বয়স্কদের উপরে নির্যাতনকে না বলুন

কিভাবে নিজেকে রক্ষা করবেন এবং নির্যাতনের ঘটনা রিপোর্ট করবেন

TOWER HAMLETS

নির্যাতন কি?

যখন কেউ আপনাকে এমন কথা বলেন অথবা এমন কাজ করেন যার ফলে আপনার মন খারাপ হয় অথবা আপনি আঘাত পান, অথবা কেউ যদি আপনার থেকে জিনিসপত্র নিয়ে যান তাহলে তাকে নির্যাতন বলা হয়।

নির্যাতন সবসময় ইচ্ছাকৃতভাবে করা হয় না

অনেক সময় অসুস্থ ব্যক্তি রেগে গিয়ে তাদের কেয়ারার অথবা যিনি তাকে সাহায্য করছেন তাকে নির্যাতন করতে পারেন। অনেক সময় একজন কেয়ারার শারীরিকভাবে সম্পূর্ণ ক্লান্ত অথবা আবেগগত দিকে পরিশ্রান্ত থাকেন এবং এক্ষেত্রে নিজেকে খাপ খাইয়ে নিতে ব্যর্থ হতে পারেন।

যদি আপনি একজন কেয়ারার হয়ে থাকেন এবং এই পরিস্থিতির কোন একটির মুখোমুখি হন তাহলে দয়া করে কেয়ারার সেন্টারে **020 7790 1765** নাম্বারে ফোন করুন।

এসব পরিস্থিতি কত কঠিন হতে পারে সেটি টাওয়ার হ্যামলেটস্ জানে। তারা মানে যে কেয়ারার হিসাবে আপনার দায়িত্ব পালন নিশ্চিত করার জন্য আপনাকে পুরোপুরি সহায়তা করার দায়িত্ব আমাদের।

নির্যাতন বিভিন্ন ধরনের হতে পারে

শারীরিক নির্যাতন

কেউ যখন আপনাকে শারীরিকভাবে আঘাত করে তখন তাকে শারীরিক নির্যাতন বলে।

যৌন নির্যাতন

কেউ যদি আপনাকে আপনার ইচ্ছার বিরুদ্ধে যৌন কর্মকান্ডে বাধ্য করে তাকে যৌন নির্যাতন বলে। এর ভেতরে আছে কেউ যদি আপনার ইচ্ছার বিরুদ্ধে গোপনাঙ্গ স্পর্শ করে অথবা তাদের গোপনাঙ্গ স্পর্শ করতে আপনাকে বাধ্য করে অথবা তার সাথে জোরপূর্বক সঙ্গমে আপনাকে বাধ্য করে।

মানসিক নির্যাতন

যখন কেউ আপনার অনুভূতিকে আঘাত করার জন্য খারাপ কথা বলে অথবা আপনার সাথে চিৎকার করে তখন তাকে আবেগগত নির্যাতন বলে। এর ভেতরে আছে আপনাকে গালি দেয়া, হুমকি প্রদান করা অথবা অবজ্ঞা করা।

আর্থিক নির্যাতন

যখন কেউ আপনার অনুমতি ছাড়া আপনার জিনিসপত্র নিয়ে যায় অথবা তাদেরকে জিনিসপত্র দিয়ে দিতে আপনাকে বাধ্য করে তখন তাদের আর্থিক নির্যাতন বলে।

নির্যাতনের ভেতরে পারিবারিক নির্যাতনও অন্তর্ভূক্ত যেখানে একজন ঝুঁকিগ্রস্ত বয়স্ককে নির্যাতন করা হয় অথবা জোরপূর্বক বিয়ে করতে বাধ্য করা হয়।

অবহেলা

যখন আপনার উপযুক্ত দেখাশোনা করা হয় না তখন আপনাকে অবহেলা করা হয়। এর ভেতরে আছে আপনি যদি অধিকাংশ সময় অভুক্ত, নোংরা অথবা ঠান্ডার ভেতরে থাকেন এবং আপনার যে সহায়তা দরকার সেটি না পান।

বৈষম্য

যখন কেউ আপনার ভিন্নতার কারণে আপনাকে খারাপ কথা বলে বা আপনার সাথে খারাপ আচরণ করে তখন তাকে বৈষম্য বলে। এটি আপনার বর্ণ, প্রতিবন্ধকতা, ধর্ম, যৌনমুখীতা অথবা বয়সের কারণে হতে পারে।

এসব নির্যাতন আপনার ঘর অথবা কেয়ার হোমের মত জায়গাসহ যেকোন স্থানে ঘটতে পারে ।

কে আপনাকে নির্যাতন করতে পারে?

যে কেউ আপনাকে নির্যাতন করতে পারে।
তারা আপনার পরিচিত বা অপরিচিত দুটোই হতে পারেন।

নির্যাতন কোথায় ঘটতে পারে?

আমি কার কাছে এই নির্যাতনের কথা বলতে পারব?

আপনার বিশ্বস্ত এমন কারো কাছে যত তাড়াতাড়ি সম্ভব এই নির্যাতনের ঘটনা বলুন।

এরপরে কি হবে?

আপনি যদি পুলিশ অথবা আপনার সোশ্যাল ওয়ার্কারকে ঘটনা জানান তাহলে তারা:

- আপনার ঘটনা শুনবেন
- আপনাকে নিরাপদ থাকতে সাহায্য করবেন
- আরো বিস্তারিত অনুসন্ধান করবেন
- আপনাকে সাহায্য ও সহযোগিতা দিবেন

গুরুত্বপূর্ণ ফোন নাম্বার

ঝুঁকিপূর্ণ বয়স্ক ব্যক্তিদের নিরাপত্তা বিধান সংক্রান্ত সাধারণ পরামর্শ ও তথ্যের জন্য যোগাযোগ করুন:

টেলি: 020 7364 2019

ইমেইল: adultsafeguarding@towerhamlets.gov.uk

আপনার উদ্বেগ জানাতে হলে অথবা নির্যাতনের ঘটনা জানাতে হলে সোশ্যাল কেয়ার টীমের সাথে যোগাযোগ করুন

টেলি: 020 7364 5005

ফ্যাক্স: 020 7364 3860

ইমেইল: adultcare@towerhamlets.gov.uk

টাওয়ার হ্যামলেটস্ আউট অফ আওয়ার্স টীম:

টেলি: 020 7364 4079 (বিকাল ৫টার পরে)

এছাড়াও আপনি কাউন্সিলের ওয়েবসাইট দেখতে পারেন:

www.towerhamlets.gov.uk/safeguarding

পুলিশ

ইমার্জেন্সি নয় এমন পুলিশী বিষয়ের জন্য দয়া করে যোগাযোগ করুন

পাবলিক প্রোটেকশান: 020 7275 4764

ইমেইল: towerhamletssafeguarding@met.police.uk

জরুরী পরিস্থিতিতে 999 নাম্বার ডায়াল করুন

আরো তথ্যের জন্য যোগাযোগ করুন

এ্যাকশান অন এল্ডার এ্যাবিউস

এটি একটি ন্যাশনাল চ্যারিটি যেটি বৃদ্ধদের নিরাপত্তা বিধানের জন্য কাজ করছে এবং বিভিন্ন ধরনের তথ্য দিয়ে থাকে।

টেলি: 020 8835 9280
ইমেইল: enquiries@elderabuse
ওয়েবসাইট: www.elderabuse.org.uk
হেল্পলাইন: 0808 808 8141

ভয়েস ইউকে

এটি একটি ন্যাশনাল চ্যারিটি, এটি যারা শিক্ষা প্রতিবন্ধী (লার্নিং ডিজএ্যাবিলি আছে) এবং যেসব ঝুঁকিগ্রস্ত লোকজন নিজেরা অপরাধ অথবা নির্যাতনের শিকার হয়েছেন তাদের পরিবার, কেয়ারার ও পেশাদার কর্মচারীদের সাহায্য করে।

ওয়েবসাইট: voiceuk.org.uk
হেল্পলাইন: 0808 802 8686

ডোমেস্টিক ভায়োলেন্স

২৪ ঘন্টা খোলা হেল্পলাইন ফ্রীফোন 0808 2000 247

ভিকটিম সাপোর্ট

লন্ডন ভিকটিম কেয়ার টীমের সাথে কথা বলতে হলে 0845 450 3936 নাম্বারে ফোন করুন। এই লাইনটি সোম থেকে শুক্রবার সকাল ৮টা থেকে সন্ধ্যা ৮টা পর্যন্ত খোলা থাকে।

গভর্মেন্ট ইনফরমেশান

ওয়েবসাইট: www.direct.gov.uk

Translation

This leaflet tells you how to protect yourself and report adult abuse. Adult abuse is when someone does or says things to you that make you upset or hurt you, or when they take things from you. If you would like this leaflet translated call **0800 952 0119**.

এই লিফলেটটিতে কিভাবে আপনি নিজেকে রক্ষা করবেন এবং বয়স্কদের উপরে নির্যাতনের কথা জানাবেন সেটি বলা হয়েছে। যদি কেউ আপনাকে এমন কথা বলেন অথবা এমন কাজ করেন যার ফলে আপনার মন খারাপ হয় অথবা আপনি আঘাত পান, অথবা কেউ যদি আপনার থেকে জিনিসপত্র নিয়ে যান তাহলে তাকে বয়স্ক নির্যাতন বলা হয়। আপনি যদি এই লিফলেটের অনুবাদ চান তাহলে **0800 952 0119** নাম্বারে ফোন করুন।

本單張是關於你應該如何保護自己以及如何舉報成人虐待事件。成人虐待是當有人因行為或言語上對你做成的煩惱或傷害，或當他們奪取你的物件。如果你希望獲取本單張的中文譯本請致電 **0800 952 0119**。

Tờ rơi này nói về làm cách nào để bảo vệ bạn và báo cáo xâm phạm đối với người lớn. Xâm phạm đối với người lớn là khi một người nào đó làm hoặc nói việc gì làm cho bạn buồn lòng hoặc đau đớn, hoặc khi họ tước đoạt vật gì của bạn. Nếu muốn có tờ rơi này dịch sang tiếng nói của bạn, xin gọi **0800 952 0119**.

Buugyarahan wuxuu ku saabsan yahay sida naftaada loo ilaaliyo isla markaana looga warbixiyo qof wayn oo lagu xadgudbayo. Qof wayn oo lagu xadgudbayo waa goortii qof uu kugu sameeyo ama kugu yiraahdo waxyaabo kaa careysiiya ama niyadda kaa dhiba, ama goortii ay kaa qaataan waxyaabo. Haddaad jeclaan lahayd in laguu turjumo buug yarahan soo wac telefoonka **0800 952 0119.**

43985

Produced by Tower Hamlets Council's Communications Unit • TD12662 • May 2010
With thanks to Barnet Council for allowing use of their content in this booklet