



পারিবারিক ও গৃহ নির্যাতন। এখন 'যথেষ্ট' বলার সময় হয়েছে।

পারিবারিক ও গৃহ নির্যাতন গ্রহণযোগ্য নয়।

পারিবারিক ও গৃহ নির্যাতন হলো এমন আচরণ যা কোনো ব্যক্তির মনে ভয় সৃষ্টি করতে পারে।

এটা হতে পারে:

- শারীরিক, মৌখিক, আবেগগত, যৌন বা মানসিক নিপীড়ন
- অবহেলা
- আর্থিক নিগ্রহ
- ক্রমাগত হযরানি করা
- কাউকে নিয়ন্ত্রণ করা
- কোনো ব্যক্তি, প্রাণী বা সম্পত্তির ক্ষতি করা
- ধর্মীয় বা সাংস্কৃতিক কর্মকাণ্ডে অংশগ্রহণ বন্ধ করা, এবং
- শিশুদেরকে এই সব আচরণের সম্মুখীন করা।

সব মানুষই পারিবারিক ও গৃহ নির্যাতনের সম্মুখীন হতে পারে। এটি সব ধরনের সম্পর্কের ক্ষেত্রে ঘটতে পারে যার মধ্যে রয়েছে:

- অতীতের বা বর্তমানের সম্পর্কগুলো, লিঙ্গ বা যৌনতা যাই হোক না কেন
- আত্মীয় ও অভিভাবক
- বৃদ্ধ, প্রতিবন্ধী বা অসুস্থ ব্যক্তিদের পরিচর্যাকারী, এবং
- সাংস্কৃতিকভাবে স্বীকৃত পারিবারিক গ্রুপগুলো।

পারিবারিক ও গৃহ নির্যাতন দ্বারা প্রভাবিত ব্যক্তির নিজেদের ও তাদের পরিবারের জন্য ভীতির মধ্যে জীবন-যাপন করতে পারে। তারা একটি সহিংস সম্পর্ক ছেড়ে গেলেও এটি ঘটতে পারে।

সমর্থন

যদি আপনি বা আপনার পরিচিত কেউ প্রভাবিত হয়ে থাকে, আমরা আপনাকে কমিউনিটিতে সহায়তা পরিষেবার সাথে যোগাযোগ করিয়ে দিতে পারি, যার মধ্যে রয়েছে বিশেষজ্ঞ, জরুরি আবাসন, গৃহায়ন, ও আইনি সহায়তা।

আপনি আমাদের কাছ থেকে পেমেন্ট ও পরিষেবা পাওয়ার যোগ্য কিনা তাও আমরা পরীক্ষা করে দেখতে পারি, এগুলোর মধ্যে রয়েছে:

- আয় সহায়তা পেমেন্ট
- Crisis Payment (সঙ্কটকালীন পেমেন্ট)
- চাকরি খোঁজা থেকে অব্যাহতি প্রদান
- চাইল্ড সাপোর্ট সংগ্রহ করা
- সোশ্যাল ওয়ার্ক সার্ভিস।

আমাদের বিনামূল্যে দোভাষী ও অনুবাদ পরিষেবা রয়েছে। আপনার ভাষায় আমাদের সাথে কথা বলতে:

- Centrelink-এর পেমেন্ট ও পরিষেবা সম্পর্কে **131 202** নম্বরে ফোন করুন, অথবা
- Medicare ও Child Support-এর পেমেন্ট ও পরিষেবাগুলো সম্পর্কে Translating and Interpreting Service (TIS National)-এ **131 450** নম্বরে ফোন করুন।

এছাড়াও আপনি humanservices.gov.au/enough ওয়েবসাইট দেখতে পারেন বা একটি সার্ভিস সেন্টারে যেতে পারেন।

আরো তথ্য

ইংরেজিতে ও আরো বেশ কয়েকটি ভাষায় একটি *Family Safety Pack* পাওয়া যায়। এটিতে পারিবারিক ও গৃহ নির্যাতন, যৌন হামলা, জোরপূর্বক বিয়ে ও পার্টনার ভিসার বিষয়ে অস্ট্রেলিয়ার আইন-কানুন সম্পর্কিত তথ্য আছে। দেখুন: dss.gov.au/familysafetypack

এছাড়াও বিভিন্ন ধরনের কমিউনিটি সহায়তা পরিষেবা আছে, যার মধ্যে রয়েছে:

- **1800RESPECT**
1800 737 732 নম্বরে ফোন করুন-দোভাষী পরিষেবার ব্যবস্থা রয়েছে-অথবা
1800RESPECT.org.au ওয়েবসাইটে যান।
1800RESPECT হলো জাতীয় পারিবারিক নির্যাতন ও যৌন হামলা বিষয়ক পরামর্শ পরিষেবা।
এই পরিষেবাটি বিনামূল্যে দেয়া হয় এবং এটি গোপনীয়। দিনে 24 ঘন্টা, সপ্তাহে সাত দিন পাওয়া যায়।

- **Family Relationship Advice Line**

1800 050 321 নম্বরে ফোন করুন বা **familyrelationships.gov.au** ওয়েবসাইট দেখুন।

Family Relationship Advice Line সেপারেশনের পর পারিবারিক সম্পর্ক ও সন্তানের দেখাশোনার ব্যবস্থা সম্পর্কে তথ্য ও পরামর্শ প্রদান করে। এর ওয়েবসাইটে অনূদিত তথ্য আছে এবং আপনাকে স্থানীয় পরিষেবাগুলোতে রেফার করতে পারে যা সহায়ক হতে পারে।

সোমবার থেকে শুক্রবার সকাল ৪টা থেকে রাত ৪টা পর্যন্ত এবং শনিবারে সকাল 10টা থেকে বিকাল 4টা পর্যন্ত খোলা থাকে (সরকারি ছুটির দিনগুলোতে বন্ধ থাকে)।

- **MensLine Australia**

শুধু ইংরেজিতে তথ্যের জন্য **1300 789 978** নম্বরে ফোন করুন বা **mensline.org.au**

ওয়েবসাইটে যান।

MensLine Australia পুরুষদের জন্য টেলিফোন ও অনলাইন সহায়তা, তথ্য ও রেফারাল সার্ভিস প্রদান করে। এছাড়াও যারা পারিবারিক ও গৃহ নির্যাতন ঘটায় বা এর শিকার হয় তাদের জন্য এটি বিশেষজ্ঞ সহায়তা প্রদান করে।

দিনে 24 ঘণ্টা, সপ্তাহে সাত দিন পাওয়া যায়।

- **Financial Counselling Australia**

শুধু ইংরেজিতে তথ্যের জন্য **1800 007 007** নম্বরে ফোন করুন বা

financialcounsellingaustralia.org.au ওয়েবসাইটে যান।

যে সব ব্যক্তি আর্থিক সমস্যায় পড়েছেন তাদেরকে Financial Counselling Australia বিনামূল্যে গোপনীয় আর্থিক পরামর্শ প্রদান করে। এটি লোকজনকে ঋণের চক্র থেকে বের হয়ে আসতে সাহায্য করতে পারে।

সোমবার থেকে শুক্রবার সকাল 9.30 থেকে বিকাল 4.30 পর্যন্ত খোলা থাকে (সরকারি ছুটির দিনগুলোতে বন্ধ থাকে)। এই নম্বরটি আপনার নিকটবর্তী স্টেট বা অঞ্চলের একটি সার্ভিস প্রোভাইডারের সাথে আপনাকে স্বয়ংক্রিয়ভাবে সংযোগ করিয়ে দেবে।



Family and domestic violence. It's time to say enough.

Family and domestic violence is not acceptable.

Family and domestic violence is behaviour that can cause a person to be fearful.

It can be:

- physical, verbal, emotional, sexual or psychological abuse
- neglect
- financial abuse
- stalking
- control of someone
- harm to a person, animal or property
- stopping spiritual or cultural participation, and
- exposing children to these behaviours.

All people can experience family and domestic violence. It can happen in all types of relationships including:

- past or current relationships, it doesn't matter the gender or sexuality
- relatives and guardians
- carers of older people, people with disability or a medical condition, and
- culturally recognised family groups.

People affected by family and domestic violence may live in fear for themselves and their family. This can happen even when they've left a violent relationship.

Support

If you or someone you know is affected, we can connect you to services in the community, including specialists, emergency accommodation, housing and legal assistance.

We can also check if you are eligible for our payments and services, including:

- income support payments
- Crisis Payment
- exemptions from seeking employment
- collecting child support
- social work services.

We have free interpreters and translators. To speak to us in your language:

- call **131 202** about Centrelink payments and services, or
- the Translating and Interpreting Service (TIS National) on **131 450** about Medicare and Child Support payments and services.

You can also go to **humanservices.gov.au/enough** or visit a service centre.

More information

A *Family Safety Pack* is available in English and in a range of languages. It has information about Australia's laws regarding family and domestic violence, sexual assault, forced marriage and partner visas. Go to **dss.gov.au/familysafetypack**

There are also a range of community support services available, including:

- **1800RESPECT**
Call **1800 737 732**—interpreting services are available—or go to **1800RESPECT.org.au**
1800RESPECT is the national family violence and sexual assault counselling service. The service is free and confidential. Available 24 hours a day, seven days a week.
- **Family Relationship Advice Line**
Call **1800 050 321** or go to **familyrelationships.gov.au**
The Family Relationship Advice Line provides information and advice on family relationship issues and parenting arrangements after separation. It has translated information on its website and can refer you to local services that can help. Available 8 am to 8 pm Monday to Friday and 10 am to 4 pm Saturday (closed public holidays).
- **MensLine Australia**
Call **1300 789 978** or go to **mensline.org.au** for English information only.
MensLine Australia provides telephone and online support for men, information and a referral service. It also provides specialist support to those who inflict or experience family and domestic violence.
Available 24 hours a day, seven days a week.

- **Financial Counselling Australia**

Call **1800 007 007** or go to **financialcounsellingaustralia.org.au** for English information only.

Financial Counselling Australia offers free confidential financial counselling for people experiencing financial problems. It can help people to get out of the cycle of debt. Available 9.30 am to 4.30 pm Monday to Friday (closed public holidays). The number will automatically direct you to a service provider in a state or territory closest to you.