

اچھے سلوک کے لئے رہنمائی Eixample

NOMÉS

SÍ ÉS SÍ

صرف ہاں، ہاں ہے۔
اردو
Urdú

کیا آپ کسی ایسے **شخص** کو جانتے ہیں جس پر آپ کو **شک** ہو کے وہ کسی پر تشدد کرتا ہے؟

اور اسکا مذاک اڑانے کا کوئی موقع نہیں چھوڑتا؟

کیا وہ اپنے **ہمسفر** کو دوسرے لوگوں سے ملنے **نہیں** دیتا؟

کیا وہ اپنے **ہمسفر** کے موبائل کو **کنٹرول** کرتا ہے؟

کیا آپ کو **لگتا** ہے کہ اس کا رویہ **متشدد** ہو سکتا ہے؟

کیا وہ اکثر اوقات **حد سے تجاوز** کر جاتا ہے؟

کیا آپ **جاننا** چاہتے ہیں کہ ایسے شخص کی **مدد** کیسے کی جائے؟

اگر آپ کسی ایسے **شخص** کو **جاتے** ہیں جو **تشدد**

کرتا ہے تو مندرجہ ذیل

عمل کریں:

- ◀ مشورے کے لئے خصوصی عملہ سے رابطہ کریں۔
- ◀ اس شخص کو بتائیں کہ آپ اسکی مدد کرنا چاہتے ہیں۔
- ◀ اس شخص کے اعتماد پر اسکا شکریہ ادا کریں اور مدد کے لیے اس کے ساتھ رہیں۔

کیا آپ کو شک ہے کے ایک عورت

جسے آپ جانتے ہوں وہ تشدد کا شکار ہے؟

کیا آپ کے اردگرد کے ماحول میں کوئی اپنے ہمسفر کی طرف سے دباؤ میں ہے؟

جب آپ اسکے ہمسفر کے بارے میں کوئی سوال کرتے ہیں تو کیا وہ موضوع تبدیل کر دیتی ہے؟

کیا آپ انہیں پہلے سے زیادہ اداس اور شخصیت میں تبدیلی دیکھتے ہیں؟

کیا آپ نے محسوس کیا کے وہ خوف کے ساتھ ردعمل کرتی ہے؟

کیا آپ نے کبھی اسکو دھمکی دیتے ہوئے سنا؟ یا وہ آپ کو بتاتی ہے کہ وہ کیسے اسے دھمکی دیتا ہے؟

کیا آپ جاننا چاہتے ہیں کے اسکی کیسے مدد کی جائے؟

اگر آپ خواتین پر تشدد کے گواہ ہیں تو مندرجہ ذیل

عمل کریں:

- ◀ مشورے کے لئے خصوصی عملہ سے رابطہ کریں۔
- ◀ عورت کی بات سنیں اور جو وہ آپ کو بتائے اس پر شک نہ کریں۔
- ◀ اسکے وقت کا احترام کریں اور اسکے اعتماد کی تعریف کریں۔
- ◀ عورت کو بتائیں کے جو کچھ ہو رہا ہے وہ اس کی مستحق نہیں اور آپ اسکی مدد کرنا چاہتے ہیں۔

Serveis gratuïts i confidencials

مرد اور خواتین

بنیادی صحت کی دیکھ بھال کے مراکز
(CAP)

Borrell

C. Borrell, 305 -Tel. 932 27 18 00

Casanova

C. Rosselló, 161 - Tel. 932 27 98 00

Manso

C. Manso, 19 - Tel. 93 551 72 83

Passeig de Sant Joan

Pg. St. Joan, 20 - Tel. 93 265 01 17

Roger de Flor

C. Roger de Flor, 194-196
Tel. 935 07 03 90

Sagrada Família

C. Còrsega, 643
Tel. 935 51 00 10

جنسی اور تولیدی صحت نگہداشت کی امداد
کی خدمت
(ASSIR)

Dreta de l'Eixample

C. Roger de Flor, 194-196
2ª planta - Tel. 93 458 59 80

Esquerra de l'Eixample

C. Manso, 19, 6ª planta
Tel. 93 556 67 55

سماجی خدمات کے دفاتر

Tel. 900 922 357

Antiga Esquerra de l'Eixample

C. Mallorca, 219, 2ª planta

**Dreta de l'Eixample i
Fort Pienc**

Ctra. Antiga d'Horta, 5

Nova Esquerra de l'Eixample

C. Borrell, 305, planta altell

Sagrada Família

C. Nàpols, 227

Sant Antoni

C. Calàbria, 38

**Centre Jove d'Atenció a les
Sexualitats (CJAS)**

C. La Granja, 19
Tel. 93 415 10 00

Serveis específics per a violència

خواتین
مدد ، بازیابی اور استقبالیہ سروس
(SARA)

C. Marie Curie, 16
Tel. 900 922 357

خواتین کی مدد اور معلومات پوائنٹس
(PIAD)

C. Calàbria, 264
Accés per Jardins Rosa Deulofeu
Cita prèvia. Tel. 900 922 357

مرد

مردوں کی دیکھ بھال کا پروگرام
(Plural)

Av. Marqués de l'Argentera, 22
Tel. 93 349 16 10

Serveis d'urgències [24 h/365 dies]

Hospital Sagrat Cor

C. Viladomat, 288
Tel. 93 221 11 11

CUAP Manso

C. Manso, 19
Tel. 93 551 72 83

Hospital Dos de Maig

C. Dos de Maig, 301
Tel. 93 507 27 00

Centre d'Urgències i Emergències Socials (CUESB)

C. Llacuna, 25 - Tel. 900 703 030

سکیورٹی فورسز

ایمرجنسی کی صورت میں 112 پر کال کریں

گوارڈیا اربانا (بلدیاتی پولیس) (24 گھنٹے / 365 دن) - C. Nàpols, 42

فیملی کے اندرون تشدد

سوموار سے جمعہ تک 6 سے 14 بجے تک - ٹیلیفون: 93 256 23 30 ایکسٹنشن 62331

موسوس (پولیس) - Pl. Espanya, 1

جنسی تشدد کے بارے میں واٹس اپ کی سروس: 601 001 122 (24 گھنٹے/365 دن)

وکنم کی خدمت کا گروپ (اشمپلا) ٹیلیفون: 93 567 69 83

سوموار سے جمعہ تک 6 سے 22 بجے تک اور ہفتہ اتوار کو 6 سے 18 بجے تک -

ٹیلیفون 93 300 22 96 ایکسٹنشن 49014 / 49017

جنس پرست تشدد کے خلاف ہیلپ لائن

900 900 120



ایمرجنسی سروسز (24h/365)
جنسی زبردستی کی صورت میں:

اگر آپ کی عمر 16 سال سے کم ہے

Hospital Clínic

اگر آپ کی عمر 16 سال سے زیادہ ہے

Hospital Vall d'Hebron

 @Bcn_Eixample

 @bcn_eixample

 BcnEixample

barcelona.cat/eixample



**Districte de
l'Eixample**



Circuit
Barcelona
contra la
Violència
Masclista