## અમારો પરિચય

જયારે તમારુ બાળક કોઇને જણાવે કે તેનો અથવા તેણીનો કોઇ બીજી વ્યકિત દ્વારા દુરુપયોગ કરવામાં આવ્યો છે, અને કદાચ આવી વ્યકિત એ હોઇ શકે કે જેનો તમે વિશ્વાસ કર્યો હોય, ત્યારે તમને સંપૂર્ણ લાગણીઓની મર્યાદાનો અનુભવ થઇ શકે તેવી સંભાવના રહે છે.
તમે કદાચ એકલા કે જુદા પડી ગયેલ હોય તેવુ લાગી શકે, કારણકે તમને તમારા દુરુપયોગ થનાર બાળકને જીવનમાં થતાં ફેરફારો કે પરિવર્તન પ્રત્યે ધ્યાન આપવા સમર્થન આપવાનું રહે, અને સાથોસાથ આવા બાળકની રોજ-બ- રોજની જરૂરિયાતો પ્રત્યે સંભાળ રાખવાની સાથે, તમારે ગુસ્સા, ઉત્સુકતા,દોષ અને હાનિની લાગણીઓને પણ પહોંચી વળવાનું રહે છે.
જયારે ‘રહસ્ય’ બહાર આવે, ત્યારે તમારા બાળકની કોઇ પણ ઉંમર હોય, તો પણ તેને અથવા તેણીને એટલી બધી સંવેદનાઓ થશે કે જેને ઘણીવખત સમજી અને પહોંચી વળવાનુ મુશ્કેલ બની શકે. તેઓને જે કંઇ થયુ હોય તેઓને માટે કદાચ તેઓ કારણભૂત છે અને/ અથવા તેઓને ગુસ્સો આવી શકે. શું થશે તેની તેઓને કદાચ બીક રહે અને તમને અને કુટુંબને અસ્વસ્થ બનાવા માટે દોષીત છે તેવુ લાગી શકે.
આવા માનસિક આઘાતવાળા અનુભવો પાર પાડવા અમે માબાપો અને કેરર્સને ટેકો (સપોર્ટ) આપવાનો લક્ષ્ય રાખી અને આવા દુરુપયોગ પ્રત્યેની તેમની જાહેરાતને અનુસરીને તેઓના બાળકોને સુરક્ષિત અને રક્ષણ આપવામાં તેઓને મદદરૂપ બનવા માંગીએ છીએ.

અમે જાણીએ છીએ કે કોઇ પણ વ્યકિતને તેઓની પાર્શ્વભૂમિકા પ્રત્યે ધ્યાન નહિ આપતા, આવો જાતીય દુરુપયોગ થઇ શકે અને જુદી જુદી પાર્શ્વભૂમિકા અને સાંસ્કૃતિવાળા કલાયન્ટસને સમર્થન કે ટેકો આપવા મોઝક હોય છે.

**જે કલાયન્ટસની (અસીલોની) માતૃભાષા ઈંગ્લિશ ન હોય તેઓને માટે ઈન્ટરપ્રિટર મળી રહે છે.**

## સેવાના ઉપયોગ કરનારનો પુનર્નિવેશન

“મોઝકે મને ઘણી બધી બધી મદદ આપી છે. જયારે હું અસ્વસ્થ બનતો હતો ત્યારે મારા માટે તેઓ એક જીવનરેખા હતાં. મોઝક સાથે વાતચીત કરવાથી મને યોગ્ય વસ્તુ - સ્થિતિ કરવા બળ મળ્યુ હતું.”

“તમારી મદદ બદલ તમારો આભાર. અમારો માર્ગ હજી લાંબો છે, પણ જયારે જરૂર પડે ત્યારે ફોન ઉપર કોઇ મૈત્રિપૂર્ણ વ્યકિત છે તે જાણવાનું ખરેખર મહાન કહેવાય.”

“મારા ફોન લેનાર વ્યકિત ધૈર્યવાન, માયાળુ અને ઉપયોગી હતી.”

“મને ખુબજ મદદરૂપ રહયા હતાં. હું એટલો બધો નિરાશ થઇ ગયો હતો અને મારા કુટુંબ - પરિવારને કેવી રીતે મદદ કરવી તેની મારી પાસે માહિતી ન હતી. મને આપવામાં આવેલ માહિતી ખૂબજ ઉપયોગી રહી હતી.”

“એટલા બધા હૂંફવાળા, અને આવકાર આપનારા હતા, અને જયારે મને ખરેખર તેની અત્યંત જરૂર હતી ત્યારે આવી આયુરેખા સ્વીકારીય હતી.”

“મને મોઝક તરફથી મળેલ પ્રતિભાવ ખૂબજ સુંદર અને ઉપયોગી રહયો હતો, અને જે વ્યકિત સાથે મેં વાતચીત કરી હતી તેઓના મારા કલ્યાણ માટે ખરેખર પ્રમાણિક ફિકર-ચિંતા થતી હતી.”

LONDON COUNCILS
Kelly Family Charitable Trust

# મોઝક

## સમર્થન કરે છે

જાતીયરીતે દુરુપયોગ થનાર બાળકોના માબાપો અને કેરર્સ કે જેઓ આવુ દુર્વર્તન કે ભ્રષ્ટાચારવાળુ વલણ રાખતા ન હોય

**મોઝક**

**ખાનગી કે ગુપ્ત મફત હેલ્પલાઇન**

**0800 980 1958**

**020 8293 9990**

**www.mosac.org.uk**

રજિસ્ટર્ડ ચેરિટિ નંબરઃ 1047596
કંપની નંઃ 6798854

**નેશલનલ કોન્ફિડેન્શ્યલ હેલ્પલાઇન** - ભ્રષ્ટાચાર નહિ કરનારા બધાજ માબાપો /કેરર્સ અને બીજી એજન્સિઓ અને સંસ્થાઓને ટેકો અને માહિતી આપવા તાલીમ પામેલ મહિલા સ્વયંસેવકોનો સ્ટાફ છે. તમને કદાચ કેવળ વાતચીત કરવાની ઇચ્છા હોય, અમે તે ધ્યાનપૂર્વક શ્રવણ કરીશું. તમને કદાચ માહિતી આપનાર સાધન સંપતિઓની (રિસોર્સીસ) ઇચ્છા હોય, અમારુ સર્વશ્રેષ્ઠ કરી તમને મદદરૂપ બનીશું. અમારી સર્વિસીસ વિષે વધારે જાણવા અમારી હેલ્પલાઇનને ફોન કરો. જે કલાયન્ટસ (અસીલો) ઈંગ્લિશ બોલતા ન હોય તેઓ પણ અમારી હેલ્પલાઇનની સુગમતા સાધી શકશે કારણકે અમારી પાસે 170 કરતાં પણ વધારે ભાષાઓ માટે લેંગ્વેજ લાઇનમાંથી ઇન્ટરપ્રિટેશન સર્વિસ (સેવા) મળી રહે છે. અમે ગોપનીયતા ઓફર કરીએ છીએ સિવાયકે બાળકની સલામતી માટે ગંભીરપૂર્વક ફિકર- ચિંતા રહેલ હોય.

**એડવાઇસ સેશન્સ** - સમગ્ર જાતીય વર્ગને માટે સલાહ અને માહિતી આપનારી સેવા (સમગ્ર લંડન માટે). મળવા આવો અથવા એપોઇન્ટમેન્ટ બુક કરો. વધારે માહિતી માટે અમારી હેલ્પલાઇનને ફોન કરો.

**એડવોકસિ આઉટરીચ સર્વિસ** - આ સેવા સમગ્ર લંડન માટે છે. આઉટરીચ એડવોકેટ વોલન્ટિઅર્સ ભ્રષ્ટાચાર વગરના માબાપો / કેરર્સને તેઓના અભિપ્રાય શ્રવણ કરવામાં આવે તે લક્ષ્યથી પ્રોત્સાહીત કરી અને અધિકાર આપે છે, અને તેઓના અધિકારો અને વિકલ્પોની વિચારણા કરવામાં આવે, અને નિર્ણય કરી, સર્વિસીસની સુગમતા સાધી શકે છે અને સોશ્યલ સર્વિસીસ, કોર્ટસ, હાઉસીંગ ઓફિસીસ અને પોલિસ વગેરે જેવી બહારની એજન્સિઓ સાથે વ્યવહાર કરતા માહિતી અને સપોર્ટ પૂરો પાડવામાં આવે છે. આ આઉટરીચ સર્વિસ આવા ભ્રષ્ટાચાર વગરના માબાપો /કેરર્સ સાથે લાગતીવળગતી મીટિંગ્સ અને કેઇસ કન્ફરન્સમાં પણ જાય છે.

**બિફ્રેન્ડીંગ (મૈત્રિપૂર્ણ) આઉટરીચ સર્વિસ** - આવા બિફ્રેન્ડિંગ વોલન્ટિઅર્સ સાથે અનુકૂળ હોય તેવી સમગ્ર લંડન માટે સર્વિસ યૂઝર્સની સેવા. કંઇ દરેક વ્યકિત પાસે આવા મુશ્કેલભર્યા સમયમાં મહત્વપૂર્ણ ફેરફારવાળા જીવનમાં તેઓને મદદરૂપ બની શકે તેવા સપોર્ટ ઉપર આધાર રાખી શકે નહિ. આમાં કોઇ એક આઉટરીચ બિફ્રેન્ડિંગ વોલન્ટિઅર આવી ઉણપ પૂરી પાડવામાં મદદરૂપ બની અને કોઇ હકારાત્મક કે પોઝિટિવ સંબંધ તૈયાર કરી અને તેને પ્રોત્સાહીત કરી શકે કે જેમા- વિશ્વાસ સંપાદન કરી, આત્મવિશ્વાસમાં વધારો કરી, સામાજિક એકલાપણાનો સામનો કરી અને કલાયન્ટના જીવનની ગુણવતાના મૂલ્યની વૃધ્ધિ કરવામાં મદદરૂપ રહી શકે.

**આત્મવિશ્વાસ સંપાદન કરવા અને પેરેન્ટિંગ (માતૃપિતૃત્વ) કાર્યશિબિરો (વર્કશોપ્સ)** - આ સમગ્ર લંડન સર્વિસમાં વિવિધ પ્રકારની તાલીમ પૂરી પાડવામાં આવે છે. આવા વિષયો માબાપોને તેઓના બાળકોની સુરક્ષિતતા માટે ટેકો (સપોર્ટ) આપી, બાળકોનો ઇલાજ કરવામાં સહાય કરી અને આત્મવિશ્વાસ / પેરેન્ટિંગ કુશળતાઓમાં વૃધ્ધિ કરશે, દા.ત. સંભાળ રાખવાની અસરનો પ્રબંધ કરવામાં, જાતીયને લગતા / જાતીય માટેના જોખમ - ભય લેવાવાળી વર્તણૂંકની વ્યવસ્થા કરી, મર્યાદાઓ નકકી કરી/ જાળવી રાખવામાં, અને માબાપ - બાળક વચ્ચેના બંધનો ફરીથી સ્થાપવામાં, હકારાત્મક કે પોઝિટિવ પેરેન્ટિંગ કરવા વગેરે વગેરેમાં મદદરૂપ રહેશે. અમે તાલીમ અને સાવધ બનવાની સેશન્સના ઓફરની પણ અગાઉથી સૂચના આપેલ છે.

**કાઉન્સેલીંગ સર્વિસ (સેવા)** - એક - એકના ધોરણવાળી કાઉન્સેલીંગ સેવા દર અઠવાડિયે રાખવામાં આવે છે કે જેમાં વાતચીત કરવાનો અને શ્રવણ કરવાનો અવકાશ હોય છે, અને તમારા અનુભવોની તપાસ કરી અને તમારા ભાવિમાં વધારો કરવા પસંદગીઓ અને નિર્ણયો લેવામાં આવે છે. આવુ કાઉન્સેલીંગ તાલીમ પામેલા વોલન્ટિઅર કાઉન્સેલરો દ્વારા પૂરું પાડવામાં આવે છે. કલાયન્ટનું મૂલ્યાંકન અને ફીડબેક મોઝેકમાં આવી કાઉન્સેલીંગ સર્વિસની ખૂબજ જરૂરિયાત બતાવે છે.

**ચાઇલ્ડ સેન્ટરડ પ્લે થેરપિ (ગ્રીનીચ, લેમ્બેથ, લૂઇશામ, ન્યૂહામ અને સધકના રહેવાસીઓ માટે)** - જે બાળકના માબાપોને અમારા તરફથી પહેલેથી સપોર્ટ આપવામાં આવી રહયો હોય તેવા બાળક માટે પ્લે થેરપિ પૂરી પાડવા આમારી પાસે નાનુ બજેટ છે, બાળક માટે આ પ્લે થેરપિ એ કોઇ એક સાકલ્યવાદી (હોલિસ્ટિક) અભિગમ છે, કે જેમાં પ્લે અને આર્ટનો ઉપયોગ, બાળકના શારીરિક, આધ્યાત્મિક, લાગણીના અને જ્ઞાનાત્મક પાંસાઓમાં 'મદદરૂપ'બનવાના ઉપાય તરીકે કરવામાં આવે છે, અને આમાં ચેતન અને અચેતન આ બન્નેનો સમાવેશ કરી, સંપૂર્ણ બાળકના ભૂતકાળ, વર્તમાન અને ભવિષ્યને ધ્યાનમાં રાખવામાં આવે છે.

**માહિતી** - અમારી માહિતી સેવાઓમાં સમાવેશ થાય છે વિશાળ હારમાળાઓના પુસ્તકો, વિડિઓ, ઓડિઓ ટેઇપ્સ અને જરૂર પડતા બીજી એજન્સિઓ અને સેવાઓના રાષ્ટ્રીય ડેટાબેઇઝમાં રેફરલ્લ કરવાનો હોય છે. બાળકના જાતીય દુરુપયોગના પરિણામે અસરવાળા કુટુંબો સાથે કાર્ય કરતી એજન્સિઓ અને કુટુંબો માટે આ ઉપયોગી રહે છે. અમારી પાસે કેરર્સ અને બાળકો માટે વિશાળ પસંદગીઓની માહિતીપત્રિકાઓ છે. અમારી કવિતાના રૂપની પુસ્તિકા વિકાસ કરવાનું ચાલુ રાખે છે અને અમારા કલાયન્ટસના ફાળાને અમે આવકારીએ છીએ.

**સર્વિસ યૂઝર ફોકસ ગ્રૂપ્સ** - સર્વિસ યૂઝર્સ માટે ત્રૈમાસિક સગવડતાવાળી મીટિંગ્સ રાખવામાં આવે છે કે જે અમારી કોઇ પણ સેવાઓનો ભાગ બની, તમારા વિચારા, અભિપ્રાયો અને જરૂરિયાતોને વાચા આપે છે. તમે આવી અને મોઝેકને તમારા અનુભવો વિષે જણાવો.

**સપોર્ટ ગ્રૂપ્સ** - સપોર્ટ ગ્રૂપ્સના સભ્યોને તેઓના અનુભવો શેર કરવા, ટેકો કે સપોર્ટ મેળવવા અને અનિર્ણાત્મક અને આદરભાવવાળા વાતાવરણમાં એકબીજા પાસેથી તાકાત અને સપોર્ટ મેળવવા તેઓને ઘણોજ જરૂરી અવકાશ આપે છે. આવુ સમૂહ કાર્ય સમૂહના સભ્યોની, લાગણીઓ અને અનુભવો નિશ્ચિત કરી એકલાપણામાં રાહત આપે છે અને સુરક્ષિત સ્થળમાં આવી કાર્યવાહી થાય છે.

**માહિતી બંગાળી, ગુજરાતી, પંજાબી, હિન્દી, સોમાલી અને ઊર્દૂમાં મળી રહે છે. વધારે માહિતી માટે કૃપા કરી અમારી હેલ્પલાઇનને ફોન કરો.**