



Redbridge Safeguarding Adults

रेडब्रिज में वयस्कों की सुरक्षा

उत्पीड़न को **ना** कहें



सहज पठनीय संस्करण



लोगों को सुरक्षित रखने के लिए कार्यरत



मेरे अधिकार क्या हैं?

हर व्यक्ति को उत्पीड़न-मुक्त जीवन जीने का अधिकार है।

आपको अधिकार है कि आपके साथ सम्मानपूर्वक व्यवहार हो, आपको कोई चोट न पहुंचाई जाए या आपका फायदा न उठाया जाए, तथा आप सुरक्षित जीवन जिएं।

आप अपना निर्णय स्वयं लेने में सक्षम होने चाहिए।

विकल्पों में शामिल है कि आप कहां रहते हैं, किसके साथ रहते हैं और आप अपना पैसा कैसे खर्च करते हैं।

उत्पीड़न/दुर्व्यवहार/व्यवहार क्या है?

दुर्व्यवहार या उत्पीड़न तब होता है जब कोई व्यक्ति आपके साथ कुछ गलत करे या ऐसा कहे जिससे आप परेशान या भयभीत हो जाते हैं।

आपका उत्पीड़न ऐसा व्यक्ति कर सकता है जो जानता है कि वह क्या कर रहा है, या ऐसे व्यक्ति द्वारा भी किया जा सकता है जिसे यह अहसास नहीं हो कि वह कुछ गलत कर रहा है।

आप शायद खुलकर बोलने या उन्हें रोकने से डरें।



उत्पीड़न या उपेक्षा के विभिन्न प्रकार ये हैं:

शारीरिक शोषण वह है जब कोई आपको शारीरिक रूप से चोट पहुंचाए। इसमें शामिल है:

- मारना
- ठोकर मारना
- बाल खींचना
- चुटकी काटना या जोर से हिलाना
- किसी को इतनी ज्यादा दवा देना कि उसके लिए काम करना मुश्किल हो जाए
- आपको ऐसी जगह रहने के लिए मजबूर करना जहां आप नहीं रहना चाहते

यौन शोषण वह है जब आपको यौन संबंध बनाने के लिए मजबूर किया जाए या आपको वहां छोड़ा जा रहा हो जहां आप नहीं चाहते, उदाहरण के लिए:

- आपके निजी अंग
- आपके नितंब
- आपके स्तन
- आपका लिंग या योनी
- आपकी अनिच्छा के बावजूद आपको दूसरे लोगों को सेक्स करते हुए देखने के लिए मजबूर किया जाए

या जब आपके नहीं चाहने पर भी आपको किसी और को छूने के लिए मजबूर किया जाए।

भावनात्मक शोषण तब होता है जब लोग आपकी भावनाओं को ठेस पहुंचाने के लिए बुरी बातें कहते हैं, आप पर चिल्लाते हैं या आपको धमकाते हैं। इसमें शामिल हो सकता है:

- आपको गाली देना
- आप पर हंसना
- उन चीजों के लिए आपको दोषी ठहराना जो जिनमें आपकी गलती नहीं है
- आपके साथ बच्चे की तरह व्यवहार करना
- आपकी अनदेखी करना
- सोशल मीडिया पर आपके बारे में बुरी बातें कहना
- आपके फोन पर ऐसे संदेश भेजना जो आपको पसंद नहीं



वित्तीय शोषण वह है जब कोई व्यक्ति बिना पूछे आपका पैसा या सामान ले ले। इसमें ये हो सकता है:

- आपके पैसे चुराना
- दूसरे लोगों की चीजों के लिए भुगतान करने के लिए मजबूर करना
- जब आपको यह कहने का अधिकार नहीं हो कि आपका पैसा कैसे खर्च किया जाए
- लोग आपके दरवाजे पर दस्तक देकर आपको ऐसी चीजें खरीदने के लिए मजबूर करें जो आप नहीं खरीदना चाहते। इसे बोगस कॉलर्स कहते हैं

उपेक्ष वह होती है जब आपकी देखभाल या सहायता आपकी आवश्यकताओं को पूरा करने के लिए पर्याप्त नहीं हो। उपेक्षा के कुछ उदाहरण हैं:

- ज्यादातर समय ठंड लगना
- ज्यादातर समय भूखे रहना
- पहनने के लिए केवल गंदे कपड़े होना
- खतरे में डाला जाना
- जरूरत के समय आपको दवा नहीं मिलना

इसमें स्वयं की देखभाल न कर पाना भी शामिल है

भेदभावपरक उत्पीड़न तब होता है जब लोग आपसे बुरा व्यवहार करते हैं या बुरा कहते हैं, या आपके साथ गलत व्यवहार करते हैं क्योंकि आप उनसे अलग हैं। आपके साथ बुरा व्यवहार इसलिए भी ककिया जा सकता है क्योंकि आपकी:

- त्वचा का रंग अलग है
- धर्म अलग है
- विकलांग हैं
- समलैंगिक (लेस्बियन या गे) हैं
- अलग भाषा बोलते हैं
- आपकी उम्र के कारण



घरेलू ह तब होती है जब आपके परिवार का कोई सदस्य आपको चोट पहुंचाए या आपको डराता हो।

इसमें आपकी मर्जी के खिलाफ किसी व्यक्ति से विवाह करने के लिए मजबूर करना भी शामिल हो सकता है।

शोषण तब होता है जब कोई व्यक्ति आपसे जान पहचान करके आपका मित्र बन जाता है, जिससे उसके लिए आपका उत्पीड़न करना आसान हो जाता है।

इससे शायद आपको लगे कि आपकी गलती से ही उत्पीड़न हो रहा है और आपके लिए इसकी रिपोर्ट करना कठिन हो जाता है।

कभी-कभी इसकी शुरुआत आपसे छोटी-मोटी मदद मांगने से होती है, जैसे कि पैसे उधार लेना, और यह आगे चलकर बड़े उपकार में बदल सकता है।

जब इनमें से किसी भी प्रकार का उत्पीड़न/दुर्व्यवहार किसी देखभाल गृह, अस्पताल, समर्थित जीवन एजेंसी या होमकेयर जैसे संगठन द्वारा किया जाता है, तो इसे **संगठनात्मक उत्पीड़न**

कौन आपका उत्पीड़न कर सकता है?

कोई भी आपका उत्पीड़न कर सकता है। यह आपका कोई जानकार हो सकता है या कोई अजनबी।

इसमें शामिल हो सकते हैं:

- भागीदार
- परिवार के सदस्य
- पड़ोसी
- मित्र
- ऐसा व्यक्ति जिसे आपकी देखभाल के लिए भुगतान किया जाता है



उत्पीड़न कहां हो सकता है?

उत्पीड़न कहीं भी, कभी भी हो सकता है

- घर पर
- काम पर
- डे सेंटर या कॉलेज में
- अस्पताल में
- क्लब में
- समुदाय में

अगर आप किसी को बताएं तो क्या होगा

- वे आपकी बात सुनेंगे
- वे और अधिक जानकारी लेंगे
- वे आपको सुरक्षित रहने में मदद करेंगे
- वे आपको सहायता और समर्थन देंगे

मैं किसे बताऊं?

जितनी जल्दी हो सके किसी भरोसेमंद व्यक्ति को बताएं

- आपका परिवार
- पुलिस
- कोई सामाजिक कार्यकर्ता
- कोई दोस्त
- कोई नर्स
- केयर इंस्पेक्टर
- सहायक स्टाफ
- कोई डॉक्टर



महत्वपूर्ण कांटेक्ट नंबर

फर्स्ट कांटेक्ट टीम

सोमवार से शुक्रवार, 09:00 से 17:00

020 8708 7333

ईमेल: adults.alert@redbridge.gov.uk

इमरजेंसी ड्यूटी टीम

शाम 17:00 से, सप्ताहांत और सार्वजनिक अवकाश में

020 8553 5825

पुलिस

-इमरजेंसीनॉन<20 **101**

इमरजेंसी में डायल करें **999**

समेरिटन्स

116 123 (नशुल्क कॉल)

रेडब्रिज रीच

0800 1456410



और जानकारी, सलाह और संपर्क नंबर निम्नलिखित वेबसाइट पर
उपलब्ध हैं:

www.redbridge.gov.uk

उत्पीड़न को **ना** कहें

