TODAY
Family Violence
Help Centre

It starts today

ਟੂਡੇ ਪਰਿਵਾਰਕ ਹਿੰਸਾ ਸਹਾਇਤਾ ਕੇਂਦਰ

780-455-6880

www.todaycentre.ca

facebook.com/TodayCentre

@TodayFV #ThereIsHelp (ਇੱਥੇ ਮਦਦ ਹੈ)

ਪਰਿਵਾਰਕ ਹਿੰਸਾ ਸਹਾਇਕ ਪੁਸਤਿਕਾ

Printed April 2018 ਟੂਡੇ ਪਰਿਵਾਰਕ ਹਿੰਸਾ ਸਹਾਇਤਾ ਕੇਂਦਰ

ਇਹ ਪੁਸਤਿਕਾ ਕਿਹਦੇ ਲਈ ਹੈ? 3

ਇਹ ਕਿਤਾਬ ਕਿਸ ਬਾਰੇ ਹੈ? 3

ਪਰਿਵਾਰਕ / ਰਿਸ਼ਤਾ ਹਿੰਸਾ - ਇਸਦਾ ਕੀ ਅਰਥ ਹੈ? 3
- ਦੁਰਵਿਵਹਾਰ ਦੇ ਉਦਾਹਰਨ 3

ਕੀ ਜਿਨਸੀ ਸ਼ੋਸ਼ਣ ਪਰਿਵਾਰਕ / ਰਿਸ਼ਤੇ ਵਿੱਚ ਹਿੰਸਾ ਦਾ ਹਿੱਸਾ ਹੈ? 4
- ਹਿੰਸਾ ਦਾ ਚੱਕ੍ਰ (Cycle of Violence) ਕੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ? 4

ਕਾਨੂੰਨ ਦੇ ਵਿਰੁੱਧ ਕੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ? 4
- ਹਮਲਾ 4
- ਅਪਰਾਧਿਕ ਪਰੇਸ਼ਾਨੀ (ਪਿੱਛਾ ਕਰਨਾ) 4
- ਧਮਕੀਆਂ ਦੇਣਾ 4
- ਅਦਾਲਤ ਦੇ ਹੁਕਮਾਂ ਦੀ ਉਲੰਘਣਾ ਕਰਨਾ 4
- ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਇਕੱਲੇ ਹੋ? 5

ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਕੈਨੇਡਾ ਵਿੱਚ ਨਵੇਂ ਹੋ? 5

ਕਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀ ਸਹਾਇਤਾ ਉਪਲਬਧ ਹੈ? 5

ਕਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ, ਆਪਣੇ ਪਾਲਤੂ ਜਾਨਵਰਾਂ ਅਤੇ ਖ਼ੁਦ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰੱਖ ਸਕਦਾ ਹਾਂ? 5
- ਇੱਕ ਸੁਰੱਖਿਆ ਯੋਜਨਾ ਕੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ? 5
- ਜੇ ਮੇਰੇ ਕੋਲ ਪਾਲਤੂ ਜਾਨਵਰ ਹਨ ਤਾਂ ਮੈਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਆ ਯੋਜਨਾ ਵਿੱਚ ਕੀ ਸ਼ਾਮਲ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ? 6
- ਮੈਂ ਕਿੱਥੇ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹਾਂ? 6
- ਮੇਰੇ ਪਾਲਤੂ ਜਾਨਵਰ ਕਿੱਥੇ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਨ? 6

ਇੰਟਰਨੈੱਟ ‘ਤੇ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰੱਖੀਏ 6
- ਮਾਇਕ੍ਰੋਸਾਫ਼ਟ ਇੰਟਰਨੈੱਟ ਐਕਸਪਲੋਰਰ (Microsoft Internet Explorer) 6
- ਗੂਗਲ ਕ੍ਰੋਮ (Google Chrome) 6
- ਸਫਾਰੀ (Safari) 6

ਪੁਲਿਸ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰਨਾ 7
- ਕੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜਦੋਂ ਪੁਲਿਸ ਆਉਂਦੀ ਹੈ? 7
- ਇੱਕ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਥਾਂ ਕਿਵੇਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰੀਏ? 7
- ਕੀ ਮੈਨੂੰ ਡਾਕਟਰੀ ਇਲਾਜ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ? 7
- ਕੀ ਮੈਨੂੰ ਆਪਣਾ ਘਰ ਛੱਡਣਾ ਪਵੇਗਾ? 7
- ਜੇ ਮੇਰਾ ਸਾਥੀ ਗ੍ਰਿਫਤਾਰ ਹੋ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਕੀ ਹੋਵੇਗਾ? 7
- ਜੇ ਮੈਂ ਮੁਕੱਦਮੇ ਨੂੰ ਅੱਗੇ ਨਹੀਂ ਵਧਾਉਣਾ ਚਾਹੁੰਦਾ / ਚਾਹੁੰਦੀ ਹਾਂ ਤਾਂ ਕੀ ਹੋਵੇਗਾ? 8
- ਜੇ ਮੇਰੇ ਸਾਥੀ ਨੂੰ ਗ੍ਰਿਫਤਾਰ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ ਤਾਂ ਕੀ ਅਜੇ ਵੀ ਦੋਸ਼ ਲਗਾਏ ਜਾਣਗੇ? 8
- ਕਦੋਂ ਦੋਸ਼ ਨਹੀਂ ਲਗਾਏ ਜਾਂਦੇ? 8
- ਜੇ ਮੈਂ ਪੁਲਿਸ ਨੂੰ ਤੁਰੰਤ ਨਾ ਬੁਲਾਵਾ ਤਾਂ ਕੀ ਹੋਵੇਗਾ? 8
- ਜ਼ਮਾਨਤ ਦੀ ਸੁਣਵਾਈ ‘ਤੇ ਕੀ ਹੋਵੇਗਾ? 8
- ਕੀ ਮੇਰਾ ਸਾਥੀ ਸਾਡੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਮਿਲਣ ਯੋਗ ਹੋਵੇਗਾ? 8
- ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਸਾਥੀ ਦੀ ਰਿਹਾਈ ਦੀਆਂ ਸ਼ਰਤਾਂ ਕਿਵੇਂ ਪਤਾ ਕਰ ਸਕਦਾ / ਸਕਦੀ ਹਾਂ? 8
- ਕਿ ਹੋਵੇਗਾ ਜੇ ਮੇਰਾ ਸਾਥੀ ਜਾਂ ਮੈਂ ਰਿਹਾਈ ਦੀ ਸ਼ਰਤਾਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ? 8

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਇੱਕ ਹਿੰਸਕ ਰਿਸ਼ਤੇ ਛੱਡੋਗੇ 8
- ਬੱਚਿਆਂ ਦਾ ਕੀ ਹੋਵੇਗਾ? 8
- ਮੇਰੇ ਪਾਲਤੂ ਜਾਨਵਰਾਂ ਦਾ ਕਿ ਹੋਵੇਗਾ? 9
- ਕੀ ਮੇਰਾ ਸਾਥੀ ਸਕੂਲ ਜਾ ਕੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਲੈ ਸਕਦਾ ਹੈ? 9
- ਜੇ ਮੈਂ ਮੇਰਾ ਘਰ ਛੱਡ ਦਿੰਦਾ / ਦਿੰਦੀ ਹਾਂ ਤਾਂ ਕੀ ਮੇਰਾ ਸਾਥੀ ਇਸ ਨੂੰ ਰੱਖੇਗਾ / ਰੱਖੇਗੀ? 9
- ਜੇ ਮੈਂ ਘਰੋ ਨਿੱਕਲ ਜਾਂਦਾ ਹਾਂ ਤਾਂ ਕੀ ਪੁਲਿਸ ਮੇਰਾ ਸਮਾਨ ਲੈਣ ਲਈ ਮੇਰੀ ਮਦਦ ਕਰੇਗੀ? 9
- ਮੈਂ ਪੈਸਿਆਂ ਲਈ ਕੀ ਕਰਾਂਗਾ? 9
- ਮੈਨੂੰ ਕਾਨੂੰਨੀ ਸਹਾਇਤਾ ਕਿੱਥੋਂ ਮਿਲ ਸਕਦੀ ਹੈ? 9

ਅਦਾਲਤੀ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ 10
- ਜਾਣ-ਪਛਾਣ 10
- ਕ੍ਰਾਊਨ ਪ੍ਰੌਸੀਕਿਊਟਰ (Crown Prosecutor) ਕੌਣ ਹੁੰਦਾ ਹੈ? 10
- ਕੀ ਮੈਨੂੰ ਗਵਾਹ ਵਜੋਂ ਅਦਾਲਤ ਜਾਣਾ ਪਵੇਗਾ? 10
- ਜੇ ਮੈਂ ਗਵਾਹ ਨਹੀਂ ਬਣਨਾ ਜਾਂ ਅਦਾਲਤ ਵਿਚ ਹਾਜ਼ਰ ਨਹੀਂ ਹੋਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਾਂ ਤਾਂ ਕੀ ਹੋਵੇਗਾ? 10
- ਮੈਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਪਤਾ ਲੱਗੇਗਾ ਕਿ ਕਦੋਂ ਮੈਨੂੰ ਅਦਾਲਤ ਵਿਚ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ? 10
- ਵਿਕਟਿਮ ਇਮਪੈਕਟ ਸਟੇਟਮੈਂਟ ਕੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ? 10
- ਕੀ ਮੈਨੂੰ ਕੋਰਟ ਦੀ ਹਰ ਤਾਰੀਖ ਲਈ ਅਦਾਲਤ ਵਿਚ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ? 10
- ਪਹਿਲੀ ਹਾਜ਼ਰੀ ‘ਤੇ ਕੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ? 10

ਮੁਕੱਦਮਾ 10
- ਕੀ ਮੇਰੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਗਵਾਹ ਵਜੋਂ ਬੁਲਾਇਆ ਜਾਵੇਗਾ? 10
- ਡਿਫੈਂਸ (ਬਚਾਅ ਪੱਖ) ਵਕੀਲ ਕੀ ਕਰਦਾ ਹੈ? 11
- ਜੱਜ ਕੀ ਕਰਦਾ ਹੈ? 11
- ਕਿਉਂ ਮੁਲਜ਼ਮ ਨੂੰ ਦੋਸ਼ੀ ਨਹੀਂ ਪਾਇਆ ਜਾ ਸਕਦਾ? 11
- ਜੇ ਮੇਰਾ ਸਾਥੀ ਦੋਸ਼ੀ ਪਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਕੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ? 11

ਮੇਰੇ ਸਾਥੀ ਨੂੰ ਕਿਸ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦੀ ਸਜ਼ਾ ਮਿਲੇਗੀ? 11
- ਪ੍ਰੋਬੇਸ਼ਨ ਦੇ ਨਾਲ ਕੰਡੀਸ਼ਨਲ ਡਿਸਚਾਰਜ 11
- ਪ੍ਰੋਬੇਸ਼ਨ ਨਾਲ ਮੁਅੱਤਲ ਸਜ਼ਾ 11
- ਜੇਲ੍ਹ 11

ਮੈਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਪਤਾ ਲਗੇਗਾ ਜਦੋਂ ਮੇਰਾ ਸਾਥੀ ਜੇਲ ਚੋਂ ਬਾਹਰ ਨਿਕਲੇਗਾ? 11

ਜੇ ਮੇਰੇ ਸਾਥੀ ਨੂੰ ਜੇਲ੍ਹ ਵਿੱਚ ਨਹੀਂ ਰੱਖਿਆ ਜਾਂਦਾ ਤਾਂ ਮੈਂ ਕਿਵੇਂ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰਹਿ ਸਕਦਾ / ਸਕਦੀ ਹਾਂ? 11
- ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਪ੍ਰੋਟੈਕਸ਼ਨ ਆਰਡਰ (Emergency Protection Order) (ਈਪੀਓ) 11
- ਕੁਈਨ ਬੈਂਚ ਪ੍ਰੋਟੈਕਸ਼ਨ ਆਰਡਰ (Queen Bench Protection Order) 12
- ਰਿਸਟ੍ਰੇਨਿੰਗ ਆਰਡਰ (Restraining Order) 12
- ਪੀਸ ਬਾਂਡ (Peace Bond) 12

ਉਪਲਬਧ ਵਿੱਤੀ ਲਾਭ 13
- ਰੇਸਟੀਟਿਊਸ਼ਨ (ਮੁਆਵਜਾ) 13
- ਹਿੰਸਕ ਅਪਰਾਧ ਦੇ ਸ਼ਿਕਾਰ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਵਿੱਤੀ ਲਾਭ 13

ਅਲਬੇਰਟਨ ਫਲੀਈਂਗ ਐਬਊਜ਼ (ਦੁਰਵਿਵਹਾਰ ਤੋ ਭਜੇ) ਲਈ ਸਹਾਇਤਾ 13
- ਸੁਰੱਖਿਆ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨਾ 13
- ਨਵੇਂ ਘਰ ਨੂੰ ਸਥਾਪਿਤ ਕਰਨਾ 13
- ਨਵਾਂ ਜੀਵਨ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨਾ 13

ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਰਿਸ਼ਤਾ ਖਤਮ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਕੀ ਹੋਵੇਗਾ? 14
- ਦੇਖਭਾਲ ਅਤੇ ਸਹਾਇਤਾ 14

ਫੈਮਲੀ ਲਾਅ ਐਕਟ (ਪਰਿਵਾਰ ਕਾਨੂੰਨ ਐਕਟ) 14

ਕਾਨੂੰਨੀ ਹੱਕ 14
- ਦੇਸ ਵਿੱਚੋਂ ਇੱਕ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਬਾਹਰ ਲੈ ਕੇ ਜਾਣਾ 14
- ਗਾਰਡੀਅਨਸ਼ਿਪ 14
- ਐਕਸੈਸ (ਪਹੁੰਚ) 14
- ਜਾਇਦਾਦ 15
- ਮਿਡਿਏਸ਼ਨ (ਵਿਚੋਲਗੀ) ਕੀ ਹੈ? 15

ਕੌਣ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ? 15

ਫੋਨ ਨੰਬਰ 15
- ਐਮੇਰਜੇਂਸੀ ਲਾਈਨਾਂ (Emergency Lines) 15
- ਪਰਿਵਾਰਕ ਹਿੰਸਾ ਸੂਚਨਾ (Family Violence Information) 15
- ਨੌਣ-ਐਮੇਰਜੇਂਸੀ ਲਾਈਨਾਂ (Non-Emergency Lines) 15
- ਸੰਕਟ (Crisis) 15
- ਸ਼ੋਰਟ ਟਰਮ ਕੌਂਸਿਲਿੰਗ ਸਰਵਿਸਜ਼ (Short-Term Counselling Services) 15
- ਕਾਨੂੰਨੀ ਸੇਵਾਵਾਂ (Legal Services) 15
- ਕਮਿਊਨਟੀ ਸਰਵਿਸਜ਼ (Community Services) 15
- ਵਧੇਰੇ ਆਨ ਲਾਈਨ ਸਰੋਤ (Additional Online Resources): 15

ਦੋਬਾਰਾ ਪ੍ਰਿੰਟ ਦੀ ਇਜਾਜ਼ਤ ਲਈ ਸਾਨੂੰ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ 15

Notes 16

ਸਾਡੇ ਸਪਾਂਸਰ ਨੂੰ ਉਹਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਉਧਾਰ ਵਿਤੀ ਸਹਿਯੋਗ ਦੇ ਲਈ ਧੰਨਵਾਦ

Funded by the Government of Canada | Financé par le gouvernement du Canada | Canada

ਜਾਣਕਾਰੀ ਪੁਸਤਿਕਾ ਨੂੰ ਅਪਡੇਟ ਕਰਨ ਵਿਚ ਸਹਾਇਤਾ ਇਹਨਾਂ ਦੁਆਰਾ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਿੱਤੀ ਗਈ ਹੈ:

- ਸਿਟੀ ਆਫ ਐਡਮੰਟਨ – ਪਰਿਵਾਰਕ ਹਿੰਸਾ ਰੋਕਥਾਮ
- ਸੇਕਸ਼ੂਲ ਅਸਾਲਟ ਸੈਂਟਰ ਆਫ ਐਡਮੰਟਨ
- ਐਡਮੰਟਨ ਵੂਮੈਨ ਸ਼ੈਲਟਰ
- ਪਰਿਵਾਰਕ ਹਿੰਸਾ ਰੋਕਥਾਮ ਕੇਂਦਰ – ਜਾਨ ਹਾਵਰਡ ਸੋਸਾਇਟੀ
- ਪੇਟ ਸੇਫਕੀਪਿੰਗ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ – ਅਲਬਰਟਾ SPCA
- ਲੀਗਲ ਏਵ
- ਇੰਡੋ ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਵੂਮੈਨ ਐਸੋਸੀਅਸ਼ਨ

ਟੂਡੇ ਪਰਿਵਾਰਕ ਹਿੰਸਾ ਸਹਾਇਤਾ ਕੇਂਦਰ

780-455-6880

ਪਮਰਵਾਰਕ ਮਹਿੰਸਾ ਸਮਹਯੋਗ ਪੁਸਮਿਕਾ

ਇਹ ਪੁਸਤਿਕਾ ਕਿਹਦੇ ਲਈ ਹੈ?

ਇਸ ਪੁਸਤਿਕਾ ਵਿਚਲੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਕਿਸੇ ਵੀ ਅਜਿਹੇ ਵਿਅਕਤੀ ਲਈ ਹੈ ਜਿਸਨੂੰ ਮੌਜੂਦਾ (ਜਾਂ ਸਾਬਕਾ) ਪਤੀ / ਪਤਨੀ, ਸਾਥੀ, ਬੁਆਏਫ੍ਰੈਂਡ, ਜਾਂ ਗਰਲਫ੍ਰੈਂਡ ਦੁਆਰਾ ਦੁਰਵਿਹਾਰ, ਮਾਰਿਆ ਜਾਂ ਪਰੇਸ਼ਾਨ ਕੀਤਾ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ ਅਤੇ

- ਇੱਕ ਅਪਮਾਨਜਨਕ ਰਿਸ਼ਤੇ ਵਿੱਚ ਹੈ ਜਾਂ
- ਇੱਕ ਅਪਮਾਨਜਨਕ ਰਿਸ਼ਤੇ ਨੂੰ ਛੱਡ ਚੁਕਿਆ ਹੈ ਜਾਂ
- ਇੱਕ ਅਪਮਾਨਜਨਕ ਰਿਸ਼ਤੇ ਨੂੰ ਛੱਡਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੈ।

ਇਹ ਮੁਹੱਈਆ ਕੀਤੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਹਰ ਲਿੰਗ, ਉਮਰ ਅਤੇ ਸਭਿਆਚਾਰਾਂ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਉੱਪਰ ਅਤੇ ਸਮਲਿੰਗੀ ਸੰਬੰਧ ਵਿੱਚ ਲੋਕਾਂ ਉੱਪਰ ਵੀ ਲਾਗੂ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਜੋ ਦੁਰਵਿਵਹਾਰ ਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ। ਇਸ ਪੁਸਤਿਕਾ ਵਿੱਚ "ਸਾਥੀ" ਸ਼ਬਦ ਦਾ ਮਤਲਬ ਵਰਤਮਾਨ ਜਾਂ ਸਾਬਕਾ ਪਤੀ / ਪਤਨੀ, ਆਮ-ਕਾਨੂੰਨੀ ਪਤੀ / ਪਤਨੀ, ਬੁਆਏਫ੍ਰੈਂਡ ਜਾਂ ਗਰਲਫ੍ਰੈਂਡ ਤੋਂ ਹੈ।

ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸ਼ੱਕ ਹੈ ਕਿ ਜਿਸ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਤੁਸੀਂ ਜਾਣਦੇ ਹੋ ਉਸ ਨਾਲ ਦੁਰਵਿਵਹਾਰ ਕੀਤਾ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ ਤਾਂ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਸੁਝਾਅ ਦਿਉ ਕਿ ਉਹ ਟੁਡੇ ਪਰਿਵਾਰਕ ਹਿੰਸਾ ਸਹਾਇਕ ਕੇਂਦਰ (ਟੁਡੇ ਫੈਮਿਲੀ ਵਾਇਲੈਂਸ ਹੈਲਪ ਸੈਂਟਰ) ਜਾਂ ਇਸ ਪੁਸਤਿਕਾ ਦੇ ਪਿਛਲੇ ਹਿੱਸੇ ਵਿੱਚ ਦਿੱਤੇ ਸਰੋਤਾਂ ਵਿਚੋਂ ਕਿਸੇ ਵੀ ਏਜੰਸੀ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰਨ।

ਇਹ ਕਿਤਾਬ ਕਿਸ ਬਾਰੇ ਹੈ?

ਇਹ ਪੁਸਤਿਕਾ ਦੱਸਦੀ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਅਪਮਾਨਜਨਕ ਸਥਿਤੀ ਵਿੱਚ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਬਚਾਉਣ ਲਈ ਕੀ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਕਿਵੇਂ ਮਦਦ ਕਿਵੇ ਲੈ ਸਕਦੇ ਹੋਂ, ਆਪਣੇ ਨਿੱਜੀ ਅਧਿਕਾਰਾ ਅਤੇ ਅਦਾਲਤੀ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਇਹ ਜਾਣਕਾਰੀ ਇਸ ਗੱਲ ਦੀ ਪ੍ਰਵਾਹ ਕੀਤੇ ਬਿਨ੍ਹਾਂ ਲਾਗੂ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਰਿਸ਼ਤੇ ਵਿੱਚ ਰਹਿਣ ਜਾਂ ਛੱਡਣ ਦੀ ਚੋਣ ਕੀਤੀ ਹੈ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਪੁਲਿਸ, ਅਦਾਲਤਾਂ ਅਤੇ ਹੋਰ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਏਜੰਸੀਆਂ ਦੁਆਰਾ ਪ੍ਰਦਾਨ ਹਰ ਕਿਸਮ ਦੀ ਮਦਦ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦਿੱਤੀ ਜਾਵੇਗੀ।

ਇਸ ਵਿੱਚ ਇਸ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ:

- ਪਰਿਵਾਰਿਕ ਹਿੰਸਾ ਜਾਂ ਸਬੰਧਾਂ ਵਿਚ ਹਿੰਸਾ ਕਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਪ੍ਰਤੀਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਕਿਵੇਂ ਮਹਿਸੂਸ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।
- ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਮਾਰਿਆ ਗਿਆ ਹੈ, ਮਾਰਨ ਦੀ ਧਮਕੀ ਦਿੱਤੀ ਜਾ ਰਹੀ ਹੈ ਜਾਂ ਅਪਰਾਧੀ ਤੌਰ ਤੇ ਪਰੇਸ਼ਾਨ ਕੀਤਾ ਜਾਂ ਰਿਹਾ ਹੈ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਕੀ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ? (ਪਿਛਾ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ ਅਤੇ / ਜਾਂ ਜਨੂਨੀ ਨਿਗਰਾਨੀ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ)
- ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਪ੍ਰੋਟੈਕਸ਼ਨ ਆਰਡਰ (ਈਪੀਓ) ਕਿਵੇਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨਾ ਹੈ।
- ਅਪਮਾਨਜਨਕ ਰਿਸ਼ਤੇ ਛੱਡਣ ਵੇਲੇ ਕੀ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ?
- ਪੁਲਿਸ ਕੀ ਕਾਰਵਾਹੀ ਕਰਦੀ ਹੈ ਜਦੋਂ ਉਸਨੂੰ ਬੁਲਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।
- ਅਦਾਲਤੀ ਪਰਿਕਿਰਿਆ ਕਿਵੇਂ ਹੁੰਦੀ ਹੈ?
- ਕੌਣ ਭਾਵਨਾਤਮਕ ਸਹਾਇਤਾ, ਵਿੱਤੀ ਸਹਾਇਤਾ ਅਤੇ ਕਾਨੂੰਨੀ ਸਲਾਹ ਦੇ ਸਕਦਾ / ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਪਰਿਵਾਰਕ / ਰਿਸ਼ਤਾ ਹਿੰਸਾ - ਇਸਦਾ ਕੀ ਅਰਥ ਹੈ?

ਪਰਿਵਾਰਕ ਹਿੰਸਾ ਜਾਂ ਰਿਸ਼ਤੇ ਵਿੱਚ ਹਿੰਸਾ ਨੂੰ ਸੰਬੋਧਿਤ ਕਰਦੇ ਹੋਏ "ਹਿੰਸਾ" ਸ਼ਬਦ ਅੰਤਰ-ਸੰਬੰਧਤਾ, ਨਿਰਭਰਤਾ ਅਤੇ / ਜਾਂ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਜਿਹੇ ਗੁਣਾਂ ਵਾਲੇ ਇੱਕ ਰਿਸ਼ਤੇ ਦੇ ਅੰਦਰ ਅਪਮਾਨਜਨਕ ਵਿਵਹਾਰ ਦੇ ਇੱਕ ਵਿਵਸਥਿਤ ਤਰੀਕੇ ਨੂੰ ਕਹਿ ਜਾਦਾ ਹੈ। ਅਪਮਾਨਜਨਕ ਵਿਵਹਾਰ ਇੱਕ ਸਥਿਤੀ ਦੇ ਅੰਦਰ ਮੌਜੂਦ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜਿੱਥੇ ਮਕਸਦ ਸ਼ਕਤੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨਾ, ਨਿਯੰਤਰਣ ਕਰਨਾ ਅਤੇ ਡਰ ਪੈਦਾ ਕਰਨਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ (ਸੀਆਈਏਐਫਵੀ, 2001)। ਇਸ ਵਿੱਚ ਸ਼ਰੀਰਕ ਜਾਂ ਜਿਨਸੀ ਹਮਲੇ ਲਈ ਧਮਕੀਆਂ ਅਤੇ ਡਰੌਣ ਦੇ ਕਈ ਵਿਵਹਾਰ ਸ਼ਾਮਲ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਇੱਕ ਦੁਰਵਿਵਹਾਰ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਇਹਨਾਂ ਵਿਵਹਾਰਾਂ ਦਾ ਇਸਤੇਮਾਲ ਪੀੜਤਾ ਦੇ ਮੁੱਲ ਦੀ ਭਾਵਨਾ ਨੂੰ ਦੂਰ ਕਰਨ ਲਈ ਪੀੜਤ ਉੱਤੇ ਸ਼ਕਤੀ ਅਤੇ ਨਿਯੰਤ੍ਰਣ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਲਈ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਦੁਰਵਿਵਹਾਰ ਭਾਵਨਾਤਮਕ ਜਾਂ ਮੌਖਿਕ ਤੌਰ ਤੇ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਹੌਲੀ ਹੌਲੀ ਸਰੀਰਕ ਜਾਂ ਜਿਨਸੀ ਹਿੰਸਾ ਵੱਲ ਵੱਧ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਪਰਿਵਾਰਕ ਹਿੰਸਾ ਵਿੱਚ ਨਜਦੀਕੀ ਸਾਥੀ ਦੇ ਰਿਸ਼ਤੇ, ਮਾਪੇ ਤੇ ਬੱਚੇ, ਬਾਲਗ ਬੱਚੇ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਮਾਪੇ (ਬਜ਼ੁਰਗ), ਭਾਈ ਭੈਣ ਦੇ ਰਿਸ਼ਤੇ ਅਤੇ ਵਿਸਥਾਰਿਤ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਦੇ ਸੰਬੰਧ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ।

ਦੁਰਵਿਵਹਾਰ ਦੇ ਉਦਾਹਰਨ

ਦੁਰਵਿਵਹਾਰ ਸਰੀਰਕ, ਲਿੰਗਕ, ਭਾਵਨਾਤਮਕ ਅਤੇ ਵਿੱਤੀ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਹੇਠਾਂ ਅਪਮਾਨਜਨਕ ਵਿਹਾਰ ਦੇ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਉਦਾਹਰਣਾਂ ਵਿਚੋਂ ਕੁਝ ਉਦਾਹਰਣ ਹਨ:

- ਪਾਲਤੂ ਜਾਨਵਰ ਨੂੰ ਧਮਕਾਉਣਾ, ਨੁਕਸਾਨ ਪਹੁੰਚਾਉਣਾ, ਨਜ਼ਰ ਅੰਦਾਜ਼ ਕਰਨਾ ਜਾਂ ਮਾਰਨਾ;
- ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਕੱਲੇ ਜਾਂ ਦੂਜਿਆਂ ਦੇ ਸਾਹਮਣੇ ਬੇਇੱਜ਼ਤ ਕਰਨਾ ਜਾਂ ਅਪਮਾਨ ਕਰਨਾ;
- ਤੁਹਾਡੇ ਤੇ ਚਿਲਾਉਣਾ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਬੇਇੱਜ਼ਤ ਕਰਨਾ ਜਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਗਾਲਾਂ ਕਢਣਾ;
- ਤੁਹਾਨੂੰ ਘਰ ਛੱਡਣ ਤੋਂ ਰੋਕਣ, ਟੈਲੀਫ਼ੋਨ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨ ਜਾਂ ਮਹਿਮਾਨਾਂ ਨੂੰ ਬੁਲਾਉਣ ਤੋਂ ਰੋਕਣ ਦੇ ਨਾਲ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਭ ਤੋਂ ਅਲੱਗ-ਥਲੱਗ ਕਰਨਾ;
- ਉਹਨਾਂ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਤੁਹਾਡੇ ਜਿਨਸੀ ਅਨੁਕੂਲਨ ਜਾਂ ਲਿੰਗ ਪਛਾਣ ਨੂੰ ਦੱਸਣ ਦੀ ਧਮਕੀ ਦੇਣਾ ਜੋ ਅਣਜਾਣ ਹਨ;
- ਤੁਹਾਡੇ ਵਿੱਤ (ਪੈਸੇ) ਤੇ ਨਿਯੰਤਰਣ ਹਟਾਉਣਾ;
- ਤੁਹਾਡੇ ਕਿੱਥੇ ਵੀ ਜਾਣ ਨੂੰ, ਤੁਸੀਂ ਕਿਸਨੂੰ ਮਿਲਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਤੁਸੀਂ ਕੀ ਪਹਿਨਦੇ ਹੋ ਨੂੰ ਨਿਯੰਤ੍ਰਿਤ ਅਤੇ ਸੀਮਤ ਕਰਨਾ;
- ਚੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਤੋੜਨਾ ਅਤੇ ਸੰਪਤੀ ਨੂੰ ਨੁਕਸਾਨ ਪਹੁੰਚਾਉਣਾ;
- ਤੁਹਾਨੂੰ, ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚਿਆਂ, ਤੁਹਾਡੇ ਪਾਲਤੂ ਜਾਨਵਰਾਂ, ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਜਾਣਨ ਵਾਲੇ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਧਮਕਾਉਣਾ;
- ਤੁਹਾਨੂੰ ਜਿਨਸੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਫੈਲਣ ਵਾਲੀਆਂ ਬਿਮਾਰੀਆਂ (ਐੱਸ ਟੀ ਆਈ) ਦੇ ਖ਼ਤਰੇ ਵਿੱਚ ਪਾਉਣਾ ਜਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਜਿਨਸੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਜਾਂ ਜਨਮ ਨਿਯੰਤਰਣ ਦੇ ਤਰੀਕੀਆ ਨੂੰ ਵਰਤਣ ਨਾ ਦੇਣਾ;
- ਤੁਹਾਨੂੰ ਅਣਚਾਹੀ ਜਿਨਸੀ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਵਿੱਚ ਜਬਰਦਸਤੀ ਕਰਨਾ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੀ ਜਿਨਸੀ ਸਬੰਧਾਂ ਲਈ ਸਹਿਮਤੀ ਦੇਣ ਨਾ ਦੇਣਾ;
- ਧੱਕਾ ਮਾਰਨਾ, ਥੱਪੜ ਮਾਰਨਾ, ਮੁੱਕੇ ਮਾਰਨਾ, ਗਲਾ ਦਬਾਉਣਾ ਜਾਂ ਠੁੱਡੇ ਮਾਰਨਾ;
- ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਧਰਮ ਦਾ ਪਾਲਣ ਨਾ ਕਰਨ ਦੇਣਾ ਜਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਾਬੂ ਕਰਨ ਲਈ ਧਾਰਮਿਕ ਗ੍ਰੰਥ ਦੀ ਵਿਆਖਿਆ ਵਿੱਚ ਹੇਰ-ਫੇਰ ਕਰਨਾ;
- ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਉਸ ਦੇ ਨਿਯਮਾਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ ਜਾਂ ਰਿਸ਼ਤੇ ਵਿਚ ਨਹੀਂ ਰਹਿੰਦੇ ਤਾਂ ਆਪਣੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਨੂੰ ਖ਼ਤਮ ਕਰਨ ਦੀ ਧਮਕੀ ਦੇਣਾ;
- ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿਸੇ ਵੀ ਕਿਸਮ ਦੀ ਵਸਤੂ ਨਾਲ ਮਾਰਨਾ;
- ਤੁਹਾਡੇ ਇਮੀਗ੍ਰੇਸ਼ਨ ਕਾਗਜ਼ਾਂ ਅਤੇ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਰੱਖਣਾ; ਜਾਂ;
- ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੇਸ਼ ਨਿਕਾਲਾ ਦੇਣ ਦੀ ਧਮਕੀ ਦੇਣਾ।

ਕੀ ਜਿਨਸੀ ਸ਼ੋਸ਼ਣ ਪਰਿਵਾਰਕ / ਰਿਸ਼ਤੇ ਵਿੱਚ ਹਿੰਸਾ ਦਾ ਹਿੱਸਾ ਹੈ?

ਸਹਿਮਤੀ ਦੇ ਬਗੈਰ ਕਿਸੇ ਵੀ ਕਿਸਮ ਦਾ ਜਿਨਸੀ ਸੰਪਰਕ ਜਿਨਸੀ ਸ਼ੋਸ਼ਣ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਜਿਸ ਵਿਚ ਅਣਚਾਹੇ ਸਰੀਰਕ ਅਕਰਸ਼ਣ ਅਤੇ ਸ਼ੋਸ਼ਣ ਦੇ ਵਿਵਹਾਰਾਂ ਸਮੇਤ,ਇਹ ਵੀ ਸ਼ਾਮਿਲ ਹਨ:

- ਅਣਉਚਿਤ ਛੋਹਣਾ ਜਾਂ ਛੇੜਛਾੜ ਕਰਨਾ;
- ਇੱਕ ਅਣਇੱਛਤ ਸਾਥੀ ਨੂੰ ਅਸ਼ਲੀਲ ਸਮੱਗਰੀ ਦਿਖਾਉਣ;
- ਕਿਸੇ ਵਸਤੂ ਨਾਲ ਜਿਨਸੀ ਹਮਲਾ ਕਰਨਾ;
- ਜਬਰਦਸਤੀ ਸਬੰਧ ਬਣਾਉਣਾ; ਜਾਂ
- ਜਿਨਸੀ ਹਮਲਾ ਜਾਂ ਬਲਾਤਕਾਰ ਕਰਨਾ।

ਜਦੋਂ ਇਹ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਅਤੇ ਨਜਦੀਕ ਸਬੰਧਾਂ ਵਿੱਚ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ ਤਾਂ ਉਹ ਪਰਿਵਾਰ ਜਾਂ ਰਿਸ਼ਤਾ ਹਿੰਸਾ ਦਾ ਹਿੱਸਾ ਬਣ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਦੁਰਵਿਵਹਾਰ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਪੀੜਤਾਂ ਨੂੰ ਅਪਮਾਨਿਤ ਕਰਨ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ' ਤੇ ਜ਼ੁਲਮ ਕਰਨ ਲਈ ਸੈਕਸ ਦਾ ਇਸਤੇਮਾਲ ਕਰਦਾ ਹੈ ਜੋ ਉਨ੍ਹਾਂ ਤੇ ਸ਼ਕਤੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ' ਨੂੰ ਕਾਬੂ ਕਰਨ ਦਾ ਇਕ ਤਰੀਕਾ ਹੈ।

ਹਿੰਸਾ ਦਾ ਚਕ੍ਰਰ (Cycle of Violence) ਕੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ?

ਦੁਰਵਿਵਹਾਰ ਅਕਸਰ ਇੱਕ ਚੱਕਰ ਵਿੱਚ ਵਾਪਰਦਾ ਹੈ। ਦੁਰਵਿਵਹਾਰ ਵਾਲੀ ਘਟਨਾ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਦੁਰਵਿਵਹਾਰ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਮੁਆਫੀ ਮੰਗਣ ਨਾਲ, ਆਪਣੇ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਕਿਸੇ ਚੀਜ਼ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਵਿਅਕਤੀ 'ਤੇ ਦੋਸ਼ ਲਗਾਉਣ ਨਾਲ ਅਤੇ ਪਿਆਰ ਅਤੇ ਦੇਖਭਾਲ ਵਾਲੇ ਵਿਵਹਾਰ ਦਿਖਾ ਕੇ ਰਿਸ਼ਤੇ ਨੂੰ ਸੁਧਾਰਨ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਦੁਰਵਿਵਹਾਰ ਦੀ ਘਟਨਾ ਦੀ ਚਰਚਾ ਅਤੇ ਉਸ ਦਾ ਹੱਲ ਉਸ ਰਿਸ਼ਤੇ ਵਿੱਚ ਮੌਜੂਦ ਬੰਦਿਆਂ ਵਿੱਚਕਾਰ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਤਾਂ ਮੁਸੀਬਤ ਦੀ ਸਥਿਤੀ ਪੈਦਾ ਹੋਣ ਤੇ ਦੁਰਵਿਹਾਰ ਇਕ ਵਾਰ ਫਿਰ ਵਾਪਰਨਗੇ।

ਯਾਦ ਰੱਖੋ: ਕਿਸੇ ਰਿਸ਼ਤੇ ਵਿੱਚ ਵਿਵਾਦ ਆਮ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਪਰ ਦੁਰਵਿਵਹਾਰ ਨਹੀਂ।

ਜੇਕਰ ਪਰਿਵਾਰਕ ਅਤੇ ਰਿਸ਼ਤੇ ਵਿੱਚ ਹਿੰਸਾ ਦੇ ਪੀੜ੍ਹਤ ਚੁੱਪ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਸ਼ਰਮ, ਪਰੇਸ਼ਾਨੀ, ਡਰ ਅਤੇ ਗੁੱਸੇ ਦੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਦੂਰ ਨਹੀਂ ਹੋਣਗੇ। ਕਿਸੇ ਵੀ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਪਰਿਵਾਰਕ ਹਿੰਸਾ ਦਾ ਸ਼ਿਕਾਰ ਹੋਣਾ ਤੁਹਾਡਾ ਕਸੂਰ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰਹਿਣਾ ਤੇ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਨਾ ਤੁਹਾਡਾ ਹੱਕ ਹੈ।

ਕਾਨੂੰਨ ਦੇ ਵਿਰੁੱਧ ਕੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ?

ਕਈ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਦੁਰਵਿਵਹਾਰ ਨੂੰ ਅਜਿਹੇ ਜੁਰਮਾਂ ਵਜੋਂ ਦੇਖਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਜੋ ਕਾਨੂੰਨ ਦੇ ਵਿਰੁੱਧ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਪੁਲਿਸ ਉਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ 'ਤੇ ਦੋਸ਼ ਲਗਾਉਣ ਯੋਗ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਜੋ ਅਪਮਾਨਜਨਕ ਵਿਵਹਾਰ ਨੂੰ ਦਰਸਾਉਂਦੇ ਹਨ। ਪਰਿਵਾਰ ਅਤੇ ਰਿਸ਼ਤਾ ਹਿੰਸਾ ਵਿੱਚ ਦੇ ਸਭ ਤੋਂ ਆਮ ਦੋਸ਼, ਹਮਲਾ ਅਤੇ ਅਪਰਾਧਿਕ ਪਰੇਸ਼ਾਨੀ (ਪਿੱਛਾ ਕਰਨਾ ਅਤੇ / ਜਾਂ ਜਨੂੰਨ ਨਾਲ ਨਿਗਰਾਨੀ ਕਰਨਾ) ਹੈ।

ਹਮਲਾ

ਹਮਲੇ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਸਕਦੇ ਨੇ (ਪਰ ਇਨ੍ਹਾਂ ਤੱਕ ਹੀ ਸੀਮਿਤ ਨਹੀਂ ਹੈ):

- ਤੁਹਾਨੂੰ ਮਾਰਨਾ ਜਾਂ ਸਰੀਰਕ ਚੋਟ ਦੇਣਾ;
- ਤੁਹਾਨੂੰ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਨੂੰ ਮਾਰਨ ਦੀ ਧੱਮਕੀ ਦੇਣਾ; ਜਾਂ
- ਤੁਹਾਨੂੰ ਜਿਨਸੀ ਗਤੀਵਿਧੀਆ ਲਈ ਮਜਬੂਰ ਕਰਨਾ।

ਅਪਰਾਧਿਕ ਪਰੇਸ਼ਾਨੀ (ਪਿੱਛਾ ਕਰਨਾ)

ਅਪਰਾਧਿਕ ਪਰੇਸ਼ਾਨੀ (ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ ਪਿੱਛਾ ਕਰਨ ਦੇ ਤੌਰ ਤੇ ਜਾਣਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ) ਧਮਕੀਆਂ, ਕਾਰਵਾਈਆਂ ਅਤੇ ਅਣਚਾਹੇ ਧਿਆਨ ਦਾ ਇੱਕ ਪੈਟਰਨ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜੋ ਤੁਹਾਡੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਜਾਂ ਦੂਜਿਆਂ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਦਾ ਡਰ ਕਰਨ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਵਿਅਕਤੀਗਤ ਤੌਰ ਤੇ, ਇੰਟਰਨੈਟ ਰਾਹੀਂ ਜਾਂ ਇਲੈਕਟ੍ਰੌਨਿਕਸ (ਉਦਾਹਰਣ ਲਈ ਇੱਕ ਸੈਲਫੋਨ) ਰਾਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਸ ਤਰਾ ਮਹਿਸੂਸ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਜਿਵੇ ਕੋਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਵੇਖ ਰਿਹਾ ਹੈ ਅਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਚਲਦੇ ਹੋਏ ਆਪਣੇ ਪਿੱਛੇ ਧਿਆਨ ਰੱਖਣ ਦੀ ਆਦਤ ਪੈ ਜਾਦੀ ਹੈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਡਰ ਲੱਗ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਕੋਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਨੁਕਸਾਨ ਪਹੁੰਚਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਅਪਰਾਧਿਕ ਪ੍ਰੇਸ਼ਾਨੀ ਦਾ ਮਤਲਬ ਇਹ ਜਰੂਰੀ ਨਹੀਂ ਹੈ ਕਿ ਸਰੀਰਕ ਸੱਟ ਲੱਗੀ ਹੈ ਪਰ ਇਹ ਭਵਿਖ ਵਿਚ ਹੋਂਣ ਵਾਲੀ ਹਿੰਸਾ ਦੇ ਰੂਪਾਂ ਦੀ ਨਿਸ਼ਾਨੀ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਜੇ ਕੋਈ ਵਿਅਕਤੀ ਹੇਠਾਂ ਸੂਚੀਬੱਧ ਕਾਰਵਾਈਆਂ ਵਿਚੋਂ ਕੋਈ ਵੀ ਕੰਮ ਕਰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਜੋ ਤੁਹਾਡੀ ਆਪਣੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚਿਆਂ ਜਾਂ ਪਾਲਤੂ ਜਾਨਵਰਾਂ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਦੇ ਡਰ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਇਹ ਅਪਰਾਧਿਕ ਪਰੇਸ਼ਾਨੀ (ਪਿੱਛਾ ਕਰਨਾ) ਦੇ ਅਪਰਾਧ ਹੇਠ ਆਉਂਦਾ ਹੈ:

- ਤੁਹਾਨੂੰ ਵਾਰ-ਵਾਰ ਸੰਪਰਕ ਕਰਨਾ (ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਕੰਮ ਤੇ ਜਾਂ ਘਰ ਵਿੱਚ ਰਾਤ ਦੇ ਮੱਧ ਵਿੱਚ);
- ਤੁਹਾਨੂੰ ਜਾਂ ਦੂਸਰਿਆਂ ਨੂੰ ਅਸ਼ਲੀਲ ਜਾਂ ਅਪਮਾਨਜਨਕ ਫੋਨ ਕਾਲਾਂ ਕਰਨਾ ਜਾਂ ਵਾਰ-ਵਾਰ ਕਾਲ ਕਰਨਾ ਅਤੇ ਬਿਨਾਂ ਬੋਲੇ ਫੋਨ ਕੱਟ ਦੇਣਾ;
- ਤੁਹਾਨੂੰ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਅਜ਼ੀਜ਼ਾਂ ਦਾ ਪਿੱਛਾ ਕਰਨਾ ਜਾਂ ਉਹਨਾ ਤੇ ਨਜ਼ਰ ਰੱਖਣਾ (ਜਿਵੇਂ ਤੁਹਾਡੇ ਘਰ ਜਾਂ ਕੰਮ ਵਾਲੀ ਜਗ੍ਹਾ ਦੇ ਬਾਹਰ ਦੀ ਪਾਰਕਿੰਗ);
- ਅਣਚਾਹੇ ਤੋਹਫੇ ਭੇਜੇ ਜਾਣਾ;
- ਤੁਹਾਨੂੰ, ਤੁਹਾਡੇ ਪਰਿਵਾਰ ਦੇ ਦੂਜੇ ਮੈਂਬਰਾਂ ਜਾਂ ਦੋਸਤਾਂ ਨੂੰ ਧਮਕਾਉਣਾ;
- ਤੁਹਾਡੀ ਸੰਪਤੀ ਨਸ਼ਟ ਕਰਨ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਪਾਲਤੂ ਜਾਨਵਰਾਂ ਨੂੰ ਨੁਕਸਾਨ ਪਹੁੰਚਾਉਣ ਦੀ ਧਮਕੀ ਦੇਣਾ; ਜਾਂ
- ਕੁਝ ਅਜਿਹਾ ਕਰਨਾ ਜਿਸ ਨਾਲ ਤੁਹਾਨੂੰ ਡਰ ਲਗੇ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਨੁਕਸਾਨ ਪਹੁੰਚਾਇਆ ਜਾਵੇਗਾ।

ਜੇ ਉੱਪਰ ਦੱਸੀ ਗਈ ਕੋਈ ਵੀ ਕਾਰਵਾਈ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਹੋ ਰਹੀ ਹੈ ਤਾਂ ਤੁਰੰਤ ਪੁਲਿਸ ਨੂੰ ਫੋਨ ਕਰੋ। ਤੁਹਾਡੇ ਮਾਮਲੇ ਵਿੱਚ ਪੁਲਿਸ ਦੀ ਮੱਦਦ ਲਈ ਹਰ ਘਟਨਾ ਦਾ ਇੱਕ ਲਿਖਤੀ ਰਿਕਾਰਡ ਰੱਖੋ ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਕੀ ਹੋਇਆ, ਕਿੱਥੇ ਹੋਇਆ, ਤਾਰੀਖ਼ ਅਤੇ ਸਮੇ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਸ਼ਾਮਿਲ ਹੋਂਵੇ। ਹਮਲਾ ਅਤੇ ਅਪਰਾਧਿਕ ਪ੍ਰੇਸ਼ਾਨ ਕਰਨਾ ਕਾਨੂੰਨ ਦੇ ਵਿਰੁੱਧ ਹਨ। ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਸੁਰੱਖਿਆ ਅਤੇ ਬਚਾਅ ਦਾ ਅਧਿਕਾਰ ਹੈ।

ਧਮਕੀਆਂ ਦੇਣਾ

ਤੁਹਾਡਾ ਸਾਥੀ ਧੱਮਕੀ ਦੇਣ ਦਾ ਦੋਸ਼ੀ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜੇ ਹੇਠ ਲਿਖੀਆਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕੁੱਝ ਵੀ ਵਾਪਰਦਾ ਹੈ:

- ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਮਾਰਨ ਜਾਂ ਨੁਕਸਾਨ ਪਹੁੰਚਾਉਣ ਦੀ ਧਮਕੀ;
- ਸੰਪਤੀ ਨੂੰ ਸਾੜਨ, ਨਸ਼ਟ ਕਰਨ ਜਾਂ ਨੁਕਸਾਨ ਪਹੁੰਚਾਉਣ ਦੀ ਧਮਕੀ; ਜਾਂ
- ਪਾਲਤੂ ਜਾਨਵਰਾਂ ਨੂੰ ਮਾਰਨ, ਜ਼ਹਿਰ ਦੇਣ ਜਾਂ ਸੱਟ ਪਹੁੰਚਾਉਣ ਦੀ ਧਮਕੀ।

ਅਦਾਲਤ ਦੇ ਹੁਕਮਾਂ ਦੀ ਉਲੰਘਣਾ ਕਰਨਾ

ਅਦਾਲਤ ਦੇ ਹੁਕਮਾਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰਨ ਤੋਂ ਇਨਕਾਰ ਕਰਨ ਦਾ ਨਤੀਜੇ ਵਜੋਂ, ਦੋਸ਼ੀ ਤੇ ਅਪਰਾਧਿਕ ਜੁਰਮ ਦਾ ਦੋਸ਼ ਲਗੇਗਾ। ਜੇ ਦੋਸ਼ੀ ਪਾਇਆ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਇਸ ਦੀ ਸਜ਼ਾ ਵਿੱਚ ਜੁਰਮਾਨਾ ਜਾਂ ਜੇਲ੍ਹ ਵਿੱਚ ਸਮਾਂ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਇਕੱਲੇ ਹੋ?

ਨਹੀਂ, ਤੁਸੀਂ ਇਕੱਲੇ ਨਹੀਂ ਹੋ। ਹਰ ਉਮਰ, ਲਿੰਗ, ਜਿਨਸੀ ਝੁਕਾਅ, ਆਰਥਿਕ ਅਤੇ ਸਮਾਜਿਕ ਪਿਛੋਕੜ ਵਾਲੇ ਲੋਕ ਅਤੇ ਨਸਲੀ ਅਤੇ ਸੱਭਿਆਚਾਰਕ ਸਮੂਹਾਂ ਦੇ ਲੋਕ ਦੁਰਵਿਹਾਰ ਦਾ ਅਨੁਭਵ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਕੈਨੇਡਾ ਵਿੱਚ ਲਗਾਤਾਰ ਮਰਦਾਂ ਨਾਲੋਂ ਔਰਤਾਂ ਵਧੇਰੇ ਪਰਿਵਾਰਕ ਹਿੰਸਾ ਦੇ ਸ਼ਿਕਾਰ ਹੋਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਬਣ ਰਹੀਆਂ ਹਨ। 16 ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ਅੱਧੀਆਂ ਕਨੇਡੀਅਨ ਔਰਤਾਂ ਨੇ ਸਰੀਰਕ ਜਾਂ ਯੌਨ ਹਿੰਸਾ ਦੀ ਘੱਟੋ ਘੱਟ ਇੱਕ ਘਟਨਾ ਦੀ ਸ਼ਿਕਾਇਤ ਕੀਤੀ ਹੈ (ਸਟੈਟ ਸਕੈਨ)। LGBTQ+ (ਏਲਜੀਬੀਟੀਕੁ) ਸਮਾਜ ਵਿੱਚ ਵੀ ਪਰਿਵਾਰਕ ਅਤੇ ਰਿਸ਼ਤਾ ਹਿੰਸਾ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਬਜ਼ੁਰਗ ਅਤੇ ਅਪਾਹਜ ਵਿਅਕਤੀ ਹੋਰ ਵੀ ਵੱਧ ਹਿੰਸਾ ਦੇ ਸ਼ਿਕਾਰ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ ਜੋ ਅਕਸਰ "ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਨਾਲ ਬਦਸਲੂਕੀ" ਸ਼ਬਦ ਦੇ ਅਧੀਨ ਆਉਂਦਾ ਹੈ। ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ (65+) ਦੀ ਸਹਾਇਕ ਸੇਵਾਵਾਂ ਲਈ 780-454-8888 ਤੇ ਸੀਨੀਅਰਜ਼ ਅਬਿਊਜ਼ ਹੈਲਪ (Seniors Abuse Help Line) ਲਾਈਨ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ।ਨਵੇ।

ਨਵੇ- ਆਉਣ ਵਾਲੇ: ਪੀੜਤਾਂ ਨੂੰ ਇਕੱਲਾਪਣ ਮਹਿਸੂਸ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜੇ ਭਾਸ਼ਾ ਸੰਬੰਧੀ ਮੁੱਦੇ ਹੋਣ, ਪਰਿਵਾਰ ਤੋਂ ਦਬਾਅ ਹੋਵੇ, ਨਸਲੀ ਭੇਦਭਾਵ, ਸਮਲਿੰਗੀ ਜਾਂ ਟ੍ਰਾਂਸਫੋਬੀਆ (homophobia or transphobia) ਹੋਵੇ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਕੈਨੇਡਾ ਵਿਚ ਨਵੇਂ ਆਏ ਹੋ ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੇਸ ਨਿਕਾਲੇ ਦਾ ਡਰ ਪੁਲਿਸ ਜਾਂ ਸੇਵਾ ਜੋ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰਨ ਤੋਂ ਰੋਕ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਯਾਦ ਰੱਖੋ: ਕੈਨੇਡਾ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੁਰਵਿਵਹਾਰ ਤੋਂ ਮੁਕਤ ਰਹਿਣ ਦਾ ਅਧਿਕਾਰ ਹੈ।

ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਸਾਧਨ ਹਨ ਜੋ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਸਹਾਇਕ ਸੇਵਾਵਾਂ ਲਈ 780-455-6880 ਤੇ ਟੂਡੇ ਸੈਂਟਰ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ ਜਾਂ ਇਸ ਕਿਤਾਬਚੇ ਦੇ ਪਿਛਲੇ ਹਿੱਸੇ ਵਿਚਲੇ ਸ੍ਰੋਤਾਂ ਨੂੰ ਦੇਖੋ ਜਿਹੜੇ ਇਸ ਸਮੇਂ ਤੁਹਾਡੀ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਦੁਰਵਿਵਹਾਰ ਹੋ ਰਿਹਾ ਹੈ ਤਾ ਇਹ ਯਾਦ ਰੱਖਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਕਿ ਪਰਿਵਾਰ ਜਾਂ ਰਿਸ਼ਤਾ ਹਿੰਸਾ ਇੱਕ ਨਿੱਜੀ ਮਾਮਲਾ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਦੁਰਵਿਵਹਾਰ ਅਤੇ ਅਪਰਾਧਿਕ ਪ੍ਰੇਸ਼ਾਨ ਕਰਨਾ (ਪਿੱਛਾ ਕਰਨਾ ਅਤੇ / ਜਾਂ ਜਨੂੰਨੀ ਜਜਬੇ ਨਾਲ ਨਿਗਰਾਨੀ ਕਰਨਾ) ਅਪਰਾਧ ਹਨ। ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ 'ਤੇ ਹਮਲਾ ਕੀਤਾ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ ਜਾਂ ਅਪਰਾਧਿਕ ਤੌਰ ਤੇ ਪਰੇਸ਼ਾਨ ਕੀਤਾ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ ਤਾਂ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਪੁਲਿਸ ਨੂੰ ਫੋਨ ਕਰੋ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਅਜਿਹੇ ਅਜੈਂਸੀ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ ਜੋ ਤੁਹਾਡੀ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਕੈਨੇਡਾ ਵਿੱਚ ਨਵੇਂ ਹੋ?

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਕੈਨੇਡਾ ਵਿੱਚ ਨਵੇਂ ਹੋ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡਾ ਸਾਥੀ ਤੁਹਾਡੇ ਪ੍ਰਤੀ ਹਿੰਸਕ ਹੈ ਤਾਂ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਹੇਠਾਂ ਦਿੱਤੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਬਾਰੇ ਸੁਚੇਤ ਰਹੋ:

- ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਸਥਾਈ ਨਿਵਾਸੀ ਦਾ ਰੁਤਬਾ ਹੈ ਤਾਂ ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਰਿਸ਼ਤੇ ਨੂੰ ਛੱਡ ਦਿੰਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਦੇਸ਼ ਤੋਂ ਕੱਢੇ ਨਹੀਂ ਜਾਓਗੇ ਭਾਵੇਂ ਤੁਹਾਡਾ ਪਤੀ / ਪਤਨੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਪੌਂਸਰ ਕਰ ਰਿਹਾ / ਰਹੀ ਹੋਵੇ।
- ਜੇ ਤੁਹਾਡਾ ਪਤੀ ਜਾਂ ਪਤਨੀ ਤੁਹਾਡੇ ਸਪਾਂਸਰ ਹੈ ਅਤੇ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਸਾਥੀ ਨੂੰ ਛੱਡ ਦਿੰਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਸਮਾਜਿਕ ਸਹਾਇਤਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਦੇ ਯੋਗ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹੋ।
- ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਰਫਿਊਜੀ ਦਾਅਵੇਦਾਰ ਹੋ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਸਥਿਰ ਨਿਵਾਸੀ ਦਾ ਰੁਤਬਾ ਨਹੀਂ ਹੈ ਤਾਂ ਤੁਰੰਤ ਕਾਨੂੰਨੀ ਮਦਦ ਲਵੋ। ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਇਮੀਗ੍ਰੇਸ਼ਨ ਦਿਸ਼ਾ-ਨਿਰਦੇਸ਼ ਉਹਨਾਂ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਲਈ ਕੁਝ ਸੁਰੱਖਿਆ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਤੇ ਆਪਣੇ ਸਹਿਭਾਗੀ ਦੁਆਰਾ ਦੁਰਵਿਵਹਾਰ ਕੀਤਾ ਜਾ ਰਿਹਾ।
- ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਪਤੀ ਜਾਂ ਪਤਨੀ ਨੂੰ ਸਪੌਂਸਰ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡਾ ਪਤੀ / ਪਤਨੀ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਦੁਰਵਿਵਹਾਰ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੈ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਕਾਨੂੰਨੀ ਮਦਦ ਦੇ ਹੱਕਦਾਰ ਹੋ।
- ਜੇ ਅੰਗ੍ਰੇਜ਼ੀ ਤੁਹਾਡੀ ਪਹਿਲੀ ਭਾਸ਼ਾ ਨਹੀਂ ਹੈ ਤਾਂ 780-455-6880 ਤੇ ਟੁਡੇ ਕੇਂਦਰ ਜਾਂ ਇਸ ਕਿਤਾਬਚੇ ਦੇ ਪਿਛਲੇ ਸਾਧਨਾਂ ਵਿਚ ਸੂਚੀਬੱਧ ਹੋਰ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਦੁਭਾਸ਼ੀਏ ਦੀ ਵਿਵਸਥਾ ਕਰ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ।

ਕਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀ ਸਹਾਇਤਾ ਉਪਲਬਧ ਹੈ?

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਬਦਸਲੂਕੀ ਵਾਲੇ ਅਪਮਾਨਜਨਕ ਰਿਸ਼ਤੇ ਵਿੱਚ ਹੋ ਤਾਂ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਥਾਂ ਹਨ ਜੋ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਟੂਡੇ ਸੈਂਟਰ ਪਰਿਵਾਰਕ ਹਿੰਸਾ ਦੁਆਰਾ ਪੀੜਤ ਕੀਤੇ ਗਏ ਹਰ ਲਿੰਗ ਦੇ ਜੀਆਂ ਨੂੰ ਮੁਫਤ, ਗੁਪਤ, ਭਾਵਨਾਤਮਕ ਅਤੇ ਪ੍ਰੈਕਟੀਕਲ ਸਹਾਇਤਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਲਈ ਇੱਕ ਸੁਰੱਖਿਅਤ, ਸਮਾਜਕ ਸਥਾਨ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਟੂਡੇ ਸੈਂਟਰ ਦੀ ਟੀਮ ਵਿੱਚ ਉੱਚ ਸਿਖਲਾਈ ਪ੍ਰਾਪਤ ਪਰਿਵਾਰਕ ਹਿੰਸਾ ਮਾਹਿਰ ਹਨ ਜੋ ਤੁਹਾਨੂੰ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਪਰਿਵਾਰ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰਹਿਣ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਸਬੰਧਾਂ ਵਿੱਚ ਜਿਨਸੀ ਹਿੰਸਾ ਦਾ ਅਨੁਭਵ ਕੀਤਾ ਹੈ ਤਾਂ 780-423-4102 ਤੇ ਸੈਕਸੂਅਲ ਅਸਾਲਟ ਸੈਂਟਰ ਆਫ ਐਡਮੰਟਨ (ਐਸਏਸੀਈ) ਬਿਨ੍ਹਾਂ ਫੀਸ ਦੇ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਸਹਾਇਕ ਸੇਵਾਵਾਂ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦਾ ਹੈ। 310-1818 'ਤੇ ਪਰਿਵਾਰਕ ਹਿੰਸਾ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਾਈਨ ਵੀ ਪ੍ਰਤੀ ਦਿਨ 24 ਘੰਟੇ ਉਪਲਬਧ ਹੈ ਅਤੇ 170 ਤੋਂ ਵੱਧ ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਤੁਰੰਤ ਉਪਲਬਧ ਹੈ।

ਚਾਹੇ ਤੁਸੀਂ ਰਿਸ਼ਤੇ ਨੂੰ ਰੱਖਣ ਜਾਂ ਛੱਡਣ ਦਾ ਫ਼ੈਸਲਾ ਕਰਦੇ ਹੋ ਟੂਡੇ ਸੈਂਟਰ ਤੁਹਾਨੂੰ, ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚਿਆਂ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਪਾਲਤੂਆਂ ਨੂੰ ਕਈ ਤਰੀਕਿਆਂ ਨਾਲ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ, ਸਾਡੇ ਇੱਕ ਪਰਿਵਾਰਕ ਹਿੰਸਾ ਦੇ ਮਾਹਰਾਂ ਨਾਲ ਮੇਲ ਕਰਾ ਸਕਦਾ ਹੈ:

- ਤੁਹਾਡੇ ਅਧਿਕਾਰਾਂ ਦੀ ਪਛਾਣ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ;
- ਤੁਹਾਨੂੰ ਅਦਾਲਤੀ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਬਾਰੇ ਸੱਮਝਣ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ; ਜਾਂ
- ਤੁਹਾਨੂੰ ਲੋੜੀਂਦੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲੱਭਣ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ।

ਜੇ ਅਜਿਹੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਉਪਯੋਗੀਆਂ ਹੋਣ ਜਾਂ ਤੁਸੀਂ ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲੈਣਾ ਚਾਹੋ ਤਾਂ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ 780-455-6880 ਤੇ ਟੂਡੇ ਸੈਂਟਰ ਨੂੰ ਫੋਨ ਕਰੋ।

ਕਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ, ਆਪਣੇ ਪਾਲਤੂ ਜਾਨਵਰਾਂ ਅਤੇ ਖ਼ੁਦ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰੱਖ ਸਕਦਾ ਹਾਂ?

ਇੱਕ ਬਦਸਲੂਕੀ ਵਾਲੇ ਅਪਮਾਨਜਨਕ ਰਿਸ਼ਤੇ ਨੂੰ ਛੱਡਣਾ ਬਹੁਤ ਮੁਸ਼ਕਲ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਚਾਹੇ ਤੁਸੀਂ ਰਹਿਣ ਜਾਂ ਛੱਡਣ ਦਾ ਫੈਸਲਾ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਪਹਿਲਾਂ ਤੁਹਾਡੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਜ਼ਰੂਰ ਹੋਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਪੁਲਿਸ ਅਤੇ ਅਦਾਲਤ ਦੇ ਹੁਕਮ ਕੁਝ ਸੁਰੱਖਿਆ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨ ਦੇ ਯੋਗ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ ਪਰ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਕਾਰਵਾਈ ਕੁਝ ਹੱਦ ਤੱਕ ਸੀਮਿਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਅਜ਼ੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰੱਖਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਆ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾਉਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।

ਇੱਕ ਸੁਰੱਖਿਆ ਯੋਜਨਾ ਕੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ?

ਸੁਰੱਖਿਆ ਯੋਜਨਾ ਇੱਕ ਵਿਅਕਤੀਗਤ ਯੋਜਨਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਜੋ ਤੁਹਾਨੂੰ, ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚਿਆਂ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਪਾਲਤੂ ਜਾਨਵਰਾਂ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰੱਖਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਇੱਕ ਸੁਰੱਖਿਆ ਯੋਜਨਾ ਦਾ ਉਪਯੋਗ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ ਚਾਹੇ ਤੁਸੀਂ ਰਿਸ਼ਤੇ ਨੂੰ ਰੱਖਣ ਦੀ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾ ਰਹੇ ਹੋ, ਛੱਡਣ ਬਾਰੇ ਸੋਚ ਰਹੇ ਹੋ ਜਾਂ ਰਿਸ਼ਤੇ ਨੂੰ ਛੱਡ ਚੁੱਕੇ ਹੋ। ਇੱਕ ਸੁਰੱਖਿਆ ਯੋਜਨਾ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ:

- ਗੁਆਂਢੀਆਂ ਜਾਂ ਦੋਸਤਾਂ ਨੂੰ ਪੁਲਿਸ ਨੂੰ ਫੋਨ ਕਰਨ ਲਈ ਦੱਸਣਾ ਜੇ ਉਹ ਡਰਾਉਣਿਆ ਜਾਂ ਉੱਚੀ ਆਵਾਜ਼ਾਂ ਸੁਣਦੇ ਹਨ ਜਾਂ ਜੇ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਕੁੱਝ ਸ਼ੱਕੀ ਦਿਸਦਾ ਹੈ।
- ਇਕ ਏਜੰਸੀ ਦੇ ਟੈਲੀਫੋਨ ਨੰਬਰ ਨੂੰ ਯਾਦ ਕਰਨਾ ਜੋ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ।
- ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਹਨ ਤਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਸਿਖਾਉਣਾ ਕਿ ਪੁਲਿਸ ਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਫੋਨ ਕਰਨਾ ਹੈ।
- ਸਪੀਡ ਡਾਇਲ ਤੇ 911 ਰੱਖਣਾ ਅਤੇ ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣਾ ਕਿ ਤੁਹਾਡਾ ਸੈਲ ਫੋਨ ਹਮੇਸ਼ਾ ਚਲਦਾ/ਚਾਰਜ ਹੋਵੇ।
- ਯੋਜਨਾ ਬਣਾਉਣੀ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਕਿੱਥੇ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਸੰਬੰਧ ਛੱਡਣ ਦਾ ਫੈਸਲਾ ਕਰਦੇ ਹੋ (ਇੱਕ ਜਗ੍ਹਾ ਜੋ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੈ ਜਿਵੇਂ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਸ਼ੈਲਟਰ)।
- ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਘਰ / ਰਿਸ਼ਤਾ ਛੱਡ ਦੇਵੋ ਤਾਂ ਪੈਸੇ ਨੂੰ ਇੱਕ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਥਾਂ ਤੇ ਰੱਖਣਾ ਅਤੇ ਸਾਂਝੇ ਕ੍ਰੈਡਿਟ ਕਾਰਡ ਨੂੰ ਬੰਦ ਕਰਨਾ।
- ਆਪਣੇ ਲਈ (ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ, ਜੇ ਕੋਈ ਹਨ) ਸੂਟਕੇਸ ਪੈਕ ਕਰਨਾ ਅਤੇ ਇੱਕ ਭਰੋਸੇਮੰਦ ਦੋਸਤ ਕੋਲ ਇਸ ਨੂੰ ਛੱਡਣਾ।
- ਕਾਰ ਅਤੇ ਘਰ ਦੀ ਚਾਬੀਆਂ ਦੇ ਇੱਕ ਵਾਧੂ ਸੈੱਟ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਅਤੇ ਅਸਾਨੀ ਨਾਲ ਪਹੁੰਚਯੋਗ ਜਗ੍ਹਾ ਵਿੱਚ ਰੱਖਣਾ।
- ਤੁਹਾਡੀ ਸਥਿਤੀ ਬਾਰੇ ਕਨੂੰਨੀ ਸਲਾਹ ਭਾਲਣਾ।

- ਤੁਹਾਡੇ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਆਈਡੀ (ਸ਼ਨਾਖਤੀ ਕਾਰਡ), ਪਾਸਪੋਰਟ ਅਤੇ ਹੋਰ ਅਹਿਮ ਕਾਗਜ਼ਾਤ ਇੱਕ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਥਾਂ ਵਿੱਚ ਰੱਖਣਾ (ਜੇ ਅਸਲ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਰੱਖਣ ਦੀ ਸਮੱਸਿਆ ਹੈ ਤਾਂ ਅਲਬਰਟਾ ਲਾਅ ਲਾਈਨ 780-644-7777 ਜਾਂ ਮੁਫ਼ਤ 1-866-845-3425 ਨੂੰ ਪ੍ਰਮਾਣਤ ਫੋਟੋਕਾਪੀਆਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਲਈ ਕਾਲ ਕਰੋ)।
- ਆਪਣੀ ਖੁਦ (ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨਾਲ, ਜੇ ਕੋਈ ਹੈ) ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਯੋਜਨਾ ਦਾ ਅਭਿਆਸ ਅਤੇ ਸਮੀਖਿਆ ਕਰਨਾ।

ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਯਾਦ ਰੱਖੋ: ਤੁਹਾਡੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੇ ਹਲਾਤਾ ਦੇ ਬਦਲਣ ਦੇ ਨਾਲ ਨਾਲ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਯੋਜਨਾ ਵਿੱਚ ਸੁਧਾਰ ਕਰਨ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੋਏਗੀ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਥਾਂ ਬਦਲਦੇ ਹੋ, ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਹਨ (ਜਾਂ ਹੋਰ ਬੱਚੇ ਹੋਣਗੇ), ਬੀਮਾਰ ਹੋ ਜਾਓ, ਜਾਂ ਜੇ ਰਿਸ਼ਤਾ ਹੋਰ ਵੀ ਬਦਸਲੂਕੀ ਵਾਲਾ ਬਣਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਯੋਜਨਾ ਵੀ ਉਸ ਮੁਤਾਬਕ ਤਬਦੀਲ ਕਰਨੀ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ।

ਜੇ ਮੇਰੇ ਕੋਲ ਪਾਲਤੂ ਜਾਨਵਰ ਹਨ ਤਾਂ ਮੈਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਆ ਯੋਜਨਾ ਵਿੱਚ ਕੀ ਸ਼ਾਮਲ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ?

ਕਿਸੇ ਸੁਰੱਖਿਆ ਯੋਜਨਾ ਵਿਚ ਪਾਲਤੂ ਜਾਨਵਰ ਸ਼ਾਮਲ ਕਰਨਾ ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਕਰੇਗਾ ਕਿ ਸਾਰੇ ਪਰਿਵਾਰਕ ਮੈਂਬਰ ਕਿਸੇ ਦੁਰਵਿਹਾਰ ਦੀ ਸਥਿਤੀ ਤੋਂ ਬਚਣਗੇ।

- ਆਪਣੇ ਪਾਲਤੂ ਜਾਨਵਰਾਂ ਦੀ ਛੁਪਣ ਦੀ ਥਾਂ ਨੂੰ ਜਾਣੋ ਤਾਂ ਜੋ ਤੁਹਾਨੂੰ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਦੌਰਾਨ ਉਸਨੂੰ ਲੱਭਣ ਲਈ ਸਮਾਂ ਨਾ ਬਿਤਾਉਣਾ ਪਵੇ।
- ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਆਪਣੇ ਬਚਣ ਦੀ ਪੂਰਵ-ਯੋਜਨਾ ਬਣਾਉਣ ਦਾ ਮੌਕਾ ਹੈ ਤਾਂ ਇਹਨਾਂ ਪਾਲਤੂ ਜਾਨਵਰਾਂ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਜਗ੍ਹਾ ਤੇ ਰੱਖਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰੋ ਜਿੱਥੇ ਤੁਹਾਡਾ ਦੁਰਵਿਵਹਾਰ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਨਾ ਲੱਭ ਸਕੇ:
  - ਟੀਕਾਕਰਣ ਅਤੇ ਮੈਡੀਕਲ ਰਿਕਾਰਡ,
  - ਪਾਲਤੂ ਦਾ ਲਾਇਸੈਂਸ (ਮਾਲਕੀ ਨੂੰ ਸਾਬਤ ਕਰਨ ਲਈ),
  - ਆਈਡੀ (ਸ਼ਨਾਖਤੀ ਕਾਰਡ) ਟੈਗ,
  - ਜੰਜੀਰ ਅਤੇ ਕਾਲਰ,
  - ਕੈਰੀਅਰ ਅਤੇ
  - ਦਵਾਈ (ਜੇ ਲੋੜ ਹੋਵੇ)।
- ਤੁਹਾਡੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਲਈ ਤੁਹਾਡੇ ਪਾਲਤੂ ਜਾਨਵਰ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਜਗ੍ਹਾ ਨੂੰ ਦੁਰਵਿਵਹਾਰ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਤੋਂ ਗੁਪਤ ਰੱਖੋ।
- ਆਪਣੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਯੋਜਨਾ ਵਿਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਕਿਸੇ ਭਰੋਸੇ ਵਾਲੇ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਪੁੱਛੋ।

780-455-6880 ਤੇ ਟੁਡੇ ਸੈਂਟਰ ਵਿਖੇ ਇਕ ਪਰਿਵਾਰਕ ਹਿੰਸਾ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ੱਗ ਤੁਹਾਡੀ ਲੋੜ ਦੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲੱਭਣ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਮਿਲ ਕੇ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਤੁਹਾਡੀ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਮੈਂ ਕਿੱਥੇ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹਾਂ?

ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਜਾਣ ਲਈ ਇੱਕ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਥਾਂ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ ਤਾਂ 780-479-0058 ਨੂੰ ਕਾਲ ਕਰਕੇ ਸੱਭ ਤੋਂ ਨਜ਼ਦੀਕੀ ਆਸਰਾ ਲੱਭੋ। ਤੁਹਾਡੇ (ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚਿਆਂ ਜੇ ਹਨ) ਲਈ ਪਨਾਹ ਘਰ ਵਿੱਚ ਰਹਿਣ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇਗਾ।

ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਕ੍ਰਿਪਾ ਕਰਕੇ ਇਸ ਪੁਸਤਿਕਾ ਵਿਚ ਭਾਗ "ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਹਿੰਸਕ ਰਿਸ਼ਤੇ ਨੂੰ ਛੱਡੋਗੇ" (ਪੰਨਾ 8) ਅਤੇ "ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਰਿਸ਼ਤਾ ਖਤਮ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ" (ਪੰਨਾ 14) ਨੂੰ ਪੜ੍ਹੋ।

ਮੇਰੇ ਪਾਲਤੂ ਜਾਨਵਰ ਕਿੱਥੇ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਨ?

ਅਲਬਰਟਾ ਐਸਪੀਸੀਏ (SPCA) ਦਾ ਪਾਲਤੂ ਸੁਰੱਖਿਆ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਪਾਲਤੂਆਂ ਲਈ ਅਸਥਾਈ ਤੌਰ 'ਤੇ ਦੇਖਭਾਲ ਮੁਹੱਈਆ ਕਰਦਾ ਹੈ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਮਾਲਕ ਹਿੰਸਕ ਅਤੇ ਦੁਰਵਿਵਹਾਰਕ ਸਥਿਤੀਆਂ ਵਿੱਚ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਘਰੇਲੂ ਹਿੰਸਾ ਦੀ ਸਥਿਤੀ ਤੋਂ ਭੱਜ ਰਹੇ ਹੋ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਪਾਲਤੂ ਜਾਨਵਰ ਹੈ:

- ਪਾਲਤੂ ਸੁਰੱਖਿਆ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਲਈ ਰੈਫ਼ਰਲ (ਜਾਣਕਾਰੀ) ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਲਈ 780-455-6880 ਤੇ ਟੁਡੇ ਸੈਂਟਰ ਵਿਖੇ ਪਰਿਵਾਰਕ ਹਿੰਸਾ ਮਾਹਿਰ ਨਾਲ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਸਥਾਨਕ ਮਹਿਲਾ ਪਨਾਹ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ।
- ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣਨ ਲਈ 780-447-3600 ਅਕੁਸਟੈਂਸ਼ਨ 3750 ਤੇ ਏਬੀ ਐਸਪੀਸੀਏ (AB SPCA) ਵਿਖੇ ਪਾਲਤੂ ਸੁਰੱਖਿਆ ਕੋਆਰਡੀਨੇਟਰ (ਸੰਚਾਲਕ) ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ।

ਪਾਲਤੂ ਸੁਰੱਖਿਆ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਤੁਹਾਡੇ ਪਾਲਤੂ ਜਾਨਵਰ ਨੂੰ ਲੋੜੀਂਦੀ ਚੀਜ਼ਾਂ ਅਤੇ ਕੋਈ ਵੀ ਡਾਕਟਰੀ ਸਹਾਇਤਾ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰੇਗਾ ਜਿਸਦੀ ਤੁਹਾਡੇ ਪਾਲਤੂ ਜਾਨਵਰ ਨੂੰ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੈ ਤਾਂ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿਸੇ ਵੀ ਚੀਜ ਬਾਰੇ ਚਿੰਤਾ ਨਾ ਹੋਵੇ ਜਦੋਂ ਤੱਕ ਤੁਹਾਡਾ ਪਾਲਤੂ ਜਾਨਵਰ ਪਾਲਤੂ ਪ੍ਰਬੰਧਨ ਸੁਰੱਖਿਆ ਵਿੱਚ ਹੈ।

ਇੰਟਰਨੈੱਟ 'ਤੇ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰੱਖੀਏ

ਜਾਣਕਾਰੀ ਲੱਭਣ ਅਤੇ ਮਦਦ ਲੈਣ ਲਈ ਇੰਟਰਨੈਟ ਇੱਕ ਚੰਗੀ ਥਾਂ ਹੈ ਪਰ ਇਹ ਇੱਕ ਤਰੀਕਾ ਵੀ ਹੈ ਜਿਸਦੇ ਨਾਲ ਇੱਕ ਬਦਸਲੂਕੀ ਸਾਥੀ ਆਪਣੀ ਸ਼ਕਤੀ (ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਪਿੱਛਾ ਅਤੇ ਪਰੇਸ਼ਾਨੀ) ਨੂੰ ਮਜ਼ਬੂਤ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਇੰਟਰਨੈੱਟ ਬ੍ਰਾਊਜ਼ਿੰਗ ਹਿਸਟਰੀ ਨੂੰ ਮਿਟਾਉਣ ਦੀਆਂ ਹਦਾਇਤਾਂ ਹਨ ਜੋ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰੱਖਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੀਆ ਹਨ।

ਮਾਇਕ੍ਰੋਸਾਫ਼ਟ ਇੰਟਰਨੈੱਟ ਐਕਸਪਲੋਰਰ (Microsoft Internet Explorer)

- ਟੋਪ ਮੇਨੂੰ ਵਿੱਚ "ਟੂਲਜ਼" ਉੱਪਰ ਕਲਿੱਕ ਕਰੋ।
- "ਇੰਟਰਨੈੱਟ ਓਪਸ਼ਨਸ" ਨੂੰ ਚੁਣੋ।
- "ਜਨਰਲ" ਟੈਬ ਨੂੰ ਚੁਣੋ।
- ਵਿਚਕਾਰਲੇ ਸੈਕਸ਼ਨ ਵਿੱਚ "ਟੈਮਪਰੀ ਇੰਟਰਨਲ ਫਾਇਲਜ਼", "ਡਿਲੀਟ ਫਾਇਲਜ਼" 'ਤੇ ਕਲਿੱਕ ਕਰੋ।
- ਹੇਠਾਂ ਸੈਕਸ਼ਨ ਵਿੱਚ " ਹਿਸਟਰੀ, "ਕਲੀਅਰ ਹਿਸਟਰੀ " 'ਤੇ ਕਲਿੱਕ ਕਰੋ।

ਗੂਗਲ ਕ੍ਰੋਮ (Google Chrome)

- ਕ੍ਰੋਮ ਖੋਲੋ।
- ਉੱਪਰ ਸੱਜੇ ਪਾਸੇ ਮੇਰ 'ਤੇ ਕਲਿੱਕ ਕਰੋ।
- ਹਿਸਟਰੀ 'ਤੇ ਕਲਿੱਕ ਕਰੋ।
- ਖੱਬੇ ਪਾਸੇ "ਕਲੀਅਰ ਬ੍ਰਾਊਜ਼ਿੰਗ ਹਿਸਟਰੀ" ਤੇ ਕਲਿੱਕ ਕਰੋ। ਇੱਕ ਬਾਕਸ ਨਜ਼ਰ ਆਵੇਗਾ।
- ਡ੍ਰੌਪ-ਡਾਊਨ ਮੇਨੂੰ ਵਿੱਚੋਂ ਚੁਣੋ ਕਿ ਕਿੰਨੀ ਹਿਸਟਰੀ ਤੁਸੀਂ ਡਿਲੀਟ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ। ਸੱਭ ਕੁੱਝ ਕਲੀਅਰ ਕਰਨ ਲਈ "ਬੇਗਇਨਿੰਗ ਆਫ ਟਾਈਮ" ਚੁਣੋ।

ਸਫਾਰੀ (Safari)

- ਸਫਾਰੀ ਖੋਲੋ।
- ਉੱਪਰ ਖੱਬੇ ਕੋਨੇ ਵਿੱਚ "ਬੁਕਮਾਰ੍ਕਸ" ਚਿੰਨ੍ਹ ਨੂੰ ਚੁਣੋ।
- ਹਿਸਟਰੀ ਮੇਨੂੰ 'ਤੇ ਕਲਿੱਕ ਕਰੋ।
- ਕਲੀਅਰ 'ਤੇ ਕਲਿੱਕ ਕਰੋ ਅਤੇ ਚੁਣੋ ਕਿ ਕਿੰਨੀ ਹਿਸ੍ਟ੍ਰੀ ਤੁਸੀਂ ਡਿਲੀਟ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ। ਜਿਵੇਂ: "ਆਲ ਰਿਕਾਰਡ ਹਿਸਟਰੀ"।

ਪੁਲਿਸ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰਨਾ

ਜੇ ਤੁਹਾਡਾ ਸਾਥੀ ਜਾਂ ਸਾਬਕਾ ਸਾਥੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸੱਟ/ਠੇਸ ਪਹੁੰਚਾਉਂਦਾ / ਪਹੁੰਚਾਉਂਦੀ ਹੈ, ਜਿਨਸੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਦੁਰਵਿਵਹਾਰ ਕਰਦਾ / ਕਰਦੀ ਹੈ ਜਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਧਮਕੀ ਦੇ ਰਿਹਾ / ਰਿਹੀ ਹੈ, ਪਰੇਸ਼ਾਨ ਕਰ ਰਿਹਾ / ਰਿਹੀ ਹੈ, ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਛੇੜਖਾਨੀ ਕਰ ਰਿਹਾ / ਰਿਹੀ ਹੈ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੇ 'ਤੇ ਨਜ਼ਰ ਰੱਖ ਰਿਹਾ / ਰਿਹੀ ਹੈ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਪੁਲੀਸ ਨੂੰ ਫੋਨ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹ ਪਤਾ ਨਹੀਂ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਇੱਕ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਹੈ ਜਾਂ ਨਹੀਂ, ਤਾਂ 911 ਨੂੰ ਫੋਨ ਕਰੋ। ਕਿਸੇ ਗੈਰ-ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਦੇ ਮਾਮਲੇ ਵਿੱਚ ਤੁਸੀਂ 780-423-4567 ਤੇ ਜਾਂ ਐਡਮੰਟਨ ਤੋ ਮੋਬਾਈਲ ਫੋਨ ਤੋਂ # 377 ਦਬਾ ਕੇ ਐਡਮੰਟਨ ਪੁਲਿਸ ਸੇਵਾਵਾਂ ਨੂੰ ਫੋਨ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਜਦੋਂ ਪੁਲਿਸ ਤੁਹਾਡੇ ਫੋਨ ਦਾ ਜਵਾਬ ਦੇਵੇ ਤਾਂ ਆਪਣਾ ਨਾਂ ਅਤੇ ਪਤਾ ਦੱਸੋ। ਫ਼ੋਨ ਦਾ ਜਵਾਬ ਦੇਣ ਵਾਲੇ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਸਥਿਤੀ ਨੂੰ ਸਮਝਣ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੈ ਇਸ ਲਈ ਸਾਰੇ ਵੇਰਵੇ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰੋ, ਹੌਲੀ ਅਤੇ ਸਪਸ਼ਟ ਤੌਰ 'ਤੇ ਬੋਲੋ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਪੁੱਛੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਦਾ ਉੱਤਰ ਦਿਓ। ਪੁਲਿਸ ਨੂੰ ਦੱਸੋ:

- ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਖ਼ਤਰੇ ਵਿਚ ਹੋ,
- ਤੁਹਾਡਾ ਸਾਥੀ ਕੀ ਕਰ ਰਿਹਾ / ਰਿਹੀ ਹੈ ਜਾਂ ਉਸ ਨੇ ਕੀ ਕੀਤਾ ਹੈ,
- ਜੇ ਕੋਈ ਹਥਿਆਰ ਹੈ ਤਾਂ ਉਹ ਕੀ ਹੈ ਅਤੇ ਕਿੱਥੇ ਰੱਖਿਆ ਹੈ,
- ਕਿ ਪਹਿਲਾਂ ਹਿੰਸਾ ਹੋ ਚੁੱਕੀ ਹੈ,
- ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਬੱਚੇ ਹਨ,
- ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਜਾਂ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਸੱਟ ਲੱਗੀ ਹੈ ਅਤੇ
- ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਪਿਹਲਾਂ ਹੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਨਿਰਦੇਸ਼ ਹੈ।

ਕੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜਦੋਂ ਪੁਲਿਸ ਆਉਂਦੀ ਹੈ?

ਜਦੋਂ ਪੁਲਿਸ ਆਉਂਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਉਹ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰਦੇ ਹਨ ਇਹ ਪਤਾ ਕਰਨ ਲਈ ਕਿ ਕੀ ਹੋਇਆ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਦੱਸੋ ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਲਈ ਡਰਦੇ ਹੋ, ਤੁਹਾਡੇ ਸਾਥੀ ਨੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਡਰਾਉਣ ਲਈ ਕੀ ਕੀਤਾ ਹੈ ਅਤੇ ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਰਿਸ਼ਤਾ ਛੱਡਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕੀਤੀ ਹੈ ਜਾਂ ਆਪਣੇ ਸਾਥੀ ਨੂੰ ਦੱਸ ਦਿੱਤਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਜਾ ਰਹੇ ਹੋ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਦਵਾਈ ਲਿੱਤੀ ਹੈ ਜਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਨਸ਼ੇ ਦਿੱਤੇ ਹੋਏ ਹਨ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡਾ ਗਲਾ ਦਬਾਇਆ ਗਿਆ ਹੈ ਤਾਂ ਪੁਲਿਸ ਨੂੰ ਦੱਸੋ। ਇਹ ਜਾਣਕਾਰੀ ਪੁਲਿਸ ਨਾਲ ਸਾਂਝੀ ਕਰਨਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਤੁਹਾਡਾ ਸਾਥੀ ਤੁਹਾਡੇ ਛੱਡਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰਨ ਜਾਂ ਇਹ ਸਾਂਝਾ ਕਰਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਜਾਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ ਵਧੇਰੇ ਹਿੰਸਕ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਜੇ ਪੁਲਿਸ ਨੂੰ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਸਾਥੀ ਨੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਧਮਕਾਇਆ ਹੈ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੇ 'ਤੇ ਹਮਲਾ ਕੀਤਾ ਹੈ (ਜਾਂ ਭਵਿੱਖ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਨੂੰ ਮਾਰਨ ਲਈ ਧਮਕੀ ਦੇ ਸਕਦਾ / ਸਕਦੀ ਹੈ) ਤਾਂ ਉਹ ਤੁਹਾਡੇ ਸਾਥੀ ਨੂੰ ਗ੍ਰਿਫਤਾਰ ਕਰ ਲੈਣਗੇ। ਦੁਰਵਿਵਹਾਰ ਦੇ ਬਹੁਤ ਸਬੂਤਾ ਦੇ ਨਤੀਜੇ ਵਜੋਂ ਪੁਲੀਸ ਦੋਸ਼ੀ ਨੂੰ ਗ੍ਰਿਫਤਾਰ ਕਰੇਗੀ। ਪੁਲਿਸ ਨੂੰ ਗ੍ਰਿਫਤਾਰ ਕਰਨ ਦੀ ਇਜਾਜ਼ਤ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਹੈ ਭਾਵੇਂ ਤੁਸੀਂ ਨਹੀਂ ਚਾਹੁੰਦੇ ਕਿ ਉਹ ਇਹ ਕਰਨ।

ਜੇ ਤੁਹਾਡਾ ਸਾਥੀ ਪੁਲਿਸ ਦੇ ਆਉਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਚਲਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਪੁਲਿਸ ਤੁਹਾਡੇ ਸਾਥੀ ਨੂੰ ਗ੍ਰਿਫਤਾਰ ਕਰ ਲਵੇਗੀ ਜਦੋਂ ਉਹ ਮਿਲਦਾ ਜਾਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਜਾਣਦੇ ਹੋ ਕਿ ਤੁਹਾਡਾ ਸਾਥੀ ਕਿੱਥੇ ਹੈ ਤਾਂ ਪੁਲੀਸ ਨੂੰ ਦੱਸੋ। ਕੋਈ ਵੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਮੁਹੱਈਆ ਕਰਦੇ ਹੋ ਤੁਹਾਡੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਲਈ ਸਹਾਇਕ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਪੁਲਿਸ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰਦੇ ਸਮੇਂ ਪੁਲਿਸ ਅਫ਼ਸਰ ਦਾ ਨਾਂ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਫੋਨ ਨੰਬਰ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਬੈਜ ਨੰਬਰ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨਾ ਮਦਦਗਾਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਅਫਸਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇੱਕ ਸੰਪਰਕ ਨਾਂ, ਫੋਨ ਨੰਬਰ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡਾ ਪੁਲਿਸ ਕੇਸ ਨੰਬਰ ਵਾਲਾ ਕਾਰਡ ਦੇਵੇਗਾ। ਉਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇੱਕ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਜਗ੍ਹਾ ਲੱਭਣ ਦੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇਣ ਲਈ ਵਿਕਟਿਮ ਸਰਵਿਸਜ਼ ਐਡਵੋਕੇਟ (ਵਕੀਲ) ਦੇ ਤੁਹਾਡੇ ਘਰ ਆਉਣ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧ ਵੀ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਜੇ ਤੁਹਾਡਾ ਸਾਥੀ ਵਾਪਸ ਆਉਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਪੁਲਿਸ ਨੂੰ ਵਾਪਸ ਆਉਣ ਲਈ ਕਹਿ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਇੱਕ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਥਾਂ ਕਿਵੇਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰੀਏ?

ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਰਹਿਣ ਲਈ ਇਕ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਜਗ੍ਹਾ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਐਡਮੰਟਨ ਜਾਂ ਆਲੇ-ਦੁਆਲੇ ਦੇ ਖੇਤਰਾਂ ਵਿੱਚ ਪਨਾਹ ਘਰ ਵਿੱਚ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕਰਨ ਲਈ ਪੁਲਿਸ ਜਾਂ ਵਿਕਟਿਮ ਸਰਵਿਸਜ਼ ਐਡਵੋਕੇਟ (ਵਕੀਲ) ਨੂੰ ਕਹਿ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਤੁਸੀਂ ਪੁਲਿਸ ਨੂੰ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ (ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨਾਲ ਜੇ ਕੋਈ ਹੈ) ਆਪਣੇ ਦੋਸਤਾਂ ਜਾਂ ਰਿਸ਼ਤੇਦਾਰਾਂ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਮੋਟਲ ਤੱਕ ਜਾਣ ਲਈ ਕਹਿ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜੇਕਰ ਇਹ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਠਹਿਰਨ ਲਈ ਇੱਕ ਬਿਹਤਰ ਸਥਾਨ ਹੈ। ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਪਾਲਤੂ ਜਾਨਵਰ ਹਨ ਤਾਂ ਪਾਲਤੂ ਸੁਰੱਖਿਆ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਦਾ ਰੈਫਰਲ (ਜਾਣਕਾਰੀ) ਲੈਣ ਲਈ 780-455-6880 ਤੇ ਟੁਡੇ ਸੈਂਟਰ ਵਿਖੇ ਪਰਿਵਾਰਕ ਹਿੰਸਾ ਮਾਹਿਰ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਸਥਾਨਕ ਮਹਿਲਾ ਆਸਰਾ-ਘਰ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ।

ਕੀ ਮੈਨੂੰ ਡਾਕਟਰੀ ਇਲਾਜ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ?

ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਰੀਰਕ ਤੌਰ ਤੇ ਮਾਰਿਆ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡਾ ਗਲਾ ਦਬਾਇਆ ਗਿਆ ਹੈ ਤਾਂ ਪੁਲਿਸ ਤੁਹਾਨੂੰ ਹਸਪਤਾਲ ਅਤੇ / ਜਾਂ ਡਾਕਟਰ ਕੋਲ ਭੇਜ ਦੇਵੇਗੀ ਅਤੇ ਉਹ ਹਮਲੇ ਦੇ ਡਾਕਟਰੀ ਸਬੂਤ ਇਕੱਠੇ ਕਰਨਗੇ।

ਗਲਾ ਦਬਾਉਣਾ ਉਦੋਂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਡੀ ਗਰਦਨ ਦੇ ਦੁਆਲੇ ਕੋਈ ਚੀਜ਼ (ਜਿਵੇਂ ਹੱਥ ਜਾਂ ਹੋਰ ਵਸਤੂ) ਪਾ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਦਬਾਅ ਪਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਗਲਾ ਦਬਾਉਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਅਵਾਜ਼ ਵਿੱਚ ਤਬਦੀਲੀ, ਦਰਦਨਾਕ ਨਿਗਲਨ, ਸਾਹ ਲੈਣ ਵਿੱਚ ਦਿੱਕਤ, ਧੁੰਦਲੀ ਨਜ਼ਰ, ਧਿਆਨ ਕੇਂਦ੍ਰਤ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਦਿੱਕਤ ਜਾਂ ਸੁਣਨ ਵਿੱਚ ਤਬਦੀਲੀਆਂ ਵਰਗੇ ਸੰਕੇਤ ਅਨੁਭਵ ਕਰਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਤੌਰ 'ਤੇ ਡਾਕਟਰੀ ਸਹਾਇਤਾ ਭਾਲਣਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਭਾਵੇਂ ਤੁਹਾਡੇ ਇਹ ਚਿੰਨ੍ਹ ਨਾ ਵੀ ਹੋਣ ਤਾਂ ਵੀ ਡਾਕਟਰੀ ਸਹਾਇਤਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ।

ਯਾਦ ਰੱਖੋ: ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿਸੇ ਵੀ ਡਾਕਟਰੀ ਜਾਂਚ ਬਾਰੇ ਸਵਾਲ ਪੁੱਛਣ ਦਾ, ਕਿਸੇ ਦੋਸਤ ਜਾਂ ਸਹਾਇਕ ਕਰਮਚਾਰੀ ਨੂੰ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਰੱਖਣ ਦਾ ਅਤੇ ਇਲਾਜ ਤੋਂ ਮੰਨਾਂ ਕਰਨ ਦਾ ਅਧਿਕਾਰ ਹੈ।

ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਜਿਨਸੀ ਹਿੰਸਾ ਦਾ ਅਨੁਭਵ ਹੋਇਆ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸ ਦੇ 7 ਦਿਨਾਂ ਦੇ ਅੰਦਰ ਤੁਸੀ ਇੱਕ ਹਸਪਤਾਲ ਵਿੱਚ ਡਾਕਟਰੀ ਸਹਾਇਤਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਦੀ ਚੋਣ ਕਰਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੀ ਸਹਾਇਤਾ ਲਈ ਐਸ.ਏ.ਆਰ.ਟੀ (SART) ਨਰਸਾਂ (ਜਿਨਸੀ ਸ਼ੋਸ਼ਣ ਰਿਸਪੌਂਸ ਟੀਮ) ਨੂੰ ਬੁਲਾਇਆ ਜਾਵੇਗਾ। ਚਾਹੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਡਾਕਟਰੀ ਸਹਾਇਤਾ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ ਜਾਂ ਨਹੀਂ ਜਾਂ ਪੁਲਿਸ ਰਿਪੋਰਟ ਦਰਜ ਕਰਦੇ ਹੋ ਜਿਨਸੀ ਹਮਲੇ ਦੀ ਰਿਪੋਰਟ ਕਰਨ ਲਈ ਕੋਈ ਸਮਾਂ ਸੀਮਾ ਨਹੀਂ ਹੈ ਅਤੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਸਮੇਂ ਤੁਸੀਂ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਸਹਾਇਤਾ ਲਈ 780-423-4121 ਤੇ ਸੈਕਸੁਅਲ ਅਸਾਲਟ ਸੈਂਟਰ ਆਫ ਐਡਮੰਟਨ ਦੇ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਕੀ ਮੈਨੂੰ ਆਪਣਾ ਘਰ ਛੱਡਣਾ ਪਵੇਗਾ?

ਜੇ ਕੋਈ ਗ੍ਰਿਫ਼ਤਾਰੀ ਜਾਂ ਮੁਕੱਦਮਾ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ ਤਾਂ ਪੁਲਿਸ ਸ਼ਾਇਦ ਤੁਹਾਨੂੰ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਸਾਥੀ ਨੂੰ ਕੁੱਝ ਸਮੇਂ (ਜਿਵੇਂ ਇੱਕ ਰਾਤ ਲਈ) ਲਈ ਘਰ ਛੱਡਣ ਕਹਿਣਗੇ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਪਾਰਿਵਾਰਿਕ ਘਰ 'ਚ ਰਹਿੰਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਭਵਿੱਖ ਹਿੰਸਾ ਦੀ ਸਥਿੱਤੀ ਵਿੱਚ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਤਾਲੇ ਬਦਲਣਾ ਅਤੇ ਇੱਕ ਸੁਰੱਖਿਆ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾਉਣਾ ਚਾਹੁੰਗੇ।

ਜੇ ਮੇਰਾ ਸਾਥੀ ਗ੍ਰਿਫਤਾਰ ਹੋ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਕੀ ਹੋਵੇਗਾ?

ਜੇ ਪੁਲਿਸ ਤੁਹਾਡੇ ਸਾਥੀ / ਸਾਥਣ ਨੂੰ ਗ੍ਰਿਫਤਾਰੀ ਕਰਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਦੋ ਚੀਜਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਇੱਕ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ:

- ਮੁਲਜ਼ਮ ਨੂੰ ਰਿਹਾ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਜਾਵੇਗਾ ਪਰ ਪੁਲਿਸ ਜਾਂ ਅਦਾਲਤ ਦੋਸ਼ੀ ਨੂੰ ਹੁਕਮ ਜਾਰੀ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ ਕਿ ਅਜਿਹੀਆਂ ਕੁਝ ਗੱਲਾਂ ਹਨ ਜੋ ਉਹ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦਾ / ਸਕਦੀ (ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰਨਾ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਘਰ ਜਾਣਾ); ਜਾਂ
- ਮੁਲਜ਼ਮ ਨੂੰ ਰਾਤ ਭਰ ਜੇਲ ਵਿਚ ਰੱਖਿਆ ਜਾਵੇਗਾ ਅਤੇ ਅਦਾਲਤ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਜੱਜ ਦੇ ਸਾਮ੍ਹਣੇ ਜ਼ਮਾਨਤ ਦੀ ਅਰਜ਼ੀ ਲਈ ਪੇਸ਼ ਹੋਣਾ ਪਏਗਾ ਇਹ ਦੇਖਣ ਲਈ ਕਿ ਉਸ ਨੂੰ ਰਿਹਾਅ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇਗਾ ਅਤੇ ਰਿਹਾਅ ਹੋਣ ਦੀਆਂ ਕੀ ਸ਼ਰਤਾਂ ਹਨ।

ਜੇ ਦੋਸ਼ਾਂ ਨੂੰ ਖਾਰਜ ਕਿੱਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਨੋ-ਕੰਟੈਕਟ ਆਰਡਰ (no connection order) ਦੇ ਨਾਲ ਇੱਕ ਐਮਰਜੰਸੀ ਪ੍ਰੋਟੈਕਸ਼ਨ ਆਰਡਰ (ਈ।ਪੀ।ਓ।) ਦੀ ਬੇਨਤੀ ਕਰਨਾ ਚਾਹ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਇਸ ਦੀ ਸਲਾਹ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਨੋ-ਕੰਟੈਕਟ ਆਰਡਰ ਨੂੰ ਮੁਲਜ਼ਮ ਦੇ ਅਪਰਾਧਿਕ ਦੋਸ਼ਾਂ ਦੇ ਨਿਪਟਾਉਣ ਤੇ ਹਟਾ ਦਿੱਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਇਕ ਜੱਜ ਜ਼ਰੂਰੀ ਸਮਝੇ ਤਾਂ ਇੱਕ ਈਪੀਓ ਨੂੰ ਇਕ ਸਾਲ ਤਕ ਵਧਾ ਦਿੱਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਜੇ ਮੈਂ ਮੁਕੱਦਮੇ ਨੂੰ ਅੱਗੇ ਨਹੀਂ ਵਧਾਉਣਾ ਚਾਹੁੰਦਾ / ਚਾਹੁੰਦੀ ਹਾਂ ਤਾਂ ਕੀ ਹੋਵੇਗਾ?

ਇਕ ਵਾਰ ਦੋਸ਼ ਲਗਾਏ ਜਾਣ ‘ਤੇ ਪੁਲਿਸ ਤੁਹਾਡੀ ਬੇਨਤੀ’ ਤੇ ਦੋਸ਼ ਨਹੀਂ ਹਟਾਵੇਗੀ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਦੋਸ਼ਾਂ ਨੂੰ ਖਤਮ ਕਰਨ ਬਾਰੇ ਸੋਚ ਰਹੇ ਹੋ ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ 780-422-1111 ‘ਤੇ ਕ੍ਰਾਊਨ ਪ੍ਰੋਸੇਕੁਟਰ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਦੋਸ਼ ਹਟਾਉਣ ਦਾ ਫ਼ੈਸਲਾ ਤੁਹਾਡਾ ਨਹੀਂ ਹੈ: ਕ੍ਰਾਊਨ ਪ੍ਰੌਸੀਕੁਆਟਰ ਫ਼ੈਸਲਾ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਮੁਕੱਦਮਾ ਨੂੰ ਅੱਗੇ ਵਧਾਉਣਾ ਚਾਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਨਹੀਂ, ਚਾਹੇ ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਇਹ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ ਜਾਂ ਨਹੀਂ।

ਜੇ ਮੇਰੇ ਸਾਥੀ ਨੂੰ ਗ੍ਰਿਫਤਾਰ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ ਤਾਂ ਕੀ ਅਜੇ ਵੀ ਦੋਸ਼ ਲਗਾਏ ਜਾਣਗੇ?

ਜੇ ਪੁਲਿਸ ਤੁਹਾਡੇ ਸਾਥੀ ਨੂੰ ਗ੍ਰਿਫਤਾਰ ਨਹੀਂ ਕਰਦੀ ਤਾਂ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਤੁਹਾਡੇ ਕੇਸ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰਨ ਅਤੇ ਇੱਕ ਰਿਪੋਰਟ ਤਿਆਰ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਉਦੋਂ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੋਈ ਚੋਟ ਨਹੀਂ ਪਹੁੰਚਾਈ ਗਈ ਜਾਂ ਤੁਸੀਂ ਫ਼ੈਸਲਾ ਲਿਆ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਗਵਾਹ ਨਹੀਂ ਬਣਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ। ਜਦੋਂ ਪੁਲਿਸ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੁਰਵਿਹਾਰ ਦੇ ਵੇਰਵੇ ਬਾਰੇ ਪੁੱਛਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਉਹ ਸਾਰੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਨੂੰ ਸਾਂਝਾ ਕਰਨਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ ਜੋ ਤੁਹਾਨੂੰ ਯਾਦ ਹੈ। ਇਹ ਤੁਹਾਡੇ ਕੇਸ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰੇਗਾ ਅਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਆ ਦੇਵੇਗਾ।

ਜੇ ਪੁਲਿਸ ਨੂੰ ਯਕੀਨ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਸਾਥੀ ਨੇ ਇੱਕ ਅਪਰਾਧਕ ਜੁਰਮ ਕੀਤਾ ਹੈ ਤਾਂ ਉਹ ਇੱਕ ਅਪਰਾਧਿਕ ਦੋਸ਼ ਲਗਾ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਕ੍ਰਾਊਨ ਪ੍ਰੌਸੀਕਿਊਟਰ ਇਹ ਫੈਸਲਾ ਕਰੇਗਾ ਕਿ ਇਕ ਵਾਜਬ ਮੌਕਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਸਾਥੀ ਨੂੰ ਦੋਸ਼ੀ ਠਹਿਰਾਇਆ ਜਾਵੇ ਅਤੇ ਕੀ ਬਚਾਅ ਪੱਖ ਅੱਗੇ ਵਧੇਗਾ ਜਾਂ ਨਹੀਂ। ਪੁਲਿਸ ਅਤੇ ਕ੍ਰਾਊਨ ਪ੍ਰੌਸੀਕਿਊਟਰ ਨੂੰ ਅਜਿਹਾ ਕਰਨ ਲਈ ਤੁਹਾਡੀ ਸਹਿਮਤੀ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੈ।

ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਪੁਲਿਸ ਜਾਂਚ ਦੀ ਸਥਿਤੀ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਸਾਥੀ ਨੂੰ ਸ਼ਾਮਲ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਅਦਾਲਤੀ ਕੇਸ ਨੂੰ ਜਾਣਨ ਦਾ ਹੱਕ ਹੈ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹ ਵੀ ਜਾਣਨ ਦਾ ਹੱਕ ਹੈ ਜੇ ਕ੍ਰਾਊਨ ਪ੍ਰੌਸੀਕਿਊਟਰ ਕਾਨੂੰਨੀ ਕਾਰਵਾਈਆਂ ਨਾਲ ਅੱਗੇ ਨਹੀਂ ਵਧ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਜੇ ਕੇਸ ਅੱਗੇ ਨਹੀਂ ਵੱਧ ਰਿਹਾ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਸਪਸ਼ਟੀਕਰਨ ਲਈ ਕ੍ਰਾਊਨ ਪ੍ਰੌਸੀਕਿਊਟਰ ਨੂੰ ਪੁੱਛ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਕਦੋਂ ਦੋਸ਼ ਨਹੀਂ ਲਗਾਏ ਜਾਂਦੇ?

ਕਿਸੇ ਇੱਕ ਵਿਅਕਤੀ ‘ਤੇ ਹਮਲੇ ਦਾ ਦੋਸ਼ ਲਗਾਉਣ ਲਈ ਪੁਲਿਸ ਕੋਲ ਵਾਜਬ ਅਤੇ ਸੰਭਾਵਿਤ ਆਧਾਰ ਹੋਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਚਮੜੀ ‘ਤੇ ਸੱਟਾਂ, ਘਸੀੜ ਜਾਂ ਲਾਲੀ ਜਿਵੇਂ ਸਬੂਤ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਉਹਨਾਂ ਕੇਸਾਂ ਵਿਚ ਜਿੱਥੇ ਕੋਈ ਗਵਾਹ ਜਾਂ ਸਰੀਰਕ ਸਬੂਤ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੇ ਤਾਂ ਦੁਰਵਿਵਹਾਰ ਨੂੰ ਸਾਬਤ ਕਰਨਾ ਬਹੁਤ ਮੁਸ਼ਕਲ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਇਹ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਹੋ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਕਿਸੇ ਵਕੀਲ ਨਾਲ ਸਲਾਹ ਕਰੋ।

ਜੇ ਮੈਂ ਪੁਲਿਸ ਨੂੰ ਤੁਰੰਤ ਨਾ ਬੁਲਾਵਾ ਤਾਂ ਕੀ ਹੋਵੇਗਾ?

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਤੁਰੰਤ ਪੁਲਿਸ ਨੂੰ ਨਹੀਂ ਬੁਲਾਉਂਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਜੋ ਕੁਝ ਵੀ ਹੋਇਆ ਹੈ ਉਸਨੂੰ ਲਿਖ ਸਕਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਜਿੰਨੀ ਜਲਦੀ ਸੰਭਵ ਹੋ ਸਕੇ ਹਮਲੇ ਜਾਂ ਪਰੇਸ਼ਾਨੀ ਦੇ ਵੇਰਵੇ ਦੀ ਰਿਪੋਰਟ ਕਰੋ। ਜਿੰਨਾ ਵੀ ਹੋ ਸਕੇ ਸਮਿਆਂ, ਮਿਤੀਆਂ, ਸਥਾਨਾਂ ਅਤੇ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਖਾਸ ਵੇਰਵੇ ਸ਼ਾਮਲ ਕਰੋ। ਇਹ ਪੁਲਿਸ ਦੀ ਤੁਹਾਡੇ ਕੇਸ ਨੂੰ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਲੋੜੀਂਦੇ ਸਬੂਤ ਇਕੱਠੇ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰੇਗਾ।

ਤੁਸੀਂ ਸਹਾਇਤਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਦੇ ਹੱਕਦਾਰ ਹੋ। ਪੁਲਿਸ ਨੂੰ ਬੁਲਾਓ ਜਾਂ ਹਮਲੇ ਜਾਂ ਪਰੇਸ਼ਾਨੀ ਦੀ ਰਿਪੋਰਟ ਕਰਨ ਲਈ ਪੁਲਿਸ ਸਟੇਸ਼ਨ ਜਾਓ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਚਾਹੋ ਤਾਂ ਐਡਮੰਟਨ ਪੁਲਿਸ ਸਰਵਿਸ ਦੇ ਵਿਕਟਿਮ ਸਰਵਿਸਜ਼ ਵਿਖੇ ਵਿਕਟਿਮ ਸਰਵਿਸਜ਼ ਐਡਵੋਕੇਟ (ਵਕੀਲ) ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਜਾਵੇਗਾ।

ਜ਼ਮਾਨਤ ਦੀ ਸੁਣਵਾਈ ‘ਤੇ ਕੀ ਹੋਵੇਗਾ?

ਜ਼ਮਾਨਤ ਦੀ ਸੁਣਵਾਈ ‘ਤੇ ਜੱਜ ਜਾਂ ਜਸਟਿਸ ਆਫ ਪੀਸ ਇਹ ਫੈਸਲਾ ਕਰੇਗਾ ਕਿ “ਦੋਸ਼ੀ” (ਤੁਹਾਡੇ ਸਾਥੀ) ਨੂੰ ਜੇਲ੍ਹ ਵਿੱਚੋਂ ਰਿਹਾਅ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਜਦੋਂ ਦੋਸ਼ਾਂ ਨਾਲ ਨਿਪਟਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਜੱਜ ਇਹ ਦੱਸੇਗਾ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਸਾਥੀ ਨੂੰ ਰਿਹਾਅ ਹੋਣ ਲਈ ਕੀ ਕਰਨ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੈ ਜਿਸ ਨੂੰ “ਰਿਹਾਈ ਦੀਆਂ ਸ਼ਰਤਾਂ” ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੇ ਸਾਥੀ ਨੂੰ ਸ਼ਰਾਬ ਜਾਂ ਨਸ਼ੀਲੇ ਪਦਾਰਥਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨ ਜਾਂ ਬੰਦੂਕਾਂ ਜਾਂ ਹੋਰ ਹਥਿਆਰਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨ ਦੀ ਰੋਕ ਵਰਗੀਆਂ ਗੱਲਾਂ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ।

ਰਿਹਾਈ ਦੀ ਸ਼ਰਤ ਵਜੋਂ ਜੱਜ ਜਾਂ ਜਸਟਿਸ ਆਫ ਪੀਸ ਤੁਹਾਡੇ ਸਾਥੀ ਨੂੰ ਤੁਹਾਡੇ ਘਰ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੀ ਕੰਮ ਵਾਲੀ ਥਾਂ ਤੋਂ ਦੂਰ ਰਹਿਣ ਲਈ ਅਤੇ ਸਿੱਧੇ ਜਾਂ ਅਸਿੱਧੇ ਤੌਰ ਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਨਾ ਕਰਨ ਦਾ ਆਦੇਸ਼ ਦੇ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਇਸਦਾ ਅਰਥ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡਾ ਸਾਥੀ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਕਿਸੇ ਵੀ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਤੋਹਫ਼ੇ ਨਹੀਂ ਭੇਜ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸੰਦੇਸ਼ ਦੇਣ ਲਈ ਨਹੀਂ ਕਹਿ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਕੀ ਮੇਰਾ ਸਾਥੀ ਸਾਡੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਮਿਲਣ ਯੋਗ ਹੋਵੇਗਾ?

ਕੁਝ ਮਾਮਲਿਆਂ ਵਿੱਚ ਜੱਜ ਇਹ ਆਦੇਸ਼ ਦੇਵੇਗਾ ਕਿ ਕੋਈ ਤੀਜੀ ਪਾਰਟੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਜੋ ਤੁਹਾਡਾ ਸਾਥੀ ਬੱਚਿਆ ਨੂੰ ਅਜੇ ਵੀ ਮਿਲ ਸਕੇ। ਜੱਜ ਮੁਲਾਕਾਤਾ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਅਤੇ ਥਾਂ ਦਾ ਫੈਸਲਾ ਕਰੇਗਾ ਅਤੇ ਕਿਸੇ ਤੀਜੇ ਧਿਰ ਦੁਆਰਾ ਇਹਨਾਂ ਮੁਲਾਕਾਤਾਂ ਦੀ ਨਿਗਰਾਨੀ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਸਾਥੀ ਦੀ ਰਿਹਾਈ ਦੀਆਂ ਸ਼ਰਤਾਂ ਕਿਵੇਂ ਪਤਾ ਕਰ ਸਕਦਾ / ਸਕਦੀ ਹਾਂ?

ਤੁਸੀਂ 780-422-1111 ‘ਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਰਿਹਾਈ ਦੀ ਸ਼ਰਤਾਂ ਬਾਰੇ ਸਪਸ਼ਟ ਕਰਨ ਲਈ ਕ੍ਰਾਊਨ ਪ੍ਰੌਸੀਕੁਆਟਰ ਨੂੰ ਪੁੱਛ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਜੇ ਦੋਸ਼ੀ ਨੂੰ ਰਿਹਾਅ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਪੁਲਿਸ ਤੁਹਾਨੂੰ ਜਿੰਨੀ ਛੇਤੀ ਸੰਭਵ ਹੋ ਸਕੇ ਰਿਹਾਈ ਦੀ ਸ਼ਰਤ ਬਾਰੇ ਸੂਚਿਤ ਕਰਨ ਲਈ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੇਗੀ। ਇਹਨਾਂ ਨੂੰ ਲਿਖ ਲੈਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਅਤੇ ਤੁਸੀਂ ਹਰ ਸਮੇਂ ਇਸ ਦੀ ਇਕ ਕਾਪੀ ਆਪਣੇ ਕੋਲ ਰੱਖੋ।

ਕਿ ਹੋਵੇਗਾ ਜੇ ਮੇਰਾ ਸਾਥੀ ਜਾਂ ਮੈਂ ਰਿਹਾਈ ਦੀ ਸ਼ਰਤਾਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ?

ਰਿਹਾਈ ਦੀਆਂ ਸ਼ਰਤਾਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰਨਾ ਤੁਹਾਡੇ ਹਿੱਤ ਵਿੱਚ ਹੈ। ਜੇ ਤੁਹਾਡਾ ਸਾਥੀ ਰਿਹਾਈ ਦੀਆਂ ਸ਼ਰਤਾਂ ਜਾਂ ਨੋ-ਕੰਟੈਕਟ ਆਰਡਰ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਸਾਥੀ ਨੂੰ ਗ੍ਰਿਫਤਾਰ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਜ਼ਮਾਨਤ ਦੀਆਂ ਸ਼ਰਤਾਂ ਦੀ “ਉਲੰਘਣਾ” ਦਾ ਦੋਸ਼ ਲਗਾਇਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਦੋਸ਼ ਨੂੰ ਪਹਿਲੇ ਹਮਲੇ, ਅਪਰਾਧਿਕ ਪ੍ਰੇਸ਼ਾਨੀ ਜਾਂ ਹੋਰ ਪਰਿਵਾਰਕ ਹਿੰਸਾ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਦੋਸ਼ਾਂ ਵਿੱਚ ਜੋੜਿਆ ਜਾਵੇਗਾ। ਜੇ ਤੁਹਾਡਾ ਸਾਥੀ ਕਿਸੇ ਵੀ ਸ਼ਰਤ ਨੂੰ ਤੋੜਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਪੁਲਿਸ ਨੂੰ ਫ਼ੋਨ ਕਰੋ ਜਾਂ ਆਪਣੇ ਸਥਾਨਕ ਪੁਲਿਸ ਸਟੇਸ਼ਨ ਵਿੱਚ ਜਾਓ ਅਤੇ ਘਟਨਾ ਦੀ ਰਿਪੋਰਟ ਕਰੋ।

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਇੱਕ ਹਿੰਸਕ ਰਿਸ਼ਤੇ ਛੱਡੋਗੇ

ਬੱਚਿਆਂ ਦਾ ਕੀ ਹੋਵੇਗਾ?

ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਘਰ ਛੱਡ ਦਿੰਦੇ ਹੋ ਤਾ ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਉਹਨਾ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਲਈ ਆਪਣੇ ਨਾਲ ਲੈ ਕੇ ਜਾਓ ਇਹ ਕਾਰਵਾਈ ਬਾਅਦ ਵਿੱਚ ਸਪੁਰਦਗੀ / ਸਾਭ (ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦਾ ਧਿਆਨ ਰੱਖਣ ਦਾ ਫੈਸਲਾ) ਦੇ ਕਾਨੂੰਨੀ ਹੱਕ ਦਾ ਫੈਸਲਾ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਘਰ ਵਾਪਸ ਆਉਣਾ ਹੈ ਤਾਂ ਆਪਣੀ ਖੁਦ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਬਾਰੇ ਸੁਚੇਤ ਰਹੋ। ਆਪਣੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਨੂੰ ਯਕੀਨੀ ਕਰਨ ਲਈ ਤੁਸੀਂ ਪੁਲਿਸ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਘਰ ਮਿਲਣ ਲਈ ਸੰਪਰਕ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਪੁਲਿਸ ਅਫਸਰ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਦੇਣ ਲਈ ਤੁਹਾਡੇ ਸਾਥੀ ਨੂੰ ਮਜਬੂਰ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦਾ ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਸਪੁਰਦਗੀ/ਸਾਭ ਮਿਲਣ ਦਾ ਅਦਾਲਤੀ ਹੁਕਮ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਸਾਥੀ ਨੂੰ ਛੱਡ ਰਹੇ ਹੋ ਤਾਂ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਸਪੁਰਦਗੀ / ਹਿਰਾਸਤ ਲਈ ਅਰਜ਼ੀ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕਰੋ ਅਤੇ ਇਸ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਨਾਲ ਤੁਹਾਡੀ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਨ ਲਈ ਕਾਨੂੰਨੀ ਸਲਾਹ ‘ਤੇ ਵਿਚਾਰ ਕਰੋ।

ਜੇ ਤੁਹਾਡਾ ਸਾਥੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਲੈ ਕੇ ਜਾਣ ਤੋਂ ਇਨਕਾਰ ਕਰਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਸਾਥੀ ਕੋਲ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਹਿਰਾਸਤ / ਸਪੁਰਦਗੀ ਰੱਖਣ ਲਈ ਅਦਾਲਤ ਦੇ ਆਰਡਰ ਹਨ ਤਾਂ ਤੁਰੰਤ ਕਾਨੂੰਨੀ ਸਲਾਹ ਲਵੋ। ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਖ਼ਤਰੇ ਵਿੱਚ ਹਨ ਤਾਂ 911 ਨੂੰ ਕਾਲ ਕਰੋ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਬਾਰੇ ਚਿੰਤਤ ਹੋ ਜਦੋਂ ਉਹ ਤੁਹਾਡੇ ਸਾਥੀ ਨਾਲ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਸਥਾਨਕ ਬਾਲ ਅਤੇ ਪਰਿਵਾਰਕ ਸੇਵਾਵਾਂ ਨੂੰ ਕਾਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਇੱਕ ਸਮਾਜ ਸੇਵਕ (ਬਾਲ ਅਤੇ ਪਰਿਵਾਰਕ ਸੇਵਾਵਾਂ ਇਸ ਕਿਤਾਬਚੇ ਦੇ ਪਿਛਲੇ ਹਿੱਸੇ ਵਿੱਚ ਸੰਸਾਧਨਾਂ ਵਿੱਚ ਸੂਚੀਬੱਧ ਹਨ) ਨਾਲ ਆਪਣੀਆਂ ਚਿੰਤਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਚਰਚਾ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਜੇ ਤੁਰੰਤ ਮਦਦ ਜਾਂ ਸਲਾਹ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੈ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਬਾਲ ਅਤੇ ਪਰਿਵਾਰਕ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦੀ 24 ਘੰਟੇ ਖੁੱਲੀ ਸੰਕਟ ਯੂਨਿਟ ਨੂੰ 780-422-2001 ਤੇ ਜਾਂ 1-800-638-0715 ‘ਤੇ ਟੋਲ ਫ੍ਰੀ ਫੋਨ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਵਧੇਰੇ ਸੰਪਰਕ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਇਸ ਪੁਸਤਿਕਾ ਦੇ ਪਿਛਲੇ ਹਿੱਸੇ ਵਿਚਲੇ ਸਾਧਨਾਂ ਨੂੰ ਦੇਖੋ।

ਮੇਰੇ ਪਾਲਤੂ ਜਾਨਵਰਾਂ ਦਾ ਕਿ ਹੋਵੇਗਾ?

ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਪਾਲਤੂ ਜਾਨਵਰ ਨੂੰ ਨੁਕਸਾਨ ਪਹੁੰਚਾਇਆ ਜਾਂ ਮਾਰਿਆ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਪਾਲਤੂ ਜਾਨਵਰ (ਜਾਨਵਰਾਂ) ਨੂੰ ਉਸ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਲਈ ਆਪਣੇ ਨਾਲ ਲੈ ਜਾਓ ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਘਰ ਛੱਡਦੇ ਹੋ। ਐਡਮੰਟਨ ਇਲਾਕੇ ਵਿੱਚ ਪਨਾਹ ਘਰ ਪਾਲਤੂ ਜਾਨਵਰਾਂ ਦੀ ਇਜਾਜ਼ਤ ਨਹੀਂ ਦਿੰਦੇ ਪਰ ਕਈ ਚੀਜ਼ਾਂ ਹਨ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ:

- ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਇੱਕ ਸ਼ੈਲਟਰ ਵਿੱਚ ਜਾ ਰਹੇ ਹੋ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਪਾਲਤੂ ਜਾਨਵਰ ਨੁਕਸਾਨ ਜਾਂ ਮਰਨ ਦੇ ਖ਼ਤਰੇ ਵਿਚ ਹਨ ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਨਾਲ ਪਾਲਤੂ ਜਾਨਵਰ ਲੈ ਕੇ ਜਾਓ। ਪਾਲਤੂ ਜਾਨਵਰ ਕਾਰ ਵਿੱਚ ਰਹਿ ਸਕਦੇ ਹਨ ਜਦਕਿ ਸ਼ੈਲਟਰ ਸਟਾਫ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪੇਟ ਸੇਫਕੀਪਿੰਗ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ (Pet Safekeeping Program) ਦਾ ਸੁਝਾਅ ਦਿੰਦੇ ਹਨ।
- ਜੇ ਕੋਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਲੈ ਕੇ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ ਅਤੇ ਤੁਸੀਂ ਪਾਲਤੂ ਜਾਨਵਰ ਨੂੰ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਇਕ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਜਗ੍ਹਾ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਸ਼ੈਲਟਰ ਨਹੀਂ ਲੈ ਜਾਂ ਸਕਦੇ ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਗੁਆਂਢੀ, ਦੋਸਤ, ਪਾਲਤੂ ਦੇ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਸਥਾਨਕ ਬੋਰਡਿੰਗ ਕੇਨਲ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਪਾਲਤੂ ਜਾਨਵਰ ਨੂੰ ਰੱਖਣ ਲਈ ਕਹਿ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜਦੋਂ ਤੱਕ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪਾਲਤੂ ਸੇਫ਼ਕੀਪਿੰਗ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਲਈ ਰੈਫਰਲ ਨਹੀਂ ਮਿਲ ਜਾਂਦਾ।
- ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਪਾਲਤੂ ਜਾਨਵਰ ਨੂੰ ਪਿੱਛੇ ਛੱਡ ਕੇ ਜਾਣਾ ਪਵੇ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਲੈਣ ਲਈ ਘਰ ਵਾਪਸ ਜਾਣਾ ਪਵੇ ਤਾਂ ਆਪਣੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਲਈ ਖ਼ਬਰਦਾਰ ਰਹੋ। ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੋ ਪੁਲਿਸ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਘਰ ਮਿਲਣ ਲਈ ਸੰਪਰਕ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਪੁਲਿਸ ਤੁਹਾਡੇ ਸਾਥੀ ਨੂੰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪਾਲਤੂ ਦੇਣ ਲਈ ਮਜਬੂਰ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦੀ ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਈਪੀਓ ਵਿੱਚ ਪਾਲਤੂ ਜਾਨਵਰ ਸ਼ਾਮਲ ਨਹੀਂ ਹਨ। ਤੁਸੀਂ ਈਪੀਓ ਦੇ ਲਈ ਅਰਜੀ ਦੇ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜਿਸ ਵਿਚ ਤੁਹਾਡੇ ਪਾਲਤੂ ਜਾਨਵਰ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਣ।

ਤੁਹਾਡੇ ਵਕੀਲ ਲਈ:

- ਪਰਿਵਾਰਕ ਹਿੰਸਾ ਵਿਰੁੱਧ ਸੁਰੱਖਿਆ ਕਾਨੂੰਨ ਜਾਨਵਰ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਆਦੇਸ਼ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ। ਇਸ ਦੀ ਥਾਂ ਤੇ ਸਵਾਲ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਘਰੇਲੂ ਹਿੰਸਾ ਦੇ ਪੀੜਤਾਂ ਲਈ ਸੁਰੱਖਿਆ ਆਰਡਰ ਦੀਆਂ ਸ਼ਰਤਾਂ ਵਿੱਚ ਪਾਲਤੂਆਂ ਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਵਿਚਾਰਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।
- ਘਰੇਲੂ ਹਿੰਸਾ ਵਿਚ ਜਾਨਵਰਾਂ ਲਈ ਸਿੱਧੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਨੂੰ ਅਲਬਰਟਾ ਦੇ ਐਨੀਮਲ ਪ੍ਰੋਟੈਕਸ਼ਨ ਐਕਟ ਅਤੇ ਕੈਨੇਡਾ ਦੇ ਅਪਰਾਧਿਕ ਕੋਡ ਹੇਠ ਲਿਖੇ ਸੈਕਸ਼ਨਾਂ ਦੁਆਰਾ ਵੀ ਸੰਬੋਧਿਤ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ: 444 ਅਤੇ 445 (ਜ਼ਖ਼ਮੀ ਜਾਂ ਖ਼ਤਰੇ ਵਿੱਚ), 445.1 (ਬੇਲੋੜਾ ਦੁੱਖ), 446 (ਅਣਗਹਿਲੀ ਅਤੇ ਛੱਡਣਾ) ਅਤੇ 264.1 (1) (ਸੀ) (ਧਮਕੀਆਂ ਦੇਣਾ)।

ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ:

- ਆਪਣੇ ਵਕੀਲ ਨੂੰ ਸਲੂਕ ਬਾਰੇ ਦੱਸੋ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਜਾਨਵਰ ਜਾਂ ਪਸ਼ੂਆਂ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਦੇ ਇੰਤਜ਼ਾਮ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਸੁਰੱਖਿਆ ਆਰਡਰ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਕਰਵਾਉਣ ਲਈ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਸਬੂਤ ਦੇਵੋ:
  - ਧਮਕੀਆਂ ਦੀ ਤਾਰੀਖਾਂ ਅਤੇ ਧਮਕੀਆਂ ਦੀਆ ਸੀਮਾਵਾ ਨੂੰ ਲਿਖੋ।
  - ਜੇ ਬੰਦਸਲੂਕੀ ਦਾ ਸਬੂਤ (ਚਿੱਠੀ, ਈਮੇਲ, ਟੈਕਸਟ, ਰਿਕਾਰਡਿੰਗ) ਹੈ ਤਾਂ ਇਹ ਸਬੂਤ ਰੱਖੋ।
  - ਕਿਸੇ ਵੀ ਸੱਟਾਂ ਦੀਆਂ ਤਸਵੀਰਾਂ ਲਓ।
  - ਪਾਲਤੂ ਦੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਦੇ ਵੈਟਰਨਰੀ ਬਿੱਲਾਂ ਦਾ ਸਬੂਤ ਰੱਖੋ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਲਈ ਤੁਸੀਂ ਭੁਗਤਾਨ ਕੀਤਾ ਸੀ।
  - ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਂ ਤੇ ਕੋਈ ਮਾਲਕੀ ਕਾਗਜ਼ ਹਨ ਤਾਂ ਉਸਦੀ ਇੱਕ ਕਾਪੀ ਰੱਖੋ ਅਤੇ ਆਪਣੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਯੋਜਨਾ ਵਿਚ ਸ਼ਾਮਲ ਕਰੋ।
  - ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਪਾਲਤੂ ਸੁਰੱਖਿਆ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਬਾਰੇ ਕੋਈ ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਹਨ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ aasap@albertaspca.org ਤੇ ਈ-ਮੇਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜਾਂ 780-447-3600 ਐਕਸਟੇਂਸ਼ਨ 3750 'ਤੇ ਫੋਨ ਕਰੋ।

ਕੀ ਮੇਰਾ ਸਾਥੀ ਸਕੂਲ ਜਾ ਕੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਲੈ ਸਕਦਾ ਹੈ?

ਸਕੂਲ ਨੂੰ ਜੋ ਕੁਝ ਹੋ ਰਿਹਾ ਹੈ ਉਸ ਬਾਰੇ ਦੱਸੋ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਅਦਾਲਤ ਦੇ ਹੁਕਮ ਦੀ ਇੱਕ ਕਾਪੀ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਸਾਥੀ ਦੀ ਫੋਟੋ ਦੇਵੋ। ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਹਿਰਾਸਤ ਦੇ ਆਦੇਸ਼ ਦੀ ਇਕੋ ਇੱਕ ਕੱਪੀ ਹੈ ਤਾਂ ਸਕੂਲ ਤੁਹਾਡੇ ਸਾਥੀ ਨੂੰ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਲੈ ਕੇ ਜਾਣ ਨਹੀਂ ਦੇਵੇਗਾ। ਜੇ ਕੋਈ ਹਿਰਾਸਤ / ਸਪੁਰਦਗੀ ਦਾ ਹੁਕਮ ਨਹੀਂ ਹੈ ਤਾਂ ਸਕੂਲਾਂ ਨੂੰ ਲੈ ਕੇ ਜਾਣ ਦੇ ਪ੍ਰਬੰਧਾਂ ਨੂੰ ਨਿਰਧਾਰਤ ਕਰਨ ਦੀ ਸ਼ਕਤੀ ਨਹੀਂ ਹੈ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਜੀਵਨ ਸਾਥੀ ਨੂੰ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਲੈਣ ਦਾ ਬਰਾਬਰ ਦਾ ਹੱਕ ਹੈ। ਇਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਸਾਥੀ ਕੋਲ ਹਿਰਾਸਤ / ਸਪੁਰਦਗੀ ਦੇ ਆਦੇਸ਼ ਹਨ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਸਕੂਲ ਤੋਂ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਨਹੀਂ ਲੈ ਸਕਦੇ।

ਜੇ ਮੈਂ ਮੇਰਾ ਘਰ ਛੱਡ ਦਿੰਦਾ / ਦਿੰਦੀ ਹਾਂ ਤਾਂ ਕੀ ਮੇਰਾ ਸਾਥੀ ਇਸ ਨੂੰ ਰੱਖੇਗਾ / ਰੱਖੇਗੀ?

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਘਰ ਛੱਡ ਦਿੰਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਬਾਅਦ ਵਿਚ ਜੱਜ ਤੋਂ ਅਸਥਾਈ ਆਰਡਰ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਸਕੋਗੇ ਜੋ ਤੁਹਾਨੂੰ ਘਰ ਵਿਚ ਰਹਿਣ ਦਾ ਕਾਨੂੰਨੀ ਹੱਕ ਦੇਵੇਗਾ। ਇਸਨੂੰ "ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਕਬਜ਼ਾ ਆਦੇਸ਼" ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਰੈਜ਼ੋਲੂਸ਼ਨ ਸਰਵਿਸਿਜ਼ (1-855-738-4747) ਕੋਲ ਜਾ ਕੇ ਅਤੇ ਉਚਿਤ ਅਰਜ਼ੀ ਫਾਰਮ ਦੀ ਬੇਨਤੀ ਕਰਕੇ ਇਸ ਆਦੇਸ਼ ਲਈ ਅਰਜ਼ੀ ਦੇਣੀ ਪਵੇਗੀ।

ਜੇ ਮੈਂ ਘਰੋ ਨਿੱਕਲ ਜਾਂਦਾ ਹਾਂ ਤਾਂ ਕੀ ਪੁਲਿਸ ਮੇਰਾ ਸਮਾਨ ਲੈਣ ਲਈ ਮੇਰੀ ਮਦਦ ਕਰੇਗੀ?

ਪੁਲਿਸ ਸ਼ਾਂਤੀ ਬਣਾਕੇ ਰੱਖਣ ਲਈ ਮੌਕੇ ਤੇ ਹੋਵੇਗੀ ਪਰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਕੋਲ ਜਾਇਦਾਦ ਦੇ ਫ਼ੈਸਲਿਆਂ 'ਤੇ ਕੋਈ ਅਧਿਕਾਰ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਹਿੰਸਕ ਸਬੰਧਾਂ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਲਈ ਇਹ ਸੁਝਾਅ ਦਿੱਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਸਿਰਫ ਤੁਰੰਤ ਲੋੜੀਂਦੀ ਚੀਜ਼ਾਂ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਕੱਪੜੇ, ਬਾਥਰੂਮ ਦਾ ਸਾਮਾਨ ਜਾਂ ਬੱਚਿਆਂ ਦਾ ਸਾਮਾਨ ਹੀ ਲਵੋ। ਇਸ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਕਾਨੂੰਨ ਕਹਿੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਜੇ ਜਾਇਦਾਦ "ਸਾਂਝੀ ਜਾਇਦਾਦ" ਸਮਝੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਉਸ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਵੀ ਪਾਰਟੀ ਦੁਆਰਾ ਹਟਾਇਆ ਜਾਂ ਨਸ਼ਟ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਜਦੋਂ ਤੱਕ ਤੁਸੀਂ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡਾ ਸਾਥੀ ਵਿਚੋਲਗੀ ਜਾਂ ਅਦਾਲਤ ਦੁਆਰਾ ਮਾਲਕੀ ਤੇ ਸਹਿਮਤ ਨਹੀਂ ਹੋ ਜਾਂਦੇ।

ਮੈਂ ਪੈਸਿਆਂ ਲਈ ਕੀ ਕਰਾਂਗਾ?

ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਹੁਣ ਰਹਿਣ ਦੀ ਜਗ੍ਹਾ ਹੈ ਪਰ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਲੋੜੀਂਦੇ ਪੈਸੇ ਨਹੀਂ ਹਨ ਤਾਂ "ਫਲੀਈਂਗ ਐਬਊਜ਼ ਫੰਡ" ਲਈ ਅਰਜ਼ੀ ਦੇਣ ਲਈ 780-644-5135 'ਤੇ ਇਨਕਮ ਸਪੋਰਟ ਸੰਪਰਕ ਕੇਂਦਰ (ਆਮਦਨ ਸਹਾਇਤਾ) ਦੀ 24 ਘੰਟੇ ਦੀ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ। ਇਹ ਐਮਰਜੰਸੀ ਪੈਸਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜੋ ਤੁਹਾਨੂੰ ਅਪਮਾਨਜਨਕ ਰਿਸ਼ਤੇ ਛੱਡਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰੇਗਾ। ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਸ ਪੈਸੇ ਲਈ ਅਰਜ਼ੀ ਦੇਣ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੈ ਤਾਂ ਟੂਡੇ ਸੈਂਟਰ ਵਿੱਚ ਇਕ ਪਰਿਵਾਰਕ ਹਿੰਸਾ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ੱਗ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਸਾਥੀ ਤੋਂ ਅਲੱਗ ਰਹਿਣ ਦਾ ਫੈਸਲਾ ਕਰਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਲੋੜੀਂਦੇ ਪੈਸੇ ਨਹੀਂ ਹਨ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਇਨਕਮ ਸਪੋਰਟ ਸੰਪਰਕ ਕੇਂਦਰ 780-644-5135 ਦੇ ਰਾਹੀਂ ਨਿਯਮਤ ਸਹਾਇਤਾ ਲਈ ਅਰਜ਼ੀ ਦੇ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਤੁਸੀਂ ਇੱਕ ਵਕੀਲ ਰਾਹੀਂ ਆਪਣੇ ਸਾਥੀ ਤੋਂ ਵਿੱਤੀ ਸਹਾਇਤਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਲਈ ਅਦਾਲਤ ਨੂੰ ਵੀ ਅਰਜ਼ੀ ਦੇ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਪੈਸੇ ਮਿਲ ਰਹੇ ਹਨ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਪੈਨਸ਼ਨ ਜਾਂ ਅਪਾਹਜਤਾ ਦਾ ਚੈਕ ਤਾਂ ਜੋ ਦਫ਼ਤਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹ ਚੈਕ ਭੇਜਦਾ ਹੈ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰਨਾ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਓ ਇਹ ਦੱਸਣ ਲਈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਸਾਥੀ ਤੋਂ ਵੱਖ ਹੋ ਗਏ ਹੋ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣਾ ਨਵਾਂ ਪਤਾ ਦਿਉ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਇਹ ਦੱਸਣਾ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਓ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਅਪਮਾਨਜਨਕ ਸੰਬੰਧ ਛਡਿਆ ਹੈ ਤਾਂ ਜੋ ਉਹ ਤੁਹਾਡੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਗੁਪਤ ਰੱਖ ਸਕਣ। ਜੇ ਤੁਹਾਡੀ ਪੈਨਸ਼ਨ ਜਾਂ ਅਪੰਗਤਾ ਦਾ ਚੈੱਕ ਸਵੈਚਲਿਤ ਤੌਰ ਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਸੰਯੁਕਤ ਬੈਂਕ ਖਾਤੇ ਵਿੱਚ ਜਮ੍ਹਾਂ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਡਿਪਾਜ਼ਿਟ ਲਈ ਹੋਰ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕਰੋ।

ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਸਾਝੇ ਬੈਂਕ ਅਕਾਉਂਟ ਵਿਚ ਪੈਸੇ ਹਨ ਤਾਂ ਤੁਰੰਤ ਆਪਣਾ ਪੈਸਾ ਕੱਢ ਲਵੋ। ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਦੋਨਾਂ ਨਾਂਵਾ ਤੇ ਕ੍ਰੈਡਿਟ ਕਾਰਡ ਹਨ ਤਾਂ ਕ੍ਰੈਡਿਟ ਕਾਰਡ ਦੀ ਕੰਪਨੀ ਨੂੰ ਕਾਰਡ ਰੱਦ ਕਰਨ ਜਾਂ ਖਾਤੇ ਵਿੱਚੋਂ ਤੁਹਾਡਾ ਨਾਮ ਕੱਢਣ ਲਈ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ। ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਮਕਾਨ, ਕਾਰ ਜਾਂ ਹੋਰ ਜਾਇਦਾਦ ਹੈ ਤਾਂ ਜਿੰਨੀ ਛੇਤੀ ਹੋ ਸਕੇ ਕਾਨੂੰਨੀ ਸਲਾਹ ਲਵੋ।

ਮੈਨੂੰ ਕਾਨੂੰਨੀ ਸਹਾਇਤਾ ਕਿੱਥੋਂ ਮਿਲ ਸਕਦੀ ਹੈ?

ਤੁਹਾਨੂੰ ਤੁਰੰਤ ਬੱਚਿਆਂ, ਪੈਸਾ ਜਾਂ ਆਪਣੇ ਸਾਥੀ ਨਾਲ ਸਾਂਝੇ ਘਰ ਬਾਰੇ ਕਿਸੇ ਵਕੀਲ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰਨ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਵਕੀਲ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਲੀਗਲ ਏਡ ਅਲਬਰਟਾ ਨਾਲ 780-427-7575 ਜਾਂ www.legalaid.ab.ca 'ਤੇ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ। ਇਸ ਕਿਤਾਬਚੇ ਦੇ ਪਿਛਲੇ ਹਿੱਸੇ ਵਿਚ ਸਾਧਨਾਂ ਵਿਚ ਸੂਚੀਬੱਧ ਕਾਨੂੰਨੀ ਸਹਾਇਤਾ ਪੇਸ਼ ਕਰਨ ਵਾਲੀਆਂ ਬਹੁਤ ਸਾਰੀਆਂ ਹੋਰ ਏਜੰਸੀਆਂ ਵੀ ਹਨ। ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਧਿਆਨ ਦਿਉ ਕਿ ਲੀਗਲ ਏਡ ਅਲਬਰਟਾ ਘੱਟ ਕੀਮਤ ਤੇ ਕਾਨੂੰਨੀ ਮਦਦ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦਾ ਹੈ ਪਰ ਮੁਫ਼ਤ ਨਹੀਂ ਹੈ ਅਤੇ ਮੁੜ ਭੁਗਤਾਨ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਉਪਰੋਕਤ ਦਿੱਤੇ ਗਏ ਫੋਨ ਨੰਬਰ 'ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ।

* **ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਧਿਆਨ ਦਿਓ:** ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਇਹਨਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕਿਸੇ ਵੀ ਸੰਸਥਾ ਦੀ ਖੋਜ ਲਈ ਆਪਣੇ ਘਰ ਦੇ ਕੰਪਿਊਟਰ ਦਾ ਉਪਯੋਗ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ ਤਾਂ ਆਪਣੀ ਸਰਚ ਹਿਸਟਰੀ ਨੂੰ ਮਿਟਾ ਕੇ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰੱਖੋ ਤਾਂ ਜੋ ਕੋਈ ਵੀ ਉਨ੍ਹਾਂ ਸਾਈਟਾਂ ਨੂੰ ਨਾ ਦੇਖ ਸਕੇ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਵੇਖੀਆਂ ਨੇ। ਇਹ ਕਿਵੇਂ ਕਰਨਾ ਹੈ ਇਸ ਬਾਰੇ ਨਿਰਦੇਸ਼ਾਂ ਲਈ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ "ਇੰਟਰਨੈੱਟ 'ਤੇ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਬਚਾਓ?" (ਪੰਨਾ 6) ਵੇਖੋ।

ਅਦਾਲਤੀ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ

ਜਾਣ-ਪਛਾਣ

ਪ੍ਰੋਵਿੰਸ਼ੀਅਲ ਕੋਰਟ ਪਰਿਵਾਰਕ ਹਿੰਸਾ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਤ ਅਪਰਾਧ ਦੀ ਦੇਖ ਰੇਖ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਕੇਸ ਜਸਟਿਸ ਸਿਸਟਮ ਰਾਹੀਂ ਹੌਲੀ ਹੌਲੀ ਅੱਗੇ ਵੱਧ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਇਸ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਵਿਚੋਂ ਗੁਜ਼ਰਨਾ ਇੱਕ ਮੁਸ਼ਕਲ ਕੰਮ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਪਰ ਇਹ ਯਾਦ ਰੱਖਣਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ ਕਿ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਲੋਕ ਜੋ ਇਸ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਵਿਚੋਂ ਲੰਘ ਚੁੱਕੇ ਹਨ ਅੰਤ ਵਿੱਚ ਇਹ ਉਹਨਾ ਲਈ ਮਦਦਗਾਰ ਸਿੱਧ ਹੋਇਆ ਹੈ। ਅਜਿਹੇ ਲੋਕ ਹਨ ਜੋ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਅਦਾਲਤੀ ਕਾਰਵਾਈ ਦੌਰਾਨ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਏਜੰਸੀਆਂ ਦੇ ਕਰਮਚਾਰੀ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਸੰਪਰਕ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਇਸ ਪੁਸਤਿਕਾ ਦੇ ਪਿਛਲੇ ਹਿੱਸੇ ਵਿਚਲੇ ਸਾਧਨਾਂ ਨੂੰ ਦੇਖੋ।

ਕ੍ਰਾਊਨ ਪ੍ਰੌਸੀਕਿਊਟਰ (Crown Prosecutor) ਕੌਣ ਹੁੰਦਾ ਹੈ?

ਕ੍ਰਾਊਨ ਪ੍ਰੌਸੀਕਿਊਟਰ ਇੱਕ ਵਕੀਲ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜੋ ਸਰਕਾਰ ਦੀ ਪ੍ਰਤੀਨਿਧਤਾ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਪੁਲਿਸ ਕੋਲ ਪਰਿਵਾਰ / ਰਿਸ਼ਤਾ ਹਿੰਸਾ ਅਪਰਾਧ ਲਈ ਮੁਨਾਸਬ ਅਤੇ ਸੰਭਾਵਿਤ ਸਬੂਤ ਹਨ ਤਾਂ ਦੋਸ਼ੀਆਂ ਉੱਤੇ ਦੋਸ਼ ਲਗਾਏ ਜਾਣਗੇ। ਕ੍ਰਾਊਨ ਪ੍ਰੌਸੀਕੁਆਟਰ ਦੀ ਭੂਮਿਕਾ ਪੁਲਿਸ ਦੀ ਰਿਪੋਰਟ ਦੀ ਸਮੀਖਿਆ ਕਰਨਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇਹ ਫੈਸਲਾ ਕਰਨਾ ਹੈ ਕਿ ਸਜ਼ਾ ਸੁਣਾਏ ਜਾਣ ਦਾ ਕੋਈ ਉਚਿਤ ਕਾਰਨ ਹੈ ਅਤੇ ਕੀ ਇਸ ਕੇਸ ਨੂੰ ਅੱਗੇ ਵਧਾਉਣਾ ਜਨਤਕ ਹਿੱਤ ਵਿੱਚ ਹੈ।

ਯਾਦ ਰੱਖੋ ਕਿ ਕ੍ਰਾਊਨ ਪ੍ਰੌਸੀਕਿਊਟਰ ਇਹ ਫੈਸਲੇ ਕਰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਅਜਿਹਾ ਕਰਨ ਲਈ ਤੁਹਾਡੀ ਸਹਿਮਤੀ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ। ਕ੍ਰਾਊਨ ਪ੍ਰੌਸੀਕਿਊਟਰ ਤੁਹਾਡੇ ਵਕੀਲ ਵਜੋਂ ਕੰਮ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ: ਉਹ ਸਰਕਾਰ ਪ੍ਰਤੀ ਪ੍ਰਤੀਨਿਧਤਾ ਕਰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਜਨਤਾ ਦੇ ਹਿੱਤ ਵਿਚ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਹਨ।

ਕੀ ਮੈਨੂੰ ਗਵਾਹ ਵਜੋਂ ਅਦਾਲਤ ਜਾਣਾ ਪਵੇਗਾ?

ਜੇ ਕ੍ਰਾਊਨ ਪ੍ਰੌਸੀਕਿਊਟਰ ਮਾਮਲੇ ਨੂੰ ਅੱਗੇ ਵਧਾਉਣ ਦਾ ਫੈਸਲਾ ਕਰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਰਿਸ਼ਤੇ ਵਿੱਚ ਦੁਰਵਿਵਹਾਰ ਲਈ ਇੱਕ ਅਹਿਮ ਗਵਾਹ ਦੇ ਤੌਰ ਤੇ ਦੇਖਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਮੁਲਜ਼ਿਮ ਦੋਸ਼ ਸਵੀਕਾਰ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਉਸ ਦੁਰਵਿਵਹਾਰ ਦੀ ਵਿਆਖਿਆ ਕਰਨ ਲਈ ਮੁਕੱਦਮੇ ਵਿੱਚ "ਗਵਾਹੀ" ਦੇਣ ਲਈ ਕਿਹਾ ਜਾਵੇ। ਕ੍ਰਾਊਨ ਪ੍ਰੌਸੀਕਿਊਟਰ ਮੁਕੱਦਮੇ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਤੁਹਾਡੀ ਇੰਟਰਵਿਊ ਲੈ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਦੱਸ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਅਦਾਲਤ ਵਿਚ ਕੀ ਹੋਵੇਗਾ। ਕੋਈ ਕਰਮਚਾਰੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹ ਪ੍ਰਕ੍ਰਿਆ ਸਮਝਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜਿਸ ਨੂੰ "ਅਦਾਲਤ ਦੀ ਤਿਆਰੀ" ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਜੋ ਵਿਅਕਤੀ ਗਵਾਹ ਵਜੋਂ ਪੇਸ਼ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਲਈ ਕੋਰਟ ਦੀ ਤਿਆਰੀ ਘਰੇਲੂ ਹਿੰਸਾ ਸ਼ਿਕਾਇਤਕਰਤਾ ਸਹਾਇਤਾ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ (ਡੀਵੀਸੀਏਪੀ) ਦੁਆਰਾ 780-422-0721 'ਤੇ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿਸੇ ਇੰਟ੍ਰਪ੍ਰੇਟਰ (ਦੋਭਾਸ਼ੁਏ) ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ ਤਾਂ ਕ੍ਰਾਊਨ ਪ੍ਰੌਸੀਕਿਊਟਰ ਤੁਹਾਡੀ ਇੰਟਰਵਿਊ ਲਈ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਰਟ ਦੀ ਪੇਸ਼ੀ ਲਈ ਉਸਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕਰੇਗਾ।

ਜੇ ਮੈਂ ਗਵਾਹ ਨਹੀਂ ਬਣਨਾ ਜਾਂ ਅਦਾਲਤ ਵਿਚ ਹਾਜ਼ਰ ਨਹੀਂ ਹੋਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਾਂ ਤਾਂ ਕੀ ਹੋਵੇਗਾ?

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਇੱਕ ਸਬਪੀਆਨਾ/ਹਾਜਰੀ (ਇੱਕ ਅਦਾਲਤੀ ਆਦੇਸ਼) ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਅਦਾਲਤ ਵਿੱਚ ਪੇਸ਼ ਹੋਣਾ ਪਵੇਗਾ। ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਅਜਿਹਾ ਕਰਨ ਲਈ ਬੁਲਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਵੀ ਗਵਾਹੀ ਦੇਣੀ ਪਵੇਗੀ ਅਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਈਮਾਨਦਾਰ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਜੋ ਕੁਝ ਹੋਇਆ ਉਸ ਬਾਰੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸੱਚ ਦੱਸਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਇਹ ਫ਼ੈਸਲਾ ਕਰਦੇ ਹੋ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਗਵਾਹ ਨਹੀਂ ਬਣਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਕ੍ਰਾਊਨ ਪ੍ਰੌਸੀਕਿਊਟਰ ਨੂੰ ਜਿੰਨੀ ਜਲਦੀ ਸੰਭਵ ਹੋ ਸਕੇ ਦੱਸੋ।

ਮੈਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਪਤਾ ਲੱਗੇਗਾ ਕਿ ਕਦੋਂ ਮੈਨੂੰ ਅਦਾਲਤ ਵਿਚ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ?

ਤੁਹਾਨੂੰ ਇੱਕ ਕਾਗਜ਼ ਜਿਸ ਨੂੰ "ਸਬਪੀਆਨਾ" (ਇੱਕ ਅਦਾਲਤੀ ਆਦੇਸ਼) ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਦਿੱਤਾ ਜਾਵੇਗਾ ਜੋ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੱਸਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਅਦਾਲਤ ਵਿੱਚ ਪੇਸ਼ ਹੋਣਾ ਪਵੇਗਾ ਅਤੇ ਮੁਕੱਦਮੇ ਦੀ ਕਾਰਵਾਈ ਕਦੋਂ ਹੋਵੇਗੀ। ਇੱਕ ਪੁਲਿਸ ਅਫ਼ਸਰ ਜਾਂ ਪੀਸ ਅਫਸਰ ਦੁਆਰਾ ਇਸ ਨੂੰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸੌਂਪਿਆ ਜਾਏਗਾ।

ਵਿਕਟਿਮ ਇਮਪੈਕਟ ਸਟੇਟਮੈਂਟ ਕੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ?

ਐਡਮੰਟਨ ਪੁਲਿਸ ਸਰਵਿਸ ਦੇ ਵਿਕਟਿਮ ਸਰਵਿਸਿਜ਼ ਐਡਵੋਕੇਟ (ਵਕੀਲ) ਜਾਂ ਇੱਕ ਪੁਲਿਸ ਅਫਸਰ ਪੁੱਛੇਗਾ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਵਿਕਟਿਮ ਇਮਪੈਕਟ ਸਟੇਟਮੈਂਟ ਭਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ ਜਿੱਥੇ ਤੁਸੀਂ ਇਹ ਸਪੱਸ਼ਟ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ ਕਿ ਦੁਰਵਿਵਹਾਰ ਦਾ ਤੁਹਾਡੇ ਤੇ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚਿਆਂ ਉੱਤੇ ਕੀ ਪ੍ਰਭਾਵ ਪਿਆ ਹੈ। ਇਹ ਬਿਆਨ ਪੀੜਤ ਦੁਆਰਾ ਭਰਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਵਿਕਟਿਮ ਸਰਵਿਸ ਕੋਆਰਡੀਨੇਟਰ (ਸੰਚਾਲਕ) ਕੋਲ ਵਾਪਸ ਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਜੋ ਜੋ ਇਹ ਸੁਨਿਸ਼ਚਿਤ ਕਰੇਗਾ ਕਿ ਇਹ ਕੋਰਟ ਵਿਚ ਦਰਜ ਹੋਵੇ। ਜੱਜ ਇਸ ਬਿਆਨ 'ਤੇ ਵਿਚਾਰ ਕਰਦਾ ਹੈ ਜਦੋਂ ਨਿਰਣਾਇਕ ਫੈਸਲਾ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਸਾਥੀ ਦੇ ਦੋਸ਼ੀ ਕਰਾਰ ਹੋਣ ਤੇ ਕੀ ਸਜ਼ਾ ਮਿਲੇਗੀ। ਵਿਕਟਿਮ ਇਮਪੈਕਟ ਸਟੇਟਮੈਂਟ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਲਈ ਤੁਸੀਂ 780-422-0721 'ਤੇ ਘਰੇਲੂ ਹਿੰਸਾ ਸੰਚਾਲਕ ਸਹਾਇਤਾ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ (ਡੀਵੀਸੀਏਪੀ) (Domestic Violence Complainant Assistance Program) ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਕੀ ਮੈਨੂੰ ਕੋਰਟ ਦੀ ਹਰ ਤਾਰੀਖ ਲਈ ਅਦਾਲਤ ਵਿਚ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ?

ਨਹੀਂ। ਕਰਾਊਨ ਪ੍ਰੌਸੀਕਿਊਟਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੱਸੇਗਾ ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਹਾਜ਼ਰ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਅਦਾਲਤ ਦੀ ਪਹਿਲੀ ਤਾਰੀਖ਼ ਵਿੱਚ ਪੇਸ਼ ਹੋਣ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਨਹੀਂ ਹੈ ਪਰ ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਹਾਜ਼ਰ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਪਹਿਲੀ ਹਾਜ਼ਰੀ 'ਤੇ ਕੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ?

ਤੁਹਾਡਾ "ਦੋਸ਼ੀ" ਸਾਥੀ ਨੂੰ ਜੱਜ ਦੇ ਸਾਹਮਣੇ ਪੇਸ਼ ਹੋਣ ਦਾ ਆਦੇਸ਼ ਦਿੱਤਾ ਜਾਵੇਗਾ। ਇਸ ਪਹਿਲੀ ਹਾਜ਼ਰੀ ਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਸਾਥੀ ਨੂੰ ਇਹ ਪੁੱਛਿਆ ਜਾਵੇਗਾ ਕਿ ਕੀ ਉਸ ਨੂੰ ਕੋਈ ਵਕੀਲ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਕੀ ਉਹ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਦੋਸ਼ੀ ਜਾਂ ਬੇਕਸੂਰ ਮੰਨਦਾ ਹੈ? ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਸਾਥੀ ਕੋਲ ਵਕੀਲ ਨਹੀਂ ਹੈ ਤਾਂ ਇਕ ਨਵੀਂ ਅਦਾਲਤੀ ਤਾਰੀਖ਼ ਤੈਅ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇਗੀ। ਜੇ ਤੁਹਾਡਾ ਸਾਥੀ ਕਸੂਰ ਮੰਨਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਮੁਕੱਦਮਾ ਨਹੀਂ ਹੋਵੇਗਾ ਅਤੇ ਅਦਾਲਤ ਸਜ਼ਾ ਸੁਣਾਏ ਜਾਣ ਦੀ ਤਾਰੀਖ ਨਿਸ਼ਚਿਤ ਕਰੇਗੀ। ਜੇ ਤੁਹਾਡਾ ਸਾਥੀ ਦੋਸ਼ ਨਹੀਂ ਮੰਨਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਮੁਕੱਦਮੇ ਦੀ ਤਾਰੀਖ ਨੂੰ ਬਾਅਦ ਵਿਚ ਰੱਖਿਆ ਜਾਵੇਗਾ।

ਜੇ ਤੁਹਾਡਾ ਸਾਥੀ ਪਹਿਲੀ ਹਾਜ਼ਰੀ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਜੇਲ੍ਹ ਵਿੱਚ ਰਹਿ ਰਿਹਾ ਹੈ ("ਰਿਮਾਂਡ ਤੇ") ਤਾਂ ਮੁਕੱਦਮੇ ਦੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਤਕ ਜੱਜ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਜ਼ਮਾਨਤ ਤੇ ਛੱਡ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਅਜਿਹੀਆ ਸ਼ਰਤਾਂ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ ਜਿੰਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਤੁਹਾਡੇ ਸਾਥੀ ਨੂੰ ਪਾਲਣਾ ਕਰਨੀ ਪਵੇਗੀ ਜੇ ਉਸ ਨੂੰ ਰਿਹਾਅ ਕਿੱਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਨਾ ਕਰਨਾ, ਪਰਿਵਾਰ ਦੇ ਘਰ ਤੋਂ ਦੂਰ ਰਹਿਣ ਜਾਂ ਬੰਦੂਕਾਂ ਜਾਂ ਹੋਰ ਹਥਿਆਰਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਨਾ ਕਰਨਾ। ਜੇ ਤੁਹਾਡਾ ਸਾਥੀ ਰਿਹਾਈ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਆਦੇਸ਼ ਦੀਆਂ ਸ਼ਰਤਾਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਸਥਾਨਕ ਪੁਲਿਸ ਸਟੇਸ਼ਨ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਨਾਲ ਇਸ ਨੂੰ ਸਾਂਝਾ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਮੁਕੱਦਮਾ

ਤੁਹਾਡੇ ਸਾਥੀ ਦੇ ਮੁਕੱਦਮੇ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਤੁਸੀਂ ਕੁਝ ਹੋਰ ਮੁਕੱਦਮੇ ਦੇਖਣ ਲਈ ਅਦਾਲਤ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਬਾਰੇ ਜਾਗਰੂਕ ਹੋਵੋ। ਹੇਠਾਂ ਦਿੱਤੀਆਂ ਏਜੰਸੀਆਂ ਅਦਾਲਤ ਦੀ ਤਿਆਰੀ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਅਦਾਲਤ ਵਿੱਚ ਹਾਜ਼ਰ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ: ਐਡਮੰਟਨ ਜੋਹਨ ਹੋਵਾਰਡ ਸੋਸਾਇਟੀ ਦੇ ਪਰਿਵਾਰਕ ਹਿੰਸਾ ਪ੍ਰੀਵੈਂਸ਼ਨ ਸੈਂਟਰ, ਐਡਮੰਟਨ ਪੁਲਿਸ ਸਰਵਿਸ ਦੀ ਵਿਕਟਿਮ ਸਰਵਿਸਿਜ਼, ਐਲਿਜ਼ਾਬੈੱਥ ਫਰਾਈ ਸੋਸਾਇਟੀ ਅਤੇ ਰਾਇਲ ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਮਾਊਂਟਿਡ ਪੁਲਿਸ (ਆਰਸੀਐਮਪੀ)।

ਕ੍ਰਾਊਨ ਪ੍ਰੌਸੀਕਿਊਟਰ ਪਰਿਵਾਰਕ ਜਾਂ ਰਿਸ਼ਤੇ ਹਿੰਸਾ ਨੂੰ ਦਿਖਾਉਣ ਲਈ ਸਬੂਤ ਪੇਸ਼ ਕਰੇਗਾ ਅਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਮਹੱਤਵਪੂਰਣ ਗਵਾਹ ਵਜੋਂ ਸੱਦਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਹੋਰ ਗਵਾਹਾਂ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਗੁਆਂਢੀ, ਪੁਲਿਸ, ਦੋਸਤ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਡਾਕਟਰ ਨਾਲ ਵੀ ਸੰਪਰਕ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਜੋ ਕੇਸ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਕ ਹੋ ਸਕੇ ਕਿ ਹਿੰਸਾ ਹੋਈ ਹੈ।

ਕੀ ਮੇਰੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਗਵਾਹ ਵਜੋਂ ਬੁਲਾਇਆ ਜਾਵੇਗਾ?

ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ ਨਹੀਂ। ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਗਵਾਹੀ ਦੇਣ ਦੀ ਕੋਈ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੋਵੇਗੀ ਜਦੋਂ ਤੱਕ ਇਹ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਜ਼ਰੂਰੀ ਨਾ ਹੋਵੇ।

ਡਿਫੈਂਸ (ਬਚਾਅ ਪੱਖ) ਵਕੀਲ ਕੀ ਕਰਦਾ ਹੈ?

ਤੁਹਾਡੇ ਸਾਥੀ ਦੇ ਬਚਾਅ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਵਕੀਲ ਦੀ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਉਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਜਿਵੇਂ ਕ੍ਰਾਉਨ ਪ੍ਰੌਸੀਕੁਆਟਰ ਦੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਡਿਫੈਂਸ (ਬਚਾਅ ਪੱਖ) ਵਕੀਲ ਮੁਲਜ਼ਮ ਦਾ ਪੱਖ ਰੱਖੇਗਾ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਸਮੇਤ ਕ੍ਰਾਉਨ ਦੇ ਗਵਾਹਾਂ ਨੂੰ ਸਵਾਲ ਪੁੱਛੇਗਾ। ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ ਮੁਜ਼ਰਿਮ ਨੂੰ ਗਵਾਹ ਦੇ ਤੌਰ ਤੇ ਬੁਲਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਕਿਉਂਕਿ ਬਚਾਅ ਪੱਖ ਦੇ ਵਕੀਲ ਦਾ ਕੰਮ ਤੁਹਾਡੀ ਕਹਾਣੀ ਦੇ ਹਰ ਹਿੱਸੇ 'ਤੇ ਸਵਾਲ ਉਠਾਉਣਾ ਹੈ ਤਾਂ ਕ੍ਰਾਉਨ ਪ੍ਰੌਸੀਕਿਊਟਰ ਦੇ ਜਵਾਬ ਤੋਂ ਬਚਾਓ ਪੱਖ ਦੇ ਵਕੀਲ ਦੇ ਸਵਾਲ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਜਵਾਬਦੇਹ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਇੱਕ ਮੁਸ਼ਕਲ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ ਪਰ ਬਚਾਅ ਪੱਖ ਦੇ ਵਕੀਲ ਦੇ ਸਵਾਲਾਂ ਤੋਂ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰੋ ਕਿ ਨਾ ਡਰੋ ਅਤੇ ਕੇਵਲ ਸਚਾਈ ਨੂੰ ਦੱਸੋ।

ਕੁਝ ਮਾਮਲਿਆਂ ਵਿੱਚ ਦੋਸ਼ੀ ਕੋਈ ਵਕੀਲ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਆਪਣੇ ਕੇਸ ਦਾ ਬਚਾਅ ਕਰਨ ਦਾ ਫੈਸਲਾ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਇਹ ਵਾਪਰਦਾ ਹੈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਗਵਾਹੀ ਦੇਣ ਵੇਲੇ ਆਪਣੇ ਸਾਥੀ ਨਾਲ ਪੁੱਛ-ਗਿੱਛ ਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਕਰਨਾ ਪੈ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਜੱਜ ਕੀ ਕਰਦਾ ਹੈ?

ਦੋਵੇਂ ਪੱਖਾਂ ਦੁਆਰਾ ਪੇਸ਼ ਕੀਤੇ ਤੱਥਾਂ ਨੂੰ ਸੁਣਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਜੱਜ ਕੇਸ ਨੂੰ ਅੱਗੇ ਕਿਵੇਂ ਵਧਾਉਣਾ ਹੈ ਬਾਰੇ ਫ਼ੈਸਲਾ ਕਰੇਗਾ।

ਕਿਉਂ ਮੁਲਜ਼ਮ ਨੂੰ ਦੋਸ਼ੀ ਨਹੀਂ ਪਾਇਆ ਜਾ ਸਕਦਾ?

ਜੇ ਦੋਸ਼ੀ ਨੂੰ ਮੁਜਰਮ ਨਹੀਂ ਪਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਤਾਂ ਇਹ ਜ਼ਰੂਰੀ ਨਹੀਂ ਕਿ ਜੱਜ ਤੁਹਾਡੇ 'ਤੇ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਨਾ ਕਰੇ। ਅਪਰਾਧਕ ਟਰਾਇਲ ਸਬੂਤਾਂ ਦੇ ਸਖਤ ਨਿਯਮਾਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਕਾਨੂੰਨ ਕਹਿੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਮੁਲਜ਼ਮ ਨੂੰ "ਇੱਕ ਵਾਜਬ ਸ਼ਕ ਤੋਂ ਪਰੇ" ਦੋਸ਼ੀ ਸਾਬਤ ਕਰਨਾ ਪਵੇਗਾ। ਇਸ ਲਈ ਇਹ ਯਾਦ ਰੱਖਣਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ ਕਿ ਜੇ ਮੁਲਜ਼ਮ ਦੋਸ਼ੀ ਨਹੀਂ ਪਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਇਹ ਸਬੂਤ ਦੀ ਘਾਟ ਜਾਂ ਕਾਨੂੰਨ ਦੀ ਨਜ਼ਰ ਕਾਰਨ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਨਾ ਕਿ ਇਸ ਕਰਕੇ ਕਿ ਜੱਜ ਇਹ ਸੋਚਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਦੁਰਵਿਵਹਾਰ ਨਹੀਂ ਹੋਇਆ ਹੈ।

ਵਿਰਲੇ ਮਾਮਲਿਆਂ ਵਿੱਚ ਕ੍ਰਾਉਨ ਜੱਜ ਦੇ ਫੈਸਲੇ ਨੂੰ ਅਪੀਲ ਕਰਨ ਦਾ ਫੈਸਲਾ ਕਰੇਗਾ। ਬਾਅਦ ਵਿੱਚ ਅਪੀਲ ਕੋਰਟ ਪਹਿਲੀ ਸੁਣਵਾਈ ਵਿੱਚ ਲਏ ਗਏ ਸਾਰੇ ਨੋਟਿਸਾਂ ਦੇ ਆਧਾਰ ਤੇ ਆਪਣਾ ਫ਼ੈਸਲਾ ਕਰੇਗਾ।

ਜੇ ਮੇਰਾ ਸਾਥੀ ਦੋਸ਼ੀ ਪਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਕੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ?

ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਸਾਥੀ ਨੂੰ ਦੋਸ਼ੀ ਪਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਜੱਜ ਫੈਸਲਾ ਕਰੇਗਾ ਕਿ ਸਜ਼ਾ ਦੇ ਕੇ ਕੀ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਤੁਹਾਡੇ ਵਿਕਟਿਮ ਇਮਪੈਕਟ ਸਟੇਟਮੈਂਟ ਨੂੰ ਵੀ ਵਿਚਾਰਿਆ ਜਾਵੇਗਾ।

ਮੇਰੇ ਸਾਥੀ ਨੂੰ ਕਿਸ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦੀ ਸਜ਼ਾ ਮਿਲੇਗੀ?

ਜੇ ਤੁਹਾਡਾ ਸਾਥੀ ਦੋਸ਼ੀ ਪਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਸਜ਼ਾ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ:

ਪ੍ਰੋਬੇਸ਼ਨ ਦੇ ਨਾਲ ਕੰਡੀਸ਼ਨਲ ਡਿਸਚਾਰਜ

ਪ੍ਰੋਬੇਸ਼ਨ ਦੇ ਨਾਲ ਇੱਕ ਸ਼ਰਤੀਆ ਡਿਸਚਾਰਜ ਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਕਿ ਕੋਈ ਅਪਰਾਧਕ ਰਿਕਾਰਡ ਨਹੀਂ ਹੋਵੇਗਾ। ਹਾਲਾਂਕਿ ਕੁਝ ਸ਼ਰਤਾਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਹੋਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ ਜਿਵੇਂ ਕਿ:

- ਤੁਹਾਡੇ (ਅਤੇ ਬੱਚਿਆਂ ਜੇ ਕੋਈ ਹੋਵੇ) ਤੋਂ ਦੂਰ ਰਹਿਣਾ;
- ਕੌਂਸਿਲਿੰਗ ਲੈਣਾ;
- ਨਸ਼ੀਲੇ ਪਦਾਰਥਾਂ ਜਾਂ ਸ਼ਰਾਬ ਦੀ ਦੁਰਵਰਤੋਂ ਲਈ ਇੱਕ ਇਲਾਜ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਵਿੱਚ ਜਾਣਾ; ਜਾਂ
- ਕੁਝ ਨਿਰਧਾਰਤ ਸਮੇਂ ਲਈ ਪਰਿਵਾਰਕ ਹਿੰਸਾ ਕੌਂਸਿਲਿੰਗ ਵਿੱਚ ਜਾਣਾ।

ਪ੍ਰੋਬੇਸ਼ਨ ਨਾਲ ਮੁਅੱਤਲ ਸਜ਼ਾ

ਮੁਅੱਤਲ ਸਜ਼ਾ ਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਸਾਥੀ ਨੂੰ ਦੋਸ਼ੀ ਪਾਇਆ ਗਿਆ ਹੈ ਅਤੇ ਉਸਦਾ ਅਪਰਾਧਕ ਰਿਕਾਰਡ ਹੋਵੇਗਾ। ਜੱਜ ਨੇ ਤੁਹਾਡੇ ਸਾਥੀ ਨੂੰ ਇੱਕ ਸਜ਼ਾ (ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ ਜੇਲ੍ਹ ਦੀ ਸਜ਼ਾ) ਦਿੱਤੀ ਹੈ ਪਰ ਤੁਹਾਡੇ ਸਾਥੀ ਨੂੰ ਸਮੇਂ ਲਈ ਉਸ ਸਜ਼ਾ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਇਸਦੀ ਬਜਾਏ ਜੱਜ ਸ਼ਰਤਾਂ ਨਿਰਧਾਰਿਤ ਕਰਦਾ ਹੈ ਜਿਹਨਾ ਦੀ ਤੁਹਾਡੇ ਸਾਥੀ ਨੂੰ "ਪ੍ਰੋਬੇਸ਼ਨ ਆਰਡਰ" ਵਿੱਚ ਪਾਲਣਾ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਜੇ ਤੁਹਾਡਾ ਸਾਥੀ ਪ੍ਰੋਬੇਸ਼ਨ ਮਿਆਦ ਦੇ ਦੌਰਾਨ ਇਹਨਾਂ ਸ਼ਰਤਾਂ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਸਜ਼ਾ ਨੂੰ ਜੱਜ ਦੁਆਰਾ ਖਾਰਜ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਹਨਾਂ ਸ਼ਰਤਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਇੱਕ ਅਨੁਸਾਰ ਤੁਹਾਡੇ ਸਾਥੀ ਨੂੰ ਨਿਯਮਿਤ ਤੌਰ 'ਤੇ ਕਿਸੇ ਪ੍ਰੋਬੇਸ਼ਨ ਅਫਸਰ ਨੂੰ ਸੂਚਿਤ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਜੋ ਤੁਹਾਡੇ ਸਾਥੀ ਨੂੰ ਦੱਸਦਾ ਹੈ ਕਿ ਕਿਹੜੀਆਂ ਹਾਲਤਾਂ ਪ੍ਰੋਬੇਸ਼ਨ ਆਰਡਰ ਵਿੱਚ ਹਨ। ਜੱਜ ਕਿਸੇ ਨਸ਼ੀਲੇ ਪਦਾਰਥਾਂ ਜਾਂ ਸ਼ਰਾਬ ਦੇ ਇਲਾਜ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਵਿਚ ਹਿੱਸਾ ਲੈਣ ਦਾ ਆਦੇਸ਼ ਵੀ ਦੇ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਜੇ ਤੁਹਾਡਾ ਸਾਥੀ ਪ੍ਰੋਬੇਸ਼ਨ ਦੇ ਨਿਯਮਾਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਉਸ 'ਤੇ ਮੂਲ ਅਪਰਾਧ ਦੇ ਨਾਲ ਇਕ ਹੋਰ ਜੁਰਮ ਦਾ ਦੋਸ਼ ਲਗਾਇਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਜੇਲ੍ਹ

ਜੇ ਜੁਰਮ ਗੰਭੀਰ ਸੀ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਸਾਥੀ ਤੇ ਪਹਿਲਾਂ ਵੀ ਅਪਰਾਧਕ ਦੋਸ਼ ਕੀਤੇ ਹਨ ਤਾਂ ਇਹ ਸਜ਼ਾ ਜੇਲ੍ਹ ਵਿੱਚ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਅਦਾਲਤ ਕਿਸੇ ਅਪਰਾਧੀ ਦੀ ਸੰਭਾਵਿਤ ਹਫ਼ਤੇ ਦੇ ਅਖ਼ੀਰ ਤੇ ਜੇਲ੍ਹ ਦੀ ਸਜ਼ਾ ਪੂਰਾ ਕਰਨ ਦੀ ਆਗਿਆ ਦੇ ਸਕਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਜੋ ਅਪਰਾਧੀ ਆਪਣੀ ਨੌਕਰੀ ਨੂੰ ਰੱਖ ਸਕੇ।

ਮੈਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਪਤਾ ਲਗੇਗਾ ਜਦੋਂ ਮੇਰਾ ਸਾਥੀ ਜੇਲ ਚੋਂ ਬਾਹਰ ਨਿਕਲੇਗਾ?

ਕਾਰੈਕਸ਼ਨਲ ਸਟਾਫ, ਪ੍ਰੋਬੇਸ਼ਨ ਸਟਾਫ ਅਤੇ ਨੈਸ਼ਨਲ ਪੈਰੋਲ ਬੋਰਡ (ਫੈਡਰਲ ਸਜ਼ਾ ਲਈ ਹੀ) ਨੂੰ ਦੱਸਣਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ ਜੇ ਤੁਹਾਡਾ ਪਤਾ ਜਾਂ ਫ਼ੋਨ ਨੰਬਰ ਬਦਲਦਾ ਹੈ। ਉਹ ਕਿਸੇ ਵੀ ਰਿਹਾਅ ਸੁਣਵਾਈਆਂ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਸਾਥੀ ਦੀ ਰਿਹਾਈ ਦੀਆਂ ਤਾਰੀਖਾਂ ਬਾਰੇ ਨਵੀਨਤਮ ਜਾਣਕਾਰੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਭੇਜ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਜੇ ਮੇਰੇ ਸਾਥੀ ਨੂੰ ਜੇਲ੍ਹ ਵਿੱਚ ਨਹੀਂ ਰੱਖਿਆ ਜਾਂਦਾ ਤਾਂ ਮੈਂ ਕਿਵੇਂ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰਹਿ ਸਕਦਾ / ਸਕਦੀ ਹਾਂ?

ਚਾਰ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਸੁਰੱਖਿਆ ਸਾਧਨ ਹਨ ਜੋ ਤੁਹਾਡੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਲਈ ਵਰਤੇ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਨ: ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਪ੍ਰੋਟੈਕਸ਼ਨ ਆਰਡਰ, ਕੁਈਨਜ਼ ਬੈਂਚ ਪ੍ਰੋਟੈਕਸ਼ਨ ਆਰਡਰ, ਪੀਸ ਬੌਂਡ ਅਤੇ ਰਿਸਟ੍ਰੇਨਿੰਗ ਆਰਡਰ।

ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਪ੍ਰੋਟੈਕਸ਼ਨ ਆਰਡਰ (Emergency Protection Order) (ਈਪੀਓ)

ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਪ੍ਰੋਟੈਕਸ਼ਨ ਆਰਡਰ ਤੁਹਾਡੇ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਪਰਿਵਾਰ ਲਈ ਸੁਰੱਖਿਆ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦਾ ਹੈ ਜਿਸ ਕਰਕੇ ਮੁਲਜ਼ਮਾਂ ਨੂੰ ਘਰ ਤੋਂ ਨਿਸ਼ਚਿਤ ਸਮੇ ਲਈ ਹਟਾਉਣਾ ਸੰਭਵ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਈਪੀਓ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਦੇ ਦੋ ਤਰੀਕੇ ਹਨ:

- ਤੁਸੀਂ ਪੁਲਿਸ ਜਾਂ ਚਿਲਡਰਨਜ਼ ਸਰਵਿਸਿਜ਼ ਦੀ ਸਹਾਇਤਾ ਨਾਲ 24 ਘੰਟੇ ਦੇ ਆਧਾਰ ਤੇ ਹਫਤੇ ਦੇ 7 ਦਿਨ (24/7) ਕਦੇ ਵੀ ਈਪੀਓ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।
- ਤੁਸੀਂ 780-422-9222 ਤੇ ਐਡਮੰਟਨ ਪ੍ਰੋਟੈਕਸ਼ਨ ਆਰਡਰ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਇਹ ਆਰਡਰ ਪ੍ਰਮਾਣਿਤ ਕੀਤਾ ਜਾਏਗਾ ਜੇ ਪਰੋਵਿੰਸ਼ਿਅਲ ਕੋਰਟ ਜੱਜ ਜਾਂ ਜਸਟਿਸ ਆਫ ਪੀਸ ਇਹ ਫੈਸਲਾ ਕਰਦੀ ਹੈ ਕਿ "ਗੰਭੀਰਤਾ ਜਾਂ ਅਤਿਆਚਾਰ ਦੇ ਕਾਰਨ" ਪਰਿਵਾਰ ਜਾਂ ਰਿਸ਼ਤਾ ਹਿੰਸਾ ਦੇ ਨਤੀਜੇ ਵਜੋਂ ਤੁਰੰਤ ਸੁਰੱਖਿਆ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ। ਇੱਕ ਉੱਚ ਅਦਾਲਤ, ਕੋਰਟ ਆਫ ਕਵੀਨਜ਼ ਬੈਂਚ ਨੌਂ ਕੰਮਕਾਜੀ ਦਿਨਾਂ ਦੇ ਅੰਦਰ ਈਪੀਓ ਦੀ ਸਮੀਖਿਆ ਕਰੇਗੀ। ਇੱਕ ਵਾਰ ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਆਰਡਰ ਫਾਈਲ ਕਰਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਪੁਲਿਸ ਤੁਹਾਡੇ ਸਾਥੀ ਤੇ ਈਪੀਓ ਇਸਤੇਮਾਲ ਕਰੇਗੀ। ਉਸ ਸਮੇਂ ਆਰਡਰ ਦੀਆਂ ਸ਼ਰਤਾਂ ਨੂੰ ਲਾਗੂ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਈਪੀਓ ਦਾ ਇਸਤੇਮਾਲ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ:

- ਮੁਲਜ਼ਮ ਨੂੰ ਘਰ, ਕੰਮ ਵਾਲੀ ਥਾਂ, ਸਕੂਲ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਥਾਂ ਜਿਥੇ ਪਰਿਵਾਰ ਦੇ ਮੈਂਬਰ ਮੌਜੂਦ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ ਤੋਂ ਦੂਰ ਰੱਖਣ ਲਈ।
- ਦੋਸ਼ੀ ਨੂੰ ਪਰਿਵਾਰਕ ਮੈਂਬਰਾਂ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਜਾਂ ਸੰਚਾਰ ਕਰਨ 'ਤੇ ਰੋਕ ਲਾਉਣਾ।
- ਕੁਛ ਖਾਸ ਪਰਿਵਾਰ ਦੇ ਮੈਂਬਰਾਂ ਲਈ ਕਿਸੇ ਖਾਸ ਸਮੇਂ ਲਈ ਘਰ ਵਿੱਚ ਰਹਿਣ ਦੇ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਅਧਿਕਾਰ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨਾ।
- ਪੁਲਿਸ ਨੂੰ ਦੋਸ਼ੀ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਘਰ ਤੋਂ ਹਟਾਉਣ ਲਈ ਅਤੇ ਉਸ ਦੀ ਨਿਗਰਾਨੀ ਕਰਨ ਦੀ ਦਿਸ਼ਾ ਦੇਣਾ ਜਦ ਤਕ ਉਹ ਆਪਣੇ ਨਿੱਜੀ ਸਾਮਾਨ ਨੂੰ ਹਟਾਉਂਦੇ ਹਨ।
- ਪੁਲਿਸ ਨੂੰ ਹਥਿਆਰਾਂ ਨੂੰ ਜ਼ਬਤ ਕਰਨ ਅਤੇ ਸਟੋਰ ਕਰਨ ਦਾ ਨਿਰਦੇਸ਼।
- ਪਰਿਵਾਰ ਦੇ ਮੈਂਬਰਾਂ ਦੀ ਤੁਰੰਤ ਸੁਰੱਖਿਆ ਲਈ ਕੋਈ ਹੋਰ ਪ੍ਰਬੰਧਨ ਦਸਣਾ।

9 ਕੰਮਕਾਜੀ ਦਿਨਾਂ ਦੇ ਅੰਦਰ-ਅੰਦਰ ਤਹਿ ਕੀਤੀ ਗਈ ਸਮੀਖਿਆ 'ਤੇ ਕੋਰਟ ਆਫ ਕੁਈਨਜ਼ ਬੈਂਚ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ:

- ਈਪੀਓ ਦੀ ਪੁਸ਼ਟੀ।
- ਈਪੀਓ ਨੂੰ ਰੱਦ।
- ਇਕ ਮੌਖਿਕ ਸੁਣਵਾਈ ਹੋਣ ਲਈ ਨਿਰਦੇਸ਼।
- ਇੱਕ ਨਵਾਂ ਆਰਡਰ ਜਾਰੀ।

ਇਹ ਯਾਦ ਰੱਖਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਕਿ ਝੂਠੇ ਦਾਅਵਿਆਂ ਨੂੰ ਬਣਾਉਣਾ ਗੈਰ-ਕਾਨੂੰਨੀ ਹੈ। ਜੋ ਵੀ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਕਰਦਾ ਹੈ ਉਸ ਤੇ ਕੈਨੇਡਾ ਦੀ ਕ੍ਰਿਮੀਨਲ ਕੋਡ ਤਹਿਤ ਜਨਤਕ ਤਸ਼ੱਦਦ ਦਾ ਦੋਸ਼ ਲਾਇਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਸੈਂਟਰ ਫਾਰ ਪਬਲਿਕ ਲੀਗਲ ਐਜੂਕੇਸ਼ਨ ਅਲਬਰਟਾ (ਸੀਪੀਐਲਏ) ਦੀ ਵੈਬਸਾਈਟ (www.cplea.ca/publications) ਦੇ ਸਾਧਨ/ਰਿਸੋਰਸ ਸੈਕਸ਼ਨ ਨੂੰ ਦੇਖੋ।

ਕੁਈਨ ਬੈਂਚ ਪ੍ਰੋਟੈਕਸ਼ਨ ਆਰਡਰ (Queen Bench Protection Order)

ਕਿਸੇ ਈਪੀਓ ਦੀ ਸਮੀਖਿਆ ਤੋਂ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਨਵੇਂ ਆਰਡਰ ਨੂੰ ਕੁਈਨ ਬੈਂਚ ਪ੍ਰੋਟੈਕਸ਼ਨ ਆਰਡਰ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਕੋਰਟ ਆਫ ਕੁਈਨ ਬੈਂਚ ਤੋਂ ਸਿੱਧੇ ਸੁਰੱਖਿਆ ਲਈ ਅਰਜ਼ੀ ਦੇ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਇੱਕ ਕੁਈਨਜ਼ ਬੈਂਚ ਪ੍ਰੋਟੈਕਸ਼ਨ ਆਰਡਰ ਇਕ ਸਾਲ ਤੱਕ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਅਗਲੇ ਇੱਕ ਸਾਲ ਦੇ ਸਮੇਂ ਲਈ ਵਧਾਇਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਈਪੀਓ ਦੀਆਂ ਸ਼ਰਤਾਂ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਕੁਈਨਜ਼ ਬੈਂਚ ਪ੍ਰੋਟੈਕਸ਼ਨ ਆਰਡਰ ਵਿਚ ਇਹ ਸ਼ਰਤਾਂ ਵੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ ਜਿਵੇ:

- ਪਰਿਵਾਰਿਕ ਹਿੰਸਾ ਦੇ ਨਤੀਜੇ ਵਜੋਂ ਹੋਏ ਕਿਸੇ ਵੀ ਵਿੱਤੀ ਨੁਕਸਾਨ ਲਈ ਮੁਜਰਿਮ ਨੂੰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ।
- ਪੀੜਤ ਜਾਂ ਮੁਲਜ਼ਮ ਨੂੰ ਅਸਥਾਈ ਤੌਰ 'ਤੇ ਖਾਸ ਨਿੱਜੀ ਸੰਪਤੀ ਕੋਲ ਰੱਖਣ ਦੀ ਇਜਾਜ਼ਤ।
- ਪੀੜਤ ਜਾਂ ਮੁਲਜ਼ਮ ਨੂੰ ਉਹ ਜਾਇਦਾਦ ਨਾਲ ਨਾ ਨਜਿੱਠਣ ਲਈ ਦੱਸਣਾ ਜਿਸ ਵਿਚ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੋਵਾਂ ਦੀ ਰੁੱਚੀ ਹੈ (ਉਦਾਹਰਣ ਵਜੋਂ ਇਸ ਨੂੰ ਵੇਚਣ ਜਾਂ ਦੇਣ ਨਹੀਂ ਦੇਣਾ)।
- ਮੁਲਜ਼ਮ ਨੂੰ ਲਾਜ਼ਮੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਇਕ ਬਾਂਡ ਪੋਸਟ ਕਰਨ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੈ ਤਾਂ ਜੋ ਇਹ ਪਾਲਣਾ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਈ ਜਾ ਸਕੇ ਕਿ ਉਹ ਆਦੇਸ਼ ਦੀਆਂ ਸ਼ਰਤਾਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰਨਗੇ।
- ਹਿੰਸਾ ਵਿਚ ਸ਼ਾਮਲ ਪਰਿਵਾਰ ਦੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਮੈਂਬਰ ਲਈ ਕੌਂਸਲਿੰਗ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਦਾ ਨਿਰਦੇਸ਼ ਦੇਣਾ।

ਰਿਸਟ੍ਰੇਨਿੰਗ ਆਰਡਰ (Restraining Order)

ਇੱਕ ਰਿਸਟ੍ਰੇਨਿੰਗ ਆਰਡਰ ਮੁਲਜ਼ਮਾਂ ਨੂੰ ਤੁਹਾਡੇ ਵਿਰੁੱਧ ਕੁਝ ਖਾਸ ਕਾਰਵਾਈਆਂ ਕਰਨ ਦੀ ਮਨਾਹੀ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਪੁਲਿਸ ਤੁਹਾਡੇ ਸਾਥੀ ਨੂੰ ਰਿਸਟ੍ਰੇਨਿੰਗ ਆਰਡਰ ਨੂੰ ਤੋੜਨ (ਜਿਸਨੂੰ "ਬਰੀਚਿੰਗ" ਵੀ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ) ਲਈ ਗ੍ਰਿਫਤਾਰ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਆਰਡਰ ਦੀ ਉਲੰਘਣਾ ਕੋਈ ਅਪਰਾਧਕ ਜੁਰਮ ਨਹੀਂ ਹੈ ਪਰ ਇਹ ਕੋਰਟ ਦੀ ਸ਼ਿਸ਼ਟ (ਸਿਵਲ) ਉਲੰਘਣਾ ਵਿਚ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਰਿਸਟ੍ਰੇਨਿੰਗ ਆਰਡਰ ਲਈ ਅਰਜ਼ੀ ਦੇਣਾ ਪੁਲਿਸ ਨੂੰ ਸ਼ਾਮਲ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ ਅਤੇ ਕਿਸੇ ਜਾਂਚ ਜਾਂ ਪੁਲਿਸ ਫਾਈਲ ਜਾਂ ਅਦਾਲਤੀ ਫ਼ਾਈਲ ਫ਼ੀਸ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਾਰੇ ਲੋੜੀਂਦੇ ਕਾਗਜ਼ ਆਪ ਤਿਆਰ ਕਰਨੇ ਹੋਣਗੇ। ਬਾਕੀ ਰਿਸਟ੍ਰੇਨਿੰਗ ਐਪਲੀਕੇਸ਼ਨ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਇੱਕ ਵਕੀਲ ਲੱਭਣਾ ਇੱਕ ਚੰਗਾ ਵਿਚਾਰ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ:

- ਅਦਾਲਤ ਵਿਚ ਕੋਰਟ ਆਫ ਕੁਈਨਜ਼ ਬੈਂਚ ਦੇ ਜਸਟਿਸ ਅੱਗੇ ਅਰਜ਼ੀ ਦੇਣਾ;
- ਆਪਣੇ ਸਾਥੀ "ਜਵਾਬਦੇਹ" ਨੂੰ ਆਰਡਰ ਅਤੇ ਘੋਸ਼ਣਾ / ਹਲਫਨਾਮੇ ਦੇਣਾ। ਪ੍ਰਭਾਵ ਵਿੱਚ ਲਿਆਉਣ ਲਈ ਆਰਡਰ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ; ਅਤੇ
- ਆਪਣੇ ਸਥਾਨਕ ਪੁਲਿਸ ਸਟੇਸ਼ਨ ਵਿਖੇ ਹਲਫਨਾਮੇ ਅਤੇ ਆਰਡਰ ਨੂੰ ਰਜਿਸਟਰ ਕਰਨਾ (ਸਾਬਤ ਕਰਨਾ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਸਾਥੀ ਨੇ ਆਰਡਰ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕੀਤਾ ਹੈ)।

ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਵਿੱਚ ਤੁਸੀਂ ਰਿਸਟ੍ਰੇਨਿੰਗ ਆਰਡਰ ਇੱਕ ਤੋਂ ਦੋ ਦਿਨਾਂ ਵਿੱਚ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਇਕ ਵਾਰ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਆਰਡਰ ਦੀ ਮਨਜ਼ੂਰੀ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਇਸ ਦੀ ਸਮੀਖਿਆ ਦੋ ਤੋਂ ਤਿੰਨ ਹਫਤਿਆਂ ਦੇ ਅੰਦਰ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਸਮੀਖਿਆ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਇਹ ਤਕਰੀਬਨ ਤਿੰਨ ਮਹੀਨੇ ਲਈ ਜਾਂ ਜਦੋਂ ਤਕ ਜੱਜ ਦੇ ਆਦੇਸ਼ ਪੂਰੇ ਨਹੀਂ ਹੋ ਜਾਣ ਤਕ ਲਾਗੂ ਹੁੰਦਾ ਹਨ।

ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਸੈਂਟਰ ਫਾਰ ਪਬਲਿਕ ਲੀਗਲ ਐਜੂਕੇਸ਼ਨ ਅਲਬਰਟਾ (ਸੀਪੀਐਲਏ) ਦੀ ਵੈਬਸਾਈਟ (www.cplea.ca/publications) ਦੇ ਰਿਸੋਰਸ (ਸਾਧਨ) ਸੈਕਸ਼ਨ ਨੂੰ ਦੇਖੋ।

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਆਪ ਦਸਤਾਵੇਜ ਨਹੀਂ ਦੇਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਇਹ ਕਰਨ ਲਈ ਭਾਣੇ ਤੇ (ਹਾਇਰ) ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਪੀਸ ਬਾਂਡ (Peace Bond)

ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਇਹ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਕਰਨ ਦਾ ਮਜ਼ਬੂਤ ਕਾਰਨ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਸਾਥੀ ਨੇ ਤੁਹਾਨੂੰ, ਤੁਹਾਡੇ ਅਜ਼ੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਨੁਕਸਾਨ ਪਹੁੰਚਾਇਆ ਹੈ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੀ ਸੰਪਤੀ ਨੂੰ ਨੁਕਸਾਨ ਪਹੁੰਚਾਇਆ ਹੈ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਪੀਸ ਬਾਂਡ ਲਈ ਅਰਜ਼ੀ ਦੇ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਇੱਕ ਪੀਸ ਬਾਂਡ ਲਈ ਵਕੀਲ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ; ਐਡਮੰਟਨ ਪੁਲਿਸ ਸੇਵਾਵਾਂ ਕਾਗਜ਼ੀ ਕਾਰਵਾਈਆਂ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰੇਗੀ ਅਤੇ ਬਿਨ੍ਹਾਂ ਕੋਈ ਵਿੱਤੀ ਲਾਗਤ ਦੇ ਪੀਸ ਬਾਂਡ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋਵੇਗਾ। ਜੇ ਤੁਹਾਡਾ ਸਾਥੀ ਪੀਸ ਬਾਂਡ ਤੋੜਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਉਹ ਅਪਰਾਧਕ ਤੌਰ ਤੇ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰ ਬਣ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਪੀਸ ਬਾਂਡ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਦੀ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਹੇਠ ਲਿਖੇ ਅਨੁਸਾਰ ਹੈ:

- ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨ ਲਈ ਆਪਣੇ ਸਥਾਨਕ ਪੁਲਿਸ ਸਟੇਸ਼ਨ 'ਤੇ ਜਾ ਕੇ ਇਹ ਦੱਸਣ ਵਾਲਾ ਇਕ ਫਾਰਮ ਤਿਆਰ ਕਰੋ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਸਾਥੀ ਨੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਅਜ਼ੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਨੁਕਸਾਨ ਪਹੁੰਚਾਇਆ ਹੈ।
- ਪੁਲਿਸ ਫੇਰ ਪੜਤਾਲ ਕਰੇਗੀ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਦੱਸਿਆ ਹੈ।
- ਫਿਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਜਸਟਿਸ ਆਫ ਪੀਸ ਦੀ ਕਚਹਿਰੀ ਜਾ ਕੇ ਸਹੁੰ ਚੁੱਕਣ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੋਏਗੀ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਫਾਰਮ ਵਿਚ ਸੱਚਾਈ ਦੱਸੀ ਗਈ ਹੈ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਬਿਆਨ ਦਾ ਵਿਸਥਾਰ ਦੇਣ ਲਈ ਕਿਹਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।
- ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਡੇ ਸਾਥੀ ਦੀ ਅਦਾਲਤ ਦੀ ਸੁਣਵਾਈ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਪੁਲਿਸ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੱਸੇਗੀ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਬਾਅਦ ਵਿਚ ਦੁਬਾਰਾ ਅਦਾਲਤ ਵਿਚ ਹਾਜ਼ਰ ਹੋਣ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ; ਜੇ ਇਹ ਸਥਿੱਤੀ ਬਣਦੀ ਹੈ ਤਾ ਪੁਲਿੰਸ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸੂਚਿਤ ਕਰੇਗੀ।
- ਜੇ ਇਕ ਪੀਸ ਬਾਂਡ ਜਾਰੀ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ ਤਾਂ ਪੁਲਿਸ ਨੂੰ ਦਿਖਾਉਣ ਲਈ ਇਕ ਕਾਪੀ ਆਪਣੇ ਨਾਲ ਰੱਖੋ।
- ਇੱਕ ਪੀਸ ਬੰਧਨ ਇੱਕ ਸਾਲ ਲਈ ਪ੍ਰਭਾਵ ਵਿੱਚ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ।

ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਵਿੱਚ, ਦੋ ਤੋਂ ਤਿੰਨ ਹਫਤਿਆਂ ਵਿੱਚ ਪੀਸ ਬਾਂਡ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨਾ ਸੰਭਵ ਹੈ।

ਉਪਲਬਧ ਵਿੱਤੀ ਲਾਭ

ਰੇਸਟੀਟਿਊਸ਼ਨ (ਮੁਆਵਜਾ)

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਸਾਥੀ ਦੇ ਕਾਰਨ ਇੱਕ ਵਿੱਤੀ ਨੁਕਸਾਨ ਝੱਲਿਆ ਹੈ ਜਾ ਤੁਹਾਨੂੰ ਵਿੱਤੀ ਨੁਕਸਾਨ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਤਾ ਤੁਸੀਂ "ਰੇਸਟੀਟਿਊਸ਼ਨ" ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਰੇਸਟੀਟਿਊਸ਼ਨ ਇੱਕ ਢੰਗ ਹੈ ਅਪਰਾਧੀ ਲਈ ਪੀੜਤ ਨੂੰ ਪਹੁੰਚੇ ਨੁਕਸਾਨ ਦੀ ਮੁੜ ਅਦਾਇਗੀ ਕਰਨ ਦਾ।

ਅਜਿਹਾ ਕਰਨ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਰੇਸਟੀਟਿਊਸ਼ਨ ਫਾਰਮ ਲਈ ਬੇਨਤੀ ਪੂਰੀ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਫਾਰਮ ਨੂੰ ਕੇਸ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਦਫ਼ਤਰ ਜਾਂ ਵਿਕਟਿਮ ਸਰਵਿਸਿਜ਼ ਤੋਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਜਦੋਂ ਫਾਰਮ ਭਰਿਆ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਜਿੰਨੀ ਜਲਦੀ ਹੋ ਸਕੇ ਵਿਕਟਿਮ ਸੇਵਾਵਾਂ ਨੂੰ ਵਾਪਸ ਕਰ ਦਿਓ, ਅਤੇ ਇਹ ਕ੍ਰਾਊਨ ਪ੍ਰੌਸੀਕੁਆਟਰ ਨੂੰ ਦਿੱਤਾ ਜਾਵੇਗਾ। ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਅਦਾਲਤ ਜਾਂਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਦਾਅਵਿਆਂ ਦਾ ਸਮਰਥਨ ਕਰਨ ਲਈ ਸਾਰੇ ਜ਼ਰੂਰੀ ਦਸਤਾਵੇਜਾਂ ਨੂੰ ਅਦਾਲਤ ਵਿਚ ਲਿਆਉਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋਵੇਗੀ। ਵਿਕਟਿਮ ਸਰਵਿਸਜ਼ ਨੂੰ ਪੁੱਛੋ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੀ ਲਿਆਉਣ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੈ।

ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹਨਾਂ ਲਈ ਰੇਸਟੀਟਿਊਸ਼ਨ ਦਿੱਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ:

- ਸੰਪਤੀ ਦਾ ਨੁਕਸਾਨ, ਨਸ਼ਟ ਜਾਂ ਤਬਾਹ ਕਰਨਾ;
- ਸਰੀਰਕ ਨੁਕਸਾਨ ਜਾਂ ਗੰਭੀਰ ਸੱਟ;
- ਆਮਦਨੀ ਜਾਂ ਸਹਾਇਤਾ ਦੀ ਘਾਟ;
- ਅਪਰਾਧੀ ਦੇ ਘਰ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਜਾਣ ਦਾ ਖ਼ਰਚ; ਜਾਂ
- ਭੁਲੇਖੇ ਵਿੱਚ ਚੋਰੀ ਦੀ ਜਾਇਦਾਦ ਖ਼ਰੀਦਣ ਦੇ ਨੁਕਸਾਨ।

ਇੱਕ ਅਪਰਾਧੀ ਦੇ ਦੋਸ਼ੀ ਪਾਏ ਜਾਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਜੱਜ ਦੋਸ਼ੀ ਦੀ ਸਜ਼ਾ ਦੇ ਦੌਰਾਨ ਰੇਸਟੀਟਿਊਸ਼ਨ ਨੂੰ ਵਿਚਾਰ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਕਰਾਊਨ ਸਜ਼ਾ ਦੇ ਦੌਰਾਨ ਰੇਸਟੀਟਿਊਸ਼ਨ ਦੀ ਮੰਗ ਨੂੰ ਨਾ ਕਰਨ ਦਾ ਫੈਸਲਾ ਕਰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਅਦਾਲਤ ਨੂੰ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਕਰਨ ਲਈ ਕਹਿ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਇਸ ਸਥਿੱਤੀ ਵਿੱਚ ਕੋਰਟ ਆਫ ਕਵੀਨਜ਼ ਬੈਂਚ ਵਿੱਚ ਨਿਰਣੇ ਦੇ ਤੌਰ ਤੇ ਆਰਡਰ ਨੂੰ ਫਾਈਲ ਕਰਨ ਅਤੇ ਲਾਗੂ ਕਰਨ ਲਈ ਕਿਸੇ ਵਕੀਲ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰਨਾ ਬਿਹਤਰ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਰੇਸਟੀਟਿਊਸ਼ਨ ਦਾ ਹੁਕਮ ਦਿੱਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਪਰ ਭੁਗਤਾਨ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਵਕੀਲ ਨਾਲ ਵੀ ਸਲਾਹ ਲੈ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਹਿੰਸਕ ਅਪਰਾਧ ਦੇ ਸ਼ਿਕਾਰ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਵਿੱਤੀ ਲਾਭ

ਵਿਕਟਿਮ ਆਫ ਕ੍ਰਾਈਮ ਐਕਟ ਗੁਨਾਹ ਦੇ ਦੌਰਾਨ ਜ਼ਖਮੀ ਹੋਏ ਨਿਰਦੋਸ਼ ਪੀੜਤਾਂ ਨੂੰ ਇੱਕ ਵਾਰੀ ਵਿੱਤੀ ਲਾਭ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਲਾਭ ਲਈ ਯੋਗ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਅਲਬਰਟਾ ਵਿੱਚ ਅਪਰਾਧ ਦੇ ਸ਼ਿਕਾਰ ਹੋਏ ਹੋਣ ਦੇ ਨਤੀਜੇ ਵੱਜੋਂ ਸਰੀਰਕ ਜਾਂ ਭਾਵਨਾਤਮਕ ਸੱਟ ਖਾਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਵਿੱਚ ਸੰਪਤੀ ਦੇ ਨੁਕਸਾਨ ਕਵਰ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ।

ਜਦੋਂ ਕਿਸੇ ਜੁਰਮ ਦਾ ਨਤੀਜਾ ਮੌਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਪੀੜਤ (ਮਰਿਤਕ) ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਵਿਅਕਤੀ ਵਿੱਤੀ ਲਾਭਾਂ ਲਈ ਯੋਗ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਇੱਕ ਕਾਨੂੰਨੀ ਗਾਰਡੀਅਨ ਨਾਬਾਲਗ ਜਾਂ ਨਿਰਭਰ ਬਾਲਗ਼ਾਂ ਦੀ ਤਰਫ਼ੋਂ ਅਰਜ਼ੀ ਦੇ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਇਹ ਨਿਰਧਾਰਤ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਪੀੜਤ (ਮਰਿਤਕ) ਦਾ ਵਰਤਾਓ ਸੱਟ-ਫੇਟ ਵਿਚ ਯੋਗਦਾਨ ਸੀ ਤਾਂ ਲਾਭ ਦੀ ਮਾਤਰਾ ਘਟਾਈ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਇਹਨਾਂ ਵਿੱਤੀ ਲਾਭਾਂ ਲਈ ਯੋਗ ਹੋਣ ਲਈ:

- ਅਪਰਾਧ ਅਲਬਰਟਾ ਵਿਚ ਹੋਇਆ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ;
- ਜੁਰਮ ਦਾ ਵੇਰਵਾ ਪੁਲਿਸ ਨੂੰ ਸਮੇਂ ਦੀ ਇਕ ਵਾਜਬ ਲੰਬਾਈ ਦੇ ਅੰਦਰ-ਅੰਦਰ ਰਿਪੋਰਟ ਕੀਤਾ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ;
- ਫਾਇਨੈਨਸ਼ੀਅਲ ਬੈਨੀਫਿਟ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਨੂੰ ਸੱਟ ਲੱਗਣ ਦੇ ਇਕ ਸਾਲ ਦੇ ਅੰਦਰ ਲਿਖਤੀ ਅਰਜ਼ੀ ਮਿਲਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ; ਅਤੇ
- ਬਿਨੈਕਾਰ ਨੂੰ ਮਾਮਲੇ ਅਤੇ ਸੱਟ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਮੁਹੱਈਆ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਇਸ ਅਰਜ਼ੀ ਦੀ ਲੋੜ ਫੈਸਲਾ ਕਰਨ ਲਈ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਤੁਸੀਂ ਐਡਮੰਟਨ ਪੁਲਿਸ ਸਰਵਿਸ ਦੇ ਵਿਕਟਿਮ ਸੇਵਾਵਾਂ ਤੋਂ ਲੋੜੀਂਦੇ ਫਾਰਮ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। 780-422-0721 ਤੇ ਘਰੇਲੂ ਹਿੰਸਾ ਸ਼ਿਕਾਇਤ ਕਰਤਾ ਸਹਾਇਤਾ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ (ਡੀਵੀਸੀਏਪੀ) ਫਾਰਮ ਭਰਨ ਵਿਚ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਅਲਬੇਰਟਨ ਫਲੀਈਂਗ ਐਬਊਜ਼ (ਦੁਰਵਿਵਹਾਰ ਤੋ ਭਜੇ) ਲਈ ਸਹਾਇਤਾ

ਅਲਬਰਟਾ ਵਾਸੀਆਂ ਨੂੰ ਦੁਰਵਿਵਹਾਰ ਵਾਲੀ ਸਥਿਤੀ ਵਿੱਚ ਦਿਨ ਦੇ 24 ਘੰਟੇ, ਹਫ਼ਤੇ ਵਿੱਚ ਸੱਤ ਦਿਨ ਅਲਬਰਟਾ ਵਰਕਸ ਫਲੀਈਂਗ ਐਬਊਜ਼ ਫੰਡ ਦੁਆਰਾ ਮਦਦ ਮਿਲ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਅਲਬਰਟਾ ਵਿੱਚ ਕ ਕਿਤੇਉ ਵੀ ਤੋਂ 1-886-644-5135 ਤੇ ਟੋਲ-ਫ੍ਰੀ ਫੋਨ ਕਰੋ ਇਹ ਪਤਾ ਕਰਨ ਲਈ ਕਿ ਕੀ ਉਪਲਬਧ ਹੈ। ਵਿੱਤੀ ਸਹਾਇਤਾ ਅਲਬਰਟਾ ਵਰਕਸ ਇਨਕਮ ਸਪੋਰਟ ਰਾਹੀਂ ਵੀ ਉਪਲਬਧ ਹਨ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਦੀਆਂ ਯੋਗਤਾ ਸ਼ਰਤਾ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰਦੇ ਹੋ ਉਹ ਹੇਠਾਂ ਦਿੱਤੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੇ ਹਨ:

ਸੁਰੱਖਿਆ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨਾ

- ਕਿਸੇ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਸਥਾਨ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਸ਼ੈਲਟਰ ਲਈ ਐਮਰਜੰਸੀ ਆਵਾਜਾਈ।
- ਜੇ ਸ਼ੈਲਟਰ ਵਿੱਚ ਜਗ੍ਹਾ ਨਾ ਹੋਵੇ ਜਾਂ ਉਪਲਬਧ ਨਾ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਕੋਈ ਹੋਟਲ ਜਾਂ ਮੋਟਲ ਵਿਚ ਐਮਰਜੰਸੀ ਰਿਹਾਇਸ਼।
- ਕਿਸੇ ਸ਼ੈਲਟਰ ਦੁਆਰਾ ਨਾ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕੀਤੀਆਂ ਜਾਣ ਵਾਲੀਆਂ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਜ਼ਰੂਰਤਾਂ ਲਈ ਮਦਦ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਦਵਾਈਆਂ, ਪੋਸ਼ਣ ਉਤਪਾਦ, ਦੰਦਾਂ ਅਤੇ ਦ੍ਰਿਸ਼ਟੀ ਸੇਵਾਵਾਂ ਅਤੇ ਬਾਲ ਸੰਭਾਲ।
- ਅਲਬਰਟਾ ਜਾਂ ਕਨੇਡਾ ਦੇ ਅੰਦਰ ਤਬਦਲੀ (ਪੁਨਰ ਸਥਾਪਤੀ) ਦੀ ਲਾਗਤ ਕਵਰ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਜੇ ਹਿੰਸਾ ਦੇ ਖ਼ਤਰੇ ਤੋਂ ਬਚਣ ਲਈ ਲੋੜ ਹੋਵੇ।

ਨਵੇਂ ਘਰ ਨੂੰ ਸਥਾਪਿਤ ਕਰਨਾ

- ਇੱਕ ਨਵਾਂ ਘਰ ਬਣਾਉਣ ਲਈ $1000।
- ਕਿਸੇ ਨਿਵਾਸ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਕਰਨ ਲਈ ਡੈਮੇਜ਼ ਡਿਪਾਜ਼ਿਟ।
- ਲੋੜਾਂ ਜਿਵੇਂ ਭੋਜਨ, ਕਪੜੇ, ਘਰ ਅਤੇ ਹੋਰ ਬੁਨਿਆਦੀ ਲੋੜਾਂ ਲਈ ਵਿੱਤੀ ਸਹਾਇਤਾ।
- ਤੁਸੀਂ ਰੁਜ਼ਗਾਰ ਲਭਣ ਦੀ ਉਮੀਦ ਤੋਂ ਮੁਕਤ ਹੋ ਤਾਂ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਨਿੱਜੀ ਅਤੇ / ਜਾਂ ਪਰਿਵਾਰਕ ਮਾਮਲਿਆਂ ਨੂੰ ਨਿਪਟਾ ਸਕੋ।
- $50 ਪ੍ਰਤੀ ਮਹੀਨਾ ਦੇ ਲਾਭ ਨੂੰ ਮਾਨਤਾ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਹੈ ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਕੰਮ 'ਤੇ ਜਾਣ ਲਈ ਤਿਆਰ ਨਹੀਂ ਹੋ।

ਨਵਾਂ ਜੀਵਨ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨਾ

- ਨੌਕਰੀ ਲੱਭਣ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਲਈ ਰੋਜ਼ਗਾਰ ਅਤੇ ਸਿਖਲਾਈ ਸਹਾਇਤਾ ਸੇਵਾਵਾਂ।
- ਦੂਜੇ ਮਾਤਾ / ਪਿਤਾ ਤੋਂ ਬੱਚਿਆ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ (ਚਾਈਲਡ ਸਪੋਰਟ) ਲਈ ਮੁਫਤ ਸੇਵਾ ਜੇ ਅਜਿਹਾ ਕਰਨ ਨਾਲ ਪਰਿਵਾਰ ਦੇ ਕਿਸੇ ਬੰਦੇ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਨੂੰ ਖਤਰਾ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ।
- ਨੌਕਰੀ ਮਿਲਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਕੁਝ ਰਕਮ ਦੀ ਕਟੌਤੀ ਨਹੀਂ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ। ਵੇਰਵੇ ਲਈ ਅਲਬਰਟਾ ਵਰਕਸ ਦੇ ਨਾਲ ਚੈੱਕ ਕਰੋ।
- ਤੁਹਾਡੇ ਪਰਿਵਾਰ ਦੇ ਛੱਡਣ ਦੇ ਯੋਗ ਹੋਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਜਾਰੀ ਸਿਹਤ ਲਾਭ।
- ਘੱਟ ਆਮਦਨ ਵਾਲੇ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਸਿਹਤ ਲਾਭ ਉਪਲਬਧ ਹਨ।

ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਰਿਸ਼ਤਾ ਖਤਮ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਕੀ ਹੋਵੇਗਾ?

ਚਾਹੇ ਤੁਸੀਂ ਵਿਆਹੇ ਹੋ ਜਾਂ ਕਾਮਨ-ਲਾਅ ਰਾਹੀਂ ਰਹਿੰਦੇ ਹੋ ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਰਿਸ਼ਤੇ ਖਤਮ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਵਕੀਲ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਵਕੀਲ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦੇ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਕਾਨੂੰਨੀ ਸਹਾਇਤਾ ਲਈ ਅਰਜ਼ੀ ਦੇ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਕਿਸੇ ਵਕੀਲ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰਨ ਲਈ ਹੇਠ ਦਿੱਤੀਆ ਗਲਾ ਵਿਚਾਰੋ।

ਦੇਖਭਾਲ ਅਤੇ ਸਹਾਇਤਾ

ਮੇਨਟੇਨੈਂਸ ਇਨਫੋਰਸਮੈਂਟ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ (ਐਮ.ਈ.ਪੀ।) ਪੈਸੇ ਇਕੱਤਰ ਕਰਨ ਅਤੇ ਸਹੀ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਅਦਾਇਗੀ ਕਰਨ ਦੁਆਰਾ ਚਾਈਲਡ ਸਪੋਰਟ ਅਤੇ ਸਪੌਸਲ ਆਰਡਰ ਲਾਗੂ ਕਰਨ ਲਈ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਐਮ.ਈ.ਪੀ ਸ਼ਾਮਲ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਦੇ ਸਵੈ-ਇੱਛਤ ਸਹਿਯੋਗ 'ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਕਰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਸਿਰਫ ਉਦੋ ਹੀ ਰੱਖ-ਰਖਾਵ ਨੂੰ ਲਾਗੂ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜਦੋਂ ਰਿਨਦਾਤਾ (ਤੁਹਾਡਾ ਸਾਥੀ), ਲੈਣਦਾਰ (ਤੁਸੀਂ) ਜਾਂ ਕ੍ਰਾਉਨ ਨੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਵਿੱਚ ਰਜਿਸਟਰ ਕੀਤਾ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ 780-422-5555 ਤੇ MEP ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

MEP ਕਰੇਗਾ:

- ਆਪਣੇ ਗਾਹਕ ਦੀ ਨਿੱਜੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਨੂੰ ਗੁਪਤ ਰੱਖਣਾ।
- ਸਾਰੇ ਰੱਖ-ਰਖਾਅ ਦੇ ਹੁਕਮਾਂ ਨੂੰ ਇਕੱਠਾ ਕਰਨ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼।
- ਰਿਨਦਾਤਾ ਦੀ ਬੇਨਤੀ ਤੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਸਥਿਤੀ ਦੀਆਂ ਸਮੀਖਿਆਵਾਂ ਕਰਨਾ ਜੋ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਦੁਆਦੀਆ ਹਨ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਬੱਚੇ ਹੁਣ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਕੋਰਟ ਦੇ ਹੁਕਮਾਂ ਦੇ ਅਧੀਨ ਸਹਾਇਤਾ ਲਈ ਪਾਤਰ ਨਹੀਂ ਰਹੇ।
- ਕਰਜ਼ਦਾਰ ਦੇ ਆਪਣੇ ਬਕਾਇਆਂ (ਭੁਗਤਾਨ ਅਜੇ ਵੀ ਬਕਾਇਆ ਹੈ) ਦਾ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਨ ਅਤੇ ਭਵਿਖ ਦੇ ਭੁਗਤਾਨਾਂ ਲਈ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕਰਨ ਤੇ, 14 ਦਿਨ ਦੇ ਅੰਦਰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਸੰਗ੍ਰਹਿ ਪ੍ਰਕ੍ਰਿਆ ਨੂੰ ਰੋਕਣਾ। ਇੱਕ ਰਿਨਦਾਤਾ ਦੀ ਅਦਾਇਗੀ ਕਰਨ ਦੀ ਅਸਫਲਤਾ ਕਾਰਨ ਜਾਰੀ ਵੇਤਨ ਦੀ ਅਦਾਇਗੀ ਦੇ ਕਟੌਤੀ ਨੋਟਿਸ ਅੰਤ ਨਹੀਂ ਕੀਤੇ ਜਾਣਦਗੇ ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ ਫਾਈਲ ਬੰਦ ਹੋਣ ਤੱਕ ਇਹ ਖ਼ਤਮ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੇ।

ਐਮ.ਈ.ਪੀ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਅਦਾਲਤੀ ਆਦੇਸ਼ ਨਹੀਂ ਦੇ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਕਿਸੇ ਅਦਾਲਤ ਦੁਆਰਾ ਦਿੱਤੇ ਸਹਾਇਤਾ ਦੀ ਮਾਤਰਾ ਨੂੰ ਬਦਲ ਨਹੀਂ ਸਕਦਾ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਵੀ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਅਦਾਲਤ ਦੇ ਹੁਕਮ ਨੂੰ ਬਦਲ ਨਹੀਂ ਸਕਦਾ। ਐੱਮਈਪੀ ਕਾਨੂੰਨੀ ਸਲਾਹ ਜਾਂ ਕਾਨੂੰਨੀ ਪ੍ਰਤੀਨਿਧਤਾ ਜਾਂ ਹਿਰਾਸਤ, ਅਕਸੱਸ ਜਾਂ ਪੇਰੇਂਟਿੰਗ ਟਾਈਮ ਨਾਲ ਨਜਿੱਠਣ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ। ਇਸ ਕਿਸਮ ਦੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਇਸ ਪੁਸਤਿਕਾ ਦੇ ਪਿਛਲੇ ਹਿੱਸੇ ਵਿਚਲੇ ਸਾਧਨਾਂ ਨੂੰ ਦੇਖੋ।

ਫੈਮਲੀ ਲਾਅ ਐਕਟ (ਪਰਿਵਾਰ ਕਾਨੂੰਨ ਐਕਟ)

ਫੈਮਲੀ ਲਾਅ ਐਕਟ:

- ਪਰਿਵਾਰ ਦੇ ਮੈਂਬਰਾਂ ਦੇ ਅਧਿਕਾਰਾਂ ਅਤੇ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀਆਂ ਬਾਰੇ ਪਰਿਵਾਰ ਦੇ ਮੈਂਬਰਾਂ, ਵਕੀਲਾਂ ਅਤੇ ਜੱਜਾਂ ਨੂੰ ਸੱਪਸ਼ਟ ਦਿਸ਼ਾ-ਨਿਰਦੇਸ਼ ਦਿੰਦਾ ਹੈ।
- ਫੈਮਲੀ ਲਾਅ ਨੂੰ ਠੀਕ ਕਰਨ ਨੂੰ ਪ੍ਰੋਤਸਾਹਨ ਦਿੰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਸਰਬੋਤਮ ਹਿੱਤਾਂ ਤੇ ਧਿਆਨ ਕੇਂਦਰਤ ਕਰਦਾ ਹੈ।
- ਮਾਤਾ-ਪਿਤਾ, ਗਾਰਡੀਅਨ ਅਤੇ ਹੋਰ ਲੋਕਾਂ ਦੀਆਂ ਜ਼ੁੰਮੇਵਾਰੀਆਂ ਅਤੇ ਤਾਕਤਾਂ ਦੀ ਰੂਪ ਰੇਖਾ ਦੱਸਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਨਾਲ ਹੀ ਦੱਸਦਾ ਹੈ ਕਿ ਬੱਚਿਆਂ ਨਾਲ ਜ਼ੁਮੇਵਾਰੀ, ਅਧਿਕਾਰ ਅਤੇ ਸਮਾਂ ਕਿਵੇਂ ਵੰਡਣਾ ਹੈ ਜਦੋਂ ਮਾਪੇ ਇਕੱਠੇ ਨਹੀਂ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ।
- ਸਮਰਥਨ ਦੀ ਮਾਤਰਾ ਤੇ ਫੈਸਲਾ ਕਿਵੇਂ ਕਰਨਾ ਹੈ ਅਤੇ ਅਦਾਲਤ ਨੂੰ ਕਦੋਂ ਅਰਜ਼ੀ ਦੇਣੀ ਹੈ ਇਸ ਬਾਰੇ ਮਾਰਗਦਰਸ਼ਨ ਮਿਲਦਾ ਹੈ ਜਦੋਂ ਲੋਕ ਆਪਸ ਵਿਚ ਸਹਿਮਤ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦੇ।

ਫ਼ੈਮਿਲੀ ਲੱਅ ਐਕਟ ਹੇਠ ਲਿਖਿਆਂ ਨਾਲ ਨਹੀਂ ਨਿਪਟਦਾ ਹੈ:

- ਤਲਾਕ;
- ਪਰਿਵਾਰਕ ਜਾਇਦਾਦ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਮਾਮਲੇ; ਨਾ ਹੀ
- ਬਾਲ ਸੁਰੱਖਿਆ ਸੰਬੰਧੀ ਮਾਮਲੇ

ਫੈਮਿਲੀ ਲੱਅ ਐਕਟ ਨੂੰ www.qp.alberta.ca 'ਤੇ ਐਲਬਰਟਾ ਕੁਈਨਜ਼ ਪ੍ਰਿੰਟਰ ਵੈਬਸਾਈਟ ਤੋਂ ਵੇਖਿਆ ਅਤੇ ਛਾਪਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਅਦਾਲਤਾਂ ਇਕ ਪੇਰੇਂਟਿੰਗ ਆਰਡਰ ਬਣਾਉਂਦੀਆਂ ਹਨ ਜਦੋਂ ਇੱਕ ਬੱਚੇ ਦੇ ਇੱਕ ਤੋਂ ਵੱਧ ਗਾਰਡੀਅਨ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਜੋ ਵੱਖ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਇਸ ਗੱਲ ਤੇ ਸਹਿਮਤ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੇ ਕਿ ਕਿਵੇਂ ਸ਼ਕਤੀਆਂ, ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀਆਂ ਅਤੇ ਗਾਰਡੀਅਨਸ਼ਿਪ ਦੀਆਂ ਹੱਕਦਾਰੀਆਂ ਸਾਂਝੀ ਕਰੀਏ।

ਇੱਕ ਪੇਰੇਂਟਿੰਗ ਆਰਡਰ ਸੰਤੁਲਿਤ ਹੋਣ ਅਤੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਬਿਹਤਰ ਹਿੱਤਾਂ ਤੇ ਕੇਂਦ੍ਰਿਤ ਹੋਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਮਾਪਿਆਂ ਦੇ ਵਿਚਕਾਰ ਪਾਲਣ-ਪੋਸ਼ਣ ਸਮੇਂ ਅਤੇ ਮਾਪਿਆਂ ਦੀਆਂ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀਆਂ ਨੂੰ ਨਿਰਧਾਰਤ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਇੱਕ ਸੰਪਰਕ (ਕੰਟੈਕਟ) ਆਰਡਰ ਵਿੱਚ ਬੱਚੇ ਅਤੇ ਗਾਰਡੀਅਨ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਹੋਰ ਲੋਕਾਂ ਵਿਚਕਾਰ ਸੰਪਰਕ ਸ਼ਾਮਲ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਦਾਦਾ-ਦਾਦੀ ਅਤੇ ਹੋਰ ਲੋਕ ਜੋ ਬੱਚੇ ਲਈ ਮਹੱਤਵਪੂਰਣ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਜੇ ਕਿਸੇ ਗਾਰਡੀਅਨ ਨੇ ਕਿਸੇ ਬੱਚੇ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰਨ ਤੋਂ ਇਨਕਾਰ ਕੀਤਾ ਹੈ ਤਾਂ ਟੈਲੀਫੋਨ ਜਾਂ ਈ-ਮੇਲ ਰਾਹੀਂ ਵਿਅਕਤੀਗਤ ਮੁਲਾਕਾਤਾਂ ਜਾਂ ਹੋਰ ਸੰਪਰਕ ਲਈ ਅਰਜ਼ੀ ਦਿੱਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਕਾਨੂੰਨੀ ਹੱਕ

ਹਿਰਾਸਤ / ਸਪੁਰਦਗੀ (ਸਾਭ) ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਦਾ ਮਾਤਾ-ਪਿਤਾ ਦਾ ਕਾਨੂੰਨੀ ਹੱਕ ਹੈ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਰਿਸ਼ਤੇ ਨੂੰ ਛੱਡ ਦਿੰਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਸਾਭ ਲਈ ਅਸਥਾਈ ਆਰਡਰ ਲਈ ਪਰਿਵਾਰਕ ਅਦਾਲਤ ਨੂੰ ਅਰਜ਼ੀ ਦਿਓ ਭਾਵੇਂ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਨਾਲ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਨਹੀਂ ਲਿੱਤਾ। ਹਿਰਾਸਤ (ਸਾਭ) ਲਈ ਅਰਜ਼ੀ ਦੇਣ ਸਮੇਂ ਕਿਸੇ ਵਕੀਲ ਦੀ ਮਦਦ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰੋ ਜਾਂ 780-427-7575 ਤੇ ਇਸ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲੈਣ ਲਈ ਲੀਗਲ ਏਡ ਅਲਬਰਟਾ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ।

ਦੇਸ ਵਿੱਚੋਂ ਇੱਕ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਬਾਹਰ ਲੈ ਕੇ ਜਾਣਾ

ਤਲਾਕ / ਵਿਛੋੜੇ ਜਾਂ ਪਰਿਵਾਰਕ ਹਿੰਸਾ ਦੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਮਾਮਲੇ ਵਿੱਚ ਬਾਲ ਸੁਰੱਖਿਆ ਜਾਂ ਬੱਚੇ ਦੀ ਹਿਰਾਸਤ ਹਮੇਸ਼ਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਪਰ ਇਹ ਇੱਕ ਬਹੁਤ ਹੀ ਔਖਾ ਮੁੱਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਕਾਰਕਾਂ 'ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਸਥਿਤੀ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਡਰ ਸਹਿਮਤੀ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਇਕ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਦੇਸ਼ ਵਿਚੋਂ ਲੈ ਕੇ ਜਾਣਾ ਵੀ ਹੈ।

ਫਿਰ ਵੀ ਜੇ ਮਾਤਾ ਜਾਂ ਪਿਤਾ ਡਰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਦੂਜਾ ਮਾਪੇ ਸਹਿਮਤੀ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਰਾਜ ਜਾਂ ਦੇਸ਼ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਲੈ ਜਾਣਗੇ। ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਦੇਸ਼ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਲੈ ਕੇ ਜਾਣ ਤੋਂ ਰੋਕਣ ਲਈ ਇੱਕ ਪੇਰੈਂਟ ਆਦੇਸ਼ (Parenting Order) ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਦੇ ਯੋਗ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ 1-855-738-4747 ਰੈਜ਼ੋਲੂਸ਼ਨ ਸੇਵਾਵਾਂ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ।

ਗਾਰਡੀਅਨਸ਼ਿਪ

ਗਾਰਡੀਅਨਸ਼ਿਪ ਇੱਕ ਮਾਪੇ ਨੂੰ ਇਹ ਫੈਸਲਾ ਕਰਨ ਦਾ ਹੱਕ ਦਿੰਦੀ ਹੈ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਪਾਲਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ (ਸਿੱਖਿਆ, ਧਾਰਮਿਕ ਸਿਖਲਾਈ ਆਦਿ ਸਮੇਤ)। ਹਿਰਾਸਤ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕਰਨ ਸਮੇਂ ਇਸ ਬਾਰੇ ਆਪਣੇ ਵਕੀਲ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰਨਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ।

ਐਕਸੈਸ (ਪਹੁੰਚ)

ਐਕਸੈਸ ਬੱਚੇ ਦੇ ਮਾਪਿਆਂ ਨੂੰ ਮਿਲਣ ਦੇ ਹੱਕ ਲਈ ਕਾਨੂੰਨੀ ਪਰਿਭਾਸ਼ਾ ਹੈ ਜਿਸ ਕੋਲ ਹਿਰਾਸਤ (ਸਾਭ) ਨਹੀਂ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਨਿਰਦਿਸ਼ਟ ਐਕਸੈਸ ਦੇ ਆਦੇਸ਼ ਲਈ ਜੱਜ ਨੂੰ ਕਹਿ।

ਸਕਦੇ ਹੋ। ਇਹ ਗ਼ੈਰ-ਹਿਰਾਸਤ ਵਾਲੇ ਮਾਪਿਆਂ ਨੂੰ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਮਿਲਨ ਦੀ ਤਾਂ ਹੀ ਇਜ਼ਾਜ਼ਤ ਦਿੰਦਾ ਹੈ ਜੇ ਉਹ ਕੁਝ ਸ਼ਰਤਾਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰਦੇ ਹਨ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਮਿਲਨ ਤੋਂ 48 ਘੰਟਿਆਂ ਪਹਿਲਾਂ ਸ਼ਰਾਬ ਨਾ ਪੀਣਾ ਜਾਂ ਨਸ਼ੇ ਨਾ ਕਰਨਾ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਸੀਮਾ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਨਾ ਲਿਆਉਣ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਖਾਸ ਸਮੇਂ ਤੇ ਹੀ ਮਿਲਣਾ।

ਜਾਇਦਾਦ

ਚਾਹੇ ਤੁਸੀਂ ਵਿਆਹੇ ਹੋ ਜਾਂ ਆਮ-ਕਾਨੂੰਨ ਵੇਖੇ ਰਹਿ ਰਹੇ ਹੋ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਪਰਿਵਾਰਕ ਸੰਪਤੀਆਂ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਕਾਰ, ਘਰ, ਫਰਨੀਚਰ ਅਤੇ ਹੋਰ ਚੀਜ਼ਾਂ ਜਿਹੜੀਆਂ ਪਰਿਵਾਰ ਇਕੱਠੇ ਵਰਤੇ ਸਨ ਦਾ ਇੱਕ ਨਿਰਪੱਖ ਹਿੱਸਾ ਲੈਣ ਦਾ ਹੱਕ ਹੈ।

ਮਿਡਿਏਸ਼ਨ (ਵਿਚੋਲਗੀ) ਕੀ ਹੈ?

ਮਿਡਿਏਸ਼ਨ ਵਿੱਚ ਮਾਤਾ-ਪਿਤਾ ਜਾ ਜੋ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਪਾਲਣ-ਪੋਸ਼ਣ ਕਰਨ ਵਿਚ ਸ਼ਾਮਿਲ ਹਨ ਇਕ ਵਿਚੋਲਗੀ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਮਾਹਿਰ ਨਾਲ ਮਿਲ ਕੇ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਹਨ ਤਾ ਕਿ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਪਾਲਣ-ਪੋਸ਼ਣ ਅਤੇ ਹੋਰ ਸਮੱਸਿਆਂਵਾਂ ਦਾ ਹਲ ਹੋ ਸਕੇ ਜੋ ਮਾਤਾ-ਪਿਤਾ ਦੇ ਅਲਗ ਰਹਿੰਣ ਕਾਰਨ ਹੁੰਦਿਆ ਹਨ। ਮਿਡਿਏਸ਼ਨ ਇੱਕ ਸਹਿਕਾਰਾਤਮਕ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਹੈ ਇਸ ਲਈ ਪਰਿਵਾਰਕ ਹਿੰਸਾ ਦਾ ਖੁਲਾਸਾ ਕਰਨਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਇਹ ਸ਼ਕਤੀ ਅਤੇ ਨਿਯੰਤ੍ਰਣ ਦਾ ਇੱਕ ਅਸੰਤੁਲਨ ਹੈ। ਇਸ ਨਾਲ ਵਿਚੋਲਾ ਪਰਿਵਾਰ ਦਾ ਮੁਲਾਂਕਣ ਕਰੇਗਾ ਅਤੇ ਵਧੀਆ ਸੇਵਾ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰੇਗਾ। ਵਿਚੋਲਗੀ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦੀ ਲਾਗਤ ਇਸ ਗੱਲ 'ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਰਹਿ ਸਕਦੀ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ 18 ਸਾਲ ਤੋਂ ਘੱਟ ਉਮਰ ਦੇ ਬੱਚੇ ਹਨ ਅਤੇ / ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਸਾਥੀ ਦੀ ਆਮਦਨ ਦਾ ਸੁਮੇਲ ਕਿ ਹੈ।

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਇੱਕ ਪ੍ਰਾਈਵੇਟ ਵਿਚੋਲੇ ਨੂੰ ਨਿਯੁਕਤ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਅਲਬਰਟਾ ਫੈਮਿਲੀ ਮਿਡਿਏਸ਼ਨ ਸੋਸਾਇਟੀ ਦੀ ਵੈਬਸਾਈਟ www.afms.ca 'ਤੇ ਜਾਓ।

ਕੌਣ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ?

ਯਾਦ ਰੱਖੋ: ਤੁਸੀਂ ਇੱਕਲੇ ਨਹੀਂ ਜੇ। #thereishelp (ਇੱਥੇ ਮਦਦ ਹੈ)

ਫੋਨ ਨੰਬਰ

ਐਮੇਰਜੇਂਸੀ ਲਾਈਨਾਂ (Emergency Lines)

ਐਮਬੁਲੈਂਸ, ਫਾਇਰ, ਪੁਲਿਸ (ਐਮੇਰਜੇਂਸੀ) 911
ਚਾਈਲਡ ਐਂਡ ਫੈਮਿਲੀ ਸਰਵਿਸਜ਼ ਕ੍ਰਾਈਸਿਸ ਯੂਨਿਟ (24 ਘੰਟੇ) 780-422-2001
.... ਜਾ 1-800-638-0715

ਪਰਿਵਾਰਕ ਹਿੰਸਾ ਸੂਚਨਾ (Family Violence Information)

ਟੁਡੇ ਪਰਿਵਾਰਕ ਹਿੰਸਾ ਸਹਾਇਤਾ ਕੇਂਦਰ 780-455-6880
.... info@thetodaycentre.ca
ਪਰਿਵਾਰਕ ਹਿੰਸਾ ਰੋਕਥਾਮ ਕੇਂਦਰ 780-423-1635
ਪਰਿਵਾਰਕ ਹਿੰਸਾ ਇੰਫੋ ਲਾਈਨ (24 ਘੰਟਾ) (ਏਰੀਆ ਕੋਡ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ) 310-1818

ਨੌਂਣ-ਐਮੇਰਜੇਂਸੀ ਲਾਈਨਾਂ (Non-Emergency Lines)

ਐਡਮੰਟਨ ਪੁਲਿਸ ਸਰਵਿਸਜ਼ ਸ੍ਵਿਟਚਬੋਰਡ 780-423-4567

ਸੰਕਟ (Crisis)

24 ਘੰਟਾ ਡਿਸਟ੍ਰੈੱਸ ਲਾਈਨ 780-482-4357
ਐਡਮੰਟਨ ਵੁਮੈਨ ਸ਼ੈਲਟਰ (WIN ਹਾਊਸ) 780-471-6709
ਇਕ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਥਾਂ (ਸਟਰਥਕੋਮਾ ਕਾਉਂਟੀ) 780-464-7233
ਕਿਡਜ਼ ਕੋਟੇਜ ਕਰਾਇਸਿਸ ਨਰਸਰੀ (24 ਘੰਟਾ) 780-944-2888
ਮੈਂਟਲ ਹੈਲਥ ਹੈਲਪ ਲਾਈਨ 1-877-303-2642
ਜਿਨਸੀ ਹਮਲਾ ਕੇਂਦਰ ਕਰਾਇਸਿਸ ਹੋਟਲਾਈਨ 780-423-4121
24 ਘੰਟਾ ਐਮੇਰਜੇਂਸੀ ਇਨਕਮ ਸਪੋਰਟ ਕੰਟੈਕਟ ਸੈਂਟਰ 780-644-5135
ਅਡਿਕਸ਼ਨ ਹੈਲਪਲਾਈਨ – ਏਐਚਐੱਸ (24 ਘੰਟੇ) 1-866-332-2322
ਯੂਥ ਐਮਪੋਵਰਮੈਂਟ ਐਂਡ ਸਪੋਰਟ ਸਰਵਿਸਜ਼ 780-468-7070

ਸ਼ੋਰਟ ਟਰਮ ਕੌਂਸਿਲਿੰਗ ਸਰਵਿਸਜ਼ (Short-Term Counselling Services)

ਸਿਟੀ ਓਫ ਐਡਮੰਟਨ - ਵਿਅਕਤੀਗਤ ਅਤੇ ਪਰਿਵਾਰ ਦੇਖਭਾਲ 780-496-4777
ਵਾਈਡਵਲੁਸੀਏ ਕੌਂਸਿਲਿੰਗ ਸੈਂਟਰ 780-970-6501
ਜਿਨਸੀ ਹਮਲਾ ਕੌਂਸਿਲਿੰਗ ਕੇਂਦਰ 780-423-4102
ਅਬੋਰਿਜਿਨਲ ਕੰਸਲਟਿੰਗ ਸਰਵਿਸਜ਼ ਆਫ ਅਲਬਰਟਾ 780-448-0378
ਕਮਿਊਨਟੀ ਅਰਜੰਤ ਸਰਵਿਸਜ਼ ਅਤੇ ਸਤਾਬਿਲਿਜ਼ਸ਼ਨ ਟੀਮ
(ਮੈਂਟਲ ਹੈਲਥ ਕਰਾਇਸਿਸ ਯੂਨਿਟ) 780-342-7777

ਕਾਨੂੰਨੀ ਸੇਵਾਵਾਂ (Legal Services)

ਰੇਸੋਲੂਸ਼ਨ ਸਰਵਿਸਜ਼ 1-855-738-4747
ਐਮੇਰਜੇਂਸੀ ਪ੍ਰੋਟੈਕਸ਼ਨ ਆਰਡਰ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ (EPOP) 780-422-9222
ਐਡਮੰਟਨ ਕਮਿਊਨਟੀ ਲੀਗਲ ਸੈਂਟਰ (ECLC) 780-702-1725
ਲੀਗਲ ਏਡ ਸੋਸਾਇਟੀ ਆਫ ਅਲਬਰਟਾ 780-427-7575
ਅਲਬਰਟਾ ਲਾਅ ਲਾਈਨ 780-644-7777
ਕ੍ਰਾਊਨ ਪ੍ਰੋਸੇਕੁਟਰ ਆਫ਼ਿਸ (ਐਡਮੰਟਨ) 780-422-1111

ਕਮਿਊਨਟੀ ਸਰਵਿਸਜ਼ (Community Services)

ਪੇਟ ਸੇਫਕੀਪਿੰਗ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ .... 780-447-3600 ext 3750
.... aasap@albertaspca.org
ਫੈਮਿਲੀ ਸੈਂਟਰ 780-423-2831
ਕੈਥੋਲਿਕ ਸੋਸ਼ਲ ਸਰਵਿਸਜ਼ ਇਮੀਗ੍ਰੇਸ਼ਨ ਐਂਡ ਸੈਂਟਲਮੈਂਟ 780-424-3545
ਬੇਂਟ ਐਰੋ ਟ੍ਰੈਡੀਸ਼ਨਲ ਹੇਅਲਿੰਗ ਸੋਸਾਇਟੀ 780-474-2400
ਪ੍ਰਾਈਡ ਸੈਂਟਰ ਆਫ ਐਡਮੰਟਨ 780-488-3234
ਐਲਡਰ ਐਬੂਜ਼ ਰਿਸੋਰਸ ਐਂਡ ਸਪੋਰਟ (EARS) 780-477-2929
ਡਾਇਰੈਕਟਰੀ ਆਫ ਸਰਵਿਸਜ਼ ਇਨ ਐਡਮੰਟਨ .... www.linkyeg.ca

ਵਧੇਰੇ ਆਨ ਲਾਈਨ ਸਰੋਤ (Additional Online Resources):

ਸੈਂਟਰ ਫਾਰ ਪਬਲਿਕ ਲੀਗਲ ਐਡਕੈਸ਼ਨ ਅਲਬਰਟਾ (CPLEA):
www.cplea.ca/publications

ਅਲਬਰਟਾ ਜਸਟਿਸ ਐਂਡ ਸਾਲੀਸਿਟਰ ਜਨਰਲ:
justice.alberta.ca/programs_services

ਅਲਬਰਟਾ ਕੁਈਨ ਪ੍ਰਿੰਟਰ (ਫੈਮਿਲੀ ਲਾਅ ਐਕਟ ਲਭੋ):
www.qp.alberta.ca

ਟੁਡੇ ਪਰਿਵਾਰਕ ਹਿੰਸਾ ਸਹਾਇਕ ਕੇਂਦਰ:
www.todaycentre.ca

ਦੋਬਾਰਾ ਪ੍ਰਿੰਟ ਦੀ ਇਜਾਜ਼ਤ ਲਈ ਸਾਨੂੰ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ

ਇਸ ਪੁਸਤਿਕਾ ਵਿੱਚ ਦਰਜ ਜਾਣਕਾਰੀ ਐਡਮੰਟਨ ਵਿੱਚ ਪਰਿਵਾਰਕ ਹਿੰਸਾ ਦੇ ਖੇਤਰ ਵਿੱਚ ਵਰਤਮਾਨ ਆਮ ਨਿਰਦੇਸ਼ਾਂ ਉੱਪਰ ਅਧਾਰਤ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕੇਵਲ ਪੁਸਤਿਕਾ ਵਿੱਚ ਰਿਸੋਰਸ ਸੈਕਸ਼ਨ ਵਿੱਚ ਸੂਚੀਬੱਧ ਏਜੇਂਸੀਆਂ ਦੀ ਸਹਾਇਤਾ ਨਾਲ ਹੀ ਕਿੱਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ।

Notes