

ਇਸ ਨੂੰ ਕੱਟ ਅਤੇ ਭੇਜੋ :-

Asian Americans
for Community Involvement-
Domestic Violence Program
2400 Moorpark Avenue, Suite 300
San Jose, CA 95128

- \$..... ਟੈਕਸ ਕੱਟਣ ਤੋਂ ਯੋਗ ਮੇਰੀ ਤਰਫੋਂ ਦਾਨ ਨਾਲ ਨੱਥੀ ਹੈ। (ਆਪਣਾ ਚੈੱਕ AACI ਦੇ ਹੱਕ ਵਿੱਚ ਭਰੋ)
- ਮੈਨੂੰ AACI ਦੇ ਘਰੇਲੂ ਤਸੱਦਦ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਦੀ ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।
- ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ/ਇਸਤਹਾਰ ਨੀਚੇ ਲਿਖੇ ਪਤੇ ਤੇ ਭੇਜੋ।
- ਮੈਂ ਘਰੇਲੂ ਤਸੱਦਦ ਦੇ ਬਾਰੇ ਵਿੱਚ ਕੁਝ ਵਿਚਾਰ ਦੇਣਾ ਚਾਹੁੰਦਾ ਹਾਂ।
- ਮੈਂ AACI ਦੇ ਘਰੇਲੂ ਤਸੱਦਦ ਮਹਿੰਮ ਦੇ ਨਾਲ ਸਵੈਸੇਵਕ ਤੌਰ ਤੇ ਜੁੜਨਾ ਚਾਹੁੰਦਾ/ਚਾਹੁੰਦੀ ਹਾਂ।

ਨਾਂ (Name)

ਪਤਾ (Address)

ਸ਼ਹਿਰ (City)

ਸੂਬਾ (State) ਜ਼ਿਪ ਕੋਡ (Zip Code)

ਫੋਨ (Phone)

ਅਨੁਚਿਤ ਵਿਵਹਾਰ ਦੇ ਚਿੰਨ੍ਹ

ਕੀ ਤੁਹਾਡਾ ਪਾਰਟਨਰ.....

ਤੁਹਾਨੂੰ ਨੀਚਾ ਵਿਖਾਉਂਦਾ ਹੈ, ਹੋਰ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਸਾਹਮਣੇ ਵੀ?

ਤੁਹਾਨੂੰ ਫਿਜ਼ੂਲ ਜਾਂ ਪਾਗਲ ਆਖਦਾ ਹੈ।

ਕੀ ਉਹ ਘਿਰਨਾ ਕਰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਅਧਿਕਾਰਾਤਮਕ ਰਵਾਇਆ ਰੱਖਦਾ ਹੈ?

ਕੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਉਸ ਦੀ ਗੱਲ ਨਾਂ ਮੰਨਣ ਤੇ ਡਰ ਦਾ ਅਨੁਭਵ ਕਰਾਉਂਦਾ ਹੈ?

ਕੀ ਤੁਹਾਡੀ ਆਪਣੀ ਜਾਇਦਾਦ ਨੂੰ ਬਰਬਾਦ ਕਰਦਾ ਹੈ?

ਕੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਦੋਸਤਾਂ ਜਾਂ ਪਰਿਵਾਰ ਨੂੰ ਨਹੀਂ ਮਿਲਣ ਦਿੰਦਾ?

ਕੀ ਤੁਹਾਡੇ ਪੈਸੇ ਤੇ ਕਬਜ਼ਾ ਕਰਦਾ ਹੈ?

ਕੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪੈਸੇ ਮੰਗਣ ਤੇ ਮਜਬੂਰ ਕਰਦਾ ਹੈ?

ਕੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਧੱਕਾ ਦਿੰਦਾ ਹੈ, ਬੱਧੜ ਮਾਰਦਾ ਹੈ, ਜਾਂ ਮਾਰ ਕੁੱਟ ਕਰਦਾ ਹੈ?

ਕੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਮਾਰਣ ਦੀ ਧਮਕੀ ਦਿੰਦਾ ਹੈ?

ਕੀ ਤੁਹਾਡੀ ਮਰਜ਼ੀ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਸ਼ਰੀਰਕ ਸੰਬੰਧ ਬਨਾਉਣ ਵਾਸਤੇ ਜਬਰਦਸਤੀ ਕਰਦਾ ਹੈ?

ਤਸੱਦਦ ਦਾ ਕਾਰਣ ਸ਼ਰਾਬ ਜਾਂ ਦਵਾਈਆਂ ਨੂੰ ਆਖਦਾ ਹੈ?

ਕੀ ਤਸੱਦਦ ਹੋਣ ਦਾ ਆਰੋਪ ਤੁਹਾਡੇ ਤੇ ਲਾਉਂਦਾ ਹੈ? ਕੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੁੱਟਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਮੁਆਫੀ ਮੰਗਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਕਹਿੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਅੱਗੋਂ ਨੂੰ ਅਜਿਹਾ ਨਹੀਂ ਹੋਵੇਗਾ?

ਕਿਸੀ ਨੂੰ ਵੀ ਗਾਲੀ ਨਹੀਂ ਦਿੱਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਜਾਂ ਬੇਇੱਜਤ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ। ਸਹਾਇਤਾ ਉਪਲਬਧ ਹੈ।

ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ : (408) 975-2730 (ਦਫਤਰੀ ਸਮਾਂ)
(408) 975-2739 (24 ਘੰਟੇ)
ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ

ਇੱਕ ਘਰੇਲੂ ਮਹਿੰਮ ਅਤੇ ਬਚਾਉ

ਸਤਾਏ ਹੋਏ

ਅਤੇ

ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ

ਦੋਸ਼ਿਅਨ ਅਮਰੀਕਨ ਔਰਤਾਂ



ਦੋਸ਼ਿਅਨ ਔਰਤਾਂ ਦਾ ਆਪਣਾ ਘਰ

ਇੱਕ ਮਹਿੰਮ

ਦੋਸ਼ਿਅਨ ਅਮਰੀਕਨ ਔਰਤਾਂ ਦੀ ਭਲਾਈ ਬਾਰੇ



Punjabi

ਘਰੇਲੂ ਉੱਪਰ (ਤਸੱਦਦ) ਇੱਕ ਦੁਰ- ਵਿਵਹਾਰ ਹੈ ਅਤੇ ਤਸੱਦਦ ਇੱਕ ਰਵੱਈਆਂ ਹੈ ਜਿਹੜਾ ਪਤੀ-ਪਤਨੀ ਜਾਂ ਨੇੜੇ ਦੇ ਗੂੜੇ ਸਬੰਧਾਂ ਵਿੱਚ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਇਹ ਤਸੱਦਦ ਅਕਸਰ ਜਿਸਮਾਨੀ ਚੋਟ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਪਰੰਤੂ ਇਸ ਦੇ ਵਿੱਚ ਕਾਮਵਿੱਤੀ ਹਮਲਾ, ਧਮਕੀਆਂ, ਸ਼ਾਬਦਿਕ ਕੁਬਚਨ, ਭਾਵੁਕ ਦੁਰਵਿਵਹਾਰ ਅਤੇ ਜਾਇਦਾਦਾਂ ਦੀ ਬਰਬਾਦੀ ਵੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ।

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਘਰੇਲੂ ਤਸੱਦਦ ਅਨੁਭਵ ਕੀਤਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਇਕੱਲੇ ਨਹੀਂ ਹੋ।

- ❖ ਅਮਰੀਕਾ ਵਿੱਚ 5 ਤੋਂ 44 ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਦੀ ਔਰਤਾਂ ਵਿੱਚ ਘਰੇਲੂ ਤਸੱਦਦ ਹੀ ਪੀੜਤ ਹੋਣ ਦਾ ਮੁੱਖ ਕਾਰਣ ਹੈ।
- ❖ ਘਰੇਲੂ ਤਸੱਦਦ ਹਰ ਕਿਸਮ ਦੇ ਲੋਕਾਂ, ਜਾਤਾਂ, ਧਰਮਾਂ, ਵਰਗਾਂ, ਕਾਮਵਿੱਤੀ ਨਿਰਧਾਰਨ ਅਤੇ ਆਮਦਨੀ ਪੱਧਰ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਵਿੱਚ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।
- ❖ ਇਹ ਅਮਰੀਕਾ ਵਿੱਚ ਨਵੇਂ ਆਏ ਲੋਕਾਂ ਅਤੇ ਜਿਹੜੇ ਇੱਥੋਂ ਦੇ ਜੱਮ-ਪਲ ਹਨ ਵਿੱਚ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

- ❖ ਇਸ ਤਸੱਦਦ ਵਿਆਹੇ, ਕੁੱਵਾਰੇ, ਇਸਤਰੀ-ਮਰਦਾਂ ਵਿੱਚ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਘਰੇਲੂ ਤਸੱਦਦ ਉਦੋਂ ਵਧਦਾ ਹੈ ਜਦੋਂ ਰਿਸ਼ਤੇ ਵਿੱਚੋਂ ਇੱਕ ਸਾਥੀ ਦੂਜੇ ਨੂੰ ਸ਼ਕਤੀ ਪ੍ਰਯੋਗ ਕਰਕੇ ਕਾਬੂ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਦੁਰਵਿਵਹਾਰ ਹੋ ਰਿਹਾ ਹੈ ਤਾਂ ਇਸਦੇ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡਾ ਕਸੂਰ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਕੋਈ ਵੀ ਦੁਰਵਿਵਹਾਰ ਦੇ ਕਾਬਿਲ ਨਹੀਂ ਹੈ।

ਇਸ ਤੋਂ ਵੀ ਵੱਧ ਘਰੇਲੂ ਤਸੱਦਦ ਕਾਨੂੰਨ ਦੇ ਵਿਰੁੱਧ ਹੈ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਪੂਰਾ ਅਧਿਕਾਰ ਹੈ, ਜੀਵਨ ਨੂੰ ਬਿਨਾਂ ਤਿਰਸਕਾਰ ਤੋਂ ਅਤੇ ਤਸੱਦਦ ਦੇ ਡਰ ਤੋਂ ਰਹਿਤ ਵਤੀਤ ਕਰਨ ਦਾ।

ਏਸ਼ਿਆਈ ਅਮਰੀਕਨ ਫਿਰਕਿਆਂ ਵਿੱਚ ਘਰੇਲੂ ਤਸੱਦਦ ਇੱਕ ਵਿਵਰਜਿਤ ਵਿਸ਼ਾ ਹੈ। ਏਸ਼ਿਆਈ ਔਰਤਾਂ ਨੂੰ ਸੱਭਿਆਚਾਰਿਕ ਭਾਸ਼ਾ ਦੇ ਅਧਾਰ ਅਤੇ ਆਰਥਿਕ ਰੋਕਾਂ ਦੇ ਨਾਲ-ਨਾਲ ਕਾਨੂੰਨੀ ਹਕਾਂ ਅਤੇ ਸਾਧਨਾ ਅਤੇ ਗਿਆਨ ਦਾ ਅਭਾਵ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਇਸ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਬਹੁਤ ਸਾਰੀਆਂ ਪੀੜਤ ਏਸ਼ਿਆਈ ਔਰਤਾਂ ਲੋਕ-ਲੱਜਾ ਦੇ ਡਰ ਤੋਂ ਸ਼ਾਂਤ ਅਤੇ ਇਕਾਂਤ ਰਹਿੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਮੁੱਦਿਆਂ ਦੇ ਸਦਕੇ ਔਰਤਾਂ ਰਿਪੋਰਟ ਕਰਨ ਅਤੇ ਮਦਦ ਲੈਣ ਤੋਂ ਗੁਰੇਜ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ।

ਪਰ ਤਸੱਦਦ ਖਤਮ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ, ਇਹ ਸਮੇਂ ਦੇ ਨਾਲ-ਨਾਲ ਹੋਰ ਖਰਾਬ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਜਾਂ ਕੋਈ ਹੋਰ ਜੋ ਘਰੇਲੂ ਤਸੱਦਦ ਦਾ ਸ਼ਿਕਾਰ ਹੋ ਚੁੱਕਾ ਹੈ ਤਾਂ AACI ਦੇ ਘਰੇਲੂ ਤਸੱਦਦ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਅਤੇ ਏਸ਼ਿਆਈ ਔਰਤਾਂ ਦਾ ਨਿਵਾਸ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ।

24 ਘੰਟੇ ਦੀ ਹਾਟ-ਲਾਈਨ ਦੇ ਨੰਬਰ (408) 975-2739 ਨਾਲ ਸਮਪਰਕ

ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

❖

AACI ਦਾ ਘਰੇਲੂ-ਤਸੱਦਦ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਏਸ਼ਿਆਈ ਔਰਤਾਂ ਦਾ ਨਿਵਾਸ, ਏਸ਼ਿਆਈ ਅਤੇ ਪੇਸਿਫਿਕ ਔਰਤਾਂ ਅਤੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀਆਂ ਜਰੂਰਤਮੰਦ ਲੋੜਾਂ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰਨ ਲਈ ਹੱਦ ਵਿੱਚ ਆਇਆ ਸੀ।

ਭਾਸ਼ਾ ਵਿਵਾਦੀ ਅਤੇ ਸੱਭਿਆਚਾਰਕ ਲੋੜਾਂ ਦੀ ਪਹਿਲ ਦੇ ਅਧਾਰ ਤੇ ਅਤੇ ਦੂਜੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਮੁਹੱਈਆ ਕਰਾ ਕੇ ਸਹਿਯੋਗ ਦੇਣ ਉਪਰੰਤ, AACI ਸੇਵਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਵਿਥ ਭਰਦਾ ਹੈ। AACI ਏਸ਼ਿਆਈ ਪੀੜਤ ਔਰਤਾਂ ਅਤੇ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਸਹਿਯੋਗੀ ਕੁੜਕੀ (Network) ਹੈ।

ਸਾਡੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ :-

- ❖ 24 ਘੰਟੇ ਸੰਕਟ ਹਾਟ-ਲਾਈਨ।
- ❖ ਅਪਾਤ-ਕਾਲੀਨ ਖਾਣਾ ਅਤੇ ਕਪੜੇ।
- ❖ 24 ਘੰਟੇ ਅਪਾਤ-ਕਾਲੀਨ ਔਰਤਾਂ ਅਤੇ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਆਸਰਾ।
- ❖ ਵਿਅਕਤੀਗਤ ਜਾਂ ਗਰੁੱਪ ਵਿੱਚ ਔਰਤਾਂ ਅਤੇ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਸਲਾਹ।
- ❖ ਔਰਤਾਂ ਅਤੇ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਤਸੱਦਦ ਰਹਿਤ ਜੀਵਨ ਬਣੀਤ ਕਰਨ ਲਈ ਸਲਾਹ।
- ❖ ਪੇਸ਼ੇਵਰ ਅਤੇ ਸੰਗਠਤ ਗਰੁੱਪਾਂ ਦੇ ਲਈ ਘਰੇਲੂ ਸਿੱਖਿਆ ਅਤੇ ਯੋਗ ਟਰੇਨਿੰਗ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨਾ।
- ❖ ਸੂਚਨਾ ਅਤੇ ਸੰਬੰਧ ਜੋੜਨਾ।

ਸਾਰੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ :-

- ❖ ਸੰਪੂਰਨ ਗੁਪਤ ਹਨ।
- ❖ ਅੰਗ੍ਰੇਜੀ ਅਤੇ ਏਸ਼ਿਆਈ ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਉਪਲਬਧ ਹਨ।
- ❖ ਮੁਫਤ ਜਾਂ ਘੱਟ ਖਰਚੇ ਤੇ ਹਨ।

ਤੁਸੀਂ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ :

ਸਮੁੱਚੀ ਕੌਮ ਮਿਲਕੇ ਘਰੇਲੂ ਤਸੱਦਦ ਨੂੰ ਖਤਮ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ।

- ❖ ਦੁਰ-ਵਿਵਹਾਰ ਪੀੜਤ ਦੀ ਹਿਮਾਇਤ ਕਰੋ : ਤਸੱਦਦ ਦੇ ਖਿਲਾਫ ਅਵਾਜ਼ ਉਠਾਓ, ਪੀੜਤਾਂ ਨੂੰ ਮਦਦ ਲੈਣ ਲਈ ਉਤਸਾਹਿਤ ਕਰੋ।
- ❖ ਹੋਰ ਸਿੱਖੋ : ਕਿਸੀ ਸਮਾਜ ਸ਼ਾਸਤਰੀ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਗਰੁੱਪ ਦੇ ਵਿੱਚ ਬੋਲਣ ਲਈ ਕਹੋ।
- ❖ ਸਵੈਸੇਵਕ : ਤੁਹਾਡੀ ਕੁਸ਼ਲਤਾ ਅਤੇ ਯੋਗਤਾ ਦੀ ਜਰੂਰਤ ਹੈ ਏਸ਼ਿਆਈ ਤਸੱਦਦ ਪੀੜਤ ਔਰਤਾਂ ਲਈ।
- ❖ ਯੋਗਦਾਨ : ਵਿੱਤੀ ਅਤੇ/ਜਾਂ ਪਦਾਰਥਿਕ ਦਾਨ ਦੇ ਨਾਲ AACI ਦੇ ਘਰੇਲੂ ਤਸੱਦਦ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਦੇ ਵਿੱਚ ਯੋਗਦਾਨ ਪਾ ਸਕਦੇ ਹੋ।