

- নির্যাতিতা দক্ষিণ এশীয় মহিলা এবং তাঁদের সন্তানদের জন্যে মানবীর একটি সাময়িক আবাস আছে। এই বাসস্থানটির নাম আশিয়ানা। বিনা ভাড়াই মহিলারা এখানে কিছুদিন নিরাপদে থাকতে পারেন।
- মানবীর ইংরেজী শিক্ষার স্লাসে মহিলারা প্রতি সপ্তাহে এসে ইংরেজী কথোপকথন শিখতে পারেন।
- জীবিকা বিষয়ক উপদেশ, রেস্যামে লেখা, চাকরী খোঁজা, ইত্যাদি কাজে মানবীর কাউন্সেলাররা আপনাকে সাহায্য করতে পারে।

এ ছাড়া কোর্টে এবং ডাক্তারের কাছে যাওয়া, আইন এবং স্বাস্থ্য সম্পর্কে পরামর্শ, দোভাষীর কাজ, যাতায়াত, ইত্যাদি নানা বিষয়ে মানবী আপনাকে সাহায্য করতে পারে।

আপনার স্বামী অথবা পরিবারের অন্য কোন প্রিয়জন যদি আপনাকে মানসিক বা শারীরিক ভাবে নির্যাতন করে, চূপ করে থাকবেন না। অবশ্যই সাহায্য চান।

মানবী
(৯০৮) ৬১৭-১৬৬২

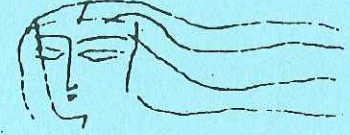
কিছু দরকারী টেলিফোন নম্বর

নারী নির্যাতন হটলাইন ৮০০-৫৭২-৭২৩৩
নারী নির্যাতন কোয়ালিশন ৬০৯-৫৮৪-৮১০৭
যৌন অত্যাচার নিরোধ ৯০৮-৪১৮-১৩৫৪
লেসবিয়ান হটলাইন ৮০০-২২৪-০২১১
রেপ কেয়ার প্রোগ্রাম ৬০৯-৯৮৪-৬১৩৭
নারী এবং এইডস ৮০০-৩৪২-২৪৩৭
ভিস্টিম উইটনেস এডভোকেসি

৬৯০-৯৮৪-৩৮৮০

©2000 Manavi

আপনার নিজের বাড়ি ও পরিবারে মধ্যে নিরাপদে থাকার অধিকার আপনার আছে



আপনাকে শারীরিক বা মানসিক অত্যাচার করার অধিকার কারোর নেই



P.O. Box 3103

New Brunswick, NJ 08903-3103

Ph: (732) 435-1414

E-mail: manavi@manavi.org

নিজেকে নির্যাতন থেকে বাঁচাতে আপনি কি কি করতে পারেন...

- আপনার জীবনে কী ঘটছে তা কোন বিশ্বস্ত আত্মীয় বা বন্ধুকে বলুন।
- এদেশের আইন কি এবং কোথায় কি সাহায্য পাওয়া যাবে জানতে মানবীর অফিস বা কোন ডোমেস্টিক ভায়োলেন্স (নারী নির্যাতন প্রতিরোধকারী) সংস্থাকে ফোন করুন।
- নিরাপত্তার অভাব বোধ করলে, ৯১১ নম্বরে ফোন করে পুলিশ ডাকুন।
- আইনের সাহায্যে রেস্ট্রাইনং অর্ডার জারী করুন। রেস্ট্রাইনং অর্ডার থাকলে নির্যাতনকারী আপনার সঙ্গে কোন যোগাযোগ রাখতে পারবে না। এতে আপনি নিরাপদে থাকতে পারবেন।

- আপনি যদি বাড়ী ছেড়ে চলে যাওয়ার সিদ্ধান্ত নেন, সঙ্গে দরকারী কাগজপত্র নিতে ভুলবেন না। নিজের এবং আপনার সন্তানদের পাসপোর্ট, জন্মের সার্টিফিকেট, ড্রাইভার্স লাইসেন্স, ব্যাঙ্কের চেক বই, জমানো টাকা, ক্রেডিট কার্ড, স্বাস্থ্যবীমা, সোশাল সিকিউরিটি কার্ড, ইত্যাদি সঙ্গে নিয়ে যাবেন।

আপনি আমেরিকার নাগরিক বা অভিবাসী না হলেও সাহায্য চাইতে কোন বাধা নেই।

মনে রাখবেন ...

- কোন সংস্থা বা পুলিশের কাছে সাহায্য চাইলেই তারা যে ইমিগ্রেশন অফিসে (আই এন এস) জানিয়ে দেবে এমন ভাববেন না।
- আপনার সন্তানদের পিতা বা আপনার স্বামী আপনার কাছ থেকে বাচ্চাদের সহজে কেড়ে নিতে পারবে না।

নিউ জার্সিতে মানবী প্রতিষ্ঠিত হয়েছিল ১৯৮৫ সালে। এই সংস্থার উদ্দেশ্য পারিবারিক বা অন্য কোন বিপদের সময়ে দক্ষিণ এশীয় (বাংলাদেশ, ভারত, নেপাল, পাকিস্তান, এবং শ্রীলঙ্কা) মহিলাদের সাহায্য করা।

পরিবারের মধ্যে আপনি যদি অত্যাচারের শিকার হন, সাহায্যের জন্যে মানবী সংস্থাকে ফোন করুন। আপনার সব কথাই গোপনীয় রাখা হবে।

মানবী কি ভাবে আপনাকে সাহায্য করতে পারে?

- মাসে দুবার মানবী একটি আইন সংক্রান্ত স্ট্রিক বসায়। সেখানে উকিলের সঙ্গে আপনি পারিবারিক এবং ইমিগ্রেশন সংক্রান্ত সমস্যা নিয়ে আলোচনা করতে পারেন।
- মানবীর কাউন্সেলারদের সঙ্গে আপনি পারিবারিক অথবা যে কোন সমস্যা নিয়ে নিজের ভাষায় কথা বলতে পারেন।