড়ে যাওয়ার সিদ্ধান্ত নিয়ে থাকেন, তা হলে সেই পরিকল্পনা সাবধানে করবার চেষ্টা করুন। কখনো কখনো অত্যাচারী যদি সন্দেহ করে আপনি তাকে ছেড়ে যাওয়ার পরিকল্পনা করছেন, সে তার অত্যাচারের মাত্রা বাড়িয়ে দিতে পারে, তাই সেই সময় বিশেষ ভাবে বিপদজ্জনক হয়ে উঠতে পারে।

ছেড়ে আসার জন্য এমন সময় ঠিক করুন, যে সময় আপনি জানেন আপনার পার্টনার আশে-পাশে থাকবে না। আপনার যা যা লাগতে পারে সমস্ত নিয়ে যাওয়ার চেষ্টা করুন - যেমন আপনার ও আপনার সন্তানদের সম্পর্কিত সমস্ত জরুরী কাগজপত্র - যেহেতু আপনি পরবর্তীকালে ফিরে আসার সুযোগ নাও পেতে পারেন। আপনার সন্তানদের সঙ্গে নিন - নাহলে ভবিষ্যতে তাদের আপনার কাছে রাখা কঠিন বা অসম্ভব হয়ে উঠতে পারে। যদি তারা স্কুলে পড়ে, তাহলে নিশ্চিত করুন যে তাদের শিক্ষকেরা পরিস্থিতি সম্বন্ধে জানেন, এবং কে ভবিষ্যতে শিশুদের বাড়ি নিয়ে যাবে তাও জানেন। (নিচে দেখুন : ***বিচ্ছিন্ন হওয়ার পরে কিভাবে নিজেকে রক্ষা করবেন)***

ছেড়ে যাওয়ার কথা ভাবা থেকে ছেড়ে যাওয়ার সিদ্ধান্ত নেওয়া - একটি দীর্ঘ প্রক্রিয়া হতে পারে। পরিকল্পনা করার অর্থ এই নয় যে খুব শীঘ্র সেটাকে কাজে লাগাতে হবে - অথবা আদৌ কোন দিন কাজে লাগাতে হবে। কিন্তু এই বিষয়ে ভেবে রাখা, এবং প্রয়োজনে এর সাথে যুক্ত অসুবিধাগুলিকে কাটিয়ে উঠবেন কি ভাবে, তা জেনে রাখা আপনাকে সাহায্য করতে পারে।

যদি সম্ভব হয় তাহলে কিছু টাকা প্রতি সপ্তাহে সরিয়ে রাখার চেষ্টা করুন, বা একটি আলাদা ব্যাঙ্ক একাউন্ট খুলে নেওয়ার চেষ্টা করুন।

আপনার পার্টনার কে ছেড়ে যাওয়ার পরিকল্পনা করলে কি কি গুছিয়ে রাখবেন

আদর্শভাবে, গৃহত্যাগ করলে নিম্নলিখিত জিনিষগুলি আপনার সঙ্গে নেওয়া দরকার :

- আপনার পরিচয়পত্র।
- আপনার ও আপনার সন্তানদের জন্মের প্রমাণপত্র বা বার্থ সার্টিফিকেট (Birth certificates) ।
- পাসপোর্ট (আপনার সব সন্তানদের পাসপোর্ট শুদ্ধু), ভিসা (visas) এবং ওয়ার্ক পারমিট (work permits) ।
- টাকা, ব্যাঙ্কের বই, চেক বই, ক্রেডিট ও ডেবিট কার্ড।
- বাড়ী, গাড়ী এবং কর্মক্ষেত্রের চাবী।
- চাইল্ড বেনিফিট (Child Benefit) ও অন্যান্য ওয়েলফেয়ার বেনিফিটের (welfare benefits) কার্ড।
- ড্রাইভিং লাইসেন্স ও গাড়ী রেজিস্ট্রেশনের কাগজপত্র।
- ওষুধপত্র।
- আপনার বাড়ীর টেনিউরের (tenure/ভোগদখলের দলিল) কাগজপত্রের কপি।
- বিমা বা ইন্স্যুরেন্সের কাগজপত্র, যেমন ন্যাশনাল ইন্স্যুরেন্স নাম্বার।
- ঠিকানার বই।
- পরিবারের ছবি, ডায়রি, গয়না।

- আপনার ও আপনার সন্তানদের জন্য জামাকাপড় ও প্রসাধন সামগ্রী।
- আপনার সন্তানদের সবচেয়ে প্রিয় কোন ছোট খেলনা ।

অত্যাচার সংক্রান্ত সমস্ত কাগজপত্র আপনার সঙ্গে নেওয়া উচিৎ - যেমন পুলিশ রিপোর্ট, কোর্ট অর্ডার, এবং মেডিকাল রিপোর্টের কপি, যদি তা আপনার সঙ্গে থাকে।

বিচ্ছিন্ন হওয়ার পরে কিভাবে নিজেকে রক্ষা করবেন

আপনাকে সিদ্ধান্ত নিতে হবে আপনি সাংসারিক অত্যাচারের শিকার - সেকথা লোকজনকে জানাবেন কিনা; তবে আপনি বেশি সুরক্ষিত হতে পারেন, যদি আপনি আপনার বন্ধু, পরিবার, আপনার সন্তানদের স্কুল, এবং আপনার কাজের জায়গায় নিয়োগকর্তাদের যা হচ্ছে তা জানান, যাতে তারা না জেনে কোন জরুরী তথ্য আপনার নিপীড়ণকারীকে না দিয়ে ফেলেন, এবং জরুরী অবস্থায় আপনাকে বেশী করে সাহায্য করতে পারেন।

আপনি গৃহত্যাগ করেও যদি একই অঞ্চলে বসবাস করেন, তা হলে এই ভাবে নিজের সুরক্ষা বৃদ্ধি করতে পারেন :

- নিজেকে আলাদা করে রাখবেন না, বা নিজেকে কোন বিপদজ্জনক অবস্থায় নিয়ে যাবেন না।
- আপনি আগে যে সব জায়গায় যেতেন সেগুলি এড়িয়ে চলতে চেষ্টা করুন।
- আপনার দৈনন্দিন কাজের ধারা যতোটা সম্ভব পরিবর্তন করুন।
- আপনার যে নিয়মিত সাক্ষাৎকারগুলির খবর নিপীড়ণকারী জানেন, সেগুলি বদলে ফেলার চেষ্টা করুন।
- যে সব জায়গায় যাওয়া আপনি এড়াতে পারছেন না, সে সব জায়গায় যাওয়ার আসার জন্য অন্য সুরক্ষিত রাস্তা ব্যবহার করুন।
- আপনার সন্তানদের স্কুল, নার্সারী বা চাইল্ড মাইন্ডাকে কি হচ্ছে জানিয়ে রাখুন, এবং বলে রাখুন শিশুদের কে বাড়ী নিয়ে যাবে।
- আপনার কর্মক্ষেত্রে নিয়োগকর্তাকে সব জানানোর চিন্তা করুন - বিশেষ করে যদি আপনার পার্টনারের সেখানে আপনাকে যোগাযোগ করার সম্ভাবনা থাকে।

যদি আপনি আপনার পূর্ব বসবাসের জায়গা ছেড়ে চলে গিয়ে থাকেন, এবং আপনার নিপীড়ণকারী আপনার নতুন ঠিকানা জানাতে না চান, তাহলে সেই সব কিছুতে আপনাকে বিশেষ সতর্কতা অবলম্বন করতে হবে, যা আপনার ঠিকানা জানিয়ে দিতে পারে, যেমন :

- আপনার মোবাইল ফোন ট্র্যাক করা যেতে পারে। যদি আপনার মনে হয় সেটা করা সম্ভব, তাহলে আপনি ফোন কম্পানীর লোকজনের সাথে যোগাযোগ করুন, বা ফোন বদল করে ফেলুন।
- আপনার নিপীড়ণকারীর সাথে যুক্ত সব ক্রেডিট বা ডেবিট কার্ড, অথবা জয়েন্ট একাউন্ট ব্যবহার না করার চেষ্টা করুন, কারণ সেগুলির স্টেটমেন্টে আপনি কোথায় কি ব্যবহার করছেন, তার বিবৃতি থাকবে।
- আদালতের কোন কাগজে আপনার ঠিকানা যেন না থাকে তা নিশ্চিত করুন।

- যদি আপনার নিপীড়ণকারীকে ফোন করার প্রয়োজন হয় (বা এমন কাউকে যার সাথে নিপীড়ণকারীর যোগাযোগ আছে) তাহলে ফোন করার আগে 141 ডায়াল করে নিশ্চিত করুন আপনার ফোন নম্বর অনুসরণ করা সম্ভব নয়।
- আপনার সন্তানদের বলুন আপনার ঠিকানা ও অবস্থান গোপন রাখতে।

আপনার পার্টনার বাড়ী ছেড়ে যাওয়ার পরে, আপনি কোন অকুপেশন অর্ডার বা প্রটেকশন অর্ডার নিয়ে যদি বাড়ীতে থাকেন, বা বাড়ীতে ফিরে এসে থাকেন, তাহলে স্থানীয় পুলিশ এই বিষয় জানে কিনা, এবং জরুরী অবস্থায় দ্রুত পদক্ষেপ নেবে কিনা, তা নিশ্চিত করুন (***কিভাবে ইনজাংশন পাবেন*** - পড়ে দেখুন)। কিছু অঞ্চলে বিশেষ ব্যবস্থা থাকে - যেমন স্যাংচুয়ারী স্কিম (Sanctuary schemes) - যা পুলিশের দ্রুত পদক্ষেপ নেওয়া, অথবা উপদেশ দেওয়া এবং আপনার বাড়িকে অতিরিক্ত সুরক্ষা ব্যবস্থা দেওয়া নিশ্চিত করে।

আপনি নিম্নলিখিত বিষয়গুলি বিবেচনা করতে পারেন :

- সমস্ত **দরজার তালা** বদলানো;
- সমস্ত **জানলাতে তালা** লাগানো;
- বাড়ির প্রত্যেক ফ্লোরে **স্মোক ডিটাকটর** (smoke detectors) লাগানো এবং ফায়ার এক্সটিংগুইশার (fire extinguishers) রাখা;
- বাড়ির **বাইরে এমন আলো** লাগানো যেগুলো কেউ বাড়ির কাছা-কাছি এলে নিজের থেকে জ্বলে উঠবে;
- আপনার **প্রতিবেশীদের জানিয়ে রাখা** যে আপনার পার্টনার আর এই বাড়িতে থাকে না এবং তাকে বাড়ির আশে পাশে দেখতে পেলে যেন আপনাকে জানান বা পুলিশকে ফোন করেন;
- **টেলিফোন নম্বর বদল** করা এবং তা ডিরেকটরী থেকে সরিয়ে রাখা;
- টেলিফোন বেছে ধরার জন্য আনসারিং মেশিন (answering machine) ব্যবহার করা;
- সমস্ত **কোর্টের অর্ডারের কপি** রাখা;

যদি আপনার প্রাক্তণ পার্টনার বিরক্ত করা, হুমকি দেওয়া এবং অত্যাচার করা চালিয়ে যায়, সব ঘটনার বিস্তৃত বিবরণ রেখে দেবেন। যেমন প্রতি ঘটনার তারিখ ও সময়, সে ঠিক কি বলেছে বা করেছে, এবং সম্ভব হলে শারীরিক আঘাতের বা সম্পত্তির ক্ষয়ক্ষতির ছবি তুলে রাখুন। যদি আপনি আহত হয়ে থাকেন, তাহলে ডাক্তারের কাছে যান এবং ডাক্তারকে বলুন আপনার আসার লিখিত প্রমাণ রাখতে। যদি আপনার কাছে গ্রেফতারের ক্ষমতা শুদ্ধু ইনজাংশন থাকে, বা কোন রিস্ট্রেনিং অর্ডার (restraining order) থাকে, পুলিশকে বলুন তা প্রয়োগ করতে; আর আপনার প্রাক্তণ পার্টনার যদি কোন কোর্ট অর্ডার অমান্য করে থাকে, আপনি আপনার উকিলকে তা জানানো উচিত। আইনগত উপায় সম্বন্ধে আরো জানতে ***কিভাবে ইনজাংশন পাবেন*** এবং ***পুলিশ ও প্রসিকিউশনের পদ্ধতি*** অংশগুলি পড়ে দেখুন।

যে কোন জরুরি অবস্থাতে পুলিশকে 999 নম্বরে ফোন করুন।

উইমেন্স এইড্ আমার জন্য কি করতে পারে?

উইমেন্স এইড্ হল একটি জাতীয় চ্যারিটি (charity), যা সাংসারিক অত্যাচারের বিরুদ্ধে কাজ করে। এরা সারা ইংল্যান্ড জুড়ে ৩৭০ এর বেশী স্থানীয় সংস্থাকে সাহায্য করে, ও তাদের মধ্যে সমন্বয় ঘটায়। স্থানীয় উইমেন্স এইড্ যে সব বিষয়ে সাহায্য করে থাকে সেগুলি হল :

- **রেফিউজ বাসস্থান (**Refuge accommodation**) :** ***রেফিউজ কাকে বলে এবং আমি কি করে সেখানে থাকতে পারি?*** অংশটি দেখুন।
- **আউটরিচ সার্ভিস (**Outreach services**) :** সংখ্যালঘু সম্প্রদায়ের মহিলাদের জন্য অনেক অঞ্চলেই তথ্য সরবরাহের ব্যবস্থা এবং বিশেষজ্ঞ আউটরিচ সার্ভিস রয়েছে।
- **ফ্লোটিং সাপোর্ট (**Floating support**):** যে সমস্থ মহিলারা তাদের নিজের বাড়িতে থাকতে চান, অথবা কোন ক্ষণস্থায়ী বা জরুরী অবস্থায় আছেন, তাদের জন্য সাহায্য ও আশ্রয়ের ব্যবস্থা।
- **আফটার কেয়ার ও রি-সেটেলমেন্ট (**Aftercare and resettlement**) :** যে সব মহিলা ও শিশুরা সম্প্রতি রেফিউজ বাসস্থান ছেড়ে এসেছেন তাদের জন্য চলতে থাকা সাহায্য।
- **সাপোর্ট গ্রুপ (**Support groups**)** সেই মহিলাদের জন্য যারা সাংসারিক অত্যাচারের শিকার হয়েছেন।
- **শিশুদের** জন্য সক্রিয়তা ও সহায়ক ব্যবস্থা ।
- **ইনডিপেনডেন্ট এডভোকেসি সার্ভিস** (Independent advocacy services) বা নিরপেক্ষ আইনত সাহায্য, যার মাধ্যমে গৃহে অত্যাচারীতদের তথ্য সরবরাহ করা হয় এবং তারা কোর্টে গেলে তাদের সাহায্য করা হয়।
- উইমেন্স এইড্ ও রিফিউজের মধ্যে পার্টনারশিপে চালানো **ফ্রী-ফোন ২৪ ঘন্টা ন্যাশনাল ডোমেষ্টিক ভায়ল্যান্স হেল্প-লাইন : 0808 2000 247**.

আমি কোথায় যেতে পারি?

সাংসারিক অত্যাচারের জন্য যদি আপনাকে গৃহত্যাগ করতে হয়, বা আপনার প্রাক্তন পার্টনার যদি আপনাকে হুমকি দেয় ও ভয় দেখায়, তাহলে আপনি রেফিউজ বাসস্থানে যাওয়ার সিদ্ধান্ত নিতে পারেন। ***(রেফিউজ কাকে বলে?*** অংশটি দেখুন); অথবা আপনি স্বল্পকালের জন্য আপনার পরিবার বা বন্ধুদের সাথে থাকতে পারেন; অথবা কোন জরুরী অবস্থার বাসস্থানে যেতে পারেন।

পরিবার বা বন্ধুদের সাথে থাকা আপনার প্রথম পছন্দ হতে পারে। কিন্তু আপনার নিপীড়ণকারী সে ক্ষেত্রে আন্দাজ করতে পারে আপনি কোথায় আছেন, এবং ফিরে আসার জন্য আপনার উপর চাপ সৃষ্টি করতে পারে। উপরন্তু আপনার পরিবার বা বন্ধুরা আপনাকে বেশীদিন আশ্রয় দিতে নাও চাইতে পারে, বা পুরো ঘটনার জন্য আপনাকে দায়বদ্ধ করতে পারে বা আপনাকে বাড়ি ফিরে যাওয়ার জন্য উৎসাহ দিতে পারে।

জরুরী অবস্থার বাসস্থান

আপনি যদি অত্যাচারের ও উৎপীড়নের জন্য বাড়ি ছেড়ে বেরিয়ে আসতে বাধ্য হন, তা হলে আপনাকে গৃহহীন বলে গণ্য করা হবে। যদি আপনি এই রকম অত্যাচারের ও উৎপীড়নের জন্য গৃহহীন হন, তাহলে আপনার স্থানীয় প্রশাসনের (কাউন্সিল) গৃহ দপ্তরের আইনগত দায়িত্ব আপনাকে থাকার মতো

জায়গা খুঁজে পেতে উপদেশ দেওয়া - এবং আপনাকে সাময়িক ভাবে থাকার জায়গা দেওয়া। তারা আপনাকে পাকাপাকি ভাবে থাকার জায়গাও দিতে পারেন অবশেষে।

এরপরে কি করবেন ভাবার সময় আপনি জরুরী অবস্থার বাসস্থানের জন্য আবেদন করতে পারেন; সাময়িকভাবে গৃহত্যাগ করলে সেই গৃহে আপনার ফেরত যাওয়ার অধীকার কোন ভাবেই ক্ষুন্ন হবে না, অথবা আপনার সেই বাড়ির ভাড়াটে হিসাবে অধিকার, বা বাড়ির মালিক হিসাবে অধিকার কোন ভাবে প্রভাবিত হবে না। আপনি আপনাদের বাড়ি কাউন্সিলের কাছ থেকে, কোন ব্যক্তিগত বাড়িওয়ালার থেকে, বা কোন হাউজিং এসোসিয়েশনের থেকে ভাড়া নিয়ে থাকুন, বা আপনার নিজের বাড়ি থাকুক, সব ক্ষেত্রেই জরুরী অবস্থার বাসস্থানে জায়গা পাওয়ায় আপনার সমান অধীকার থাকবে।

আপনার সামনে কি কি রাস্তা আছে তা খতিয়ে দেখতে, কাউন্সিল আপনাকে সাক্ষাৎকারের জন্য নির্দষ্ট সময় দিতে পারে। এই সাক্ষাৎকার কিন্তু গৃহহারা হিসাবে আবেদনপত্র দাখিল করার সাক্ষাৎকারের উপরন্তু, তার পরিবর্তে নয়। আপনি আপনার গৃহে সুরক্ষিত ভাবে বসবাস করার বিষয়ে বিন্দুমাত্র চিন্তিত থাকলে, আপনাকে সেই গৃহে থাকতে কেউ চাপ দিতে পারে না। জরুরী অবস্থার বাসস্থান সাধারণত বেড্ এন্ড ব্রেকফাস্ট (Bed and Breakfast) বাসস্থান, বা কোন হোস্টেল বা রেফিউজ হয়ে থাকে।

আমার আবেদনপত্র কি ভাবে দেখা হবে?

বিভিন্ন স্থানীয় অধিকর্তা এই বিষয়টি বিভিন্ন ভাবে দেখতে পারেন। সম্ভবতঃ কোন হোমলেসনেস অফিসার (Homelessness Officer) আপনার একটা সাক্ষাৎকার নেবেন। আপনি তাদের যা যা বলবেন তা সম্পূর্ণ গুপ্ত রাখা হবে। আপনি সেই সাক্ষাৎকারের সময় সঙ্গে কাউকে নিয়ে গেলে সুবিধা বোধ করতে পারেন - যেমন কোন বন্ধু বা উইমেন্স এইড্ এর কোন প্রতিনিধি।

আপনি অফিসারকে জানান সাংসারিক অত্যাচারের জন্য আপনি গৃহ ফিরতে পারছেন না। আপনাকে বলা হতে পারে সেই অত্যাচারের প্রমাণ দেখাতে ; যদি প্রমাণ আপনার কাছে নাও থাকে তাহলেও কাউন্সিল আপনাকে বাসস্থান দিতে বাধ্য, যতদিন তারা এই বিষয়ে নিজেদের অনুসন্ধান চালাবে। তারা যদি আপনার সব কথা মিলিয়ে দেখতে চায়, আপনি এমন কারোর কাছে তাদের পাঠান যারা সব ঘটনার সঠিক বিবরণ দিতে পারবেন - যেমন আপনার উকিল, কোন বন্ধু, বা আপনার স্বাস্থ্য পরিদর্শক (হেলথ্ ভিজিটর / health visitor), বা সমাজসেবার কর্মী।

আপনাকে একটা ইনজাংশন (কোর্ট অর্ডার) নিতে বলা হতে পারে যা আপনার নিপীড়ণকারীকে আপনার থেকে দূরে রাখবে, বা তাকে আপনাদের বাড়ি থেকে বিতাড়িত করবে, যাতে আপনি বাড়ি ফিরে আসতে পারেন। কিন্তু আপনি না চাইলে এইসব কিছু আপনাকে করতে হবে না, এবং যতদিন আপনি উকিলের কাছে আইনগত উপদেশ নেবেন, ততোদিন কাউন্সিল থেকে আপনাকে সাময়িকভাবে থাকার জায়গা দেবে। (*কিভাবে ইনজাংশন পাবেন* অংশটি দেখুন)

আপনি একবার গৃহহারা হওয়ার দরখাস্ত জমা দিলে স্থানীয় প্রশাসনের আইনগত দায়িত্ব যতদিন তারা অনুসন্ধান চালাবে ততোদিন আপনাকে সাময়িকভাবে থাকার জায়গা দেওয়া।

যদি স্থানীয় প্রশাসন আমাকে সাহায্য না করে তা হলে আমি কি করতে পারি?

যদি একটা সাময়িক বাসস্থান পেতে আপনার কোন রকম অসুবিধা হয়, তা হলে আপনি ফ্রী-ফোন ২৪ ঘন্টা ন্যাশেনাল ডোমেষ্টিক ভায়ল্যান্স হেল্প-লাইন সার্ভিসে ফোন করতে পারেন, আপনার স্থানীয় রেফিউজ সংস্থাকে, হাউজিং এডভাইস সেন্টারকে (Housing Advice Centre), সিটিজেন্স এ্যাডভাইস ব্যুরোকে

(Citizens Advice Bureau) ল সেন্টার (Law Centre), শেল্টারকে (Shelter) বা কোন উকিলকেও যোগাযোগ করতে পারেন।

অন্যান্য উপায়

যদি কোন ইনজাংশন পান যেমন কোন অকুপেশন অর্ডার (যা আপনার পার্টনারকে বাড়ি থেকে দূরে রাখবে আর আপনাকে অধীকার দেবে সেখানে থাকার) এবং / অথবা একটা নন্ মলেষ্টেশন অর্ডার পান যা আপনাকে সুরক্ষিত রাখবে, তাহলে আপনি সিদ্ধান্ত নিতে পারেন আপনার ফেরা সুরক্ষিত। বিস্তারিত জানার জন্য ***কিভাবে ইনজাংশন পাবেন*** অংশটি দেখুন। এটা আপনার জানা জরুরী যে আপনি ইনজাংশন পান আর নাই পান, আপনি সুরক্ষিত বোধ না করলে ওই বাড়িতে **থাকতে বাধ্য নন** ।

রেফিউজ কাকে বলে এবং আমি কি কিভাবে সেখানে থাকতে পাবো?

রেফিউজ কাকে বলে?

রেফিউজ হল একটি সুরক্ষিত বাড়ি যেখানে গৃহে উৎপীড়িত মহিলা ও শিশুরা অত্যাচার মুক্ত হয়ে থাকতে পারেন। আপনাকে আপনার ও আপনার সন্তানদের থাকার জন্য একটি ঘর দেওয়া হবে। বাড়ির অন্যান্য অংশ আরো বসবাসকারীদের সাথে ভাগাভাগি করে ব্যবহার করতে হবে। রেফিউজ এর ঠিকানা গুপ্ত রাখা হয়। আপনাকে একটি **লাইসেন্স এগ্রিমেন্টে** (license agreement) সই করতে বলা হবে, যেখানে আপনার সেই রেফিউজে থাকার সব রকম শর্ত লেখা থাকবে, যেমন আপনি কতদিন সেখানে থাকতে পারেন, এবং সেই সব নিয়ম, যা আপনার ও রেফিউজের অন্যান্যদের সুরক্ষার্থে মেনে চলতে হবে।

ইংল্যান্ড, স্কটল্যান্ড, ওয়েলস ও নর্দান আয়ারল্যান্ডের জন্য ৫০০ টির বেশী রেফিউজ এবং সাহায্যকারী সার্ভিস আছে। কিছু কিছু রেফিউজ কোন বিশেষ সম্প্রদায়ের বা সাংস্কৃতিক পরিবেশের মহিলাদের জন্য তৈরী হয়েছে - যেমন কৃষ্ণবর্ণ, এশিয়ান, বা দক্ষিণ আমেরিকার মহিলাদের জন্য - এবং বহু রেফিউজে বিকলাঙ্গদের প্রবেশপথ / ডিসেবল্ড একসেস রয়েছে, এবং সেখানে বিশেষ ধরনের সাহায্য প্রয়োজন, এমন মহিলা বা শিশুদের সাহায্য করতে কর্মচারী ও সেচ্ছাসেবকরা থাকেন।

আমি কি ভাবে রেফিউজ বাসস্থানে থাকার ব্যবস্থা করতে পারি?

উইমেন্স এইড্ ও রিফিউজের মধ্যে পার্টনারশিপে চালানো ফ্রী-ফোন ২৪ ঘন্টা ন্যাশনাল ডোমেষ্টিক ভায়ল্যান্স হেল্প লাইন আপনাকে একটি রেফিউজ বাসস্থান খুঁজে দিতে পারে। অনেক রেফিউজ সংস্থা জনসাধারণের যোগাযোগের জন্য টেলিফোন নম্বরও থাকে, যে টেলিফোন নম্বরের বই থেকে পাওয়া যেতে পারে। আপনি পুলিশ, দ্যা সামারিটানস্ (Samaritans), সোসাল সার্ভিসেস (Social Services), বা দ্যা সিটিজেনস এডভাইস ব্যুরোর (The Citizens Advice Bureau) মাধ্যমেও রেফিউজ সংস্থার সাথে যোগাযোগ করতে পারেন।

আপনি যে দিন যোগাযোগ করবেন সে দিনই আপনার কোন রেফিউজে জায়গা পাওয়া উচিত। সাধারণতঃ আগে থেকে বাসস্থান বুক করে রাখা যায় না, অথবা সব সময় পছন্দের অঞ্চলে রেফিউজের জায়গাও পাওয়া যায় না।

আপনি যদি সিদ্ধান্ত নেন হেল্প-লাইন আপনার হয়ে রেফিউজের জায়গা ঠিক করে দেবে, তাহলে তারা আপনাকে আপনার প্রথম নাম ও আপনার সন্তানদের বয়স জিজ্ঞাসা করবে। আপনাকে একটি টেলিফোন নম্বর ও দিতে হবে, যেখানে কোন বাসস্থান ঠিক হলে আপনাকে সুরক্ষিত ভাবে যোগযোগ করা যাবে।

রেফিউজ বাসস্থান পাওয়া গেলে, আপনাকে ওই সংস্থা থেকে কেউ ফোন করে জানাবে কিভাবে সেখানে যেতে হবে। তারা যদি আপনাকে রেফিউজের ঠিকানা ও অবস্থান জানান, তাহলে সেই তথ্য আপনার নিজের কাছেই রাখা খুবই করুরী।

রেফিউজে আমার সাথে কি কি নিয়ে যেতে পারি?

যদি সম্ভব হয় আপনার তাৎক্ষনিক প্রয়োজনের সমস্ত জিনিষপত্র আপনার সঙ্গে নেবেন : নির্দেশ তালিকার জন্য ***সুরক্ষা পরিকল্পনা*** অংশটি দেখুন।

রেফিউজে আমার সাথে কি কি না নেওয়া উচিত ?

অধিকাংশ রেফিউজে কোন বড় জিনিষ রাখার জায়গা থাকে না, তাই আপনি আপনার সাথে আসবাবপত্রের মতো কোন বড় জিনিষ নিয়ে যেতে পারবেন না, বা সাধারণতঃ পোষা পশু-পাখিও নিয়ে যেতে পারবেন না।

আমি কতো দিন রেফিউজে থাকতে পারি?

সাধারণতঃ, আপনার যতো দিন প্রয়োজন আপনি রেফিউজে থাকতে পারেন - সেটা কয়েক দিন থেকে কয়েক মাস পর্যন্ত হতে পারে - যদিও কিছু কিছু রেফিউজে থাকার দীর্ঘতম সময় নির্দিষ্ট করা থাকে। অনেক মহিলারাই রেফিউজে থাকেন অত্যাচারের থেকে সাময়িক নিষ্কৃতি পেতে, এবং বিপদের থেকে দূরে বসে ভবিষ্যৎ নিয়ে ভাবতে । অনেক সময়ই মহিলারা তাদের পার্টনারের কাছে ফিরে যাওয়ার সিদ্ধান্ত নিয়ে থাকেন।
আপনি যতোদিনই থাকার সিদ্ধান্ত নিন না কেন, সেখানে নিজের ইচ্ছা মতো সামাজিক মেলামেশা করতে পারবেন, বা চুপচাপ নিজের মতো থাকতে পারবেন। এবং সব সময় আপনি চাইলেই সাহায্য ও উপদেশ পাবেন।

আপনি রেফিউজে থাকুন বা না থাকুন, রেফিউজ সংস্থাকে সব সময় তথ্য, বন্ধুত্ব, ও সাহায্যের জন্য ব্যবহার করতে পারবেন। অরো বিস্তারিত জানতে ***উইমেন্স এইড্ আমার জন্য কি করতে পারে?*** এবং ***আমি কোথায় যেতে পারি?*** অংশ গুলি দেখুন।

আরো তথ্য সামগ্রী

অপনি উইমেন্স এইড্ নেটওয়ার্ক এবং এ-টু-জেড. ওফ্ রেফিউজেস (A-Z of Refuges) দেখতে পারেন এখানে : http://www.womensaid.org.uk/network/index.htm

অথবা উইমেন্স এইড্ ও রিফিউজের মধ্যে পার্টনারশিপে চালানো **ফ্রী-ফোন ২৪ ঘন্টা ন্যাশনাল ডোমেষ্টিক ভায়ল্যান্স হেল্প লাইনে** ফোন করুন এই নম্বরে : **0808 2000 247**

সাংসারিক অত্যাচার ও সন্তান সন্ততি

আমার সন্তানেরা কি ভাবে এই উৎপীড়নের দ্বারা প্রভাবিত হতে পারে?

আপনার যদি সন্তান থাকে, আপনি সম্ভবতঃ তাদের যতটা সম্ভব গৃহ উৎপীড়নের থেকে দুরে রাখার চেষ্টা করেছেন। আপনি হয়তো আশা করছেন তারা এই ব্যপারে কিছুই জানবে না। তবে অধিকাংশ পরিবারে দেখা গিয়েছে, যেখানে গৃহ উৎপীড়ন হচ্ছে, সন্তানেরা সে বিষয়ে জানে। কখনো একই অত্যাচারী সন্তানদের উপরেও অত্যাচার চালায়। নিচে এই অংশটি পড়ে দেখুন ***শিশু সন্তানরা যখন অত্যাচারিত হচ্ছে*** ।

সন্তানেরা অনেক ভাবেই গৃহ উৎপীড়নের সাক্ষী হয়ে থাকতে পারে। তারা উৎপীড়নের সময় একই ঘরে, বা পাশের ঘরে থাকতে পারে; তারা উৎপীড়নের শব্দ শুনে থাকতে পারে, বা উৎপীড়নের পরে আঘাতগুলি দেখে থাকতে পারে; অথবা অত্যাচারী তাদের জোর করে মৌখিক উৎপীড়নে সামিল করে থাকতে পারে। শিশুরা তাদের আশেপাশের প্রাপ্তবয়স্কদের উপর সম্পূর্ণ ভাবে নির্ভরশীল হয়, এবং তারা নিজের বাড়িতে সুরক্ষিত বোধ না করলে, সেটা তাদের খুব খারাপ ভাবে প্রভাবিত করতে পারে। গৃহ উৎপীড়নের সাক্ষী সমস্ত শিশুরা মানসিক ভাবে অত্যচারীত হচ্ছে, এবং এখন এটাকে !তাৎপর্যপূর্ণ ক্ষতি' বা !সিগনিফিকেন্ট হার্ম ' ("significant harm") আক্ষ্যা দেওয়া হচ্ছে।

বাড়িতে একজন উগ্র রাগী মানুষের সাথে বড় হলে, শিশুরা বিভিন্ন ভাবে প্রতিক্রিয়া দেখায়। বয়স, সম্প্রদায়, লিঙ্গ, সংস্কৃতি, বেড়ে ওঠার বয়স, এবং ব্যক্তিগত ব্যক্তিত্ব সেই প্রতিক্রিয়াকে প্রভাবিত করে। তবে বাইরে প্রকাশ না করলেও, বেশিরভাগ শিশুই কোন না কোন ভাবে প্রভাবিত হয়।

শিশুরা ক্রুদ্ধ, দোষী, নিরাপত্তাহীণ, একলা, ভীত, অক্ষম বা বিহ্বল বোধ করতে পারে। তারা আপনার ও আপনার অত্যাচারী - দুজনের প্রতি পরস্পর বিরোধী অনুভূতি অনুভব করতে পারে। তাদের সামাজিক সম্পর্কগুলি এবং তাদের স্কুলের পড়াশোনা বিঘ্নিত হতে পারে। শিশুরা এই ভাবেও প্রতিক্রিয়া দেখাতে পারে :

- চিন্তিত বা হতাশ হতে পারে।
- নিদ্রা সমস্যা দেখা দিতে পারে।
- দুঃস্বপ্ন দেখতে পারে বা পুরোনো ঘটনার দৃশ্য মনে পড়তে পারে।
- শারীরিক অসুবিধার কথা বলতে পারে, যেমন পেটে ব্যথা হওয়া।
- রাতে বিছানা ভিজিয়ে দেওয়া শুরু করতে পারে।
- বদ মেজাজী হয়ে উঠতে পারে।
- নিজের বয়সের তুলনায় ছোটদের মতো ব্যবহার করতে পারে।
- কাজে ফাঁকি দেওয়া শুরু করতে পারে।
- আক্রমণাত্মক হয়ে উঠতে পারে।
- নিজেকে সবার থেকে দূরে সরিয়ে নিতে পারে।
- আত্মবিশ্বসের অভাব বোধ করতে পারে।
- মদ বা মাদকদ্রব্য সেবন শুরু করতে পারে।

- অত্যাধিক মাত্রায় ওষুধ খেয়ে বা নিজেকে আহত করে, নিজের ক্ষতি করার চেষ্টা করতে পারে।
- খাওয়া দাওয়ার ব্যপারে বিশৃঙ্খলতা দেখা দিতে পারে।
- অপরাধী বোধ করতে পারে বা অত্যাচারের জন্য নিজেদের দায়ী করতে পারে।

আপনি মনে করতে পারেন যে অভিভাবক হিসেবে বিফল হওয়ার জন্য, বা সাহায্য চাইবার জন্য আপনাকে দোষারোপ করা হবে, অথবা ভাবতে পারেন আপনি অত্যাচারের কথা জানালে আপনার সন্তানদের আপনার থেকে দুরে সরিয়ে নেওয়া হতে পারে। কিন্তু আপনি আপনার ও সন্তানদের জন্য সাহায্য চাইলে দায়িত্বজ্ঞানের পরিচয় দেবেন, এবং **কোন অবস্থাতেই** অন্য কারোর অত্যাচারের জন্য আপনাকে দোষারোপ করা হবে না। আপনি - যিনি অত্যাচারী অভিভাবক নন - তাকে সাহায্য করা খুবই জরুরী, যাতে আপনি আপনার সন্তানদের সাহায্য করতে পারেন, তাদের সুরক্ষার ব্যবস্থা করতে পারেন এবং তাদের উপর হওয়া অত্যাচারের প্রভাব সম্বন্ধে কিছু করা হচ্ছে কিনা তা খেয়াল রাখতে পারেন ।

আপনার সন্তানদের কি ভাবে সাহায্য করতে পারেন

কিছু মা ও সন্তানেরা অত্যাচার হচ্ছে অস্বীকার করে তার মোকাবিলা করার চেষ্টা করেন। তবে অধিকাংশ শিশু অত্যাচার হয়েছে জানাতে পারলে ও তাদের অনুভূতির কথা বলতে পারলে নিশ্চিন্ত বোধ করে। যদিও কিছু ক্ষেত্রে তারা উৎপীড়নের পরিবেশ ছেড়ে বেরিয়ে, আবার সুরক্ষিত বোধ করার অপেক্ষা করে।

আপনার সন্তানরা সভাবতঃ আপনাকে বিশ্বাস করবে, তাই তাদের ভয় না দেখিয়ে যতোটা সম্ভব সঠিক অবস্থাটা তাদের বোঝান। বুঝিয়ে বলুন যে উৎপীড়ন খারাপ ব্যপার, এবং এর মাধ্যমে কোন সমস্যার সমাধান হবে না। তাদের উৎসাহ দিন যা হচ্ছে, বা তারা যা অনুভব করছে, তা নিয়ে লিখতে বা ছবি আঁকতে।

আপনি সন্তানদের বলতে পারেন উইমেন্স এইড্ ওয়েব-সাইটের শিশু ও অল্প বয়সীদের অংশটা দেখতে , দ্যা **হাইড আউট** (The Hideout) www.thehideout.org.uk । এখানে গৃহ উৎপীড়নের মধ্যে বড়ো হওয়া শিশুদের জন্য অনেক তথ্য, ক্রিয়াকলাপ, কুইজ এবং গল্প আছে।

আপনার শিশু সন্তানেরা যখন অত্যাচারিত হচ্ছে

গবেষণায় ধারাবাহিক ভাবে দেখা গিয়েছে, গৃহ উৎপীড়নের মধ্যে বড় হওয়া শিশুদের একটি বড় অংশ নিজেরাও একই অত্যাচারীর দ্বারা অত্যাচারিত হচ্ছে - হয় শারীরিক ভাবে বা যৌনগত ভাবে।

যে সব পুরুষ মহিলাদের উপর অত্যাচার করেন, তারা যে সব সময় শিশুদের উপরেও অত্যাচার করবেন এমন নয় - কিন্তু কিছু পুরুষ করে থাকেন। এই বিষয়ে কি ভাবে এগোবেন, তা নিয়ে উপদেশ চাইতে পারেন উইমেন্স এইড্ বা অন্যান্য গৃহ উৎপীড়নে সাহায্যকারী সংস্থার কাছে, অথবা সোশাল সার্ভিসেস বা অন্য সংস্থার কাছে, যারা বিশেষ ভাবে শিশুদের সাহায্য ও সুরক্ষিত করে। সোশাল ওয়ার্কাররা যদি আপনার সাথে কাজ করে শিশুদের সুরক্ষা নিশ্চিত করতে পারে, তাহলে তারা সন্তানদের আপনার থেকে দুরে সরিয়ে নেবে না।

আপনার সন্তান যদি আপনাকে বলে তাকে অত্যাচার করা হচ্ছে, সে বিষয়ে আপনার প্রতিক্রিয়া খুবই গুরুত্বপূর্ণ :

- মনোযোগ দিয়ে শুনুন কি হয়েছে, এবং শিশুকে তার মতো সময় নিয়ে বলতে দিন ।
- তাকে নিশ্চিত করুন যে এ বিষয়ে সে কোন ভাবে দায়ী নয় ।
- তাদের বলুন আপনাকে জানিয়ে তারা খুবই সাহসের পরিচয় দিয়েছে ।
- তাদের সম্বন্ধে আপনার উদ্বেগ ভালো করে প্রকাশ করুন ।
- নিজে শান্ত থাকার চেষ্টা করুন, এবং আপনি কতোটা আঘাত পেয়েছেন সেটা তাদের কাছে প্রকাশ করবেন না ।

যদি আপনার সন্তানের আবার অত্যাচারিত হওয়ার সম্ভাবনা থাকে - যেমন আপনারা যদি তখনো অত্যাচারীর সাথে বসবাস করেন, বা আপনার সন্তানের অত্যাচারীর সাথে নিয়মিত যোগাযোগ হয় - তাহলে সন্তানকে আরো অত্যাচারের থেকে বাঁচাতে আপনাকে অবশ্যই পদক্ষেপ নিতে হবে। আপনি আপনার স্থানীয় উইমেন্স এইড্ সংস্থার সাথে কথা বলতে চাইতে পারেন। আপনি তাদের যোগাযোগ করার নম্বর উইমেন্স এইড্ ওয়েব-সাইটে পেতে পারেন :
http://www.womensaid.org.uk/network/index.htm বা আপনি ফ্রী-ফোন ২৪ ঘন্টা ন্যাশনাল ডোমেষ্টিক ভায়লান্স হেল্প লাইনে ফোন করতে পারেন (উইমেন্স এইড্ ও রিফিউজের মধ্যে পার্টনারশিপে চালানো হয়) : **0808 2000 247**

আপনার সন্তানদের সাথে রিফিউজে যাওয়া

সুরক্ষার কারণে আপনার সন্তানদের আগে থেকে রিফিউজে যাওয়ার কথা বলা সম্ভব নাও হতে পারে। যাই হোক, সুরক্ষিত ভাবে যতো তাড়াতাড়ি সম্ভব তাদের কি ঘটছে বুঝিয়ে বলুন। আপনি যাওয়ার ঘটনাটা কম আশঙ্কাজনক করতে, তাদের বলতে পারেন আপনারা অল্প কিছু দিনের জন্য মা ও শিশুদের জন্য তৈরী, একটা বিশেষ জায়গায় যাচ্ছেন। সন্তানদের বুঝিয়ে বলুন যাওয়ার মানে এই নয় যে তারা আর তাদের বাকি পরিবারকে, বন্ধুদের, বা পোষা পশু-পাখিদের আর কোনদিন দেখতে পাবে না।

অনেক রিফিউজে শিশুদের সাহায্য করবার জন্য চিলড্রেনস সাপোর্ট ওয়ার্কার (Children's Support Workers) থাকে, যারা আপনার সন্তানদের সুরক্ষিত বোধ করতে, ও রিফিউজকে নিজের জায়গা মনে করতে সাহায্য করবে। সম্ভবতঃ সেখানে অন্য শিশুরাও থাকবে। সেখানে শিশুদের খেলার ঘর থাকবে এবং চিলড্রেন্স ওয়ার্কাররা শিশুদের জন্য নানান ক্রিয়াকলাপের ব্যবস্থা করবে।

শিশুরা রিফিউজ জীবনের একটা গুরুত্বপূর্ণ অংশ, এবং রিফিউজে থাকাটা আপনার সন্তানের জীবনে একটা ভালো অভিজ্ঞতা হতে পারে। রিফিউজের কর্মী ও সেচ্ছাসেবকরা কি ঘটছে তা শিশুদের বুঝতে সাহায্য করবে। শিশুরা নিজেদের মতো পরিস্থিতিতে আছে এমন আরো শিশুদের দেখতে পাবে, ও কথা বলার সুযোগ পাবে, এবং বুঝবে এই রকম আবস্থাতে তারা একা নয়।

আরো খবরাখবর পেতে এবং আপনার সন্তানদের জন্য সাহায্য পেতে

আপনি ও আপনার সন্তানেরা রিফিউজে থাকতে যান বা না যান, আপনি **NSPCC ন্যাশানাল চাইল্ড প্রটেকশান হেল্পলাইনে** (National Child Protection Helpline) ফোন করতে পারেন এই নম্বরে : **0808 800 5000** । NSPCC বিভিন্ন এশিয় ভাষায় আলাদা আলাদা হেল্প-লাইন রেখেছে :
বাংলা 0800 096 7714 ; গুজরাটি 0800 096 7715 ; হিন্দি 0800 096 7716 ; পাঞ্জাবি 0800 096 7717 ; উর্দূ 0800 096 7718 ।

আপনি মনে করলে আপনার হেলথ্ ভিজিটার বা অন্য স্বাস্থ্য কর্মীর সাথে কথা বলতে পারবেন। অপনি যদি অন্তঃস্বত্ত্বা হন, আপনি আপনার মিড-ওয়াইফ্ এর সাথেও কথা বলতে চাইতে পারেন।

আপনি সন্তানদের বলতে পারেন **চাইল্ড-লাইনে** (Childline) ফোন করতে **0800 1111,** বা উইমেন্স এইড্ ওয়েব-সাইটের শিশু ও অল্প বয়সীদের অংশটা দেখতে , **দ্যা হাইড আউট** (The Hideout) www.thehideout.org.uk

বিচ্ছেদের পরে সন্তানদের ব্যবস্থা করা : ফ্যামিলি কোর্টের ভূমিকা

অন্যান্য অভিভাবকদের সাথে যোগাযোগ

আপনি যদি আপনার পার্টনারের অত্যাচারে বাড়ি ছেড়ে থাকেন, সম্ভবতঃ আপনার সন্তানদের আপনার সাথে নিয়ে গিয়েছেন। যদি আপনার প্রাক্তন পার্টনার এবং আপনাদের সন্তানরা পরস্পরের সাথে দেখা করতে চায়, এবং যদি সুরক্ষিত ভাবে তার ব্যবস্থা করা যায়, তাহলে সেটা সকলের জন্যই ভালো হতে পারে। তবে বহু ক্ষত্রেই সুরক্ষা একটা বড় চিন্তা হয়ে দাঁড়ায়।

সন্তান এবং প্রাক্তন পার্টনারের মধ্যে চলতে থাকা যোগাযোগ নিয়ে ভয় পাওয়ার ন্যায্য কারণ অনেক মায়েদেরই থাকে, কিন্তু ফ্যামেলি কোর্টের পেশাদার লোকজন এই ভয়কে খুবই লঘু ভাবে দেখতে পারে, বা সম্পূর্ণ উপেক্ষা করতে পারে। যখন কোন পিতা বা মাতা সন্তানদের সাথে যোগাযোগের আবেদন করেন, তখন প্রায় সব ক্ষেত্রেই তা মঞ্জুর করা হয়ে থাকে। এই আইনের একটি মৌলিক তত্ত্ব হল সন্তানদের ভালো থাকা সব থেকে জরুরী - এবং অধিকাংশ ক্ষেত্রে পিতা মাতা উভয়ের সাথে যোগাযোগ রাখতে পারলেই সন্তানরা ভালো থাকে।

যখন কোর্ট কোন অত্যাচারী পিতার সাথে সন্তানদের যোগাযোগের অর্ডার দেয়, তখন সন্তানদের পিতার দ্বারা আবার অত্যাচারিত হওয়ার সম্ভাবনা থাকে। কিছু ক্ষেত্রে সন্তানদের মেরে ফেলাও হতে পারে। এই দেখা করার সুযোগকে অত্যাচারী ব্যবহার করতে পারে মা কোথায় আছে জানার জন্য, অথবা মাকে আক্রমণ করার জন্য।

যদি জানতে পারেন আপনার প্রাক্তন পার্টনার সন্তানদের সাথে দেখা করবার জন্য আবেদন জানাচ্ছে, তাহলে আপনার গৃহ উৎপীড়নের মামলা সম্বন্ধে অভিজ্ঞতাসম্পন্ন উকিলের সাহায্য পাওয়া খুবই জরুরী হয়ে দাঁড়ায়। তাদের আপনার জন্য একজন দোভাষীর ব্যবস্থা করে দেওয়া উচিত। আপনার স্থানীয় উইমেন্স এইড্ সংস্থা কোন উকিলকে সুপারিশ করতে পারে, বা আপনি রাইটস্ অফ্ উইমেনে (Rights of Women) যোগাযোগ করতে পারেন, যাদের একটা আইনগত উপদেশ দেওয়ার আলাদা হেল্প-লাইন আছে : **0207 251 6577** ; www.rightsofwomen.org.uk ।

যখন আপনি কোর্ট থেকে আপনার প্রাক্তন পার্টনারের আবেদনপত্র সংক্রান্ত ফর্ম পাবেন, তখন অবশ্যই গৃহে অত্যাচার বিষয়ক প্রশ্নতে টিক চিহ্ন দিয়ে ইয়েস ("yes") বলবেন। আপনার উপর হওয়া অত্যাচারের বিস্তারিত বর্ণনা দিতে অন্য কারোর সাহায্য নিন, এবং যদি যোগাযোগের ব্যবস্থা হয়, তাহলে আপনার ও আপনার সন্তানদের সুরক্ষা নিয়ে আপনার ভয়ের কথা জোর দিয়ে লিখবেন। আপনি

অত্যাচারের যতো প্রমাণ দিতে পারবেন, ততই ভালো, বিশেষ করে অত্যাচারের ঘটনার যদি কোন প্রত্যক্ষদর্শী থাকে, বা ঘটনাগুলি যদি পুলিশের কাছে, বা আপনার স্বাস্থ্যকর্মীর কাছে লিপিবদ্ধ থাকে।

আপনি যদি আপনার প্রাক্তন পার্টনারের বিরুদ্ধে শিশুদের উপর যৌন অত্যাচারের মতো কোন গুরুতর অপরাধের অভিযোগ আনেন - আপনাকে তাহলে অভিযোগ প্রমাণ করতে আরো উচ্চপর্যায়ের প্রমাণ দেখাতে হবে।

যদি পিতার সাথে দেখা করার সময় আপনার সন্তানদের আবার অত্যাচারিত হওয়ার বা অপহৃত হওয়ার মতো গুরুতর ঝুঁকি থাকে, আপনার সেই যোগাযোগ আলাদা ভাবে পর্যবেক্ষিত হওয়ার জন্য আবেদন করা উচিত। ঝুঁকি কম থাকলে দেখাশোনা কোন যোগাযোগ কেন্দ্রে করা যেতে পারে।

যদি কোর্টের শুনানীর ফলাফলে আপনি সন্তুষ্ট না হয়ে থাকেন, আপনি তার বিরুদ্ধে আবার আবেদন করতে পারেন - যদিও আপনার আবেদন খারিজ হয়ে যেতে পারে।

বাসস্থান

সন্তানেরা কোথায় ও কার সাথে থাকবে, তা নির্দিষ্ট করে ফ্যামিলি কোর্ট কোন অর্ডার দিতে পারে। যদি আপনি এই ভেবে দুশ্চিন্তায় থাকেন যে আপনার প্রাক্তন পার্টনার সন্তানদের সাথে দেখা করার ছলে তাদের অপহরণ করতে পারে, বা তাদের নিজের কাছে রেখে দিতে পারে, তাহলে আপনার পক্ষে যাওয়া একটা রেসিডেন্স অর্ডার (residence order) আপনার নিজের কাছে রাখা উচিত।

রেসিডেন্স অর্ডারের আবেদন প্রণালী যোগাযোগের জন্য আবেদন প্রণালীর মতো, এবং প্রায়শই দুই আবেদন একই সাথে বিচার করা হয়।

অপহরণের হুমকি

যদি আপনার ভয় থাকে যে আপনার প্রক্তন পার্টনার সন্তানদের আপনার কাছ থেকে সরিয়ে ফেলতে পারে, তাহলে আপনার উকিলের থেকে জরুরী উপদেশ নেওয়া উচিত - এবং অপহরণের ঝুঁকি খুব বেশী হলে পুলিশে খবর দেওয়া উচিত। আপনার প্রাক্তন পার্টনার, আপনার অনুমতি ছাড়া সন্তানদের নিয়ে গেলে, বা যোগাযোগের পরে সন্তানদের তার কাছে রেখে দিলে, আপনার কোর্টে আবেদন করতে হতে পারে, তাদের ফেরত দেওয়ার অর্ডার জারী করার জন্য। সন্তানদের আবার আপনার থেকে দূরে সরিয়ে দেওয়া বন্ধ করতে, কোর্ট একটি !প্রহিবিটেড স্টেপ্স' ("prohibited steps") অর্ডারও জারী করতে পারে।

আপনি যদি ভয় পান আপনার সন্তানদের ইউ. কে. (UK) থেকে বাইরে নিয়ে যাওয়া হতে পারে, তাহলে আপনার এই বিষয়ে বিশেষজ্ঞের উপদেশ প্রয়োজন। যদি কোন অভিভাবক শিশুকে অন্য কোন দেশে অপহরণ করে নিয়ে যান, যে দেশ অন্য আইনগত অধিকারের এলাকায় বা জুরিসডিকশনে (jurisdiction) পড়ে, তা ক্রিমিনাল অফেন্স বা ফৌজদারী অপরাধ। এই ক্ষেত্রে !দ্যা হেগ কন্‌ভেনশন্ ' (The Hague Convention) ব্যবহার করে শিশুকে ইউ. কে. (UK) তে ফেরত আনা যেতে পারে।

রিইউনাইট (Reunite) সংস্থা আন্তর্জাতিক শিশু অপহরণের বিষয়ে উপদেশ দেওয়ার জন্য সাহায্যকারী লাইন রেখেছে **0116 2556 234** www.reunite.org।

আপনার আইনগত অধিকার

আপনার বর্তমান বা প্রাক্তন পার্টনার আপনাকে আতঙ্কিত করে থাকলে, দেশের আইন অনুযায়ী আইনগত সুরক্ষা আপনার প্রাপ্য। গৃহে উৎপীড়নের ঘটনা ফৌজদারী (criminal) এবং দেওয়ানী (civil) দুই ধরনের আইনের মাধ্যমেই বিচার হয়। এই দুই ধরনের আইন সম্পূর্ণ আলাদা এবং আলাদা কোর্টে দুই রকমের মামলার বিচার হয়ে থাকে :

- আপনার **ফৌজদারী আইনে** (criminal law) অধিকার আছে। আপনার পরিচিত কেউ, বা আপনি যার সাথে থাকেন এমন কেউ আপনাকে আঘাত করলে, সেটা আপনাকে কোন আপরিচিত ব্যক্তি আঘাত করার মতোই গুরুতর অপরাধ, এবং অনেক ক্ষেত্রে আরো বেশী বিপদজ্জনক। এই রকম ক্ষেত্রে পুলিশ ক্রাউন প্রসিকিউশন সার্ভিস (Crown Prosecution Service) (CPS) এর সাথে এক যোগ হয়ে, উপযুক্ত ব্যবস্থার প্রক্রিয়া আরম্ভ করবে।

  অভিযোগের গুরুত্ব অনুযায়ী ম্যাজিস্ট্রেটস কোর্ট (magistrates' court) বা ক্রাউন কোর্টে (Crown Court) ফৌজদারী মামলার শুনানী হয়ে থাকে। ফৌজদারী আইনের প্রাথমিক লক্ষ্য অপরাধীকে যথোপযুক্ত শাস্তি দেওয়া। ***পুলিশ এবং ফৌজদারী মামলার পদ্ধতি*** (*criminal prosecution process)* দেখুন।

- **দেওয়ানী আইনের** (civil law) প্রাথমিক লক্ষ্য সুরক্ষার ব্যবস্থা করা (অথবা ক্ষতিপূরণের ব্যবস্থা করা)। মামলা চলে ফ্যামিলি প্রসিডিংস কোর্টে (family proceedings court) বা কাউন্টি কোর্টে (county court)।

  - আপনি **দেওয়ানী কোর্ট অর্ডার** আনতে পারেন, যা আপনার উৎপীড়নকারীকে বলবে আপনাকে উৎপীড়ন বা আঘাত না করতে, অথবা বলবে আপনার বাড়ির থেকে দুরে থাকতে। এ উপায়ের উপর আরো তথ্য পেতে ***ইনজাংশন পাওয়ার পদ্ধতি*** পড়ে দেখুন।

  - আইনের সাহায্যে আপনার **সন্তানদের সুরক্ষিত** করাও সম্ভব। এর জন্য ***বিচ্ছেদের পরে সন্তানদের ব্যবস্থা করা*** অংশটি দেখুন।

- আপনি জরুরী অবস্থা বা অস্থায়ী অবস্থার বাসস্থানের জন্যও সাহায্য পেতে পারেন। এর জন্য ***আমি কোথায় যেতে পারি*** অংশটি দেখুন।

পুলিশ এবং ফৌজদারী মামলার পদ্ধতি

বেশীরভাগ সাংসারিক উৎপীড়নই অপরাধ, এবং আপনি (বা আপনার হয়ে অন্য কেউ) সাহায্যের জন্য পুলিশের সাথে যোগাযোগ করতে পারেন । আপনার পরিচিত কেউ, বা আপনি যার সাথে থাকেন এমন কেউ আপনাকে আঘাত করলে, যৌন অত্যাচার চালালে, ভয় দেখেলে বা উৎপীড়ন করলে, সেটা

আপনাকে কোন আপরিচিত ব্যক্তির উৎপীড়ন করার মতোই গুরুতর অপরাধ, এবং অনেক ক্ষেত্রে আরো বেশী বিপদজ্জনক।

অধিকাংশ মহিলাই পুলিশ ডাকার বিষয়ে দোটানায় ভোগেন, এবং পুলিশ ডাকেন একেবারে শেষ পর্যায় এসে : তারা ভয় পান তাদের কথা বিশ্বাস করা হবে না, বা তাদের অভিযোগ গুরুত্ব দিয়ে দেখা হবে না, বা তাদেরকে বিশ্বাসঘাতক মনে করা হবে। কৃষ্ণবর্ণ মহিলারা তাদের ও তাদের পার্টনারের বিরুদ্ধে বর্ণবৈষম্যের ভয় পান, এবং যে সব মহিলাদের ইমিগ্রেশন স্ট্যাটাস (immigration status) অনিশ্চিত, তারা পুলিশ ডাকতেই ভয় পান । সমকামী বা উভলিঙ্গের মহিলারা ভাবতে পারেন তাদের সমকামীতাকে খারাপ চোখে দেখা হবে। এছাড়া যে সব মহিলারা মাদকদ্রব্য ব্যবহার করেন, বা গণিকাবৃত্তি করেন, তারা পুলিশকে বিশ্বাস করেন না। কিন্তু সব ক্ষেত্রেই, জরুরী অবস্থাতে পুলিশই আপনার প্রথম সাহায্যকারী হওয়া উচিত।

স্থানীয় পুলিশের টেলিফোন নম্বর ফোনের বইতে থাকবে - কিন্তু কোন রকম জরুরী অবস্থাতে আপনার সব সময় 999 এ ফোন করা উচিত।

পুলিশ কি করতে পারে

পুলিশের সর্বপ্রধাণ কাজ আপনার ও আপনার সন্তানদের সুরক্ষা ও কল্যাণ। তাদের কাজ সবাইকে আহত হওয়া, বা আরো ক্ষতি হওয়া থেকে রক্ষা করা, এবং কোন অভিযোগ উঠলে তার তদন্ত করা। তাই তাদের কোন রকম মধ্যস্থতা করা, বা কাউকে দোষারোপ করা, বা অপ্রাসঙ্গিক প্রশ্ন করার কথা নয়।

আপনি যদি সাংসারিক অত্যাচারের জন্য পুলিশ ডেকে থাকেন, তাদের আপনাকে আলাদা করে, আপনার উৎপীড়কের থেকে দূরে নিয়ে, কথা বলা উচিত। আপনার দোভাষীর প্রয়োজন হলে, তাদের সে ব্যবস্থা করার কথা, এবং সাংসারিক অত্যাচারের ঘটনাতে তারা কখনোই আপনার সন্তানদের বা পরিবারের অন্য কোন সদস্যকে দোভাষীর কাজ করতে বলতে পারে না। আপনি মহিলা পুলিশ কর্মীর (WPC) সাথে কথা বলতে চাইতে পারেন।

পুলিশের আপনার অবলম্বন হওয়া উচিত ও আপনাকে সাহায্য করা উচিত এই ভাবে :

- আপনাকে ও আপনার সন্তানদের সুরক্ষিত করে ;
- ভবিষ্যতের গৃহ নির্যাতনের সম্ভাবনা বন্ধ করে - আদর্শ ভাবে নির্যাতনকারীকে গ্রেপ্তার করে ;
- প্রাথমিক ও অন্যান্য চিকিৎসার ব্যবস্থা করে ;
- ঠিক কি ঘটেছে তা তদন্ত করে ;
- আপনার অবলম্বন হয়ে, আপনার মনে ভরসা জাগিয়ে ;
- অন্যান্য সংস্থার সাথে আপনার যোগাযোগ ঘটিয়ে (যেমন উইমেন্স এইড্) ;
- আপনি চাইলে আপনাকে কোন সুরক্ষিত জায়গায় নিয়ে যাওয়ার যানবাহনের ব্যবস্থা করে ;

যদি গ্রেপ্তারের ন্যায্য কারণ থাকে, আপনার !অনুমতির' অপেক্ষা না করে বা আপনার বয়ান নেওয়ার অপেক্ষা না করে পুলিশের গ্রেপ্তার করা উচিত , - যদিও আপনার বয়ান পরে তাদের লাগবে। এর থেকে আপনার নিপীড়ণকারী আবার অত্যাচার করার আগে চিন্তা করবে, এবং জানবে পুলিশ সাংসারিক অত্যাচারের ঘটনাকে খুবই গুরুত্ব দিয়ে দেখে। অত্যাচারীর বিরুদ্ধে আইনগত অভিযোগ আনার আগে, পুলিশ তাকে ২৪ ঘন্টা পর্যন্ত আটকে রাখতে পারে (উইকেন্ডে ৩৬ ঘন্টা)। অত্যাচারী যদি পুলিশ এসে পৌছানোর আগে পালিয়ে যায়, পুলিশের তাকে খুঁজে বার করতে সব রকম চেষ্টা করা উচিত।

পুলিশ আপনার অত্যাচারীর বিরুদ্ধে কোন রকম কাজ করলে, তাদের কাছ থেকে ক্রাইম রেফারেন্স নাম্বারটা (crime reference number) জেনে নিন। যদি আপনার ইমিগ্রেশন সংক্রান্ত ব্যপার অনিশ্চিত থাকে, সাংসারিক অত্যাচারের জন্য পুলিশ ডাকার ঘটনার রেকর্ড আপনার ইউ. কে. (UK) তে থাকতে চাইবার আবেদনে সাহায্য করতে পারে। ***ইমিগ্রেশন সংক্রান্ত বিষয়*** দেখুন বিস্তরিত জানতে।

এর পরে কি হবে?

যদি পুলিশ আপনার নিপীড়ণকারীকে গ্রেপ্তার করে এবং তার বিরুদ্ধ অভিযোগ আনে, তারা তাকে হাজতে রাখতে পারে, বা জামিনে ছাড়তে পারে, কিছু শর্তসাপেক্ষ ভাবে, যে শর্ত আপনার ও অন্যদের তার অত্যাচারের থেকে রক্ষা করবে।

গ্রেপ্তার করা মানেই কিন্তু আদালতে অভিযোগ দায়ের করা নয়। পুলিশ অভিযোগ আনার আগে ক্রাউন প্রসিকিউশন প্রসেসের (Crown Prosecution Process) (CPS) সাথে মন্ত্রণা করবে। কেবল অভিযোগ আনা কিন্তু আপনার সুরক্ষা বা নিরাপত্তা নিশ্চিত করবে না এবং এর জন্য আপনার অত্যাচারী আপনার প্রতি প্রতিহিংসাপরায়ণ হয়ে উঠতে পারে।

ফৌজদারী মামলার পদ্ধতি

অপরাধীকে গ্রেপ্তার করার পরে পুলিশ CPS এর সাথে যোগাযোগ করবে, যারা পুলিশকে সঠিক অভিযোগ আনার বিষয়ে উপদেশ দেবে এবং বলে দেবে কি প্রমাণ প্রয়োজন। তারা আপনার ও অন্যান্য যারা জড়িত, তাদের সুরক্ষার কথা মাথায় রাখবে, এবং আপনার মতামতকে বিবেচনা করবে। আপনি যদি মামলা থেকে আপনার সাহায্য প্রত্যাহার করে নেন, আপনাকে একজন পুলিশের ডোমেস্টিক ভায়লেন্স অফিসার (Domestic Violence Officer) সাক্ষাৎকার নেবেন এই দেখতে যে আপনি অত্যাচারীর চাপে পড়ে সাহায্য প্রত্যাহার করেছেন কিনা।

আপনি যদি অপরাধীর বিরুদ্ধে আপনার অভিযোগ প্রত্যাহার করেন, CPS এবং পুলিশ জনস্বার্থে এই মামলা চালিয়ে যাওয়ার সিদ্ধান্ত নিতে পারে। কোন কোন ক্ষেত্রে, - যেমন আপনাকে যদি ভয় দেখানো হয়ে থাকে - আপনাকে কোর্টে না ডেকে আপনার অভিযোগ প্রমাণ হিসেবে ব্যবহার করা হতে পারে।

মামলা চালিয়ে গেলে, অপরাধীকে প্রথমে ম্যাজিস্ট্রেস কোর্টে পেশ করা হবে, তারপরে - অপরাধের গুরুত্ব বুঝে - তাকে হাজতে রাখা হবে, বা জামিনে ছাড়া হবে। কোর্ট জামিন শর্তসাপেক্ষ করতে পারে।

পুরো মামলার শুনানী হতে বেশ কিছু মাস সময় লেগে যেতে পারে। সেই সময়ের মধ্যে পুলিশ আবার আপনাকে যোগাযোগ করতে পারে, এবং আপনি আবার সুযোগ পাবেন, এই অত্যাচার আপনাকে কিভাবে প্রভাবিত করেছে বলার, আপনাকে ভয় দেখানো হয়ে থাকলে তা জানানোর, এবং আপনি কোন ক্ষতিপূরণ দাবি করতে চান কিনা তা জানানোর। আপনি অভিযোগের বিষয়ে পুলিশকে অতিরিক্ত কোন প্রমাণ দিতে পারলে, তা খুবই সহায়ক হবে, যেমন :

- কোন অঘাত বা অত্যাচারের আর কোন প্রভাবের ডাক্তারি রিপোর্ট ;
- প্রতিবেশীদের বয়ান ;
- সংস্থাগুলির নাম যাদের কাছে আপনি অত্যাচারের কথা জানিয়েছেন ;

- আপনার সন্তানদের উপর কি প্রভাব পড়েছে সে বিষয়ে তাদের স্কুলের রিপোর্ট ;
- ইনজাংশনের আবেদন করে থাকলে তার খবর ;
- কোন বিশেষ ভয় বা হুমকী ;

মামলাটির শুনানী ম্যাজিস্ট্রেটস কোর্ট (Magistrates' Court) বা ক্রাউন কোর্টে (Crown Court) হবে (অভিযোগের গুরুত্ব অনুযায়ী)। আপনাকে শুধু তখনি সাক্ষ্য দিতে ডাকা হবে যদি অত্যাচারী অপরাধ অস্বীকার করে। অত্যাচারী যদি অপরাধ স্বীকার করে, বা প্রমাণ দেখার পরে কোর্ট তাকে দোষী সাব্যস্ত করে, তাহলে অধিকাংশ সময়, রায় শোনানোর আগে প্রবেশান সার্ভিস (Probation Service) এর রিপোর্টের জন্য কোর্ট তখনকার মতো মুলতুবী হয়ে যায়।

কোর্টের রায় নির্ভর করে অপরাধের গুরুত্বের উপর, এবং অপরাধীর কোন প্রক্তন অপরাধের ইতিহাস আছে কিনা, তার উপর। কোর্টের শাস্তি শর্তাধীন মুক্তি থেকে কারাবাস পর্যন্ত হতে পারে। নতুন আইন অনুযায়ী কোন ফৌজদারী মামলা হলে, এবং কোর্ট যদি মনে করে আপনার সুরক্ষা নিশ্চিত নয়, তাহলে অপরাধীর অপরাধ প্রমাণ না হলেও তার বিরুদ্ধে একটা রিস্ট্রেনিং অর্ডার (restraining order) পাওয়া যেতে পারে। আপনি দেওয়ানী আইন অনুযায়ী একটা ইনজাংশানের জন্য আবেদনের চিন্তাও করতে পারেন : ***কিভাবে ইনজাংশন পাবেন*** পড়ে দেখুন।

অতিরিক্ত খবরাখবর

আপনাকে আইনগত বিষয়ে সাহায্য করতে আপনার এলাকাতে উইমেন্স এইড্ সংস্থা বা গৃহ উৎপীড়নের বিষয়ে বিশেষজ্ঞ কোন সংস্থা থাকতে পারে। জনসাধারণের জন্য তাদের ফোন নম্বর স্থানীয় ফোন বইতে এবং উইমেন্স এইড্ এর ওয়েব-সাইটের A-Z অফ রিফিউজ সার্ভিসেস (A-Z of refuge services)এ পাওয়া যাবে : http://www.womensaid.org.uk/network/index.htm

কিভাবে ইনজাংশন পাবেন

দেওয়ানী (Civil) কোর্ট থেকে জারী করা ইনজাংসান আপনাকে অত্যাচারীর হাত থেকে রক্ষা পেতে কিছুটা সাহায্য করবে। ১৯৯৬ এর ফ্যামিলি আইনের পার্ট IV (Part IV of the Family Law Act 1996) অনুযায়ী প্রধাণতঃ দুই ধরনের ইনজাংশন পাওয়া যেতে পারে :

- নন্ মলেস্টেশন অর্ডার (non-molestation order)
- অকুপেশান অর্ডার (occupation order)

নন্ মলেস্টেশন অর্ডার এর লক্ষ্য আপনার বা আপনার সন্তানকে করোর অত্যাচারের বা অত্যাচারের হুমকী থেকে রক্ষা করা। এর মাধ্যমে আপনাকে ভয় দেখানো বা সর্বক্ষণ বিরক্ত করা বন্ধ করে, আপনার সুস্থ থাকা, সুরক্ষিত থাকা এবং ভালো থাকা নিশ্চিত করা যাবে। নতুন আইন অনুযায়ী, নন্ মলেস্টেশন অর্ডার অমান্য করলে তাকে ফৌজদারী অপরাধ (criminal offence) বলে গণ্য করা হবে।

অকুপেশান অর্ডার নির্ধারণ করবে কে পারিবারিক বাড়িতে থাকবে, এবং এটা আপনার অত্যাচারীকে বাড়ির আশেপাশে আসা থেকেও বিরত করতে পারে। আপনি যদি অত্যাচারীর সাথে এক বাড়িতে থাকতে ভয় পান, বা তার অত্যাচারে বাড়ি ছেড়ে থাকেন, কিন্তু বাড়ি ফিরে আসতে চান, তাহলে আপনি অকুপেশান অর্ডারের জন্য আবেদন করার সিদ্ধান্ত নিতে পারেন।

কোর্ট মনে করলে অকুপেশান অর্ডারের সাথে একটি আলাদা !পাওয়ার অফ এ্যারেস্ট' ("power of arrest") জুড়ে দিতে পারে। এর মানে কোন বিশেষ অপরাধ না করলেও, এই অর্ডার ভঙ্গ করলে পুলিশ তৎক্ষনাৎ গ্রেপ্তার করতে পারে।

ইনজাংশনের জন্য আবেদন করতে কারা উপযুক্ত ?

ইনজাংশনের জন্য আবেদন করতে হলে আপনাকে একজন !এসোসিয়েটেড্ পার্সন' ("associated person") হতে হবে। এর মানে, আপনাকে আপনার অত্যাচারীর সাথে নিম্নলিখিত কোন একটি ভাবে সম্পর্কিত হতে হবে :

- আপনারা বর্তমানে বা পূর্বে একে অপরের সাথে বিবাহিত ছিলেন ;
- আপনারা বর্তমানে বা পূর্বে একে অপরের সাথে সহবাস করেছেন ;
- আপনারা বর্তমানে বা পূর্বে একে অপরের বাড়িতে থেকেছেন ;
- আপনাদের মধ্যে আত্মীয়তার সম্পর্ক আছে ;
- আপনারা বিধিমত ভাবে একে অপরকে বিবাহ করতে সম্মত হয়েছেন ;
- আপনাদের দুজনের একসাথে কোন সন্তান আছে ;
- আপনারা এক সাথে থাকেননি, কিন্তু আপনাদের একটা !ইনটিমেট পার্সোনাল রিলেসান' ("intimate personal relationship") বা ব্যক্তিগত অন্তরঙ্গ সম্পর্ক আছে ;
- আপনারা দুজনেই একই পরিবারের মামলায় যুক্ত আছেন ;

আপনি যদি ফ্যামিলি আইনের ধারা অনুযায়ী অর্ডারের জন্য আবেদন করতে উপযুক্ত না হন, বা কোন সম্পর্ক শেষ হওয়ার পরে আপনাকে সমানে বিরক্ত করা, ভয় দেখানো বা অনুসরণ করা হয়, আপনি প্রোটেকশান ফ্রম হ্যারাসমেন্ট আইন ১৯৯৭ (Protection from Harassment Act 1997) অনুযায়ী দেওয়ানী ইনজাংশনের জন্য আবেদন করতে পরেন। নতুন আইন অনুযায়ী, কোন ফৌজদারী মামলা (criminal proceeding) চলে থাকলে - যদি কোন অপরাধ প্রমাণিত নাও হয়ে থাকে - কোর্ট যদি মনে করে আপনার বিপদের আশঙ্কা আছে, এর সাথে একটা রিস্ট্রেনিং অর্ডার (restraining order) জুড়ে দেওয়া যায়। রিস্ট্রেনিং অর্ডার নন্ মলেস্টেশন অর্ডারের (non-molestation order) মতোই সুরক্ষা দিতে পারে।

ইনজাংশন সাধারণতঃ একটি নির্দষ্ট সময়ের জন্য জারী করা হয়, কিন্তু তা নবায়ন করা যায়; অথবা তা 'আনটিল ফারদার অর্ডার' ("until further order") বা পরবর্তী হুকুম পর্যন্ত বৈধ রাখা যায়।

আইনগত উপদেশ পাওয়া যায় কি ভাবে

আপনার স্থানীয় উইমেন্স এইড্ সংস্থা আপনাকে কোন উকিলের কাছে সুপারিশ করে পাঠাতে পারে, যার সাংসারিক অত্যাচারের মামলাতে অভিজ্ঞতা আছে। ল-সোসাইটি (Law Society) বা লোকাল সিটিজেনস্ এ্যাডভাইস ব্যুরো (local Citizens' Advice Bureau) আপনাকে স্থানীয় এলাকার ফ্যামিলি সলিসিটরদের নামের তালিকা দিতে পারবে।

আপনার মামলার খরচা চালানোর জন্য আপনি পাবলিক ফান্ডিং (কমিউনিটি লিগাল সার্ভিসেস ফান্ডিং বা লিগাল এইড্) (Community Legal Services funding, or legal aid) থেকে টাকা পেতে পারেন - যদি আপনি ওয়েলফেয়ার বেনিফিটে (welfare benefits) থাকেন, বা আপনার রোজগার কম হয় (বা রোজগার না থাকে), এবং আপনার খুব কম বা কোন জমানো টাকা না থাকে। এটা আপনার দোভাষীর

খরচাও দেবে। যদি আপনি আপনার স্বামীর বিরুদ্ধেই আইনগত ব্যবস্থা নিয়ে থাকেন, তার রোজগার ধরা হবে না।

আপনি যদি পাবলিক ফান্ডিং পাবার জন্য উপযুক্ত **না** হন, এবং আপনার যদি উকিলের খরচা দেওয়ার ক্ষমতা না থাকে, আপনি বিনা খরচায় ল-সেন্টার (Law Centre) বা সিটিজেন্স এ্যডভাইস ব্যুরো (Citizens' Advice Bureau) থেকে উপদেশ পেতে পারেন। রাইটস্ অফ উইমেন (Rights of Women) একটি ইনজাংশন হ্যান্ডবুক (Injunction Handbook) বার করে, যা উর্দূ, গুজরাটি, বাংলা, হিন্দি আর ইংরেজীতে পাওয়া যায়। টেলিফোন নম্বর : **0207 251 6577;**
www.rightsofwomen.org.uk

কোর্টে যাওয়া

ফ্যামিলি আইনের ধারা অনুযায়ী, ইনজাংশনের জন্য আবেদন করা যেতে পারে ম্যাজিসট্রেটস ফ্যামিলি প্রসিডিংস কোর্টে (magistrates' family proceedings court) বা কাউন্টি কোর্টে (county court) বা কখনো কখনো হাই কোর্টে (High Court)। আবেদন আদালতের ভেতরের চেম্বারে ("ইন্ চেম্বার"/"in chambers") করা হয়, এবং এমন কাউকে ভিতরে যেতে দেওয়া হবে না যে আপনার মামলার সঙ্গে সরাসরি যুক্ত নয়। আপনাকে উকিল বা অন্য আইনগত উপদেষ্টা, এবং একজন দোভাষীকে সঙ্গে নিয়ে যেতে দেওয়া হবে, কিন্তু অন্য কাউকে সাধারণতঃ ঢুকতে দেওয়া হবে না।

আপনি যদি মনে করেন আপনি কোর্টে অপেক্ষা করার সময় আপনার উৎপীড়ক আবার আপনাকে জ্বালাতন করতে পারে, তাহলে আপনার উকিলকে সে কথা জানালে, তিনি কোর্টের অফিসারদের বলে উৎপীড়ককে আপনার থেকে দূরে রাখার ব্যবস্থা করবেন। তাছাড়া তারা অপেক্ষা করার জন্য আলাদা আলাদা জায়গার ব্যবস্থা করতে পারে।

আপনি আপনার ঠিকানা গোপন রাখার অনুরোধ করতে পারেন, যাতে আপনার অত্যাচারী আপনি কোথায় আছেন জানতে না পারেন।

ইনজাংশন পেতে কতো সময় লাগে?

আপনি যদি কোন আসন্ন বিপদের মধ্যে থাকেন, আপনার অত্যাচারীর অনুপস্থিতিতেও, এক দিনের মধ্যেই কোর্টে আবেদন করা যাবে। একে "উইদাউট নোটিস" ("without notice") আবেদন বলা হয়। কোর্ট বিবেচনা করবে আপনি গুরুতর বিপদের মধ্যে আছেন কিনা, অপেক্ষা করলে আপনাকে আবেদন করতে বাধা দেওয়া হবে কিনা, এবং আপনার অত্যাচারী কোর্টে আসার শমন ইচ্ছা করে না নেওয়ার চেষ্টা করছে কিনা। যদি কোর্ট আপনাকে "উইদাউট নোটিস" আবেদন করতে দেয়, আপনাকে পরে আবার কোর্টে আসতে হবে সম্পূর্ণ শুনানীর জন্য।

যদি অন্য কোন পারিবারিক মামলা সেই সময় কোর্টে চালু থাকে (যেমন শিশুদের সাথে যোগাযোগ বিষয়ক), তাহলে কোর্ট সম্পূর্ণ মামলাটি একসাথে শুনতে চাইতে পারে - কিন্তু তাও যতদিন আপনি সম্পূর্ণ শুনানীর জন্য অপেক্ষা করছেন, একটা ইমার্জেন্সি অর্ডার জারী করা যেতে পারে আপনার পক্ষে।

কি কি প্রমাণ প্রয়োজন হতে পারে?

কোর্টে আপনাকে শপথ নিয়ে বলতে হবে আপনি কি কি শারীরিক ও মানসিক অত্যাচারের সম্মুখীন হয়েছেন। আপনাকে যতোটা সম্ভব সংক্ষেপে, নির্ভূলভাবে অত্যাচারের কথা, কোথায় অত্যাচার হয়েছে, এবং আপনার সন্তানদের উপর তার প্রতিক্রিয়া কি হয়েছে, বলতে হবে। পুলিশের রিপোর্ট বা ডাক্তারী রিপোর্টের মতো কোন নিরপেক্ষ প্রমাণ খুব সহায়ক হতে পারে।

একবার অর্ডার জারী হয়ে গেলে আপনার কাছে তার একটা কপি থাকবে, এবং আপনার উকিল অত্যাচারীর কাছে হাতে হাতে পৌছানোর জন্য একটা কপি পাঠাবেন। অত্যাচারীর কোর্টের অর্ডার হাতে পাওয়ার কোন প্রমাণ না থাকলে ইনজাংশন জারী হবে না।

অত্যাচারী অর্ডার ভাঙলে কি হবে?

যদি অত্যাচারী ইনজাংশনের শর্ত ভাঙে, আপনার সঙ্গে সঙ্গে পুলিশে খবর দেওয়া উচিত, যাতে পুলিশ তাকে গ্রেপ্তার করে কোর্টে পেশ করতে পারে। আপনার উকিলকেও এ ব্যাপারে জানানো উচিত : অত্যাচারী কোর্টের হুকুম না মেনে আদালতের অবমাননা (কন্টেম্পট অফ্ কোর্ট /contempt of court) করেছে।

কৃষ্ণবর্ণ এবং সংখ্যালঘু সম্প্রদায়ের মহিলারা

সাংসারিক অত্যাচারের শিকার সব রকম সাম্প্রদায়িক গোষ্ঠির মহিলারা হতে পারেন, এবং এমন কোন প্রমাণ নেই, যা থেকে বলা যায় কোন বিশেষ সাম্প্রদায়িক বা সাংস্কৃতিক গোষ্ঠির মহিলাদের গৃহে উৎপীড়নের ঝুঁকি বেশী। কিন্তু অত্যাচারের ধরন বিভিন্ন ক্ষেত্রে বিভিন্ন হতে পারে ; যেমন কোন কোন সম্প্রদায়ের মধ্যে সাংসারিক অত্যাচার বিস্তীর্ণ পরিবারের সদস্যরা করে থাকেন, অথবা উৎপীড়নের মধ্যে জোর করে বিবাহ দেওয়া, বা স্ত্রী - যৌনাঙ্গ বিকৃত করাও পরতে পারে। কৃষ্ণবর্ণ বা সংখ্যালঘু সম্প্রদায়ের মহিলারা সমাজ থেকে বেশী বিচ্ছিন্ন হতে পারেন, বা তাদের ধার্মীক বা সাংস্কৃতিক চাপ সহ্য করতে হতে পারে ; তাদের ‘পরিবারের সম্মান’ নষ্ট করছেন এই ভয়ও থাকতে পারে।

আপনি যদি কৃষ্ণবর্ণ বা সংখ্যালঘু সম্প্রদায়ের মহিলা হয়ে সাংসারিক অত্যাচার থেকে মুক্তি পেতে চান, সেক্ষেত্রে আপনার বর্ণবিদ্বেষ আপনার অভিজ্ঞতাকে আরো জটিল করে তুলতে পারে। আপনি বর্ণবিদ্বেষের শিকার হওয়ার ভয়ে বিধিবদ্ধ সংস্থা গুলির কাছে সাহায্য চাইতে নাও রাজী হতে পারেন - যেমন পুলিশ, সোশাল সার্ভিসেস, বা হাউজিং অথরিটি। আপনি এও দেখে থাকতে পারেন যে সাহায্যকারী সংস্থাগুলি তাদের প্রতিক্রিয়া দেখাচ্ছে তথাকথিত সাংস্কৃতিক, সাম্প্রদায়িক, বা ধর্মীয় পরিচয়ের উপর ভিত্তি করে ; অথবা বর্ণবিদ্বেষী বলা হবে ভেবে ব্যাপারটিতে জড়িয়ে পড়তে চাইছে না। আপনার অত্যাচারী যদি কৃষ্ণবর্ণ হন, আপনি বর্ণবিদ্বেষের পূর্ব অভিজ্ঞতার জন্য তাকে পুলিশের হাতে থেকে বাঁচাতে চাইতে পারেন।

আপনি হয়তো সাহায্য চাইলে আপনার নিজের সম্প্রদায়ের মানুষের থেকে প্রত্যাখ্যাত হওয়ার ভয় পাচ্ছেন। আপনার বৃহত্তর পরিবারের সদস্যরা আপনার উপর চাপ সৃষ্টি করতে পারে আপনার পার্টনারের সাথে থাকার জন্য, অথবা আপনাকে জোর করে তাকে বিবাহ করতে বাধ্য করা হয়েছে - এমনও হয়ে থাকতে পারে। অপনার বিবাহ ভেঙে গেলে সেটা আপনার দোষ হিসেবে দেখা হতে পারে; আপনাকে আপনার পরিবারের সম্মান নষ্ট করার জন্য দোষ দেওয়া হতে পারে, বা নিজের সম্প্রদায়ের মধ্যে আপনাকে একঘরে করে রাখা হতে পারে।

সাহায্য পাওয়ার উপায়

আপনি যদি এই দেশে সবেমাত্র এসে থাকেন, বা আপনার মাতৃভাষা যদি ইংরেজী না হয়ে থাকে, তাহলে সাহায্যের সঠিক জায়গা খুঁজে পাওয়া আপনার পক্ষে বেশী কঠিন হবে। সাপোর্ট সার্ভিস সম্বন্ধে আপনি না জানতে পারেন এবং কোথায় যেতে হবে না জানতে পারেন। আপনি উইমেন্স এইড্ ও রিফিউজের মধ্যে পার্টনারশিপে চালানো **ফ্রী-ফোন ২৪ ঘন্টা ন্যাশনাল ডোমেষ্টিক ভায়ল্যান্স হেল্প লাইনে** ফোন করতে পারেন : **0808 2000 247**। এই হেল্প-লাইন ল্যাংগুয়েজ-লাইনের সদস্য এবং তাই দোভাষীর ব্যবস্থা করাতে পারে ও স্থানীয় অঞ্চলে সাহায্যকারী সংস্থার খবর আপনাকে দিতে পারে।

আপনি যদি ইংরেজী ভালো ভাবে বলতে না পারেন, এবং কোন সংস্থাকে যোগাযোগ করে থাকেন সাহায্যের জন্য, তাদের আপনার জন্য একজন নিরপেক্ষ দোভাষীর ব্যবস্থা করা উচিত । যদি আপনাকে সে ব্যবস্থা না করে দেওয়া হয়, আপনি সেটা বলতে পারেন। আপনি যদি দোভাষীর কাজে খুশি না হন, বা আশঙ্কা করেন সে আপনার বিশ্বাস ভাঙতে পারে, বা আপনার উপর কোন রকমের চাপ সৃষ্টি করতে পারে, আপনি তাহলে অন্য দোভাষীর জন্য অনুরোধ করতে পারেন। আপনি কোন বন্ধু বা আত্মীয়কে দোভাষীর কাজ করতে শুধু কোন জরুরী অবস্থাতেই ডাকবেন, যখন আর কোন ব্যবস্থা তখনই করা সম্ভব নয় ।

যদি আপনার ইমিগ্রেশন অবস্থা অনিশ্চিত হয় বা তা আপনার স্বামীর সাথে থাকার উপর নির্ভর করে, সেক্ষেত্রে আপনার মনে হতে পারে আপনি ফাঁদে পড়েছেন, এবং আপনার কিছুই করার নেই। আপনি কারোর কাছে সাহায্য চাইতে ভয় পেতে পারেন এই ভেবে যে আপনাকে এই দেশ থেকে নির্বাসিত করা হবে। (আপনার যদি এই অবস্থা হয়, তাহলে বিস্তারিত জানতে ***ইমিগ্রেশন*** অংশটি দেখুন ।)

আপনার ইমিগ্রেশন অবস্থা যাই হোক, আপনার স্বাস্থ্য ব্যবস্থাতে ও পুলিশের কাছ থেকে সুরক্ষার অধিকার সবসময় আছে। কোর্টের কাছে আপনার উৎপীড়কের কাছ থেকে সুরক্ষার জন্য ইনজাংশনের আবেদন করবার অধিকারও আছে।

বিশেষ ব্যবস্থা

আপনি নিজের সম্প্রদায়, ধর্ম বা সংস্কৃতির কারোর কাছ থেকে সাহায্য পাওয়া পছন্দ করতে পারেন। এর জন্য আপনি বিশেষ সার্ভিস ব্যবহার করতে পারেন, যারা ন্যাশনাল ডোমেষ্টিক ভায়ল্যান্স হেল্প লাইনের সাহায্যে (উপরে দেখুন) বিশেষ ভাবে কৃষ্ণবর্ণ বা সংখ্যালঘু সম্প্রদায়ের মহিলাদের সাহায্য করে ।

অন্যদিকে আপনি ভাবতে পারেন স্থানীয় সার্ভিসে যদি কেউ আপনার নিজের সাংস্কৃতিক গোষ্ঠি থেকে আসে, সে আপনার পরিবারকে জানতে পারে এবং এর থেকে আপনার স্বামীর বা বিস্তীর্ণ পরিবারের সদস্যদের আপনাকে খুঁজে বার করা সহজ হয়ে যেতে পারে। আপনি নিজে ঠিক করতে পারেন আপনি সাধারণ সাহায্যকারী সংস্থার সাহায্য নেবেন, নাকি কৃষ্ণবর্ণ, এশীয় বা অন্য সংখ্যালঘু সম্প্রদায়ের জন্য তৈরী বিশেষজ্ঞ সাহায্যকারী সংস্থার সাহায্য নেবেন।

যদি ইমিগ্রেশান অবস্থার জন্য আপনার ইউ. কে. (UK) তে চিরদিন থাকার বা ওয়েলফেয়ার বেনিফিট (welfare benefits) নেওয়ার যোগ্যতা না থাকে, (একে বলা হয় "নো রিকোর্স টু পাবলিক ফান্ড" / "no recourse to public funds"), তাও কোন কোন রিফিউজ সংস্থা আপনাকে বসবাসের জায়গা দেবে ও সাহায্য করবে। বিস্তারিত জানতে ***ইমিগ্রেশন সংক্রান্ত বিষয়*** অংশটি দেখুন।

জোর করে বিবাহ

যদি আপনি আশঙ্কা করেন আপনাকে বা আপনার চেনা কাউকে জোর করে বিদেশে বিয়ে দেওয়া হচ্ছে, তাহলে ফোর্সড ম্যারেজ ইউনিট (Forced Marriage Unit) আপনাকে সাহায্য করতে পারবে। এই নম্বরে ফোন করুন : **020 7008 0230, 020 7008 0135** বা **020 7008 8706** বা এখানে ই-মেল করুন : fmu@fco.gov.uk । সব ফোনই গোপনীয় রাখা হয়, এবং ফোনের উত্তর দেন সুশিক্ষিত কর্মীরা, যারা এই ধরনের অত্যাচারের সংস্কৃতিক, সামাজিক ও মানসিক প্রভাবগুলির সম্বন্ধে ওয়াকিবহাল। বিস্তারিত জানতে দেখুন : http://www.homeoffice.gov.uk/comrace/race/forcedmarriage/

ইমিগ্রেশন সংক্রান্ত বিষয়

এই বিভাগের খবর আপনার কাজে লাগবে যদি আপনি সাংসারিক নিপীড়ণের শিকার হয়ে থাকেন এবং আপনার ইমিগ্রেশন সংক্রান্ত বিষয় (immigration status) অনিশ্চিত হয়ে থাকে।

আপনার ইমিগ্রেশন সংক্রান্ত বিষয় অনিশ্চিত থাকলেও অন্য সবার মতো আপনারও সাংসারিক নিপীড়ণের থেকে সুরক্ষা পাওয়ার অধিকার আছে। আপনাকে যিনি অত্যাচার করছেন, তিনিও অত্যাচার করার জন্য সব রকম অনুমোদন বা শাস্তি পেতে বাধ্য, তাঁর ইমিগ্রেশন অবস্থা যাই হোক না কেন।

আপনি কি ইউ. কে. (UK) এসেছিলেন আপনার স্বামীর সাথে থাকতে, বা তাঁকে বিয়ে করতে?

আপনি যদি আপনার ইউ. কে. (UK) তে স্থায়ী ভাবে বসবাসকারী স্বামীর সাথে থাকতে, বা তাঁকে বিয়ে করতে ইউ. কে. (UK) এসে থাকেন, তা হলে এখনকার ইমিগ্রেশন নিয়ম অনুযায়ী, আপনাকে দুই বছরের পরীক্ষামূলক সময় আপনার স্বামীর সাথে থাকতে হবে, যার পরে আপনি ইউ. কে. (UK) তে অনির্দিষ্ট কাল থাকার আবেদন করতে পারেন।

আপনি যদি সাংসারিক অত্যাচারের শিকার হন, আপনার অত্যাচারী (এবং / অথবা তার পরিবার) আপনার অনিশ্চিত ইমিগ্রেশন অবস্থার সুযোগ নিয়ে আপনাকে আরো অত্যাচার করতে পারে। আপনার নিপীড়নকারী আপনার পাসপোর্ট এবং অন্যান্য কাগজপত্র সরিয়ে নিয়ে থাকতে পারে, আপনার অধিকার সম্বন্ধে আপনাকে না জানিয়ে থাকতে পারে, এবং আপনাকে বাইরের জগতের লোকজনের থেকে বিচ্ছিন্ন করে রাখতে পারে। আপনি দুই বছরের পরীক্ষা মূলক সময় কাটিয়ে উঠলেও আপনার ইমিগ্রেশন সংক্রান্ত বিষয়টি হয়তো সম্পূর্ণ করা হয়নি, যেহেতু আপনি আইনগত পদ্ধতি সম্বন্ধে অন্ধকারে আছেন। উপরন্তু, আপনি অত্যাচারের কথা কাউকে বলতে ভয় পেতে পারেন, বা বাড়ি ছেড়ে আসতে ভয় পেতে পারেন, এই ভেবে যে আপনাকে হয়তো এই দেশ থেকে নির্বাসিত করা হতে পারে।

আপনি যদি ইমিগ্রেশন কন্ট্রোলের (immigration control) আওতায় থাকেন, আপনার তা হলে ‘নো রিকোর্স টু পাবলিক ফান্ড‘ ("no recourse to public funds") হবে - মানে, আপনি অধিকাংশ সরকারি সাহায্যের পেতে পারবেন না। এই সাহায্যের মধ্যে রয়েছে ইনকাম সাপোর্ট (Income Support), জব্ সিকারস্ এলাওয়েন্স (Jobseeker’s Allowance), হাউসিং বেনিফিট (Housing Benefit), হোমলেসনেস এ্যাসিসটেন্ট (homelessness assistance), চাইল্ড বেনিফিট (Child Benefit), ডিসেবিলিটি এলাওয়েন্স বা ওয়ার্কিং ফ্যামিলি ট্যাক্স ক্রেডিট (disability allowances or Working

Families Tax Credit)। সুতরাং আপনার স্বামী, পার্টনার বা ফ্যামিলির উপর অর্থনৈতিক ভাবে নির্ভরশীল হবেন, এবং তাদের উপর আরো বেশী নির্ভর করবেন। বিস্তারিত জানতে নিচে ***আপনার "নো রিকোর্স টু পাবলিক ফান্ড" থাকলে কি করবেন*** দেখুন।

সাংসারিক নিপীড়ণ ও ইমিগ্রেশনের নিয়ম

ইমিগ্রেশন আইন ২০০২ অনুযায়ী আপনি দুই বছরের পরীক্ষামূলক সময়ের অন্তর্গত হলেও, যদি আপনি সাংসারিক নিপীড়ণের শিকার হন, আপনি ইউ. কে. (UK) তে অনির্দিষ্ট কাল থাকার আবেদন করতে পারেন। এর জন্য উপযুক্ত হতে আপনাকে নিম্নলিখিত জিনিষগুলি দেখাতে হবে :

- আপনাকে ইউ. কে. (UK) তে বসবাসকারী কারোর স্ত্রী বা পার্টনার হিসেবে ইউ. কে. (UK) তে আসার ও নির্দিষ্ট সময় থাকবার অনুমতি দেওয়া হয়েছে ;
- আপনি এখনো দুই বছরের পরীক্ষা মূলক সময়ের অন্তর্গত আছেন ;
- সাংসারিক নিপীড়ণ এই সময়ের ভিতরে হয়েছে ;
- আপনি এখন আর আপনার পার্টনারের (মানে আপনার স্পন্সার) সাথে থাকেন না ;
- তাকে ছেড়ে আসার কারণ সাংসারিক অত্যাচার।

নিম্নলিখিত কোন একটি 'প্রমাণ' আপনার দরকার যার মাধ্যমে গৃহউৎপীড়ন প্রমাণিত হবে :

- কোন নন মলেষ্টেশান অর্ডার (non-molestation order) বা অন্য কোন সুরক্ষাকারী অর্ডার
- আপনার পার্টনারের বিরুদ্ধে কোন প্রাসঙ্গিক কোর্টের প্রমাণ
- পুলিশের সর্তকীকরণের একটা বিস্তারিত বিবরণ

যদি উপরোক্তগুলির কোনটাই না থাকে তাহলে আপনাকে নিম্নলিখিতগুলির মধ্যে **দুই বা তার অধিক** দেখাতে হবে :

- আপনার সাংসারিক নিপীড়ণের কথা সমর্থন করে কোন সাংসারিক নিপীড়ণে সাহায্যকারী সংস্থার চিঠি
- হাসপাতালের ডাক্তারের থেকে একটা ডাক্তারি রিপোর্ট, যা সমর্থন করবে যে আপনার শরীরের আঘাতগুলি সাংসারিক অত্যাচারের আঘাতের মতো
- আপনাকে পরীক্ষা করেছেন এমন জি. পি. (GP) র চিঠি, যাতে বলা থাকবে আপনার আঘাতগুলি সাংসারিক অত্যাচারে হওয়া আঘাতের মতো ;
- একটা কোর্টের অঙ্গীকার যা বলেছে আপনার নিপীড়নকারী আপনার কাছাকাছি আসবে না ;
- আপনার বাড়িতে সাংসারিক অত্যাচারের জন্য পুলিশ গিয়েছিল এই মর্মে একটা পুলিশ রিপোর্ট ;
- সোশাল সার্ভিসেস থেকে একটা চিঠি যেটা বলবে তারা আপনার সাংসারিক অত্যাচারের বিষয়ের সাথে যুক্ত ;

আপনার বা আপনার আইনগত উপদেষ্টার দায়িত্ব আবেদেনের সাথে প্রমাণ দাখিল করা। যদি আপনি এই ইমিগ্রেশনের আইনের সাহায্য নিয়ে ইউ. কে. (UK) তে থাকতে চান, তাহলে আবেদনপত্র এখানে পাবেন: www.ind.homeoffice.gov.uk । আপনার প্রাথমিক আবেদন খারিজ হয়ে গেলে, আপনার আবার আবেদন করার অধিকার আছে।

ইমিগ্রেশনের বিষয়ে আইনগত প্রতিনিধি পেতে সময় লাগতে পারে। উপদেষ্টার কিছু সময় লাগবে আপনার আবেদনের সাপেক্ষে প্রমাণ জোগাড় করতে, যার পরে ইমিগ্রেশন এ্যান্ড ন্যাশনালিটি ডিপার্টমেন্ট (Immigration and Nationality Department) আবেদনপত্র দেখবেন ও সিদ্ধান্ত নেবেন। যতোদিন না আপনার ইউ. কে. তা থাকার আবেদন মঞ্জুর না হয়েছে (প্রাথমিক ভাবে বা আপিল করে) , আপনি !নো রিকোর্স টু পাবলিক ফান্ডের' আওতায় থাকবেন।
আপনি যদি নিয়মকানুন না জানার দরুন ইউ. কে. তে আপনার যতোদিন থাকবার কথা তার থেকে বেশীদিন থেকে থাকেন, তা হলেও আপনি ডিসক্রিশানারী আবেদন বলে আবেদন করতে পারেন। আপনার আবেদন গ্রাহ্য করা হবে, যদি আপনি দুই বছরের পরীক্ষামূলক সময় পার হওয়ার বেশী দিন পরে আবেদন না করে থাকেন, কিন্তু আপনার কোন আপিল করবার অধিকার থাকবে না।

যদি আপনি শরণার্থী হন, বা আপনার আনিশ্চিত ইমিগ্রেশনের অবস্থা অন্য কোন কারণে হয়, তা হলে দুঃখজনক ভাবে আপনি এই আইনের সাহায্য পেতে পারবেন না।

শরণার্থী (আশ্রয়প্রার্থী)

যদি আপনি শরণার্থী হন, বা কোন শরণার্থীর উপর নির্ভরশীল হন, এবং সাংসারে নিপীড়িত হচ্ছেন - সেই অত্যাচারের কথা জানালে, আপনার আশ্রয় পাওয়ার দাবী কোন ভাবে ব্যাহত হবে না। জরুরী কাগজপত্র, যেমন আপনার ও আপনার সন্তানদের পাসপোর্ট, সব সময় নিজের সঙ্গে রাখুন। আপনি যদি একজন শরণার্থী হিসেবে আশ্রয় পান, আপনার ও আপনার সন্তানদের সুরক্ষা সব থেকে গুরুত্ব পাবে । আপনি যদি সাংসারিক অত্যাচারের কথা জানান, আপনার অনুমতি নিয়ে আপনার আশ্রয়দাতার আপনাকে অন্য কোন সুরক্ষিত আশ্রয়ে পাঠিয়ে দেওয়া উচিত। ন্যাশানাল এ্যাসাইলাম সাপোর্ট সার্ভিস (The National Asylum Support Service) (NASS) আপনার নতুন আশ্রয়ের খরচা বহন করবে (যার মধ্যে রিফিউজ বাসস্থানও পড়বে)। আপনি জীবনের অতি আবশ্যক প্রয়োজনগুলির জন্যও জরুরী দাবী জানাতে পারবেন।

সম্ভবতঃ একটা আলোচনা চক্রের আয়োজন করা হবে, আপনার ভবিষ্যতের আশ্রয়স্থান নির্ধারণ করতে। আপনার আশ্রয়দাতার একটি দোভাষীর ব্যবস্থা করবার কথা।

আপনার নিপীড়নকারী যদি প্রাথমিক শরণার্থী হয়ে থাকেন এবং আপনি তার উপর নির্ভরশীল শরণার্থী হন, তাহলে আপনি আলাদা ভাবে শরণার্থী হতে চাইতে পারেন। আপনি আলাদা আবেদন করলে, ইমিগ্রেশন এবং ন্যাশানালিটি ডাইরেক্টোরেটের (Immigration and Nationality Directorate) উচিত আপনার আশ্রয় চাইবার কারণের সাথে আপনি একজন একা মহিলা হয়ে দেশে ফিরে গেলে আপনার যে বিপদের সম্ভাবনা থাকবে তাও বিবেচনা করা। যেমন আপনাকে এক ঘরে করে রাখা হতে পারে, কলঙ্কিত বলা হতে পারে, সামাজিক পদ-মর্যাদা বা অর্থনৈতিক সচ্ছলতা ক্ষুন্ন হতে পারে (এবং কোন কোন সংস্কৃতিতে আপনাকে 'সম্মান রক্ষার জন্য প্রাণদন্ড' দেওয়া হতে পারে)।

সাহায্য, খবরাখবর এবং উপদেশের জন্য আপনার কোন রেজিস্টার্ড ইমিগ্রেশন এ্যাডভাইসারি সার্ভিসের (registered immigration advisory service) সাহায্য নেওয়া উচিত। আপনি কি অবস্থাতে আছেন এবং আপনার উপর কি ধরনের অত্যাচার করা হচ্ছে সে বিষয়ে তাদের বিস্তারিত জানান (সম্ভব হলে নিরপেক্ষ প্রমাণের সাথে)।

আপনার যদি অন্য কোন কারণে অনিশ্চিত ইমিগ্রেশন অবস্থা থাকে

আপনি যদি ডোমেস্টিক ভায়ল্যান্স ইমিগ্রেশন রুলের (Domestic Violence Immigration Rule) আওতায় আবেদন করতে না পরেন, তাহলে আপনি আর্থিক সাহায্যের জন্য আপনার স্থানীয় প্রশাসনের কাছে আবেদন করতে পারেন। আপনি স্থানীয় ডোমেস্টিক ভায়ল্যান্স সার্ভিসের (domestic violence service) কাছেও সাহায্যের জন্য আবেদন করতে পারে (নীচে দেখুন)

আপনি যদি নো রিকোর্স টু পাবলিক ফান্ডের আওতায় থাকেন

আপনি যদি এখনো ইমিগ্রেশনের বিচারাধীন থাকেন, আপনার এই দেশে থাকার বিষয়ে সিদ্ধান্ত না হওয়া পর্যন্ত, আপনি অধিকাংশ রাষ্ট্রীয় সাহায্য পাওয়ার উপযুক্ত হবেন না।

এই নিয়মের কিছু (ছোটখাটো) ব্যতিক্রম আছে। অনিশ্চিত ইমিগ্রেসান অবস্থার মহিলারা, যারা সাংসারিক অত্যাচারের সম্মুখীন হচ্ছেন, তাদের জন্য সাপোর্টিং পিপলের (Supporting People) দ্বারা সাহায্যের ব্যবস্থা আছে। তাদের !হাউজিং রিলেটেড সাপোর্ট' ("housing related support") দেওয়া হয় কোন রিফিউজে, বা কোন অস্থায়ী বাসস্থানে, বা কমিউনিটির মধ্যে ("ফ্লোটিং সাপোর্টের সাহায্যে" / "floating support")। তবে এটা শুধুমাত্র সাহায্যকারী কর্মীদের খরচা দেয়, এবং বাড়ি ভাড়া (রিফিউজ বা অস্থায়ী বাসস্থানের ভাড়া) বা দৈনন্দিন জীবনযপনের খরচা দেয় না।

চিলড্রেন্স এ্যাক্ট ১৯৮৯ অনুযায়ী, স্থানীয় প্রশাসনের বিধিবদ্ধ ক্ষমতা আছে কোন শিশুর !প্রয়োজনে' বা !গুরুত্বপূর্ণ ক্ষতির ঝুঁকি' থাকলে তাদের দরকার মতো খাওয়ানোর, থাকার ব্যবস্থা করার ও দেখাশোনা করার - যদিও আপনি শরণার্থী হিসেবে সাহায্য পাওয়ার উপযুক্ত হলে এই সাহায্য পাওয়া যাবে না।

ন্যাশানাল এ্যাসিসটেন্স এ্যাক্ট ১৯৪৮ অনুযায়ী, স্থানীয় প্রশাসনের ক্ষমতা আছে সাংসারিক নিপীড়ণের শিকারদের সাহায্য করার, যদিও যারা ইমিগ্রেশনের কন্ট্রোলের আওতায় পড়েন তারা সাহায্য পাবেন খুবই বিপদগ্রস্থ হলে, বা তাদের কোন বিশেষ প্রয়োজন থাকলে; এবং এই সব স্থানীয় কর্তাদের সিদ্ধান্তের উপর নির্ভর করবে।

কোন কোন রিফিউজ সংস্থা আপনার "নো রিকোর্স টু পাবলিক ফান্ড" ("no recourse to public funds") থাকলে আপনাকে আশ্রয় দেবে, এবং সাহায্য করবে। তাদের এই খরচা নিজেদের জমানো টাকা থেকে দিতে হবে, আর তাই এক সাথে কতজন এই রকম অবস্থার মহিলাদের তারা সাহায্য করতে পারবে, তা সীমাবদ্ধ হয় ।

এই সংস্থাদের যোগাযোগ করতে উইমেন্স এইড্ ও রিফিউজের মধ্যে পার্টনারশিপে চালানো ফ্রী-ফোন ২৪ ঘন্টা ন্যাশনাল ডোমেষ্টিক ভায়ল্যান্স হেল্প লাইনে ফোন করতে পারেন 0808 2000 247 এ নাম্বারে। এই হেল্প-লাইন ল্যাংগুয়েজ-লাইনের সদস্য এবং তাই তারা দোভাষীর ব্যবস্থা করতে পারে, ও স্থানীয় অঞ্চলে সাহায্যকারী সংস্থার খবর আপনাকে দিতে পারে।