NATIONAL HEALTH MISSION
राष्ट्रीय स्वास्थ्य मिशन

নাৰীৰ ওপৰত হোৱা হিংসাৰ বিৰুদ্ধে গ্ৰহণ কৰা কাৰ্যব্যৱস্থা

আশাকৰ্ম্মীসকলৰ বাবে এখন হাতপুথি

NATIONAL HEALTH MISSION
राष्ट्रीय स्वास्थ्य मिशन

নাৰীৰ ওপৰত হোৱা হিংসাৰ বিৰুদ্ধে গ্ৰহণ কৰা কাৰ্যব্যৱস্থা

আশাকৰ্ম্মীসকলৰ বাবে এখন হাতপুথি

কৃতজ্ঞতা জ্ঞাপন

“ নাৰী নিৰ্যাতনৰ বিৰুদ্ধে ঐক্যবদ্ধ কৰ্ত্তব্যঃ আশাকৰ্ম্মীৰ বাবে এখন হাতপুথি” শীৰ্ষক কিতাপ খন ছত্তিছগাড়, দিল্লী, ঝাৰখণ্ড, মধ্যপ্ৰদেশ আৰু উত্তৰাখণ্ডৰ আশাকৰ্ম্মী নোতেল বিষয়াবোৰৰ লগত আলোচনা মৰ্ম্মে প্ৰস্তুত কৰি তোলা হৈছে। এই আৰ্হীপুথিখন প্ৰস্তুত কৰাৰ ক্ষেত্ৰত ৰাষ্ট্ৰীয় আশা নিৰিক্ষণ গোটৰ সদস্য সকলে বিশেষ অৰিহনা আগবঢ়াইছে। আমি “জগৰী” অনুষ্ঠানৰ বিশেষজ্ঞ সকলৰ ওচৰত কৃতজ্ঞ যি সকলে আশাকৰ্ম্মী সকলৰ বাবে প্ৰস্তুত কৰা আৰ্হীপত্ৰখন পৰ্যালোচনা কৰি মূল্যবান অভিমত আগবঢ়ালে। “নাৰীৰ প্ৰতি হোৱা নিৰ্যাতনৰ প্ৰতিৰোধৰ ক্ষেত্ৰত ন্যায় সংগত ব্যৱস্থা” অনুভাগৰ বাবে বিশেষ অৰিহণা আগবঢ়োৱা উচ্চতম ন্যায়ালয়ৰ অধিবক্তা মিচ্ কৰুণা নুন্দীৰ ওচৰত চিৰ কৃতজ্ঞ। এইখিনিতে আমি প্ৰাপ্তি স্বীকাৰ কৰিছো হেস্পৰিয়ান ফাউণ্ডেচনৰ “Where women have no doctor” শীৰ্ষক পুস্তিকা খনৰ।

সূচীপত্ৰ

পাতনী

১) নিৰ্যাতন তথা হিংসা - প্ৰকৃতি আৰু ইয়াত অৱদান যোগোৱা উপাদান সমূহ - ১

২) কোনবোৰ মহিলা নিৰ্যাতনৰ প্ৰতি অতি স্পৰ্শকাতৰ ? - ২

৩) কোনবোৰ পৰিস্থিতি, লক্ষণ তথা সংকেতত আপুনি সাৱধান হোৱা উচিত ?- ৮

৪) নাৰী নিৰ্যাতনৰ পৰিণতি - ১০

৫) নাৰীৰ ওপৰত হোৱা নিৰ্যাতনৰ ক্ষেত্ৰত আশাকৰ্মীৰ ভূমিকা - ১১

৬) আপুনি কেনেকৈ নিজক নিৰাপদ কৰি ৰাখিব - ১৬

৭) আলোচনাৰ বাবে কিছু উদাহৰণ - ১৬

পৰিশিষ্ট - ১ ঃ নাৰীৰ প্ৰতি হোৱা নিৰ্যাতনৰ প্ৰতিৰোধৰ ক্ষেত্ৰত ন্যায় সংগত ব্যৱস্থা - ১৮

পাতনি

পিতৃপ্ৰধান (পুৰুষৰ দ্বাৰা নিয়ন্ত্ৰিত) সমাজ ব্যৱস্থাত নাৰীসকলক পুৰুষতকৈ নিম্ন বুলি গণ্য কৰা হয়. পিতৃপ্ৰধান সমাজ ব্যৱস্থা ক্ষমতাৰ অসামঞ্জস্যতাৰে গঠিত য'ত নাৰী সকলৰ ইচ্ছা আকাংক্ষা পুৰুষৰ অধীন। কিন্তু ইয়াৰ পৰিবৰ্তে সমল তথা সম্পত্তিৰ ক্ষেত্ৰত মহিলা সকলৰ অধিকাৰ তেনেই সীমিত তথা পুৰুষৰ তুলনাত পৰিয়াল সম্বন্ধীয় সিদ্ধান্ত গ্ৰহনৰ ক্ষেত্ৰত নাৰীসকলৰ ভুমিকা তেনেই নগন্য তথা নাই বুলিয়েই কব পাৰি। এনেকৈয়ে নাৰীৰ প্ৰতি পুৰুষৰ দমনমুলক বিসংগতিমুলক মনোভাৱ গাঢ় হয় এই মনোভাৱ সময়ৰ সোঁতত সামাজিক নীতি তথা মূল্যবোধতও পৰিণত হয়।এইয়াই সমাজত নাৰীয়ে সম্পূৰ্ণ অধিকাৰ পোৱাৰ ক্ষেত্ৰত অন্তৰায় সৃষ্টি কৰে।

নাৰীৰ প্ৰতি এই অসংগতি পূৰ্ণ চক্ৰ আনকি জন্মৰ আগতে আৰম্ভ হোৱা বুলি কব পাৰি য'ত পুৰুষে নাৰীৰ মূল্য নিৰ্ধাৰণ কৰে আৰু সেয়েহে আজিও আমি সমাজত কন্যা সন্তানৰ ভ্ৰূণ নষ্ট কৰাৰ দৰে অন্যায়ৰ কথা দেখিবলৈ পাওঁ। সমাজৰ এই বিসংগতি আৰু অসমতাপূৰ্ণ আচৰণেই নাৰীৰ প্ৰতি হোৱা অন্যায়ৰ মূল কাৰক।

ভাৰতবৰ্ষ তথা গোটেই বিশ্বতে নাৰী জাতিৰ ওপৰত নিৰ্যাতনৰ ঘটনা এক গুৰুতৰ সামাজিক ব্যাধি। সামাজিক গাঁঠনিতেই ইয়াৰ শিপা আৰু সমাজৰ প্ৰতিটো শ্ৰেণীতেই ইয়াৰ উপস্থিতি দেখিবলৈ পোৱা যায়। এই ব্যাধিয়ে বয়স, সাংস্কৃতিক পৰিৱেশ, ধৰ্ম্ম, অৰ্থ-সামাজিক ব্যৱস্থা তথা ভৌগলিক পটভূমি নিৰ্বিশেষে প্ৰভাৱ পেলায়। যিসময়ত পুৰুষ সকলে নাৰীৰ প্ৰতি হোৱা হিংসাত উচটনি দিয়ে বুলি এক বদ্ধমূল ধাৰণা সমাজত দেখিবলৈ পোৱা যায়, সকলো ক্ষেত্ৰতে কিন্তু সেইয়া সত্য নহয়. বহুক্ষেত্ৰত বহু নাৰী তেওঁৰে ঘৰৰ অন্য নাৰীৰ দ্বাৰা অপদস্থ হোৱা আমি প্ৰত্যক্ষ কৰো। বহু ক্ষেত্ৰত নাৰীৰ প্ৰতি হোৱা নিৰ্যাতনৰ ঘটনা ঘৰৰ বা ওচৰ চুবুৰীয়াৰ মাজত সীমাবদ্ধ হৈ থাকে।

লিংগ নিৰ্দ্ধেশন আৰু লিংগৰ প্ৰভেদ এয়ে হিংসাৰ দুটি জটিল নিৰ্ণায়ক। 'লিংগ'ই পুৰুষ আৰু মহিলাৰ জৈৱিক আৰু শাৰীৰিক চাৰিত্ৰিক বৈশিষ্টৰ কথাক সূচায়। লিংগৰ প্ৰকাৰে পুৰুষ আৰু মহিলাৰ ক্ষেত্ৰত প্ৰযোজ্য চৰিত্ৰ, আচাৰ-ব্যৱহাৰ, কাৰ্যাৱলী আৰু বিশেষ বৈশিষ্ট্য আদিক সূচায়। লিংগ ভিত্তিক পাৰ্থক্য কিছুমান উদাহৰণ তলত উল্লেখ কৰা হ'ল ঃ

মহিলাৰ মাহেকীয়া হয় কিন্তু পুৰুষৰ নহয়

- মহিলাৰ স্তন আছে যি সাধাৰণতে দুগ্ধপান কৰোৱাৰ বাবে সামৰ্থবান কিন্তু পুৰুষ নহয়।

১) হিংসা -প্ৰকৃতি আৰু অৱদান যোগোৱা কাৰক

তলত উল্লেখ কৰা ধৰণে নাৰী নিৰ্যাতন বা নাৰীৰ বিৰুদ্ধে হিংসা বেলেগ চৰিতাৰ্থ হ'ব পাৰেঃ

শাৰীৰিক নিৰ্যাতন	চৰিওৱা, (হাত)ভঙা, কটা, চুলি আজোৰা, কামোৰা, ধুটিওৱা, লথিওৱা নাইবা অস্ত্ৰ বা অস্ত্ৰ অবিহনে আঘাত কৰা, এচিডেৰে আক্ৰমণ কৰা, টেটুচেপি ধৰা নাইবা অপৰাস্থৰ ফলত হোৱা গৰ্ভধাৰণৰ জটিলতা।
যৌন নিৰ্যাতন	ধৰ্ষণৰ সমস্ত বা ধৰ্ষণৰ উদ্দেশ্যত কৰা প্ৰবল আক্ৰমণ, বল প্ৰয়োগ কৰি শাৰীৰিক সম্বন্ধ কৰা, পৰিকল্পিত অশালীন ব্যৱহাৰ, যৌন উৎপীড়ণ, গোপনে অনুসৰণ কৰা, যৌন সৰবৰাহ, বল প্ৰয়োগ কৰা নাইবা বাল্য বিবাহ, কৰ্মস্থলীত যৌন অতিশয়, গৰ্ভনিৰোধক ব্যৱহাৰ কৰিবলৈ অমান্তি হোৱা, ঘৰৰ অন্য সদস্যৰ পৰা পোৱা যৌন ইংগিত, শিশুৰ যৌন অতিশয়, বলপ্ৰয়োগ কৰি কৰা বা কষ্টকৰ যৌনতা, যৌন সম্পৰ্কৰ পৰা বিৰত থকা ইত্যাদি।
অৰ্থনৈতিক নিৰ্যাতন	উত্তৰাধিকাৰী সূত্ৰে পাব লগা সম্পত্তি তথা ধনৰ অংশীদাৰ নকৰা, খাদ্য, বস্ত্ৰ, শিক্ষা আৰু স্বাস্থ্য যতনৰ পৰা বঞ্চিত কৰা, মহিলাক কৰ্ম অধিকাৰ নিদিয়া, দাবি ধমকিৰে খৰচৰ হিচাপ খোজা, যৌতুকৰ দাবি জনোৱা, মহিলা শ্ৰমিকক মজুৰি আদায় নিদিয়া নাইবা ক্ষমতাশালী জনে বা ক্ষমতাত থকা জনে তেওঁলোকক নিৰ্যাতন কৰা।
আৱেগিক নিৰ্যাতন	উপেক্ষা কৰা, মানসিক আঘাত দিয়া, ক্ষতি কৰাৰ বা হত্যা কৰাৰ বাবে ভাবুকি দিয়া, নিঃসংগতা, মৌখিক অপব্যৱহাৰ, সন্দেহ, শিশুৰ পিতৃত্ব অস্বীকাৰ কৰা, ৰাজহুৱা ভাৱে বা অকলশৰীয়াকৈ অপমান কৰা, প্ৰতিটো কাৰ্যতে ভুল ধৰা। কিছুমান নিৰ্যাতন যেনে শাৰীৰিক নাইবা যৌন অত্যাচাৰ সমাজৰ দৃষ্টিগোচৰ হয় কিন্তু আৱেগিক বা অৰ্থনৈতিক অতিশয়ৰ প্ৰত্যক্ষ নহয় বাবে হিংসা বুলি উপলব্ধ নহয়।

আপোনাৰ গাওঁ তথা ওচৰ-চুবুৰীয়া অঞ্চলত প্ৰতিদিনাই মহিলাৰ প্ৰতি হোৱা নিৰ্যাতনৰ যথেষ্ট উদাহৰণ দেখিবলৈ পাব। মহিলাৰ প্ৰতি হোৱা এই অন্যায় বয়স ভেদে আনকি ছোৱালী ৰূপে জন্মগ্ৰহণ কৰাৰ আগৰ পৰা একেবাৰে বৃদ্ধাৱস্থালৈকে হোৱা দেখা যায়। ছোৱালী হোৱা বাবে গৰ্ভৱস্থাতে ভ্ৰূণ (গৰ্ভাৱস্থাত থকা সন্তান) নষ্ট কৰাৰ কথা আপুনি নিশ্চয় শুনিবলৈ পাইছে।

ছোৱালী সন্তানৰ প্ৰতি অৱজ্ঞা তেনেই সাধাৰণ কথা আৰু আমি সমজাত এই অৱজ্ঞাৰ ভাব বিভিন্ন ধৰণে প্ৰতিফলিত হোৱা দেখা পাওঁ, যেনে তেওঁলোকক মাতৃদুগ্ধৰ পৰা বঞ্চিত কৰা, ভায়েক সকলোতকৈ তেওঁলোকক কমকৈ খাদ্য দিয়া, পৰিয়ালৰ অন্য পুৰুষ সদস্যসকলে খোৱাৰ পিছতহে খাবলৈ দিয়া, অসুস্থ অৱস্থাত তেওঁলোকক চিকিৎসালয়ৈ লৈ নোযোৱা, বিদ্যালয়লৈ যাব নিদিয়া, বিয়াৰ বৈধ বয়স অৰ্থাৎ ১৮ বছৰ নৌহওতেই বিয়া দিয়া ইত্যাদি।

আপুনি নিশ্চয় মহিলাৰ প্ৰতি কৰা অশালীন ব্যৱহাৰ, মহিলাৰ ওপৰত কৰা উৎপিড়ন নাইবা যৌন আতিশায্য আৰু এটিড আক্ৰমণৰ কথাও শুনিছে। শিশুবেৰ (লৰা-ছোৱালী)ৰ ক্ষেত্ৰত যৌন নিৰ্যাতন নৱজাতকৰ পৰা বৃদ্ধ অৱস্থালৈকে হ'ব পাৰে।

নাৰীৰ ক্ষেত্ৰত হ'ব পৰা আন কিছুমান নিৰ্যাতনৰ উদাহৰণ এনেধৰণৰ- যৌতুকৰ বাবে কৰা অত্যাচাৰ, পৰিয়াল নাইবা বংশ নাইবা সামাজিক সন্মানত আঘাত হানিব পৰা অপৰাধ (সামাজিক বা পৰিয়াল নীতিৰ বিৰুদ্ধে গৈ বিয়া পতা নৱ দম্পতীক হত্যা কৰা বা যৌন অত্যাচাৰ দিয়া), কৰ্মস্থলীত নাইবা বিদ্যালয়ত নাইবা ৰাজহুৱা স্থানত অত্যাচাৰ আৰু ভাবুকিৰ সন্মুখিন হোৱা মহিলা।
অকল ছোৱালী বা গাভৰু মহিলাই যে একমাত্ৰ নিৰ্যাতনৰ বলি হয় তেনে নহয়, বৃদ্ধ মহিলা সকলোৱে প্ৰায়ে নিৰ্যাতন ভোগ কৰিব লগাত পৰে, আৰু অৱজ্ঞাৰ পাত্ৰ হোৱা, পৰ্যাপ্ত স্বাস্থ্যযতনৰ পৰা বঞ্চিত হোৱা, পুষ্টিকৰ খাদ্যৰ পৰা বঞ্চিত হোৱা, নাইবা লগুৱাৰ দৰে কাম কৰিব লগা হোৱা নাইবা পৰিত্যক্ত ৰূপে গণ্য কৰাৰ দৰে অমানবীয় নিৰ্যাতনৰ বলি হোৱা দেখা পোৱা যায়।

ঘৰুৱা হিংসা তথা কন্দল মহিলাৰ প্ৰতি হোৱা নিৰ্যাতনৰ এটি সাধাৰণ নমুনা। এই ক্ষেত্ৰত মহিলা গৰাকীক স্বামীজনে অথবা ঘৰৰে কোনো সদস্যই অত্যাচাৰ কৰা দেখা যায়। ঘৰুৱা হিংসা তথা কন্দলে ওপৰত উল্লেখ কৰা সকলোধৰণৰ হিংসাকে সামৰি লয় যেনে শাৰীৰিক, আৱেগিক, অৰ্থনৈতিক আৰু যৌন নিৰ্যাতন। নিজৰ স্বামী নাইবা পৰিয়ালৰ আন সদস্যৰ দ্বাৰা চলোৱা ধৰ্ষণৰ প্ৰচেষ্টাকে ধৰি যিকোনো ধৰণৰ যৌন নিৰ্যাতনকে মহিলাৰ প্ৰতি হোৱা যৌন নিৰ্যাতন বুলি গণ্য কৰা হয়। এনেধৰণৰ হিংসা প্ৰায়ে অদৃশ্য হৈ থাকে বা দৃষ্টিগত নহয় কাৰণ এনেধৰণ ঘটনাবোৰ ঘৰৰ চাৰিবেৰৰ মাজত ঘটে তথা সমাজে ইয়াক হিংসা বুলি গণ্য নকৰি এক প্ৰকাৰ "পৰিয়ালৰ একান্ত ব্যক্তিগত বিষয়" ৰূপে ধৰি লয় আৰু জীৱনৰ সাধাৰণ ঘটনা বুলি গ্ৰহন কৰে।

প্ৰায়ে দেখা যায় যে নিৰ্যাতিতা মহিলা গৰাকী সহায় বিচাৰাৰ ক্ষেত্ৰত নিৰৱ হৈ থাকে কাৰণ তেনে কৰিবলৈ তেওঁ লাজ অনুভৱ কৰে আৰু নিজকে দোষী বুলি ভাবে, অপযশৰ ভয়, অৰ্থনৈতিক স্বাধীনতা নথকা বাবে, যি অনুষ্ঠান(পুলিচ, চিকিৎসক)ৰ পৰা সহায় বিচৰা হৈছে তেওঁলোকে সহায় কৰিব বুলি আত্মবিশ্বাস নথকা (বিয়োগাত্মক অভিজ্ঞতাৰ বাবে), বিষম পৰিণতিৰ ভয়ত, ঘৰুৱা মৰ্যদা অটুট ৰখাৰ স্বাৰ্থত, নাইবা পুনৰ নিজৰ ক্ষেত্ৰত নঘটে বুলি ভাবি। মহিলা সকলে নিৰ্যাতন সহ্য কৰি যোৱাৰ এটি ডাঙৰ কাৰণ হ'ল তেওঁলোকে তাৰ কোনো বিকল্প নাই বুলি ভাবি লয়। অন্যায়ৰ বিৰুদ্ধে কথা ক'লে প্ৰায়ে দেখা যায় যে মহিলাসকল স্বামীগৃহৰ পৰা উলিয়াই দিয়া হয় আৰু জন্মগত পিতৃৰ ঘৰে তেওঁক গ্ৰহণ কৰিবলৈ অসন্মত হয়। এই ভয়ে বহুক্ষেত্ৰত মহিলাসকলৰ হিংসাৰ প্ৰতি বিৰুদ্ধাচৰণ কৰিব খোজা কণ্ঠ ৰুদ্ধ হৈ পৰে। অকলে বাস কৰা বা মাতৃৰ গৃহত বাস কৰা মহিলাক সমাজে গ্ৰহণ নকৰে। মহিলাৰ ওপৰত হোৱা নিৰ্যাতনৰ ফলত বিভিন্ন ধৰণৰ শাৰীৰিক, মানসিক আৰু সামাজিক পৰিণতি দেখা যায়। ইয়াৰ ফল স্বৰূপে মহিলা সকলে তেওঁলোকৰ অধিকাৰ আৰু প্ৰাপ্যৰ পৰা বঞ্চিত হয়, ৰাজহুৱা তথা ৰাজনৈতিক ক্ষেত্ৰবোৰত প্ৰতিনিধিত্ব কম হোৱা দেখা যায়, নিজৰ পদবীৰ পৰা বঞ্চিত হোৱা দেখা যায়, আনকি বিদ্যালয়, স্বাস্থ্যকেন্দ্ৰ আৰু নিয়োগৰ ক্ষেত্ৰতো বঞ্চিত হোৱা দেখা যায়।

এগৰাকী আশাকৰ্মী ৰূপে আপুনি আপোনাৰ সমাজৰ মহিলা সকলৰ ওচৰ চাপিব পাৰে আৰু ইতিমধ্যে আপুনি তেওঁলোকৰ মাজত এখন বিশেষ আসন অধিকাৰ কৰিছে। আৰু সেয়েহে আপুনি আপোনাৰ মহিলা সকলৰ মাজৰ পৰা কোনগৰাকী মহিলা বিপদজনক অৱস্থাত আছে চিনাক্ত কৰিব পাৰিব কৰিব আৰু সেই সমস্যাবোৰৰ মুখামুখি হোৱাত তথা সমাধানৰ সূত্ৰ উলিওৱাত আপোনাক সহায় কৰিব। এই হাতপুথি খন আপোনাক নাৰী নিৰ্যতনৰ কাৰকবোৰ চিনাক্ত কৰাত, সেইবোৰত হস্তক্ষেপ কৰাত তথা সেইবোৰ সমাধান কৰাত সহায়ক হ'ব।

এই হাতপুথিখনে মহিলাৰ ওপৰত হোৱা নিৰ্যাতনৰ ওপৰত আলোকপাত কৰে, কিন্তু ইয়াৰ অৰ্থ এইয়া নহয় যে পুৰুষৰ ওপৰত নিৰ্যাতন নহয়। দৰাচলতে বয়সীয়া মানুহ সকলেও এগৰাকী বৃদ্ধা মহিলাৰ সমানেই নিৰ্যাতিত হয়। পুৰুষৰ ক্ষেত্ৰত হোৱা নিৰ্যাতনৰ প্ৰকাৰ, প্ৰকাশভংগী তথা পৰিণতি বেলেগ হয় আৰু সেইবোৰ এই হাতপুথিখনত সন্নিবিষ্ট কৰা হোৱা নাই।

নাৰীজাতিৰ জীৱন পৰিক্ৰমাত বিভিন্ন পৰ্যায়ত বিভিন্ন ৰূপত নাৰী নিৰ্যাতন দেখিবলৈ পোৱা যায় -

তলত উল্লেখ কৰা তালিকাখনত বিভিন্নধৰণৰ কাৰক উদাহৰণৰ সৈতে ব্যাখ্যা কৰা হৈছে যিবোৰে মহিলাৰ ওপৰত হোৱা নিৰ্যাতনৰ ওপৰত আলোকপাত কৰে

কাৰক	উদাহৰণ
সাংস্কৃতিক ভাৱে নিৰ্ধাৰিত আৰু সামাজিক ভাৱে গ্ৰহণীয় সেইবোৰ নিয়ম আৰু আচৰণ	○ ল'ৰাবোৰ/পুৰুষবোৰ দৃঢ় বা কঠোৰ তথা ৰূঢ় হ'ব লাগে, আৰু নাৰীবোৰ/মহিলাসকল বাধ্য আৰু উদাসীন হ'ব লাগে। ○ মহিলাসকলৰ কাৰ্য কেৱল ৰন্ধা-বঢ়া, ঘৰুৱা কামকাজ, আৰু স্বামী তথা ল'ৰা-ছোৱালীসকলৰ যতন লোৱাৰ মাজতে সীমাবদ্ধ হ'ব লাগে। ○ মহিলা সকলে সঠিক ভাৱে সাজ-পোছাক পিন্ধিব লাগে, আৰু যদিহে পুৰুষে তেওঁলোকক যৌনতাৰ বাবে প্ৰৰোচিত কৰে তেন্তে মহিলাসকলোকে দোষী সাব্যস্ত কৰে।
সম্বন্ধীয়ৰ মাজত থকা ভূমিকা আৰু ক্ষমতাৰ বৈষম্যমূলক আচৰণ	- এজন পুৰুষে তেওঁ যি বিচাৰে সেইয়াই কৰিব পাৰে, তথা পত্নীক তেওঁ যিকোনো ব্যৱহাৰ কৰিব পাৰে কিন্তু পত্নীয়ে সদায় তেওঁৰ স্বামীৰ কথা শুনিবই লাগিব।
ডাইনী সম্বন্ধীয় অন্ধবিশ্বাস আৰু অসামাজিক কাৰ্যকলাপ	- গুৰুতৰ মানসিক আঘাতত ভোগা মহিলা সকলক "ডাইনী" বুলি অভিহিত কৰা হয়, আৰু তেওঁলোকৰ ওপৰত কিছুমান নিষ্ঠুৰ তথা তথাকথিত ধৰ্মীয় ব্যৱস্থা আৰোপ কৰা হয় নাইবা তেওঁলোকক সমাজচ্যুত কৰা হয়।
পুৰুষ সকলে জন্মগত ভাৱে শ্ৰেষ্ঠ আৰু জ্ঞানীবুলি বিশ্বাস	- পুৰুষ সকলে কিছুমান নিৰ্দিষ্ট ক্ষেত্ৰত জন্মস্বত্ব অধিকাৰ থকা বুলি ধৰি লয় যেনে তেওঁলোকৰ এজনী ভাল পত্নী থাকিব, পুত্ৰ সন্তান থাকিব, পৰিয়ালৰ সকলো সিদ্ধান্ত তেওঁহে ল'ব পাৰিব - কাৰণ তেওঁ পুৰুষ। এইবোৰৰ অন্তৰ্নিহিত কাৰণ হৈছে সম্পত্তিৰ ওপৰত নিজৰ প্ৰভুত্ব বিস্তাৰ কৰা।
কিছুমান মূল্যবোধ যিবোৰে পুৰুষক নাৰীৰ ওপৰত একচ্ছত্ৰী অধিকাৰ প্ৰদান কৰে	- পুৰুষ সকলে নাৰীক তেওঁলোকৰ ব্যক্তিগত সম্পত্তি বুলি ভাবি লয়। তেওঁলোকে এইয়া ভাবিবলৈ বাধ্য যে পুৰুষ সকলে তেওঁলোকক কৰা ব্যৱহাৰ তেওঁলোকৰ প্ৰাপ্য।
মহিলাসকল ঘৰৰ চাৰিবেৰৰ মাজত আৱদ্ধ হৈ তথা পুৰুষৰ নিয়ন্ত্ৰণত থাকিব লাগিব বুলি পৰিয়ালৰ ধাৰণা	- বহুতে মানুহে ভাবি লয় যে ঘৰুৱা হিংসাত হস্তক্ষেপ কৰা তেওঁলোকৰ কৰ্তব্য নহয়। কোনো দম্পতী নাইবা কোনো এঘৰ মানুহৰ ব্যক্তিগত বিষয়ত মাত মতাৰ অধিকাৰ তেওঁলোকৰ নাই। কিন্তু প্ৰকৃত সত্যটো হ'ল ঘৰুৱা হিংসাৰ কথা জানিও মাত নমতাকৈ থকাটো একপ্ৰকাৰ অপৰাধ।

কাৰক	উদাহৰণ
বিবাহৰ ক্ষেত্ৰত ৰীতি-নীতি (কইনাৰ মূল্য/ যৌতুক)	- যদিহে স্বামী অথবা স্বামীৰ পৰিয়ালবৰ্গই কইনা অনা যৌতুকৰ ক্ষেত্ৰত সন্তুষ্ট নহয়, তেন্তে মহিলা গৰাকীক তেওঁলোকৰ দ্বাৰা অত্যাচাৰ কৰা হয়।
হিংসাক কোনো সমস্যাৰ সমাধান বুলি গ্ৰহন কৰা	- কোনো পৰিয়ালৰ মাজত বা সমুদয়ৰ মাজত থকা প্ৰতিশোধৰ পোতক তুলিবলৈও নাৰীৰ ওপৰত নিৰ্যাতন চলোৱা হয়।
মহিলাসকল প্ৰায়ে নিবনুৱা অথবা অৰ্থনৈতিক স্বাধীনতাৰ পৰা বঞ্চিত হয়। নগদ ধন তথা জমাধনৰ অভাৱৰ বাবে মহিলাসকল পুৰুষৰ ওপৰত নিৰ্ভৰশীল হোৱা দেখা যায়। 	- যদি কোনো মহিলাৰ ধনৰ অভাৱ থাকে অথবা কোনো নিৰাপদ আশ্ৰয়স্থল নাথাকে তেন্তে মহিলা গৰাকীক অপদস্থ কৰিলেও স্বামীক এৰি যাব নোৱাৰে। - অৰ্থনৈতিক স্বাধীনতা নথকা বাবে আৰু ধনৰ বাবে স্বামী তথা স্বামীৰ পৰিয়ালৰ ওপৰত নিৰ্ভৰ কৰিব লগা হোৱাতোৱে বহু মহিলাক তেওঁলোকে ভোগ কৰি থকা নিৰ্যাতনৰ বিৰুদ্ধে কথা কোৱাৰ পৰা বিৰত ৰাখে অথবা কোনো পন্থা হাতত লোৱাৰ পৰা তেওঁলোক বিৰত থাকিব লগা হয়।
পৰিয়ালত প্ৰচলিত মহিলাৰ অধিকাৰ উলংঘা কৰা পৰাম্পৰাগত নিয়ম	- আইনে স্বীকৃতি দিয়াৰ পিছতো বহুতো পৰিয়ালৰ মহিলাই পাব লগা পৈতৃক সম্পত্তিৰ অধিকাৰৰ তেওঁলোকক বঞ্চিত কৰে।
মহিলাৰ অধিকাৰ সম্পৰ্কে থকা আইনবোৰ প্ৰতি সজাগতা নথকা	- যৌতুক, গৰ্ভস্থ ভ্ৰূণৰ লিংগ নিৰ্ণয়, যৌন নিৰ্যাতন, বিবাহ সম্পৰ্কীয় সম্বন্ধত ধৰ্ষণ, ঘৰুৱা হিংসা, বিবাহ বিচ্ছেদৰ পিছত প্ৰদান কৰিব লগীয়া অৰ্থনৈতিক দায়িত্ব, শিশুৰ স্বত্ব লাভ আদিৰ বিষয়বোৰৰ ওপৰত থকা আইনগত ব্যৱস্থাবোৰৰ বিষয়ে থকা কম জ্ঞান তথা সজাগতাৰ বাবে হিংসাৰ বিৰুদ্ধে মাত মতাত বাধা ৰূপে থিয় দিয়ে। সমাজৰ মূল অংশীদাৰ যেনে আৰক্ষীয়েই আনকি ঘৰুৱা হিংসাক ব্যক্তিগত বিষয় ৰূপে গণ্য কৰে।
আৰক্ষী আৰু আইনী ব্যৱস্থাৰ দ্বাৰা মহিলা সকলক অনুভূতিহীন ব্যৱহাৰ	- আৰক্ষীয়ে মহিলা সকলে জনোৱা অভিযোগ পঞ্জীয়ন কৰিব নিবিচাৰে, বিশেষকৈ সমাজৰ কোনো প্ৰভাৱশালী ব্যক্তিৰ দ্বাৰা দুৰ্ব্যৱহাৰৰ সন্মুখীন হোৱা মহিলাৰ অভিযোগ। ○ ঘৰুৱা হিংসাৰ ঘটনাবোৰ সাধাৰণতে গুৰুত্ব সহকাৰে লোৱা নহয় আৰু এই ক্ষেত্ৰত ঘাইকৈ মহিলাসকলকে অপবাদ দিয়া হয়। ○ কিছুমান ক্ষেত্ৰত অভিযোগ দাখিল কৰিবলৈ যোৱা মহিলাকে আৰক্ষীয়ে নিৰ্যাতন দিয়া দেখা যায়।
ন্যায় প্ৰদানত পলম কৰা	- বছৰ বছৰ ধৰি ন্যায়ালয়ত কেছবোৰ পৰি থাকে, সময় ক্ষয়কাৰী আইনী ব্যৱস্থা, আইনে দোষী সাব্যস্ত কৰণ পদ্ধতিয়ে মহিলাসকলক আইনৰ সহায় বিচৰাৰ ক্ষেত্ৰত আত্মবিশ্বাস হ্ৰাস কৰে, এইবোৰে মহিলাসকলক হিংসাৰ অৱস্থাৰ লগত সহাৱস্থান কৰিবলৈ বাধ্য কৰে।

এই ক্ষেত্ৰত আপুনি সচেতন হোৱা আৱশ্যক যে সকলো মহিলাই নিৰ্যাতনৰ প্ৰতি স্পৰ্শকাতৰ। মহিলাৰ ওপৰত নিৰ্যাতন সকলো সময়তে দৃষ্টিগোচৰ নহয়। আপুনি বুজি উঠা উচিত যে নাৰীৰ ক্ষেত্ৰত হোৱা নিৰ্যাতনে মৌখিকৰ পৰা শাৰীৰিক পৰ্যায়লৈ গমন কৰে। কিছুমান বিশেষ ধৰণৰ লক্ষণ, ব্যৱহাৰ তথা জীৱনৰ অৱস্থাৰ প্ৰতি সজাগ হ'লে আপুনি কোন বোৰ মহিলা নিৰ্যাতনৰ বলি হ'ব পাৰে সেইয়া সহজতে চিনাক্ত কৰি উলিয়াব পাৰে।

২) কোনবোৰ মহিলা নিৰ্যাতনৰ বাবে স্পৰ্শকাতৰ -

আপুনি সজাগ হোৱা উচিত যে সকলো মহিলাই যদিও নিৰ্যাতনৰ তথা হিংসাত্মক ঘটনাত বলি হয়, কিন্তু কিছুমান মহিলা বিশেষ ভাৱে এই ক্ষেত্ৰত স্পৰ্শকাতৰ। তেওঁলোক হ'ল-

- দাৰিদ্ৰ পৰিয়ালৰ মহিলা সকল
- অনাথ ছোৱালী নাইবা একমাত্ৰ এজন অভিভাৱক থকা ঘৰৰ ছোৱালী
- যি পৰিয়ালৰ মুৰব্বী কোনো মহিলা অৰ্থাত যি পৰিয়ালৰ পিতৃ নাইবা স্বামী হেৰাইছে বা ঢুকাইছে।
- সুৰাপায়ী স্বামীৰ পত্নীগৰাকীয়ো নিৰ্যাতনৰ ক্ষেত্ৰত স্পৰ্শকাতৰ
- বৃদ্ধা মহিলা নাইবা যিবোৰ মহিলা কোনো অসুখত ভুগি থাকে
- শাৰীৰিক ভাৱে অসামাৰ্থ মহিলা নাইবা যিবোৰ মহিলা শাৰীৰিক ভাৱে অক্ষম সন্তান আছে
- সংখ্যালঘু শ্ৰেণীৰ মহিলা সকল
- যৌনকৰ্মীসকল
- সমকামী শ্ৰেণীৰ মহিলা সকল
- ৰাজ্যিক পৰ্যায়ত পৰিচালিত আশ্ৰয় শিবিৰ তথা আশ্ৰয় গৃহবোৰত আশ্ৰয় লৈ থকা মহিলাসকল
- কোনো বিপৰ্যয় তথা সংঘাতৰ সন্মুখীন হোৱা মহিলা সকল- কোনো বিপৰ্যয়(বানপানী, ভূমিকম্প, ঘূৰ্ণীবতাহ, চুনামি ইত্যাদি) তথা সংঘাত (সাম্প্ৰদায়িক সংঘৰ্ষ, পৰিয়ালকেন্দ্ৰীক সংঘাত, সন্ত্ৰাসবাদীৰ আক্ৰমণ ইত্যাদি)ৰ সময়ত গাভৰু ছোৱালী নাইবা মহিলাসকল যৌন আতিশয্যৰ বলি হোৱাৰ সম্ভাৱনা অধিক। এই আশংকা আৰু বেছি বৃদ্ধি পায় যদিহে তেওঁলোকে তেওঁলোকৰ পিতৃ-মাতৃ, অভিভাৱক নাইবা পৰিয়ালৰ অন্য সদস্য সকলক হেৰুৱায়।

৩) কোনবোৰ লক্ষণ তথা সংকেত দেখিলে আপুনি সজাগ হোৱা উচিত ?

নাৰীৰ ওপৰত হোৱা নিৰ্যাতনে মহিলাৰ শাৰীৰিক তথা মানসিক সমস্যাৰ সৃষ্টি কৰাৰ লগতে মহিলাৰ সন্তান জন্ম দিব পৰা ক্ষমতাৰ ওপৰতো প্ৰভাৱ পেলায়। যেতিয়া নিৰ্যাতিতা মহিলা সকলে তেওঁলোকে সন্মুখীন হোৱা নিৰ্যাতনৰ লক্ষণবোৰ ব্যাখ্যা কৰে তেতিয়া তেওঁ অপদস্থ হোৱা নিৰ্যাতনৰ ঘটনাৰ বিষয়ে বহলাই ব্যাখ্যা নকৰিবও পাৰে। আপুনি যেতিয়া নিৰ্যাতিতা মহিলাসকলৰ ঘৰলৈ যাব আপুনি লক্ষ্য কৰিব যে তেওঁলোকে যৌন আতিশয্যৰ বিষয়ে তলত উল্লেখ কৰা কাৰকবোৰৰ বিষয়ে অভিযোগ দিব, কিন্তু প্ৰকৃত সত্য আপোনাৰ লৈতে বিনিময় নকৰে।

আপুনি লক্ষ্য কৰিব যে আঘাত পোৱা আৰু আঘাতৰ চিকিৎসাৰ ব্যৱস্থা কৰা সময়ৰ মাজত যথেষ্ট ব্যৱধান আছে। আপুনি নিশ্চিত হোৱা উচিত যে তলত উল্লেখ কৰা লক্ষণবোৰত আক্ৰান্ত মহিলা সকলে প্ৰকৃততে নিৰ্যাতনৰ বলি হৈছে। এই বিষয়ে সবিশেষ জানিবৰ বাবে আপুনি আৰু বেছি গভীৰলৈ যাব লাগিব।

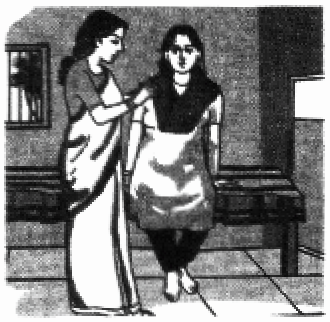
- দেহত উখহি উঠা চিহ্ন, বিশেষকৈ চকুৰ চাৰিওকাষ আৰু মুখমণ্ডলত, কাণত আঘাতৰ চিন (শুনাৰ ক্ষেত্ৰত বাধাৰ সৃষ্টি কৰে), দাঁত ভঙা বা নথকা
- কোনো নিৰ্দ্দিষ্ট তথা স্পষ্ট শাৰীৰিক কাৰণ নহোৱাকৈ বহুদিন ধৰি কোনো জটিলতাত ভোগা এই সমস্যাবোৰ এনেধৰণ হ'ব পাৰে - বিষ, জঠৰতা বা একাংগী, নাইবা তলপেট বিষ অনুভৱ।
- বাধ্য নকৰা, বাৰে বাৰে গৰ্ভপাত কৰোৱা।
- আত্মহত্যাৰ চেষ্টা কৰা নাইবা আত্মহত্যাৰ চিন্তা মনলৈ অহা।
- অস্থিৰতা, শংকা, হতাশা, নিজকে ক্ষতি কৰা স্বভাৱ।
- নিদ্ৰাজনিত সমস্যা

যৌন নিৰ্যাতন বুলি আপুনি সন্দেহ কৰিব পৰা অভিযোগ সমূহ (ওপৰত উল্লেখ কৰা কাৰণবোৰৰ লগতে তলত উল্লেখিত কাৰণবোৰ)

- দীৰ্ঘদিন তলপেটৰ বিষত ভুগি থকা
- প্ৰস্ৰাৱ কৰা অংগত সংক্ৰামণৰ লক্ষণ যেনে সঘনে প্ৰস্ৰাৱ কৰিব লগা, প্ৰস্ৰাৱ কৰাৰ সময়ত পোৰণি অনুভৱ কৰা, জ্বৰ আৰু কোপনী উঠা, ঘোলা ৰংৰ প্ৰস্ৰাৱ
- যৌন সম্বন্ধৰ ফলত সংক্ৰামিত ৰোগৰ লক্ষণ, যেনে - যৌনাংগৰ খজুৱতি, অস্বাভাৱিক স্ৰাৱ, তল পেটৰ বিষ, যৌনাংগৰ চাৰিওকাষ উখহি উঠা বা ৰঙচুৱা হৈ পৰা।
- কম বয়সীয়া ছোৱালী বা শিশুৰ ক্ষেত্ৰত হোৱা যৌন সংক্ৰামিত ৰোগ
- ১৮ বছৰৰ তলৰ অবিবাহিত ছোৱালীৰ গৰ্ভধাৰণ।

৪) মহিলা নিৰ্যাতনৰ পৰিণতি

নিৰ্যাতিতা মহিলাসকলৰ শাৰীৰিক আৰু মানসিক ক্ষেত্ৰত গুৰুতৰ পৰিণতি ঘটা দেখা যায়। এইবোৰ আমি এনেধৰণে বিবেচনা কৰিব পাৰোঃ



- **শাৰীৰিক** - সৰু কটা চিহ্নৰ পৰা উখহি উঠা লৈকে আঘাত, পোৰা, নিৰবচ্ছিন্ন বিষ, আৰু ছোৱালী সন্তানবোৰ অপুষ্টিত ভোগা। গুৰুতৰ নিৰ্যাতন (হাড় ভঙা)ৰ দৰে ভয়ানক পৰিণতিৰ সৃষ্টি কৰে যিয়ে মহিলা গৰাকীক পংগু কৰিব পাৰে আৰু কেতিয়াবা মৃত্যুও ঘটাব পাৰে।

- **মানসিক** - মহিলাসকলৰ ওপৰত হোৱা নিৰ্যাতনৰ ফলত যি মানসিক বা আৱেগিক প্ৰভাৱ পৰে সেই প্ৰভাৱ শাৰীৰিক প্ৰভাৱতকৈও বহু বেছি ক্ষতিকাৰক। এই প্ৰভাৱে মহিলাসকলৰ আত্মশক্তি হ্ৰাস কৰে, আন মানসিক সমস্যাৰ সৃষ্টি কৰে আৰু মহিলা গৰাকীক আত্মহত্যা কৰিবলৈ তথা আত্মহত্যাৰ পথ বাছি ল'বলৈ বাধ্য কৰে। এই প্ৰভাৱৰ ফলস্বৰূপে মহিলাসলকৰ মাজত হতাশা, উদ্বেগ আৰু মূৰৰ বিষ আদি হোৱা দেখা পোৱা যায়। কিশোৰী ছোৱালী আৰু প্ৰাপ্তবয়স্ক মহিলা সকলৰ ওপৰত হোৱা যৌন উৎপীড়নৰ ফলস্বৰূপে তেওঁলোকৰ প্ৰজনন স্বাস্থ্যৰ ওপৰত বিৰূপ প্ৰভাৱ পৰে।

***নিৰ্যাতিত মহিলাৰ** লক্ষণ ঃ বহুদিন ধৰি নিৰ্যাতন ভুগি থকা মহিলা সকলৰ ক্ষেত্ৰত এই লক্ষণবোৰ দেখা যায়।*

- **প্ৰজনন ব্যৱস্থা** ঃ অনাকাংক্ষিত গৰ্ভধাৰণ নাইবা যৌন সংক্ৰামিত ৰোগ হৈছে কিছুমান সাধাৰণ প্ৰকাশ। এই ক্ষেত্ৰত আন কিছুমান ভয়াবহ পৰিণতি এনেধৰণৰ - যৌনাংগত আঘাত পোৱা, গৰ্ভৰিস্থাত পোৱা গুৰুতৰ আঘাত যিয়ে বহু জটিলতা যেনে গৰ্ভপাত, অপৈনত প্ৰসৱ আনকি মাতৃ মৃত্যুৰ দৰে পৰিণতিৰ সৃষ্টি কৰে।

- **ল'ৰা-ছোৱালীবোৰৰ ওপৰত প্ৰভাৱ** - যিবোৰৰ ল'ৰা-ছোৱালীয়ে প্ৰায়ে তেওঁলোকৰ মাকগৰাকীৰ ওপৰত অত্যাচাৰ হোৱা দেখা পায়, সেই ল'ৰা-ছোৱালীবোৰ সাধাৰণতে খঙাল আৰু কাজিয়াপ্ৰিয় স্বভাৱৰ হোৱা দেখা যায় নাইবা একেবাৰে শান্ত আৰু সংগীৰ পৰা পলাই ফুৰা মানসিকতাৰ হোৱা দেখা যায়। হাই-কাজিয়া হৈ থকা পৰিয়ালৰ সৰু ল'ৰা-ছোৱালীবোৰে ভালদৰে খোৱা বোৱা নকৰে, আন শিশুবোৰৰ দৰে বিকাশ নঘটে তথা মানসিক অসুস্থাত ভোগে। এই কাৰকবোৰৰ বাবে ল'ৰা-ছোৱালীবোৰ প্ৰায়ে বিদ্যালয়ত উপস্থিত নাথাকে তথা আধাতে বিদ্যায়ল এৰি আহে আৰু তেওঁলোকৰ পাৰদৰ্শিতা হ্ৰাস পায়। এনেকুৱা শিশুবোৰে প্ৰায়ে ঘৰৰ পৰা পলাই যায়, অন্যধৰণৰ আচৰণ কৰিবলৈ লয় তথা আত্মহত্যাৰ পথো বাচি লোৱা দেখা যায়। আনকি যেতিয়া ল'ৰা-ছোৱালীবোৰে ঘৰৰে কোনো মহিলা নিৰ্যাতিত হোৱা দেখা পায় তেওঁলোকে ভাবি লয় যে মহিলাসকলক এনেধৰণেই ব্যৱহাৰ কৰা হয় আৰু এইয়া গ্ৰহণীয়।

৫) নাৰী নিৰ্যাতনৰ ক্ষেত্ৰত আশাৰ ভূমিকা

নাৰী নিৰ্যাতনৰ ক্ষেত্ৰত আপুনি পালন কৰিবলগীয়া ভূমিকাক আমি দুটা স্তৰত ভাগ কৰিব পাৰো -

ক) **হিংসাকাৰ্যত বাধা আৰোপ ঃ** নাৰীৰ ওপৰত হোৱা নিৰ্যাতনৰ ক্ষেত্ৰত সজাগতা বৃদ্ধি কৰি আৰু যিকোনো হিংসাৰ বিৰুদ্ধে সমাজক আগবাঢ়ি অহাত সহায় কৰি

খ) **নিৰ্যাতনবোৰ চিনাক্ত কৰা ঃ** নিৰ্যাতনৰ বলি হোৱা মহিলাসকলৰ ওচৰলৈ গৈ তেওঁলোকৰ খবৰ লোৱা।

ক) নাৰীৰ ওপৰত হোৱা নিৰ্যাতনত বাধা আৰোপ কৰা - সামাজিক ক্ষেত্ৰত আশাৰ ভূমিকা ঃ

১) **একতা গঢ়ি তোলা** - নাৰীৰ ওপৰত নিৰ্যাতনৰ সমাজিক -সংস্কৃতিক ভাবে অতি গভীৰলৈ শিপাই থকা কিছুমান কাৰকৰ প্ৰতিফলন আৰু ইয়াৰ বিৰুদ্ধে স্থায়ী, দীৰ্ঘম্যাদী সজাগতা আৰু সামাজিক অংশগ্ৰহনৰ প্ৰয়োজন। আপোনাৰ বাবে অকলশৰীয়াকৈ এই সমস্যাবোৰৰ বিৰুদ্ধে কাৰ্য ব্যৱস্থা লোৱাটো কঠিন।

এই ক্ষেত্ৰত আপুনি আপোনাৰ সমাজ সক্ৰিয় কিছুমান সামাজিক সংগঠন যেনে গাওঁ স্বাস্থ্য, পৰিচ্ছন্নতা আৰু পুষ্টি সমিতি (VHSNC), গাওঁ পঞ্চায়ত নাইবা অন্যান্য সমাজক সহায়ৰ বাবে থকা গোট যেনে মহিলা মণ্ডল, মহিলা আত্ম সহায়ক গোট, মহিলা স্বাস্থ্য সংঘ নাইবা মহিলা পঞ্চায়ত আদিৰ সহায় লব পাৰে। ইয়াৰোপৰি আপুনি একেটা প্ৰাথমিক স্বাস্থ্যকেন্দ্ৰত অন্তৰ্গত আশাকৰ্মীবোৰক একগোট কৰি এই হিংসাকাৰ্যৰ বিৰুদ্ধে মাত মাতিবলৈ এটা গোট খুলিব পাৰে। এই কাৰ্য সফল কৰাৰ বাবে আপুনি প্ৰাথমিক স্বাস্থ্যকেন্দ্ৰ পৰ্যায়ত হোৱা মহিলা সভাৰ সহায় লব পাৰে। এই সভাত আপুনি আন আশাবোৰৰ লগত নিৰ্যাতনৰ বিষয়বোৰৰ ওপৰত আলোচনা কৰি একতা গঢ়ি তুলিব পাৰিব। কিছুমান ক্ষেত্ৰত দেখা যায় নিৰ্যাতনত আক্ৰান্ত মহিলা সকলক জৰুৰী ভাৱে সহায়ৰ প্ৰয়োজন হয়। আপুনি এনে মহিলাসকলৰ সহায় কৰাৰ বাবে বা নিৰাপদ আশ্ৰয়ৰ বাবে এই গোটবোৰৰ লগত সম্পৰ্ক স্থাপন কৰা উচিত। যিবোৰ প্ৰধান কাৰকে নাৰী নিৰ্যাতনৰ দৰে সমস্যাৰ সৃষ্টি কৰে সেই কাৰকবোৰ চিনাক্তৰ ক্ষেত্ৰত এই গোটবোৰে বহল ভিত্তিত আলোচনা কৰিব পাৰিব আৰু গাওঁ পৰ্যায়ত সেইবোৰ সমাধান কৰা ক্ষেত্ৰত ব্যৱস্থা হাতত লব পাৰিব।

আপুনি নিশ্চিত কৰিব লাগিব যে মহিলাৰ ওপৰত হোৱা নিৰ্যাতনৰ বিষয়টোৰ ওপৰত সমাজৰ আন কিছুমান অংশীদাৰৰ মাজত আলোচনা হয়, যেনে - পঞ্চায়তৰ প্ৰতিনিধিবোৰৰ লগত, মহিলা গোটবোৰৰ লগত, স্থানীয় সামাজিক নেতাবোৰৰ লগত, কন্যা সন্তানৰ অভিভাৱকৰ লগত। এই গোটবোৰৰ মাজত একতা গঢ়ি উঠিলে, গাওঁ পৰ্যায়ত তেওঁলোকে একত্ৰিত হৈ মহিলা নিৰ্যাতনৰ বিৰুদ্ধে কাম কৰিবলৈ আগবাঢ়ি আহিলে এই নাৰী নিৰ্যাতনৰ বিষয়টো আৰু বেছি গুৰুত্বপূৰ্ণ হৈ তথা সকলোৰে আগত স্পষ্ট হৈ ওলাই পৰিব।

পৰিয়ালকেন্দ্ৰীক অৰিয়াঅৰি আৰু ধৰ্ম্ম তথা জাতিগত বৈষম্যমুলক পৰিস্থিতিবোৰো নাৰী নিৰ্যাতনৰ এটা সাধাৰণ কাৰণ। মহিলাসকলৰ সাধাৰণতে কোনো সম্পত্তি নাইবা ব্যক্তিগত অধিকাৰ বুলি গণ্য কৰা হয় আৰু প্ৰথমে তেওঁলোকেই আক্ৰমণৰ লক্ষ্য হৈ পৰে। এইক্ষেত্ৰত আপুনি নিজৰ মাজত থকা অন্তঃকন্দল আৰু কোনো বিশেষ গোটৰ ক্ষেত্ৰত থকা ভেদ ভাৱ এৰি আপুনি নিৰ্যাতিত মহিলাসকলৰ ওচৰ চাপিবলৈ বিশেষধৰণে যত্ন কৰিব লাগিব।

২) **সমাজত শিক্ষাৰ ব্যৱস্থা কৰক আৰু সজাগতা বৃদ্ধি কৰক ঃ** নাৰী নিৰ্যাতনৰ ৰোধৰ ক্ষেত্ৰত সমাজিক সজাগতা গঢ়ি তোলা আৰু এই ক্ষেত্ৰত সমাজখনক আগবঢ়াই আনটো আপোনাৰ মুল কাৰ্যৱলী বোৰৰ অন্যতম কাৰ্য হব লাগে। আপুনি আপোনাৰ সমাজখনৰ মহিলা আৰু কিশোৰীবোৰৰ লগত এই বিষয় বোৰৰ ওপৰত আলোচনা কৰিবলৈ সভা আহ্বান কৰা উচিত। আপুনি এই দায়িত্ব এনেদৰে পালন কৰিব পাৰে -

- কিছুমান তথাকথিত বিশ্বাস দুৰ কৰা যেনে - " মাৰ খোৱাটো ভালপোৱাৰে লক্ষণ", নিৰ্যাতিন পোৱাটো মোৰ বাবে অধিকাৰসম, এগৰাকী মহিলাই তেওঁক নিৰ্যাতিন কৰিলেও তেওঁৰ সংগী অবিহনে জীৱন অতিবাহিত কৰিব নোৱাৰে, যদি কোনো মহিলা ধৰ্ষিতা হয় তেন্তে এইয়া তেওঁৰ দোষ, আৰু ছোৱালীসকলে যৌন উৎপিড়নৰ পৰা সাৰিবলৈ যিমান পাৰে সোনকালে বিয়া হৈ যোৱা ভাল।
- মাহেকীয়া সভাবোৰত আপুনি আপোনাৰ অঞ্চলৰ মহিলা আৰু কিশোৰীবোৰক নাৰী নিৰ্যতিন বিষয়ৰ ওপৰত শিক্ষিত কৰি তোলক আৰু তেওঁলোকৰ যদি তেনেকোনো অভিজ্ঞতা আছে সেইবোৰ ব্যক্ত কৰিবলৈ উৎসাহ দিয়ক।
- ঘৰুৱা হিংসা, যৌন উৎপিড়ন আদিৰ বিৰুদ্ধে থকা বিভিন্ন আইনী ব্যৱস্থা আৰু আইন-কানুন (পৰিশিষ্ট ১)ৰ বিষয়ে সজাগতা বৃদ্ধি কৰা।
- আপুনি VHSNC ৰ সহায়ত আপোনাৰ অঞ্চলত হৈ থকা কিছুমান অসামাজিক কাৰ্যকলাপ যেনে যৌতুকৰ বাবে হোৱা নিৰ্যাতনৰ বিৰুদ্ধে, জন্মৰ আগতে কন্যাসন্তানৰ ভ্ৰূণ হত্যাৰ বিৰুদ্ধে, ছোৱালী সন্তান হত্যাৰ বিৰুদ্ধে, বাল্য বিবাহৰ বিৰুদ্ধে, বিবাহৰ পঞ্জীকৰণৰ সপক্ষে,কন্যা সন্তানক পৈতৃক সম্পত্তিৰ অধিকাৰ প্ৰদান কৰা, মহিলা মৰ্যদা হানিৰ বিৰুদ্ধে, নাৰী সৰবৰাহৰ বিৰুদ্ধে, আৰু ছোৱালী সন্তাৰ প্ৰতি কৰা বৈষম্যমূলক আচৰণৰ বিৰুদ্ধে সজাগতামূলক কাৰ্যসুচী পালন কৰিব পাৰে।
- মহিলা আৰু ছোৱালী সন্তানৰ বাবে থকা বিভিন্ন চৰকাৰী আঁচনিৰ বিষয়ে সমাজৰ প্ৰতিজন সদস্যক অৱগত কৰা। এনে কিছুমান আঁচনি এনেধৰণৰ- শিক্ষা আৰু অৰ্থনৈতিক সাহয্য প্ৰদানৰ বাবে থকা চৰকাৰী আচনি, সাবলা আঁচনি, মহিলা সমাখ্য, বিধৱা পেন্সন, অবিবাহিত আৰু নিঠৰুৱা মহিলাসকলৰ প্ৰতি থকা চৰকাৰী আঁচনি ইত্যাদি (আপোনাৰ পৰিদৰ্শকে আপোনাক আপোনাৰ ৰাজ্যত প্ৰচলিত বিভিন্ন আঁচনিৰ বিষয়ে তথ্য দিব)।

খ) ব্যক্তিবিশেষে ঘটা হিংসাৰ সমাধানৰ সুত্ৰ বিচৰা ঃ

১) **বিষয়বোৰৰ প্ৰতি সজাগ হোৱা** - যদি আপুনি সজাগ হয় আৰু শুংসুত্ৰ বিচাৰে তেন্তে কোনবোৰ মহিলা বিপদাপন্ন অৱস্থাত আছে চিনাক্ত কৰি উলিয়াব পাৰিব। উদাহৰণস্বৰূপে, যদি আপুনি কোনো মহিলাৰ লগত কথা পতাৰ সময়ত লক্ষ্য কৰে যে তেওঁৰ স্বামীয়ে কতৃত্বসুচক ব্যৱহাৰ কৰে অথবা মহিলা গৰাকীৰ কাষৰ পৰা উঠি নাযায় তেন্তে আপুনি সজাগ হ'ব লাগিব যে উক্ত মহিলাগৰাকী নিৰ্যতিনৰ সন্মুখীন হোৱাৰ সম্ভাৱনা আছে। শৰীৰত থকা আঘাতৰ চিন দেখিলে আৰু তেওঁলোকে আঘাত কেনেকৈ পালে সেই বৰ্ণনাৰ লগত আঘাতৰ মিল নাথাকিলে বুজিব লাগিব যে নাৰী গৰাকী হিংসাৰ বলি হৈছে।

যদি আপুনি কোনো এগৰাকী মহিলা নিৰ্যাতিত বুলি বা নিৰ্যতিনৰ বলি হ'ব পাৰে বুলি সন্দেহ কৰে, মহিলাগৰাকীয়ে সেই বিষয়ে তথ্য নিদিলেও আপুনি সেই বিষয়ে অধিক অনুসন্ধান কৰা উচিত। কোনো কাৰ্যপন্থা হাতত লোৱাৰ আগতে আপুনি মহিলাগৰাকীৰ লগত আলোচনা কৰা উচিত নহ'লে মহিলাগৰাকীৰ বাবে আৰু বেছি বিপদ হ'ব পাৰে। যদি মহিলা গৰাকীয়ে কবলৈ প্ৰস্তুত নহয়, তেন্তে যেতিয়ালৈকে নকয় তেতিয়ালৈকে তেওঁক মানসিক ভাৱে প্ৰস্তুত কৰি তোলক।

আপুনি নির্যাতিতা মহিলাসকলৰ মাজৰ পৰা তাৎক্ষণিক ভাৱে হস্তক্ষেপ প্ৰদান কৰিব লগীয়া গুৰুতৰ নিৰ্যাতনৰ বলি হোৱা ঘটনাবোৰৰ আৰু জীৱনৰ প্ৰতি কম শংকা থকা নিৰ্যাতনৰ ঘটনাবোৰৰ মাজৰ পাৰ্থক্য চিনাক্ত কৰি উলিওৱা উচিত।

যদি আপুনি কোনো গুৰুতৰ ধৰণৰ নিৰ্যাতনৰ ঘটনাৰ মুখামুখি হয় তেতিয়া আপুনি কি কৰিব ঃ মহিলা গৰাকীক তাৎক্ষণিক ভাৱে কোনো নিৰাপদ স্থানলৈ স্থানান্তৰিত কৰক। যদি আপোনাৰ সন্মুখত এনেকোনো ঘটনা ঘটে বা এনে কোনো পৰিস্থিতিৰ সৃষ্টি হয় য'ত মহিলাগৰাকীৰ জীৱনলৈ শংকা নামি অহাৰ সম্ভাৱনা যথেষ্ট বেছি তেনে ক্ষেত্ৰত আপুনি তাৎক্ষণিক সিদ্ধান্ত ল'ব লাগিব। আপুনি তাৎক্ষণিক ভাৱে মহিলাগৰাকীক হিংসাত্মক ঘটনা ঘটা ঠাইৰ পৰা নিৰাপদ স্থানলৈ স্থানান্তৰিত কৰাৰ বাবে পৰিয়ালৰ এজন সদস্য নাইবা সমাজৰ কোনো এজন সদস্য (যাৰ ওপৰত আপুনি বিশ্বাস কৰিব পাৰে)ক বিচাৰি উলিওৱাক। প্ৰয়োজন সাপেক্ষে আপুনি আৰক্ষীৰ সহায় বিচাৰক। আপুনি নিৰ্যাতিতা মহিলা গৰাকীৰ আশ্ৰয়ৰ বাবে আপোনাৰ অঞ্চলত থকা কোনো আশ্ৰয়গৃহ নাইবা অস্থায়ী আৱাসৰ সহায় বিচাৰক নাইবা বিপদ সংকুল মহিলাসকলক আশ্ৰয় প্ৰদান কৰা কোনো বেচৰকাৰী সংস্থাৰ সহায় বিচাৰক।

২) **প্ৰশ্ন সোধক ঃ** প্ৰশ্নবোৰ গোপনীয় ভাৱে সোধা উচিত আৰু সেই প্ৰশ্নবোৰ যে কোনো নিৰ্ণয় প্ৰদানৰ বাবে সোধা হোৱা নাই সেয়া বুজাই দিয়া উচিত। কোনো হিংসাত্মক ঘটনাৰ ওপৰত প্ৰত্যক্ষ ভাৱে প্ৰশ্ন সুধিলে আপুনি আপোনাৰ উত্তৰ নাপাব। আপুনি মহিলাগৰাকীৰ বিশ্বাস জগাই তোলক আৰু তেওঁ নিশ্চয়তা প্ৰদান কৰক যে তেওঁ প্ৰকাশ কৰা কথাবোৰ গোপন কৰি ৰখা হ'ব। মনত ৰাখিব যে ঘৰৰ সদস্যৰ আগত বা সংগীৰ আগত তেওঁক নিৰ্যাতনৰ ওপৰত প্ৰশ্ন কৰিলে তেওঁৰ বাবে বিপদ বৃদ্ধিহে হ'ব।

৩) **স্বাস্থ্য সেৱাৰ প্ৰাপ্তিৰ সুবিধা প্ৰদান কৰক ঃ** আপুনি মহিলাগৰাকী কোনো শাৰীৰিক আঘাত নাইবা মানসিক আঘাতত ভুগিছে নেকি চালি জাৰি চাওঁক। যদি আঘাতৰ পৰিমান কম হয় তেন্তে তেওঁক প্ৰাথমিক চিকিৎসা প্ৰদান কৰক কিন্তু আঘাতৰ পৰিমান যদি গুৰুতৰ তেন্তে সোনকালে তেওঁকোনো চিকিৎসালয়লৈ উপযুক্ত চিকিৎসাৰ বাবে প্ৰেৰণ কৰক আৰু প্ৰয়োজন সাপেক্ষে তেওঁক সংগ দিয়ক।

৪) **আৱেগিক ভাৱে সহায় আগবঢ়াওক ঃ** এগৰাকী আশাৰূপে আপুনি মহিলাগৰাকীৰ ওচৰত প্ৰাথমিক সহায়ক ৰূপে থিয় দিয়ক আৰু মৌনতা ভংগ কৰি নিৰ্যাতনৰ বিষয়ে কবলৈ দিয়ক। তেওঁৰ লগত কথা পাতক আৰু তেওঁৰ লাজ, ভয়, হতাশা দূৰ কৰাত সহায় কৰক। তেওঁক নিশ্চয়তা প্ৰদান কৰক যে তেওঁ যি নিৰ্যাতন পাইছে সেইয়া তেওঁৰ দোষ নহয়।

৫) **নাৰীৰ নিৰপত্তাৰ বাবে উপযুক্ত ব্যৱস্থা কৰক ঃ** আপুনি মহিলাসকলক বুজাওঁক যে হিংসা উদ্ভৱ হ'ব পৰা পৰিস্থিতি সৃষ্টি হ'লে তেওঁলোকে সেই পৰিস্থিতি বিৰুদ্ধে ব্যৱস্থা গ্ৰহন কৰা উচিত আৰু তেওঁ আৰু ল'ৰা-ছোৱালীবোৰ নিৰাপদ আশ্ৰয়স্থলীলৈ আঁতৰি যোৱা উচিত।

যদি কোনো ক্ষেত্ৰত নিৰ্যাতিতা মহিলাগৰাকী হিংসাত্মক পৰিস্থিতিৰ পৰা আতৰি যাব লগাত পৰে, তেন্তে আপুনি সমাজ/VHSNC ৰ সহায়ত মহিলাগৰাকীৰ বাবে কোনো এক নিৰাপদ আশ্ৰয়স্থলীৰ ব্যৱস্থা কৰক, যেনে মহিলাগৰাকীৰ মাতৃৰ ঘৰ নাইবা কোনো নিকট আত্মীয়ৰ ঘৰ য'ত পৰিস্থিতি সুস্থিৰ হোৱা লৈকে তেওঁ অস্থায়ীৰূপত আশ্ৰয় ল'ব পাৰে। কিছুমান জিলাত, বিপদগ্ৰস্ত মহিলাসকলক সহায় কৰাৰ বাবে চৰকাৰে বা বেচৰকাৰী অনুষ্ঠানবোৰে কিছুমান আশ্ৰয়স্থলীৰ ব্যৱস্থা কৰে। যদি মহিলা গৰাকী পৰিয়ালৰ পৰা নাইবা বন্ধু-বান্ধৱীৰ পৰা কোনো ধৰণৰ সহায় লাভ নকৰে তেন্তে আপুনি তেনেকুৱা অনুষ্ঠানৰ আশ্ৰয় লাভ কৰাত সহায় কৰিব লাগিব।

মহিলা গৰাকীয়ে যেতিয়া বিপদসংকুল স্থান এৰি গুচি যাব আপুনি চেষ্টা কৰিব লাগিব যে মহিলা গৰাকীয়ে যাতে তেওঁৰ লগত সকলোবোৰ প্ৰয়োজনীয় নথি-পত্ৰ যেনে পৰিচয়পত্ৰ, বেংকৰ পাচবুক, ৰেচন কাৰ্ড, তেওঁৰ আৰু ল'ৰা-ছোৱালীৰ জন্মৰ প্ৰমানপত্ৰ, বিবাহৰ পঞ্জীয়ন বা প্ৰমানপত্ৰ, শিক্ষাগত প্ৰমানপত্ৰ, স্বাস্থ্য সম্পৰ্কীয় নথিপত্ৰ, তেওঁৰ নামত থকা সম্পত্তিৰ প্ৰমানপত্ৰ আৰু তেওঁৰ নাম থকা আ-অলংকাৰ ইত্যাদি লগত লৈ যায়।

নিৰ্যতিন কৰা অপৰাধীসকলৰ মুখা-মুখী হোৱাটো অতি গুৰুত্বপৰ্ণ বিষয় যাতে এই নিৰ্যাতন পুনৰাই ঘটিবলৈ নাপায় আৰু এইবোৰৰ ক্ষেত্ৰত মহিলাৰ সপক্ষে থকা আইনী ব্যৱস্থাৰ বিষয়ে সজাগতা সৃষ্টি কৰা উচিত। আপুনি এই দায়িত্ব এ.এন.এম, অংগনবাড়ী কৰ্মী নাইবা সমাজৰ অন্যান্য সদস্য যেনে গাওঁ পঞ্চায়ত, মহিলা গোট নাইবা VHSNC ৰ সদস্যবোৰৰ সহায়ত পালন কৰিব পাৰিব।

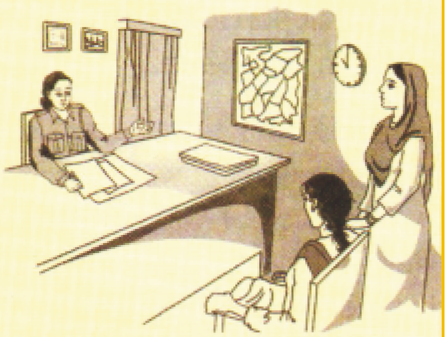
৬) **মহিলাগৰাকীক ন্যায়িক সাহায্যৰ বিষয়ে অৱগত কৰাওঁক ঃ** মহিলাসকলে নিৰ্যাতনৰ বিষয়ে অৱগত কৰিবলৈ হ'লে নাইবা সেই বিষয়ে কাৰ্যব্যৱস্থা হাতত লবলৈ হ'লে কোন ঠাইত বা কোন ব্যক্তিৰ ওচৰত অভিযোগ দাখিল কৰিব লাগিব সেই বিষয়ে তেওঁলোকক তথ্য আগবঢ়াওক। দেশৰ বিভিন্ন ৰাজ্যত মহিলা আৰক্ষী চকীৰো ব্যৱস্থা আছে। তেওঁ ৰাজ্যৰ মহিলা আৰু শিশু কল্যান বিভাগৰ লগতো যোগাযোগ কৰিব পাৰে (অংগনবাড়ীকেন্দ্ৰ, সংহত শিশু বিকাশ কেন্দ্ৰৰ পৰিদৰ্শক, শিশু বিকাশ প্ৰকল্প বিষয়া)। এই বিষয়া সকলে অভিযোগবোৰ মহিলা আৰু শিশু কল্যান বিভাগৰ নিৰ্দিষ্ট সুৰক্ষা বিষয়ালৈ প্ৰেৰণ কৰিব। এই বিষয়াজনক নাৰীৰ ওপৰত হোৱা নিৰ্যতিন সম্বন্ধে আইনী ব্যৱস্থা গ্ৰহন কৰাৰ বাবে চৰকাৰে কৰ্তৃত্ব প্ৰদান কৰিছে, আৰু এই বিষয়াজনক যোগাযোগ কৰাৰ বাবে এটা বিনামুলীয়া নম্বৰও আছে। আপুনি মহিলাবোৰক ন্যায়িক সাহায্য লাভ কৰাৰ বাবে পাৰ্যমানে সহায় কৰিব লাগিব, জিলাৰ ন্যায়ালয়ৰ চৌহদত অৱস্থিত সাহায্য কেন্দ্ৰবোৰৰ বিষয়ে বিতং তথ্য জনাব আৰু আইনী সহায় লাভৰ ক্ষেত্ৰত সকলো ধৰণৰ পৰামৰ্শ দিব লাগিব।

৭) **সহায়ৰ বাবে অন্য উৎসৰ সন্ধেদ দিয়া ঃ** নিৰ্যাতনৰ বিৰুদ্ধে ব্যৱস্থা গ্ৰহন কৰাৰ উদ্দেশ্যে আপোনাৰ ওচৰত কিছুমান গুৰুত্বপূৰ্ণ ফোন নম্বৰ মজুদ থকাটো উচিত, যেনে পুলিচৰ ফোন নম্বৰ, সহায় আগবঢ়োৱা সংগঠনৰ ফোন নম্বৰ আৰু গন-মাধ্যমৰ লগত জড়িত ব্যক্তি যেনে বাতৰি কাকত/আলোচনীৰ সাংবাদিক, ৰেডিঅ' আৰু টেলেভিজনৰ সাংবাদিকৰ নম্বৰ। নিৰ্যাতনৰ বিৰুদ্ধে ব্যৱস্থা গ্ৰহন ক্ষেত্ৰত হেচা প্ৰয়োগ কৰিবলৈ গণ-মাধ্যম এটি গুৰুত্বপূৰ্ণ আহিলা।

ধৰ্ষণৰ ক্ষেত্ৰত কি কৰা উচিত

যদি কোনো মহিলাই ধৰ্ষণৰ বলি হব লগাত পৰে তেন্তে তলত উল্লেখ কৰা পদক্ষেপ বোৰ হাতত ল'ব লাগিব ঃ

- যৌন উৎপিড়নৰ সম্মুখীন হোৱা মহিলাগৰাকীক লগে লগে কোনো নিৰাপদ স্থানলৈ স্থান্তাৰিত কৰিব লাগে। এইয়া ইয়াৰ ভুক্তভোগী জনৰ ঘৰলৈ, নাইবা তেওঁৰ কোনো আত্মীয় তথা কোনো বন্ধুৰ ঘৰলৈ স্থান্তাৰিত হ'ব লাগে।
- তেওঁৰ লগত সহানুভুতিৰে আচৰণ কৰক আৰু তেওঁক নিশ্চিত কৰ যে এইয়া তেওঁৰ ভুল নহয়। তেওঁৰ লগত মৰম আৰু নম্ৰ ব্যৱহাৰ কৰক।
- মহিলা গৰাকীৰ পৰা এইয়া জানিবৰ চেষ্টা কৰক যে তেওঁক ধৰ্ষণ কৰা লোকজনকত তেওঁ চিনি পায় নে , কি পৰিস্থিতিত তেওঁ ধৰ্ষিতা হ'ল আৰু তেওঁ কোনো গুৰুতৰ আঘাত পাইছে নেকি ?
- ধৰ্ষিতা মহিলা গৰাকিয়ে চিকিৎসা সেৱা পোৱাটো অত্যন্ত জৰুৰী আৰু তেওঁক যাতে ফৰেনছিক পৰীক্ষা কৰোৱা হয় সেই ক্ষেত্ৰত জোৰ কৈ দাবী জনাব। আপুনিও মহিলা গৰাকীৰ লগত চিকিৎসালয়লৈ সংগ দিব লাগে।
- যৌন আতিশায্যৰ ঘটনাত ভুক্তভোগীজনৰ দেহত ৰৈ যোৱা কোনো সাক্ষ্য প্ৰমান (জৈৱিক উপাদন) সংৰক্ষণ কৰি ৰখাটো অতি প্ৰয়োজন, বিশেষকৈ যিবোৰ ক্ষেত্ৰত অপৰাধীজন এজন অচিনাকি হয়, যাতে তাৰ আৰ্তি ধৰি দোষীজনক কাৰায়ত্ব কৰিব পাৰি। সেয়েহে পৰীক্ষা নকৰালৈকে মহিলাগৰাকীয়ে গাঁ-ধুব নালাগে।



- পুলিচৰ পৰা সহায় বিচৰাত তথা ধৰ্ষিতা মহিলাক সহায় বাবে থকা অন্যান্য সংগঠনবোৰৰ লগত যোগাযোগ স্থাপনৰ ক্ষেত্ৰত মহিলা গৰাকী আৰু পৰিয়ালবৰ্গক আপুনি সহায় কৰিব লাগে।
- যদিও কোনো মহিলাই ঘটনাটোৰ ক্ষেত্ৰত অভিযোগ দাখিল কৰিবলৈ ইচ্ছা নকৰে, তথাপি ফৰেনছিক পৰিক্ষাৰ ফলাফল আৰু অন্যান্য সাক্ষ্যপ্ৰমান মজুত ৰখাটো অত্যন্ত প্ৰয়োজন কাৰণ এই ক্ষেত্ৰত পুলিচে পিছতো অনুসন্ধান কৰিব পাৰে।
- গৰ্ভধাৰণ ৰোধ কৰাৰ বাবে তেওঁক গৰ্ভনিৰোধক বড়ি প্ৰদান কৰক। যদি মহিলা গৰাকীয়ে পোৱা আঘাতৰ পৰিমান গুৰুতৰ হয় তেন্তে তেওঁক তাৎক্ষণিক ভাৱে চিকিৎসালয়ত ভৰ্ত্তি কৰাওঁক।
- যদি মহিলা গৰাকীয়ে তেওঁৰ ক্ষেত্ৰত ঘটা ঘটনাৰ বিষয়ে তেওঁৰ ঘৰৰ মানুহক অৱগত কৰা নাই তেন্তে ঘৰৰ মানুহক অৱগত কৰাত তেওঁক সহায় কৰক। মনত ৰাখিব যে ধৰ্ষণৰ বিষয়ে পৰিয়ালৰ অন্য লোকেও জানি থোৱা প্ৰয়োজন।
- মহিলাগৰাকী তথা তেওঁৰ পৰিয়াল বৰ্গক বুজনি দিয়ক যে ইতিমধ্যে ঘটা ঘটনাটো যথেষ্ট ভয়ংকৰ, তথাপি ইয়াক সহজ ভাৱে গ্ৰহন কৰিব লাগিব আৰু জীৱনত আগুৱাই যাব লাগিব, কাৰণ ইয়াতে সকলো শেষ হৈ যোৱা নাই।
- ভুক্তভোগী মহিলা গৰাকীক মানসিক পৰামৰ্শৰ প্ৰয়োজন হ'ব পাৰে আৰু সেয়েহে জিলা চিকিৎসালয়লৈ প্ৰেৰণ কৰাত তেওঁক সহায় কৰা উচিত।

৬) আপুনি নিজকে কেনেদৰে নিৰাপদ কৰি ৰাখিব

অন্য মহিলাৰ দৰে আপুনিও নিজৰ ঘৰত বা বাহিৰত হিংসাৰ চিকাৰ হ'ব পাৰে। এইয়া সম্ভৱ যে আপুনিও হিংসাৰ সহ্য কৰিব লগাত পৰিব পাৰে তথা আপুনি দুঃচিন্তাৰ পৰা সম্পূৰ্ণ মুক্ত নহবও পাৰে। আপোনাৰ চাৰিও দিশে এনে কিছুমান কাৰক থাকিব পাৰে যিবোৰ কাৰকৰ বাবে অন্য মহিলাৰ নিৰ্যাতনৰ প্ৰতিকাৰ কৰিবলৈ আপুনি সবল যদিও আপুনি নিজৰ ক্ষেত্ৰত ঘটা নিৰ্যাতনৰ কথা আইনক জনাবলৈ অসমৰ্থ। মনত ৰাখিব যে আনক সহায় কৰাৰ আগতে আপুনি নিজকে প্ৰথমতে সহায় কৰিব লাগিব। আপোনাৰ নিজৰ সমস্যাবোৰৰ জোৰা মৰিলেহে আপোনাৰ অন্তৰত সহানুভুতিৰ নিজৰা বব আৰু তেতিয়াহে আপুনি আপোনাৰ অভিজ্ঞতাৰ আঁত ধৰি আনক আৰু বেছি সাহসেৰে সহায় কৰিব পাৰিব।

মনত ৰাখিব যে মহিলাৰ ওপৰত হোৱা নিৰ্যতিন ক্ষমতাৰ অভিব্যক্তি। প্ৰায়ে ক্ষমতাত থকা কোনো ব্যক্তিয়ে মহিলাৰ ওপৰত হোৱা নিৰ্যতিনত উচটনি দিয়ে। মহিলা নিৰ্যাতিনৰ বিৰুদ্ধে মাত মতাৰ বাবে আৰু নিৰ্যাতিতা মহিলা সকলক সহায়ৰ হাত আগবঢ়োৱাৰ বাবে আপুনি সেই ক্ষমতাবান লোকৰ আতিশায্যৰ বলি হোৱাৰ সম্ভাৱনা যথেষ্ট বেছি। এই ক্ষেত্ৰত আপুনি অত্যন্ত সজাগ হোৱা উচিত আৰু গাৱঁৰ কিছুমান লোকৰ যেনে বয়সীয়াললোকৰ বোৰৰ তথা VHSNCৰ সদস্যবোৰৰ সহায় বিচৰা উচিত। আপুনি নিশ্চিত হোৱা উচিত যে আপোনাৰ লগত সমাজৰ নেতৃস্থানীয় তথা সন্মানীয় বয়সীয়া লোক বোৰৰ, আৰক্ষীৰ আৰু স্বাস্থ্য সেৱা ক্ষেত্ৰৰ যে সুসম্পৰ্ক আছে সেইয়া সকলোৱে জানে। আপুনি আন কিছুমান নিৰাপত্তাজনিত ব্যৱস্থা গ্ৰহণ লোৱা উচিত যেনে অকলে অকলে ফুৰাৰ পৰা বিৰত থাকবি লাগে, জনশূন্য এলেকাৰ পৰা দূৰত থাকিব লাগে তথা এন্ধাৰ হোৱাৰ পিছত আনৰ লগত একগোট হৈহে ফুৰিব লাগে ইত্যাদি।

৭) আলোচনাৰ বাবে কিছুমান পৰিস্থিতি

তলত কিছুমান আপোনাৰ পৰিচিত পৰিস্থিতিৰ বিষয়ে উল্লেখ কৰা হৈছে। তলত উল্লেখ কৰা প্ৰতিটো পৰিস্থিতিৰ বিষয়ে অধ্যয়ন কৰাৰ পিছত আপুনি কি ব্যৱস্থা গ্ৰহণ কৰিব চিনাক্ত কৰক। ইয়াৰে কিছুমানৰ ক্ষেত্ৰত তাৎক্ষণিক হস্তক্ষেপৰ প্ৰয়োজন, কিছুমানৰ ক্ষেত্ৰত বাৰে বাৰে ভ্ৰমণ আৰু পৰামৰ্শৰ প্ৰয়োজন, আৰু আন কিছুমানৰ ক্ষেত্ৰত আগতে ঠিক কৰি থোৱা কোনো গোটৰ লগত কাম কৰাটো প্ৰয়োজন। আকৌ আপুনি নিশ্চিত কৰিব লাগিব যে কোনবোৰ পৰিস্থিতি গাওঁ পৰ্যায়ত সমাধান হ'ব, কোনবোৰ পৰিস্থিতিৰ বাবে শিক্ষা আৰু সজাগতা সৃষ্টি কৰা প্ৰয়োজন আৰু কোনবোৰ পৰিস্থিতিত উচ্চস্তৰলৈ প্ৰেৰণ কৰা উচিত।

নিৰ্যাতন বা হিংসাত্মক পৰিস্থিতি ঃ

- এজন মানুহে তেওঁৰ পত্নীক হাতেৰে মুখত মাৰিছে কাৰণ তেওঁৰ পত্নীয়ে ৰন্ধা খাদ্য পচন্দ হোৱা নাই
- এগৰাকী মহিলা তেওঁৰ স্বামী আৰু শাহুৰেকৰ দ্বাৰা শাৰীৰিক ভাৱে অপদস্থ হৈছে কাৰণ তেওঁ তেওঁৰ বিয়াৰ সময়ত যথেষ্ট যৌতুক অনা নাছিল।
- এজন স্বামীয়ে তেওঁৰ পত্নীক যৌন সম্বন্ধ স্থাপন নকৰা বাবে মাৰপিট কৰাৰ ভাবুকি দিছে
- এগৰাকী মহিলাই ধনৰ অভাৱৰ বাবে চিকিৎসা সেৱা গ্ৰহন কৰিবলৈ অসমৰ্থ
- এজন স্বামীয়ে তেওঁৰ ঘৈণীয়েকক কোনো বাহিৰৰ ঠাইলৈ যোৱাৰ অনুমতি নিদিয়ে কাৰণ তেওঁ ভাবে যে অন্য মানুহে তেওঁৰ পিনে চায়।
- এগৰাকী মহিলাই চাৰিবাৰকৈ গৰ্ভপাত কৰিবলৈ বাধ্য হৈছে কাৰণৰ তেওঁৰ পৰিয়ালবৰ্গই ল'ৰা সন্তান বিচাৰে।
- তিনি গৰাকী ছোৱালী আৰু এটি ল'ৰা সন্তান থকা দুখীয়া পৰিয়ালৰ এটিত ল'ৰা সন্তানটিক আগতে খাদ্য খাবলৈ দিয়া হয় আৰু তাৰ পিছতহে ছোৱালীবোৰক খাদ্য দিয়া হয়।
- এটি মধ্যবিত্ত পৰিয়ালত ল'ৰা সন্তানটিক উচ্চ শিক্ষাৰ বাবে মহাবিদ্যালয়লৈ প্ৰেৰণ কৰাৰ পৰিবৰ্তে ছোৱালীবোৰৰ শিক্ষা প্ৰাথমিক বিদ্যালয় সমাপ্ত কৰাৰ পিছতে বন্ধ কৰা হৈছে।
- কিছুমান ল'ৰা অশালীন ব্যৱহাৰৰ বাবে এগৰাকী ১৫ বছৰীয়া ছোৱালীক বিদ্যালয়ৰ পৰা এৰুৱাই অনা হৈছে।
- এটি পুৰুষ মানুহৰ গোটে এগৰাকী মহিলাক বাছ অস্থান নাইবা ৰাজহুৱা পৰিবহন আস্থানত উৎপীড়ন চালাইছে।
- একেলগে বাস কৰা সংগী এজনে তেওঁৰ প্ৰেয়সীক নিৰ্যাতন চলাইছে।
- এজন ভাতৃয়ে তেওঁৰ ভগ্নীক হত্যা কৰিছে কাৰণ তেওঁৰ ভগ্নীয়ে পৰিয়াল তথা সমাজে অনুমতি নিদিয়া এজন ল'ৰাক ভাল পাইছিল।

পৰিশিষ্ট - ১ ঃ নাৰী নিৰ্যাতন প্ৰতিৰোধৰ বাবে থকা আইনী ব্যৱস্থা[1]

	আইনী শিৰ্ষক	অপৰাধ	আইনী ব্যৱস্থা			
			তৃতীয়পক্ষৰ প্ৰতিবেদন[2]	শাস্তি	হৰ্তব্য অপৰাধ আৰক্ষীয়ে তাৎক্ষণিক ভাৱে গ্ৰেপ্তাৰ কৰিব পাৰেনে ?	ন্যায়ালয়ৰ আদেশ অবিহনেই আৰক্ষীয়ে গ্ৰেপ্তাৰ কৰিব পাৰেনে ?
১	গৰ্ভস্থ সন্তানৰ জন্মৰ লিংগ নিৰ্ণয়াক পৰিক্ষা আইন (গৰ্ভধাৰণৰ পিছত বা আগত লিংগ নিৰ্ণয়ৰ ক্ষেত্ৰত বাধা প্ৰদান কৰে)	○ আল্ট্ৰাচাউণ্ড আৰু এনেধৰণৰ জেনেটিক পৰিক্ষা পদ্ধতি ব্যৱহাৰ কৰা হয় (গৰ্ভস্থ সন্তানটি ল'ৰা নে ছোৱালী চিনাক্ত কৰিবলৈ ব্যৱহাৰ কৰা হয়) ○ কোনো পৰিক্ষাগাৰ নাইবা ক্লিনিক যিকোনো পৰিক্ষা কৰি চোৱা হয়। ○ কোনো আত্মীয় তিৰোতা মহিলা গৰ্ভৱতী নহ'লে তেওঁৰ সম্পৰ্কীয় সকলক যিকোনো প্ৰকাৰে গৰ্ভস্থ সন্তানটি ল'ৰা নে ছোৱালী পৰীক্ষণ কৰিবলৈ বাধ্য কৰে। ○ লিংগ নিৰ্ণয় কৰা ক্লিনিকবোৰৰ বিষয়ে যি কোনো প্ৰকাৰে বিজ্ঞাপন কৰা কোনো ব্যক্তি ○ যথোপযুক্ত কৰ্তৃপক্ষৰ দ্বাৰা অনুমোদন নোলোৱাকৈ কোনো কেন্দ্ৰই এনেধৰণৰ অত্যাধুনিক পদ্ধতি ব্যৱহাৰ কৰিলে ○ কোনো উপভোক্তা/অভিভাৱক বা তেওঁৰ আত্মীয়ই এনেধৰণৰ লিংগ নিৰ্ণয় কৰিব বিচাৰি সেৱা বিচাৰিলে। ○ এনেধৰণৰ পৰীক্ষাৰ কৰাৰ বাবে মহিলাগৰাকীৰ কোনো লিখিত অনুমতি নোলোৱা তথা পৰিক্ষাৰ পিছত পৰিণাম ফলাফল বিষয়ে কোনো ধৰণৰ তথ্য মহিলাগৰাকীক নজনালে।	হয়	○ এই আইন ভংগ কৰা কোনো মালিক তথা পেছাদাৰী ব্যক্তিৰ ক্ষেত্ৰত ঃ তিনিবছৰৰ কাৰাদণ্ড তথা ৫০,০০০ টকা জৰিমনা। ○ কোনো উপভোক্তা/অভিভাৱক এই আইন বোলে যদি ভংগ কৰিলে ঃ পাচঁ বছৰলৈকে কাৰাদণ্ড তথা ৫ লাখ টকালৈকে জৰিমনা	পাৰে	নোৱাৰে

১) সংস্থাৰেৰ "বৈধ আইন"ৰ পৰা উদ্ধৃত কৰা হৈছে আৰু আপোনালোকৰ বুজাত সুবিধা হোৱাকৈ সহজ কৰি তোলা হৈছে।

২) তৃতীয়পক্ষৰ প্ৰতিবেদন অপৰাধ কৰা বুলি প্ৰমাণ থকা কোনো তৃতীয় পক্ষই ব্যক্তিগত ভাৱে বা গোট হিচাপে প্ৰতিবেদন জনাব পাৰে।

	আইনী শিৰ্ষক	অপৰাধ	আইনী ব্যৱস্থা			
			তৃতীয়পক্ষৰ প্ৰতিবেদন	শাস্তি	শৰ্ত বা অপৰাধ - আৰক্ষীয়ে তাৎক্ষণিক ভাৱে গ্ৰেপ্তাৰ কৰিব পাৰেনে ?	ন্যায়ালয়ৰ আদেশ অবিহনেই আৰক্ষীয়ে গ্ৰেপ্তাৰ কৰিব পাৰেনে ?
২	ঘৰুৱা নিৰ্যাতনৰ পৰা মহিলা সকলক সুৰক্ষা প্ৰদান আইন (নিৰ্যাতন চলোৱা ব্যক্তিগৰাকীৰ লগত সম্বন্ধ হোৱা সকলো মহিলা আৰু শিশুৰ ক্ষেত্ৰত প্ৰযোজ্য।)	ঘৰুৱা নিৰ্যাতনে প্ৰকৃত নিৰ্যাতন নাইবা নিৰ্যাতনৰ সন্মোখীনৰ ভীতিপ্ৰদৰ্শন যেনে শাৰীৰিক, যৌনসম্পৰ্কীয়, মৌখিক, আবেগিক আৰু অৰ্থনৈতিক নিৰ্যাতনক সামৰি লয়।		○ এবছৰলৈ কাৰাদণ্ড আৰু / নাইবা অধিকতম ২০,০০০ টকালৈ জৰিমনা। গুৰুত্বপূৰ্ণ বিষয় ○ এই আইনৰ অধীনত এগৰাকী মহিলা নিৰ্যাতনৰ বিৰুদ্ধে মাত মাতিব পাৰে, "সুৰক্ষা বিষয়া"ৰ ওচৰত ঘৰুৱা হিংসাৰ অভিযোগ (DIR - Domestic Incidence Report) দাখিল কৰিব পাৰে, আইনখনৰ ধাৰা ১২ৰ অধীনত নাইবা ন্যায়াধিপতিৰ ওচৰত প্ৰাথমিক অভিযোগ দাখিল কৰিব পাৰে। ○ এই আইনৰ অধীনত মহিলাগৰাকীয়ে নিৰাপদ ভিত্তিত ব্যয়সম্পৰ্কীয় সাহায্য, নিৰাপদ আশ্ৰয়ৰ অধিকাৰ, আশ্ৰয়স্থলৰ সুবিধা, চিকিৎসাৰ সুবিধা পায়। ○ যদি কোনো আৰক্ষী বিষয়া, সুৰক্ষা বিষয়া, কোনো সেৱা প্ৰদানকাৰী নাইবা কোনো ন্যায়াধিপতিয়ে ঘৰুৱা হিংসাৰ অভিযোগ লাভ কৰে, নাইবা ঘৰুৱা হিংসাৰ ঘটনাত তেওঁ কোনো প্ৰকাৰে উপস্থিত থাকে নাইবা তেওঁক সেই হিংসাৰ বিষয়ে কোনো ব্যক্তিয়ে অভিযোগ দিয়ে তেন্তে তেওঁ মহিলাগৰাকীক তেওঁৰ বাবে থকা আইনৰ ব্যৱস্থা, অধিকাৰ আদিৰ বিষয়ে অৱগত কৰিব লাগে।	গ্ৰেপ্তাৰ কৰা যদিও সম্পাদনৰ (উদাহৰণ স্বৰূপে কোনোবা নতুবা যি তুক সংক্ৰান্ত নিৰ্দেশ) ভংগকাৰীক দণ্ডবিধি মতে গ্ৰেপ্তাৰ কৰা হয়।	

	আইনী শিৰ্ষক	অপৰাধ	আইনী ব্যৱস্থা			
			তৃতীয় পক্ষৰ প্ৰতিবেদন	শাস্তি	ধৰ্তব্য অপৰাধ - আৰক্ষীয়ে তাৎক্ষণিক ভাৱে গ্ৰেপ্তাৰ কৰিব পাৰেনে ?	ন্যায়ালয়ৰ আদেশ অবিহনেই আৰক্ষীয়ে গ্ৰেপ্তাৰ কৰিব পাৰেনে?
৩	যৌতুক প্ৰথা নিবাৰণ আইন (যৌতুক দাবী কৰা, যৌতুক প্ৰদান কৰা আৰু যৌতুক গ্ৰহণ কৰা প্ৰতিৰোধ কৰে।)	যৌতুক দিয়া, লোৱা আৰু দাবী কৰা	হয়	○ যৌতুক দিয়া আৰু লোৱাৰ বাবে - অতি কমেও পাঁচবছৰৰ কাৰাদণ্ড আৰু ১৫,০০০ টকা নাইবা যৌতুকৰ সম পৰিমাণৰ জৰিমনা বিহা হয় ○ যৌতুক দাবী কৰা বাবে - ছয় মাহলৈ কাৰাদণ্ড আৰু ১০,০০০ টকালৈ জৰিমনা	নহয়	নহয়
৪	বাল্য বিবাহ প্ৰতিৰোধী আইন	বাল্য বিবাহ হৈছে সেই বিবাহ কাৰ্য য'ত দুয়োজনৰ অতি কমেও এজন শিশু হয়।	হয়	○ কোনো ১৮ বছৰৰ ওপৰৰ পুৰুষে এগৰাকী নাবালিকা ছোৱালীক যদি বিয়া কৰায় নাইবা নাবালিকক বিয়া কৰাৰ পাছত কোনো অনুষ্ঠানৰ আয়োজন কৰে তেন্তে তেওঁক দুইবছৰ কাৰাদণ্ড আৰু জৰিমনা বহা হয়। প্ৰয়োজনীয় বিষয় ○ ল'ৰা-ছোৱালীবোৰক বিয়াৰ বাবে জোৰ কৰা কাৰণে নাবালক তথা নাবালিকাৰ উপযুক্ত বয়স বা উপযুক্ত বয়সৰ দুই বছৰ হোৱালৈ বিয়াত নবহিবৰ বাবে আপত্তি কৰাৰ অধিকাৰ থাকে	নহয়	নহয়

	আইনী শিৰ্যক	অপৰাধ	আইনী ব্যৱস্থা			
			তৃতীয়পক্ষৰ প্ৰতিবেদন	শাস্তি	যদি অপৰাধ - আৰক্ষীয়ে তাৎক্ষণিক ভাৱে গ্ৰেপ্তাৰ কৰিব পাৰেনে ?	ন্যায়ালয়ৰ আদেশ অবিহনেই আৰক্ষীয়ে গ্ৰেপ্তাৰ কৰিব পাৰেনে ?
				○ যদি বিয়াখন অস্বীকাৰ কৰা হয় তেন্তে বিয়াখনৰ লগত জড়িত সকলো সম্পত্তি, ধন কিম্বা উপহাৰবোৰ তেওঁৰ পত্নীক দিব লাগে আৰু প্ৰাপ্তবয়স্ক নোহোৱালৈকে তথা বিবাহ উপযুক্ত নোহোৱালৈকে তেওঁক আশ্ৰয় প্ৰদান কৰিব লাগে ○ বাল্য বিবাহৰ ফলস্বৰূপে জন্মগ্ৰহণ কৰা শিশুবোৰক ন্যায়ালয়ে বৈধ বুলি গণ্য কৰে আৰু ন্যায়ালয়ে তেওঁলোকৰ শিশুক মাতৃ পিতৃৰ জিম্মাত দিবলৈ মাতি হয়		
৫	ভাৰতীয় দণ্ডবিধি ১৮৬০					
ক)	এচিড আক্ৰমণ ধাৰা ৩২৬ ক আৰু খ	এচিড দলিওৱা বা দলিওৱাৰ চেষ্টাৰ দ্বাৰা ক্ষতি হয়।	হয়	○ অতি কম পক্ষে ১০ বছৰ কাৰাদণ্ড তথা জীৱন আজীৱন কাৰাবাসলৈ বৃদ্ধি হব পাৰে। ভুক্তভোগীৰ চিকিৎসাৰ বাবে প্ৰয়োজন ধনৰ পৰিমাণৰ জৰিমনা ○ এচিডেৰে আক্ৰমণ কৰাৰ প্ৰচেষ্টাৰ অতিকমেও পাঁচ বছৰ আৰু পাৰিলে মুঠ সাত বছৰ কাৰাদণ্ড। আক্ৰমণকাৰীজনে জৰিমনা ও বিহিত লাগে।	হয়	নহয়

	আইনী শিৰ্ষক	অপৰাধ	আইনী ব্যৱস্থা			
			তৃতীয়পক্ষৰ প্ৰতিবেদন	শাস্তি	যদি কোনো অপৰাধ - অপৰাধীক তাৎক্ষণিক ভাৱে গ্ৰেপ্তাৰ কৰিব পাৰেনে ?	ন্যায়াধীশৰ আদেশ অবিহনেই আৰক্ষীয়ে গ্ৰেপ্তাৰ কৰিব পাৰেনে ?
খ)	যৌন আতিশায্য - ধাৰা ৩৫৪, ধাৰা ৩৫৪ ক, ধাৰা ৫০৯	i) অনাকাংক্ষিত স্পষ্ট যৌন আচৰণ, শাৰীৰিক স্পৰ্শ আৰু স্পৰ্শ গ্ৰহণ কৰা, নাইবা ii) যৌন সম্বন্ধ স্থাপন অনুমতিৰ বাবে জোৰ দিয়া, নাইবা iii) যৌনগন্ধী মন্তব্য কৰা, নাইবা iv) জোৰকৈ যৌনভাৱে পূৰ্ণ ছবি তথা ফিল্ম দেখুৱা, নাইবা v) যৌন প্ৰকৃতিৰ যিকোনো অনাকাংক্ষিত শাৰীৰিক, মৌখিক নাইবা অ-মৌখিক ব্যৱহাৰ (ইন্টাৰনেট, ফোন নাইবা ফটো নাইবা চিঠিৰ দ্বাৰা যৌন আতিশায্য চলোৱাও ইয়াৰ ভিতৰত সামৰি লোৱা হয়।)	হয়	দফা (i) আৰু দফা (ii)ত উল্লেখ কৰা অপৰাধৰ বাবে সৰ্বাধিক তিনি বছৰলৈকে সশ্ৰম কাৰাবাস, নাইবা জৰিমনা, নাইবা দুয়োটা আৰু অন্য অপৰাধবোৰৰ ক্ষেত্ৰত এবছৰলৈকে কাৰাবাস, নাইবা জৰিমনা, নাইবা দুয়োটা।	হয়	হয়, একমাত্ৰ যদি মহিলাগৰাকীক যৌনতাৰ ইচ্ছাৰে স্পৰ্শ কৰা হৈছিল নাইবা মহিলাগৰাকীৰ বিৰুদ্ধে যৌন সম্বন্ধৰ ইচ্ছাৰে অপৰাধ কৰা হৈছিল তাৰ বাহিৰে
গ)	বিবস্ত্ৰ কৰা, ধাৰা ৩৫৪ খ	কোনো নাৰীৰ কাপোৰ খুলিবলৈ জোৰ কৰা নাইবা কোনো ব্যক্তিয়ে এগৰাকী নাৰীৰ কাপোৰ বলপূৰ্বক খোলাত সহায় কৰা	হয়	ন্যূনতম তিনি বছৰৰ পৰা অতিকমেও তিনি বছৰ আৰু অতি বেছি সাত বছৰ কাৰাদণ্ড	হয়	নহয়
ঘ)	আনৰ যৌন সংগম চোৱা - ধাৰা ৩৫৪ গ	কোনো মহিলাৰ ব্যক্তিগত কাৰ্য চোৱা নাইবা তোলা, এইখিনিৰ ভিতৰত পৰে মহিলাগৰাকীৰ স্তন, যৌনাংগ আৰু নিতম্বৰ দৃশ্যমান হোৱা অৱস্থা, নাইবা মহিলাগৰাকীয়ে কেৱল অন্তৰ্বাস পিন্ধি থকা কাৰ্য। ইয়াৰ ভিতৰত মহিলাগৰাকীয়ে প্ৰস্ৰাৱাগাৰ ব্যৱহাৰ কৰি থকা সময়ত নাইবা যৌনাচাৰ কৰি থকা সময়ত ফটো তোলা কাৰ্যকো সামৰি লোৱা হয়।	হয়	প্ৰথম অপৰাধৰ বাবে অতি কমেও এবছৰ কাৰাবাস যাক তিনি বছৰলৈ বৃদ্ধি কৰিব পাৰি। দ্বিতীয় বা তাৰ পিছৰ অপৰাধৰ বাবে অতি কমেও তিনি বছৰ কাৰাবাস যাৰ ম্যাদ সাত বছৰলৈ বৃদ্ধি হব পাৰে। দোষীসকলৰ অপৰাধৰ ক্ষেত্ৰত দেখীসকলে জৰিমনা দিবলগীয়া হয়।	হয়	হয়, প্ৰথমটো অপৰাধৰ ক্ষেত্ৰত নহয়, দ্বিতীয় আৰু তাৰ পিছৰ অপৰাধসমূহৰ ক্ষেত্ৰত
ঙ)	অনুসৰণ কৰা, ধাৰা ৩৫৪ ঘ	কোনো এগৰাকী মহিলাক অনুসৰণ কৰা আৰু তেওঁ প্ৰকৃততে নিৰিবিলিকৈ তেওঁক যোগাযোগ কৰাৰ চেষ্টা কৰা। এইক্ষেত্ৰত মহিলাগৰাকীক ফোন, ই-মেইল, ইণ্টাৰনেটৰ জৰিয়তে যোগাযোগৰ চেষ্টা কৰাকো সামৰি লোৱা হয়।	হয়	জৰিমনাৰ সৈতে অতিকমেও এবছৰ কাৰাবাস, এই ম্যাদ তিনি বছৰলৈকে সম্প্ৰসাৰিত কৰা হব পাৰে।	হয়	হয়, প্ৰথমটো অপৰাধৰ ক্ষেত্ৰত নহয়, দ্বিতীয় আৰু তাৰ পিছৰ অপৰাধবোৰৰ ক্ষেত্ৰত

	আইনী শিৰ্যক	অপৰাধ	আইনী ব্যৱস্থা			
			তৃতীয়পক্ষৰ প্ৰতিবেদন	শাস্তি	পৰ্তব্য অপৰাধ - আৰক্ষীয়ে তৎক্ষণিক ভাবে গ্ৰেপ্তাৰ কৰিব পাৰেনে ?	ন্যায়ালয়ৰ আদেশ অবিহনেই আৰক্ষীয়ে গ্ৰেপ্তাৰ কৰিব পাৰেনে ?
ঢ)	নাৰী সৰবৰাহ, ধাৰা ৩৭০ (ৰ) আৰু ৩৭০ ক	নিৰ্যাতনৰ উদ্দেশ্যে কোনো মহিলা তথা শিশুক বলপ্ৰয়োগ কৰি, ভয় খুৱাই, অপহৰণৰ দ্বাৰা, প্ৰৱঞ্চনাৰে অপহৰণ কৰা বা আন মাইনে লোৱা বা কাৰোবাৰ পদা গ্ৰহণ কৰা	হয়	○ অবিমনাল সেতে সাত বছৰৰ পৰা দহ বছৰলৈ কাৰাবাস আৰু এই মাদ আজীৱনলৈ বৃদ্ধি হ'ব পাৰে। ○ যদি এই অপৰাধ একাধিক ব্যক্তি আৰু কোনো চক্ৰকাৰী চক্ৰবিধিৰে এই অপৰাধ কৰিলে আজীৱন কাৰাবাস ○ অপহৃত মহিলা তথা শিশুৰ কোনো অংশ চাৰ হ'লে দহ বছৰৰ পৰা পাঁচ বছৰলৈ কাৰাবাস হ'ব পাৰে তথা কাৰাবাসৰ এই মাদ বৃদ্ধি হ'ব পাৰে।	হয়	নহয়
ঝ)	ধৰ্ষণ ধাৰা ৩৭৬	কোনো মহিলাৰ অনিচ্ছা সত্ত্বেও কোনো ব্যক্তিৰ পুৰুষাংগ তথা মুখেৰে কোনো এগৰাকী মহিলাৰ মুখ, যোনি গুহ্যদ্বাৰ, মূত্ৰপথ আদিত বলপূৰ্বক ৰূপে প্ৰৱেশৰ চেষ্টা কৰা	হয়, যদিহে বিবাহ বিচ্ছেদিত মহিলাৰ ক্ষেত্ৰত বিবাহ বিচ্ছেদিত স্বামীৰ দ্বাৰা সংঘটিত কৰিলে - তেনেক্ষেত্ৰত ভুক্তভোগীজনৰ অভিযোগ থাকিলে।	○ অবিমনৰ সেতে সাত বছৰৰ পৰা দহ বছৰলৈ সশ্ৰম কাৰাবাস, এই মাদ বৃদ্ধি হ'ব পাৰে। যদি সংঘটিত ধৰ্ষণ, নহিবা যদি ধৰ্ষণৰ বাবে মৃত্যু আহিলে ক্ষেত্ৰত শাস্তিৰূপে সশ্ৰম কাৰাদণ্ড দিয়া হয়, এই মাদ আজীৱন কাৰাদণ্ডলৈ বৃদ্ধি হ'ব পাৰে। বাৰে বাৰে অপৰাধ কৰা দোষীজনক আজীৱন কাৰাবাস দিয়া হয়।	হয়	সকলো ঘটনাৰ বাবে নহয়, বিবাহ বিচ্ছেদৰ পিছত শাৰীৰিক সম্বন্ধৰ বাবে জেল কৰা স্বামীৰ ক্ষেত্ৰত নাথিবে।

	আইনী শিৰ্ষক	অপৰাধ	আইনী ব্যৱস্থা			
			তৃতীয়পক্ষৰ প্ৰতিবেদন	শাস্তি	ৰক্ষক/আৰক্ষীয়ে তাৎক্ষণিক ভাৱে গ্ৰেপ্তাৰ কৰিব পাৰেনে ?	ন্যায়ালয়ৰ আদেশ অবিহনেই আৰক্ষীয়ে গ্ৰেপ্তাৰ কৰিব পাৰেনে?
খ)	স্বামী বা তেওঁৰ সম্বন্ধীয়ৰ দ্বাৰা মানসিক আৰু শাৰীৰিক নিষ্ঠুৰতা ধাৰা ৪৯৮ ক	i) যদি তেনে ঘটনাৰ ফলত আত্মহত্যা কৰে ঘটনা ঘটে ii) মহিলা গৰাকীয়ে যদি গুৰুতৰ আঘাত পায় iii) যৌতুকৰ বাবে দাবী প্ৰকাশ ইত্যাদি সমস্যা হোৱা হয়।	যৌতুকৰ বাবে যেতিয়া নাৰী শাৰীৰিক/ মানসিক ভাৱে নিৰ্যাতিত হয় নাৰীগৰাকীৰ কোনো আত্মীয় তথা সৰকাৰ বা মনোনীত কোনো বিষয়াই এই বিষয়ে অভিযোগ দাখিল কৰিব পাৰে	জৰিমনাৰ সৈতে তিনি বছৰৰ বাবে কাৰাদণ্ড।	হয়	নহয়, যৌতুক দাবীৰ বাবে নাইবা মানসিক/শাৰীৰিক ভাৱে নিষ্ঠুৰ ব্যৱহাৰ কৰিলে যাৰ ফলত ভুক্তভোগীয়ে আঘাতপ্ৰাপ্ত হয়
গ)	ধাৰা ১৬৬ ক ৰ অন্তৰ্গত চৰকাৰী কৰ্মচাৰীৰ অমান্যসূচক			অতিকমেও ৬ মাহলৈকে কাৰাবাস, এই শাস্তি ২ বছৰলৈকে বৃদ্ধি কৰিব পাৰি পাৰে।	হয়	হয়
ঘ)	ভুক্তভোগীক চিকিৎসালয়ৰ দ্বাৰা চিকিৎসা নকৰা, ধাৰা ১৬৬ খ			১ বছৰলৈকে কাৰাবাস নাইবা জৰিমনা নাইবা দুয়োটা	নহয়	হয়
ঙ)	যৌন অপৰাধৰ পৰা শিশুক নিৰাপত্তা আইন, ২০১২ (যৌন নিৰ্যাতনৰ পৰা ১৮ বছৰৰ তলৰ শিশুক সুৰক্ষা প্ৰদান)	সংজ্ঞাসমূহৰ একেধৰণৰ ঃ i) ভেদকৰ ৰূপত আক্ৰমণকাৰীৰ ভেদনৰ দ্বাৰা যৌন অত্যাচাৰ ii) গুৰুতৰ আৰু গম্ভীৰ যৌন অত্যাচাৰ iii) যৌন উৎপীড়ন iv) কোনো শিশুক যৌনকৰ্মী ছবি নিৰ্মাণত ব্যৱহাৰ কৰা কোনো ব্যক্তিয়ে নিজে বা অন্য কোনোবাক উক্ত কাৰ্যকলাপ কৰাত বাধ্যৰ কৰিলে এই আইনৰ অধীনত শাস্তিৰ সন্মুখীন হ'ব কোনো ব্যক্তিয়ে এই কাৰ্যকলাপৰ বিষয়ে জানিলে বা হ'ব বুলি জানিলে অভিযোগ দাখিল কৰিব পাৰে। আৰক্ষীয়ে শিশুৰ প্ৰতি হোৱা নিৰ্যাতনৰ প্ৰাথমিক অনুসন্ধানৰ বাবে প্ৰতিবেদন দাখিল কৰিব পাৰে	কোনো ব্যক্তিয়ে এই কাৰ্যকলাপৰ বিষয়ে জানিলে বা হ'ব বুলি জানিলে অভিযোগ দাখিল কৰিব পাৰে। তৃতীয়পক্ষই কোনো অপৰাধ সংঘটিত হৈছে, বা ঘটনাৰ শাস্তি যদি তিনি বছৰতকৈ বেছি হয় অভিযোগ দাখিল কৰে, তেন্তে আৰক্ষীয়ে উক্ত ব্যক্তিৰ অপৰাধ বাবদ গ্ৰহণ কৰিব লাগে।	○ অভিযোগ দাখিল কৰাৰ ক্ষেত্ৰ বিশেষ হৈছে ছয় মাহৰ কাৰাদণ্ড, জৰিমনা নাইবা দুয়োটা ○ এই অপৰাধসমূহৰ শাস্তি ১০ বছৰৰ পৰা যাৱজ্জীৱন পৰ্যন্ত হয় আৰু এই সময় আৰু কাৰাবাসলৈ বৃদ্ধি হ'ব পাৰে আৰু তাৰ লগতে জৰিমনা বিহা হয়। ○ শিশুৰ ওপৰত হোৱা যৌন নিৰ্যাতন সাধাৰণতে তিনি বছৰৰ কাৰাবাস হ'ব পাৰে।	হয়	হয়, যদি শাস্তি তিনি বছৰৰ কাৰাবাসতকৈ কম হয়। নহয়, যদি শাস্তি তিনিবছৰ কাৰাবাসতকৈ বেছি হয়

	আইনী শিৰ্ষক	অপৰাধ	আইনী ব্যৱস্থা			
			তৃতীয়পক্ষৰ প্ৰতিবেদন	শাস্তি	ধৰ্তব্য অপৰাধ - আৰক্ষীয়ে তাৎক্ষণিক ভাৱে গ্ৰেপ্তাৰ কৰিব পাৰেনে ?	ন্যায়ালয়ৰ আদেশ অবিহনেই আৰক্ষীয়ে গ্ৰেপ্তাৰ কৰিব পাৰেনে ?
৭)	ভাৰতীয় দণ্ডবিধিৰ অধীনত অন্য ধাৰা সমূহ	মহিলাৰ অনুমতি নলোৱাকৈ গৰ্ভপাত (ভাৰতীয় দণ্ডবিধি ৩১৩)				
		কোনো মহিলাৰ শালীনতাহানি কৰাৰ বাবে বলপ্ৰয়োগ (ভাৰতীয় দণ্ডবিধি ৩৪২)				
		কোনো ব্যক্তিৰ মৰ্যদা বা সম্পত্তি হানি কাৰ অথবা অন্যায় কৰা(ভাৰতীয় দণ্ডবিধি ৫০৩)				
		বে-আইনী বাবে বন্দীকৰণ - কোনো এজন ব্যক্তিক যদি কোনো কাৰণত ভুলবশত পথনিৰ্দশন দিয়ে আৰু বিশেষ কিছুমান পৰিস্থিতিৰ বাবে যদি তেওঁ আগবাঢ়িব নোৱাৰা অবস্থা সৃষ্টি হয়, তেন্তে সেই পৰিস্থিতিটোক কোৱা হয় "বে-আইনী বাবে বন্দীকৰণ"। বাখ্যা (ক) "ক"য়ে "খ"ক চাৰিওপিনে আগুৱা কোনো ঠাইৰ মাজেৰে পাৰ হ'বলৈ দি তেওঁক তলা মাৰি পথটো বন্ধ কৰি থৈ দিয়ে। "খ"য়ে চাৰিওপিনে বেৰ থকা বাবে কোনো পথৰে আওবাব নোৱাৰা অবস্থা হৈছে। এই ক্ষেত্ৰত "খ"ক বে-আইনী ভাৱে বন্দি কৰণ কৰা হৈছে বুলি কোৱা হয়।(খ)কোনো এটি ঘৰৰ বাহিৰত আগ্নেয়াস্ত্ৰ কিছুমান মানুহ বৈ আছে। ঘৰটোৰ ভিতৰত "খ"। "খ"ক কোৱা হৈছে যে যদি "খ"য়ে ঘৰটো ত্যাগ কৰে তেন্তে তেওঁক লক্ষ্য কৰি গুলীবৰ্ষণ কৰা হ'ব। বে-আইনী বাবে বন্দীকৰণ। ভাৰতীয় দণ্ডবিধি ধাৰা ৩৪০।				
৮)	ধাৰা ৪৬ /উপ-ধাৰা ৪	নিৰাপদ স্থানত সুৰক্ষিত কোনো মহিলাক সূৰ্যোদয়ৰ আগতে বা সূৰ্যাস্তৰ পিছত আৰক্ষীয়ে কাৰায়ত্ব কৰিব নোৱাৰে। আনহাতে অনাকংক্ষিত তথা নিৰপত্তাহীন অৱস্থাত থকা কোনো মহিল অপৰাধীক কাৰায়ত্ব কৰিবলৈ মহিলা আৰক্ষীকহে নিয়োগ কৰিব লাগিব আৰু সেই অঞ্চলৰ ন্যায়িক দায়িত্বত থকা প্ৰথম শ্ৰেণীৰ ন্যায়িক দণ্ডাধীশৰ বিশেষ অনুমতি লব লাগিব আৰু কাৰায়ত্বৰ সময়ত লিখিত প্ৰমান দাখিল কৰিব লাগিব।				
৯)	Zero FIR (শূণ্য এজাহাৰ)	○ ন্যায়ালয়ে কোনো ধৰ্তব্য অপৰাধৰ ক্ষেত্ৰত (ওপৰৰ তথ্যবোৰ চাওঁক)তথ্য লাভ কৰিলে লগে লগে FIR পঞ্জীয়ন কৰিব লাগে। যদি এটি অপৰাধ কোনো এখন নিৰ্দিষ্ট থানাৰ প্ৰশাসনৰ অধীনত থকা এলেকাৰ বাহিৰত ঘটে তেন্তে উক্ত আৰক্ষী চকীত উক্ত অপৰাধৰ বাবে Zero FIR পঞ্জীয়ন কৰিব লাগে। ○ Zero FIR পঞ্জীয়ন কৰাৰ পিছত অনুসন্ধানৰ তথ্যত যদি গম পোৱা যায় যে অপৰাধটো কোনো এখন বেলেগ থানাৰ প্ৰশাসনৰ অধীনত থকা এলেকাত ঘটিছে তেন্তে FIR খন সেই আৰক্ষী চকীলৈ পঠাব লাগে। ○ Zero FIR পঞ্জীয়ন কৰা আৰক্ষী চকীয়ে অপৰাধটো সংঘটিত এলেকাৰটোৰ প্ৰশাসনৰ দায়িত্বত থকা থানাখনলৈ ভাৰতীয় অপৰাধ দণ্ডবিধি ১৭০ অনুসাৰে বদলি কৰবি লাগে। ○ মুল থানাখনক চিনাক্ত কৰাত পলম কৰি অবাবত সময় খৰচ হয় আৰু ইয়াৰ ফলত ভুক্তভোগীৰ ওপৰত প্ৰবাৰ পৰে তথা অপৰাধীয়ে নিৰাপদভাৱে আতৰি যোৱাৰ সুযোগ পায়। ধৰ্তব্য অপৰাধৰ বিষয়ে কোনো আৰক্ষী কৰ্মী তথা বিষয়াই FIR পঞ্জীয়ন কৰাৰ ক্ষেত্ৰত হেমাহী কৰিলে, বিশেষকৈ যৌন অপৰাধৰ ক্ষেত্ৰত, তেন্তে উক্ত আৰক্ষী কৰ্মী তথা বিষয়াৰ বিৰুদ্ধে ভাৰতীয় দণ্ডবিধিৰ ১৬৬ ক ধাৰা মতে আইনী ব্যৱস্থা গ্ৰহণ কৰা হ'ব। বিভাগীয় হিচাপে তেওঁক শাস্তিও বিহ্য হ'ব পাৰে।				

	আইনী শিৰ্ষক	অপৰাধ	আইনী ব্যৱস্থা			
			তৃতীয়পক্ষৰ প্ৰতিবেদন'	শাস্তি	ধৰ্তব্য অপৰাধ - আৰক্ষীয়ে তাৎক্ষণিক ভাৱে গ্ৰেপ্তাৰ কৰিব পাৰেনে ?	ন্যায়ালয়ৰ আদেশ অবিহনেই আৰক্ষীয়ে গ্ৰেপ্তাৰ কৰিব পাৰেনে?
১০)	চিকিৎসা সম্পৰ্কীয় অৱজ্ঞা - চিকিৎসা সম্পৰ্কীয় অৱজ্ঞাৰ বাবে মৃত্যু নাইবা অন্য প্ৰকাৰৰ অৱজ্ঞা - ধাৰা ৩০৪ ক	অৱজ্ঞাৰ বাবে মৃত্যু হোৱা । যদি মৃত্যু চিকিৎসকৰ অৱজ্ঞাৰ বাবে হয়, তেন্তে এইয়া গুৰুতৰ অপৰাধ।	হয়	দুই বছৰলৈ কাৰাবাস, নাইবা জৰিমনা, নাইবা দুয়োটা	হয়	হয়

NOTE

NOTE

NATIONAL HEALTH MISSION
Ministry of Health & Family Welfare
Government of India
Nirman Bhawan, New Delhi