यौन हिंसा के बाद चिकित्सा और कानूनी सहायता प्राप्त करना

यौन हिंसा से चोट और दुख पहुँचता है। आप चिकित्सीय परीक्षण सहित चिकित्सा देखभाल तक पहुँच प्राप्त कर सकते/ती हैं हैं। पुलिस की सहायता कर सकने वाले किसी भी भौतिक सबूत को इकट्ठा करने के लिए एक चिकित्सीय परीक्षण की आवश्यकता हो सकती है। यदि आप नहीं चाहते/ती हैं, तो आपको चिकित्सीय परीक्षण करवाने की आवश्यकता नहीं है।

प्रमुख अस्पतालों में स्थित यौन उत्पीड़न सेवाएं आपको चिकित्सीय और मनोवैज्ञानिक सहायता प्रदान कर सकती हैं।

चिकित्सीय देखभाल

यौन हिंसा का अनुभव करने का यह अर्थ हो सकता है कि आप अपने शरीर में अलग महसूस करते/ती हैं या आपको ऐसी चोटें लगी हैं, जिनसे लगातार पीड़ा होती रहती है। डॉक्टर के पास या अस्पताल जाने से आपको अपनी आवश्यकता का उपचार प्राप्त करने में मदद मिल सकती है। यदि आप डॉक्टर के पास या अस्पताल नहीं जाना चाहते/ती हैं या नहीं जा सकते/ती हैं, और कोई आपातस्थिति नहीं है, तो ऐसे अन्य स्थान हैं जहां आप सहायता प्राप्त करने के लिए जा सकते/ती हैं। आप अपने स्थानीय सामुदायिक स्वास्थ्य केंद्र में जा सकते/ती हैं या इस वेबसाइट पर अपने स्थानीय महिला स्वास्थ्य केंद्र का पता लगा सकते/ती हैं। हेल्थ डायरेक्ट (Health Direct) को **1800 022 222** पर कॉल करने से आप सीधे एक चिकित्सा पेशेवर से जुड़ जाएंगे/गी, जिनके साथ आप बात कर सकते/ती हैं। यदि आप LGBTIQA+ समुदाय से हैं, तो आप ACON की सामुदायिक देखभाल सेवा।

मानसिक स्वास्थ्य देखभाल

यौन हिंसा आपके मानसिक स्वास्थ्य को प्रभावित कर सकती है। ऑस्ट्रेलिया में बहुत सी नि:शुल्क सहायता सेवाएं उपलब्ध हैं, जो उस स्थिति में आपकी मदद कर सकती हैं यदि आपको आत्महत्या करने के विचार आते हों, आप उदास, चिंतित महसूस करते/ती हों या आपको अन्य मानसिक स्वास्थ्य चिंताएं हों। अपने मानसिक स्वास्थ्य के बारे में अपने डॉक्टर से बात करें। यदि आप डॉक्टर से बात नहीं कर सकते/ती हैं या नहीं करना चाहते/ती हैं, तो आप किसी प्रशिक्षित सहायता कर्मी से बात करने के लिए दिन या रात में किसी भी समय लाइफलाइन को **13 11 14** पर कॉल कर सकते/ती हैं। यदि आप फोन पर बात नहीं करना चाहते/ती हैं, तो आप किसी के साथ टेक्स्ट मैसेज से या ऑनलाइन चैट के माध्यम से बात करने के लिए लाइफलाइन की वेबसाइट पर भी जा सकते/ती हैं।

कानूनी सहायता

यदि आप यौन हिंसा के शिकार हुए/ई हैं, तो आपको पीड़ित अधिकार चार्टर (Charter of Victim's Rights) के तहत अधिकार प्राप्त हैं। आप इस वेबसाइट पर चार्टर देख सकते/ती हैं।

कानूनी सहायता प्राप्त करने से आपको यौन हिंसा की रिपोर्ट करने से पहले और इसके बाद की स्थिति में क्या करना है, इस बारे में विकल्प लेने में मदद मिल सकती है। यह आपको अपने अधिकारों के बारे में भी सूचित कर सकता है और रिपोर्ट करने की प्रक्रिया तथा आपकी सहायता करने वाली सेवाओं के बारे में आपकी समझ को बेहतर बनाने के लिए आपको जानकारी दे सकता है।

आप इस वेबसाइट पर और अधिक महत्वपूर्ण कानूनी जानकारी पढ़ सकते/ती हैं

आप लीगल एड NSW के माध्यम से नि:शुल्क कानूनी सलाह और सहायता प्राप्त करने में सक्षम हो सकते/ती हैं।

अन्य सहायक कानूनी सेवाओं में **शरणार्थी सलाह और केसवर्क सेवाएं (Refugee Advice and Casework Service) - RACS शामिल है** ((02) 8355 7227 पर कॉल करें)।

आप **Victims Services NSW** से भी संपर्क करना चाह सकते/ती हैं (1800 633 063 पर कॉल करें)। वे NSW में अपराध पीड़ितों को जानकारी, रेफरल और कार्यक्रम प्रदान करते हैं।

वीज़ाधारकों के लिए

घरेलू, पारिवारिक या यौन हिंसा के ऐसे सर्वाइवर (उत्तरजीवी) हैं जो वीज़ाधारक हैं, वे कभी-कभी इस बात को लेकर चिंतित होते हैं कि पुलिस से संपर्क करने से उनकी वीज़ा की स्थिति प्रभावित हो सकती है। उन्हें चोट पहुँचाने वाले व्यक्ति या लोगों द्वारा अक्सर उन्हें कहा जाता है कि उनका वीजा रद्द किया जा सकता है, या उन्हें डिपोर्ट किया (देश से निकाला) जा सकता है। यदि आपने घरेलू, पारिवारिक या यौन हिंसा का अनुभव किया है और आप अपने वीज़ा के बारे में चिंतित हैं, तो आप नि:शुल्क, गोपनीय कानूनी सलाह ले सकते/ती हैं ताकि आप अपने अधिकारों से अवगत हो सकें और सूचित विकल्प ले सकें।

प्रवासन सलाह एवं अधिकार केंद्र (Immigration Advice and Rights Centre, IARC) के पास घरेलू, पारिवारिक या यौन हिंसा के उन सर्वाइवरों (उत्तरजीवियों) के लिए एक नि:शुल्क सेवा उपलब्ध है, जिन्हें अपने वीज़ा के बारे में कानूनी सलाह की आवश्यकता है। IARC गोपनीय कानूनी सलाह, सहायता और अन्य समर्थन सेवाओं के लिए रेफरल प्रदान करता है। IARC उन लोगों के लिए प्राथमिकता रूप से एपॉइंटमेंट्स प्रदान करता है, जिन्होंने घरेलू, पारिवारिक और यौन हिंसा का अनुभव किया है और जो अस्थायी वीज़ा पर हैं या जिनको अपनी वीज़ा स्थिति के बारे में पक्की जानकारी नहीं है।

→ आप वेबसाइट पर पूछताछ फॉर्म के माध्यम से, (02) 8234 0700 पर फोन करके या info@iarc.org.au पर ईमेल भेजकर IARC से संपर्क कर सकते/ती हैं। IARC आपकी आवश्यकतानुसार एक दुभाषिया भी उपलब्ध करा सकता है।