URDU

ہمارے بارے میں

جب آپ کا بچہ/ بچی کہے کہ اسے کسی نے جنسی بدسلوکی کا نشانہ بنایا ہے تو غالب گمان ہے کہ آپ جذبات سے ابل پڑیں۔

بدسلوکی کا نشانہ بننے والے بچہ کو روزمرہ کی ضروریات فراہم کرنے کے ساتھ ساتھ اسے زندگی کی تبدیلیوں سے نمٹنے اور نقصان، جرم، غصہ اور اضطراب سے نبرد آزما ہونے میں اسے مدد اور سہارا دینے میں آپ اپنے آپ کو بالکل یکہ وتنہا محسوس کر سکتے ہیں۔

آپ کے بچہ کی خواہ عمر کچھ بھی ہو، 'راز' کھل جانے پر اس کے بہت سے احساسات ہوں گے جنہیں سمجھنا اور ان سے نبرد آزما ہونا اس کے لیے بہت مشکل ہوگا۔ اس کے ساتھ جو کچھ ہوا، اس کا وہ خود کو بھی ذمہ دار سمجھ سکتا ہے اور اسے غصہ بھی ہوگا۔ 'اب کیا ہوگا؟' اس خیال سے اسے خوف لاحق ہوگا اور آپ اور دیگر اہل خاندان کو مضطرب کرنے پر اسے جرم کا احساس ہوگا۔

اس صدماتی تجربہ پر قابو پانے کے لیے ایسے والدین اور نگہ داروں کو مدد و سہارا دینا اور راز کھل جانے پر اپنے بچوں کو محفوظ و مامون محسوس کرنے کے لائق بنانے میں مدد دینا ہمارا مقصد ہے۔

ہم جانتے ہیں کہ کسی بھی پس منظر کا حامل کوئی بھی بچہ جنسی بدسلوکی کا شکار ہو سکتا ہے۔ مختلف پس منظر اور ثقافتوں سے تعلق رکھنے والے گاہکوں کو مدد و سہارا دینے کے لیے موزاک حاضر ہے۔

وہ گاہک جن کی پہلی زبان انگلش نہیں
ان کے لیے
مترجم کی خدمات دستیاب ہیں۔

خدمات سے فائدہ اٹھانے والوں کے تاثرات

''موزاک نے میری بہت مدد کی۔ جب میرا ذہن قابو میں نہیں تھا تو وہ میرے لیے زندگی کا پیغام ثابت ہوئے''۔

''آپ کی مدد کا بے حد شکریہ۔ ہمیں ایک لمبا سفر طے کرنا ہے، تاہم یہ جان کر بہت خوشی ہوئی کہ بہ وقت ضرورت فون کی دوسری جانب ایک گوش مہربان موجود ہے''۔

''جس شخص نے میرے فون کا جواب دیا اس نے صبر سے میری بات سنی اور اس کا رویہ ہمدردانہ اور تعاون کا تھا''۔

''جس وقت مجھے سخت ضرورت تھی اس وقت مجھے ایک گرم جوش، خوش آمدید کہنے والا اور مجھے قبول کرنے والا زندگی کا پیغام موجود تھا''۔

''موزاک سے مجھے جو جواب ملا وہ بہت اچھا اور تعاون کا تھا اور جس شخص سے میری بات ہوئی وہ میری خیریت کی بابت واقعی فکرمند تھا''۔

Mosac

supporting non-abusing parents & carers of sexually abused children

موزاک

رازدارانہ مفت ہیلپ لائن

0800 980 1958

020 8293 9990

www.mosac.org.uk

Registered Charity number: 1047596

Company No: 6798854

نیشنل کانفیڈنشیل ہیلپ لائن National Confidential Helpline - اس کا عملہ تربیت یافتہ خواتین رضا کاروں پر مشتمل ہے جو بدسلوکی گریز تمام والدین/نگہ داروں اور دیگر اداروں اور تنظیموں کو سہارا اور معلومات فراہم کرتی ہیں۔ اگر آپ صرف بات چیت کرنا چاہیں تو ہم توجہ سے سنیں گے۔ اگر معلوماتی وسائل چاہیں تو ہم حتی الامکان بہتر طریقہ سے مدد کریں گے۔ ہماری خدمات کی بابت مزید جاننے کے لیے ہیلپ لائن کو فون کیجیے۔ ہمارے وہ گاہک جو انگلش نہیں بول سکتے ہیں وہ بھی ہیلپ لائن کو فون کر سکتے ہیں کیونکہ ہم نے ۱۷۰ سے زائد زبانوں میں ترجمہ کا انتظام کر رکھا ہے۔ ہم مکمل راز داری برتتے ہیں۔ ہاں اگر کسی بچہ کی سلامتی کے بارے میں سنجیدہ فکرمندی کا معاملہ ہو تو پھر بات دوسری ہے۔

صلاح ومشورے Advice Session – یہ بنیادی طور پر (لندن بھر میں) ایک صلاح و معلومات دینے والی خدمت ہے۔ کسی وقت آیئے یا پہلے سے وقت طے کر لیجیے۔ مزید معلومات کے لیے ہیلپ لائن کو فون کیجیے۔

خانہ بعید حمایتی خدمت Advocacy Outreach Service - یہ سروس لندن بھر میں دستیاب ہے۔ بدسلوکی گریز والدین/نگہ داروں کو با اختیار بنانا اور ان کی آواز سنی جانے کے لیے ان کی حوصلہ افزائی کرنا، اپنے حقوق اور انتخاب پر غور کرنا، فیصلے کرنا، خدمات تک رسائی دینا، دیگر بیرونی اداروں مثلاً سوشل سروسز، عدالتوں، ہاؤسنگ کے دفاتر اور پولیس وغیرہ سے معاملہ کرنے میں انہیں سہارا اور معلومات دینا، اس خدمت کے رضا کاروں کا مقصد ہے۔ یہ رضا کار بدسلوکی گریز والدین/نگہ داروں کے ساتھ متعلقہ میٹنگوں اور کیس کانفرنسوں میں بھی جا سکتے ہیں۔

خانہ بعید دوست سازی خدمت Befriending Outreach Service - لندن بھر میں پھیلی یہ خدمت ان فائدہ اٹھانے والوں کے لیے ہے جو اس کے دوست ساز رضا کاروں سے میل کھاتے ہوں۔ ہر شخص کو وہ سہارا نہیں حاصل جس پر بھروسہ کر کے اسے مشکل اوقات اور زندگی میں واقع ہونے والی بڑی تبدیلیوں سے گزرنے میں مدد مل سکے۔ ایسے موقع پر اس خدمت کا رضا کار ایک مثبت رشتہ قائم اور فراہم کر کے اس خلا کو پر کر سکتا ہے۔ وہ رشتہ اعتماد سازی میں مدد، اعتماد میں اضافہ، سماجی تنہائی سے لڑنے اور گاہک کی زندگی کا معیار بڑھانے، جیسا ہو سکتا ہے۔

اعتماد سازی اور والدین کے لیے ورکشاپس

Confidence Building & Parenting Workshops - لندن بھر میں پھیلی اس خدمت کے لیے کئی طرح کی تربیت دی جاتی ہے۔ والدین کو اپنے بچوں کی حفاظت کرنے، بچوں کے اندمال میں مدد دینے، اور اعتماد/ والدین کی مہارتوں، مثلاً، اثرات کو سنبھالنا، جنسیاتی /جنسی خطرہ لینے کے برتاؤ کو سنبھالنا، حدود کی تعیین کرنا اور انہیں سنبھالے رکھنا، والدین اور بچہ تعلقات دوبارہ استوار کرنا اور والدین کے مثبت فرائض وغیرہ، میں موضوعات مدد کریں گے۔ ہم فرمائشی تربیتی اور بیداری لانے والے پروگرام کی بھی پیشکش کرتے ہیں۔

کاؤنسلنگ کی خدمات Counselling Service - ایک بمقابلہ ایک کاؤنسلنگ ہفتہ وار ہوتی ہے جس میں بات کرنے اور سننے کا پورا موقع ہوتا ہے تاکہ آپ کے تجربات کا پتہ لگ سکے اور اپنا مستقبل بہتر بنانے کے لیے آپ کو انتخاب و فیصلہ کرنے کا موقع ملے۔ تربیت یافتہ رضا کار کاؤنسلر کاؤنسلنگ کا فریضہ انجام دیتے ہیں۔ گاہکوں کے تاثرات سے پتہ چلتا ہے کہ موزاک میں کاؤنسلنگ سروس کی بہت زیادہ ضرورت ہے۔

طفل جُو علاج بذریعہ کھیل Child centred Play Therapy (صرف گرینچ، لیمبتھ، لیوشام، نیوہیم اور سدک کے باشندوں کے لیے)- وہ بچہ جس کے والدین کو ہم پہلے ہی سے سہارا دے رہے ہیں اسے علاج بذریعہ کھیل فراہم کرنے کے لیے ہمارے پاس ایک چھوٹا سا بجٹ ہے۔ علاج بذریعہ کھیل ایک کلیاتی طریقہ ہے جس میں جسمانی، روحانی، جذباتی اور حسیاتی پہلوؤں، شعوری اور غیر شعوری دونوں، کی مدد سے کھیل اور آرٹ کو ذریعہ کے طور پر اپنایا جاتا ہے اور جس میں بچے کے ماضی، حال اور مستقبل سب کا لحاظ رکھا جاتا ہے۔

معلومات Information - ہماری انفارمیشن سروس میں کتابیں، ویڈیو، آڈیو ٹیپ کا بڑا ذخیرہ اور بہ وقت ضرورت کیس منتقل کرنے کے لیے دوسرے اداروں اور خدمات کا ایک ڈیٹا بیس موجود ہے۔ یہ خاندانوں اور ان اداروں کے لیے بہت مفید ہے جو جنسی بدسلوکی کا شکار بچوں کے متاثرہ خاندان کے ساتھ مل کر کام کر رہے ہوں۔ ہمارے پاس نگہ داروں اور بچوں کے لیے کئی طرح کے لیف لٹ بھی موجود ہیں۔ ہماری نظموں کی کتابوں میں اضافہ ہو رہا ہے اور ہم اپنے گاہکوں کے تعاون کو خوش آمدید کہتے ہیں۔

استفادہ کنندگان کا فوکس گروپس Service User Focus Groups - آپ کے خیالات، رایوں اور ضروریات کو ایک آواز دینے کے لیے خدمت سے ان فائدہ اٹھانے والوں کے لیے چہار ماہی میٹنگیں جو ہماری خدمات کا ایک حصہ بن چکے ہیں۔ آیئے اور موزاک سے آپ کو جو کچھ تجربہ حاصل ہوا ہو اس سے آگاہ کیجیے۔

سپورٹ گروپس Support Groups - سپورٹ گروپس اپنے ارکان کو، ایک غیر حاکمانہ اور قابل احترام ماحول میں، تجربات میں دوسروں کو شریک کرنے، سہارا حاصل کرنے اور ایک دوسرے سے تقویت حاصل کرنے کا ضروری موقع فراہم کرتا ہے۔ گروپ کے ارکان کے ایک محفوظ جگہ پر احساسات، تجربات اور طریقہ عمل کا تعین کرنے سے گروپ کا عمل تنہا ہو جانے سے نجات دلاتا ہے۔

یہ معلومات بنگالی، گجراتی، پنجابی، ہندی، صومالی اور اردو زبانوں میں بھی دستیاب ھیں۔ مزید معلومات کے لیے ہماری ہیلپ لائن کو فون کیجیے۔