



## معلومات برائے شیلٹرز، ہیلپ لائنز

سماشے پاکستان عورت فاؤنڈیشن کے صنفی مساوات پروگرام کے تحت صنفی مساوات پر مبنی ایڈواکسی اور آگہی مہم چلا رہا ہے۔ اس پروگرام کے تحت عورت فاؤنڈیشن آگہی مہمات کے علاوہ تشدد زدہ خواتین یا تشدد کے خطرے سے دوچار خواتین کی مدد کے لیے شیلٹرز اور ہیلپ لائنز کو بھی معاونت فراہم کر رہا ہے تاکہ زیادہ سے زیادہ متاثرہ خواتین کی سماجی، نفسیاتی اور معاشی زندگی کو بحال کیا جاسکے۔ عام طور پر تشدد زدہ خواتین اس بات سے لامع ہوتی ہیں کہ انہیں اپنے ساتھ ہونے والے تشدد کے خلاف کیا اقدامات اٹھانے چاہئیں اور اس لامع کی وجہ سے انہیں مزید مشکلات کا سامنا کرنا پڑتا ہے۔

صنفی مساوات پروگرام کے تحت کام کرنے والی ہیلپ لائنز میں متاثرہ خواتین فون کر کے تشدید کی وجہ سے ہونے والے نفسیاتی، سماجی اور قانونی مسائل کے حوالے سے رہنمائی اور مشورہ حاصل کر سکتی ہیں۔ علاوہ ازیں یہ ہیلپ لائنز اپنے روابط کی بنیاد پر متاثرہ خواتین کو مختلفہ اداروں (جیسے ہسپتال، پولیس، وکیل، شیلٹرز وغیرہ) میں ریفرر بھی کرتے ہیں تاکہ وہ اپنے مسائل کے حل کے لیے مناسب بجھے پہنچ سکیں۔

صنفی مساوات پروگرام کے تحت کام کرنے والے شیلٹرز بنیادی طور پر تشدد زدہ خواتین اور تشدد ہونے کے خطرات میں گھری ہوئی خواتین کو تحفظ فراہم کرنے کے لیے قائم کیے گئے ہیں۔ ان شیلٹرز میں متاثرہ خواتین کو قانونی معاملات میں معاونت، رہنے کے لیے محفوظ جگہ، تھانے میں ایف آئی آر درج کروانے میں معاونت، تعلیمی اور معاشی بجائی کے حوالے سے معلومات اور رہنمائی، حفاظان صحت کے مطابق خوارک، طبی سہولیات، تفریجی سرگرمیوں کا انعقاد اور نفسیاتی اور سماجی مشاورت بالکل مفت فراہم کی جاتی ہیں۔

صنفی بنیاد پر تشدد سے متاثرہ خواتین صنفی مساوات پروگرام کے تحت کام کرنے والے شیلٹرز یا ہیلپ لائنز سے استفادہ حاصل کرنے کے لیے ان سے رابطہ کر سکتی ہیں۔

## شیلٹرز

ادارہ	خدمات	فون نمبر	خلج
بالی میموریل ٹرسٹ	<ul style="list-style-type: none"> <li>صنف کی بنیاد پر تشدید زدہ خواتین اور ان کے بچوں کے لیے رہائش کی سہولت</li> <li>قانونی معاوضت</li> <li>تفصیلی بحالی</li> <li>معاشی خودختاری کے لیے مختلف تینی پروگراموں کا انعقاد</li> <li>تعلیم اور سہوت کی سہولیات</li> </ul>	042-35751192 042-35751193 0301-4777902 0303-4190020	لاہور
دستک چیرنگلیل ٹرسٹ	<ul style="list-style-type: none"> <li>قانونی مشاورت</li> <li>علانچ و معالجہ</li> <li>طبی سہولیات، ادویات اور فیضیاتی مشاورت</li> <li>خواتین کی آبادکاری کے لئے مختلف پیشہ و رانہ مہارتوں کے حوالے سے آگاہی اور ترتیبیت فراہم کرنا</li> <li>صنف کی بنیاد پر تشدید زدہ خواتین کو ان کے مسائل کے حوالے سے متعلقہ اداروں کے بارے میں معاوضت اور رہنمائی فراہم کرنا</li> <li>تشدید زدہ خواتین کے بچوں کے لیے تعلیم اور بنیادی سہولیات زندگی</li> </ul>	042-35763234 042-35763235 042-35763236 (ٹیکس) 042-35763237	لاہور
محترمہ مائی وین	<ul style="list-style-type: none"> <li>موہاں و دین</li> <li>طبی اور فیضیاتی علاج کی بنیادی سہولت</li> <li>خوارک، بلباس</li> <li>تشدید زدہ خواتین کے لیے زچہ بچہ کی طبی نگهداری</li> </ul>	0300-4279653 0322-7534354 0300-7484261 0300-7481393	منظور گڑھ
شاروں یافیر	<ul style="list-style-type: none"> <li>بے گھر خواتین کے لیے رہائش کی سہولت</li> <li>دینی و دنیاوی تعلیم کی سہولت</li> <li>کپیڈو ٹکوسر</li> <li>سلامی کڑھائی</li> <li>کھانا پکانا اور یوں یوں کر سزا</li> <li>خوارک اور بلباس</li> <li>قانونی معاوضت</li> </ul>	0321-6001323 0483-7171220 0483-717252	سرگودھا
اسٹریڈروائیورز	<ul style="list-style-type: none"> <li>میڈیکل اور نرنسنگ کیسر</li> <li>تفصیلی و معاشرتی بحالی</li> <li>سمائی اور معاشری بحالی</li> <li>قانونی معاوضت</li> </ul>	051-2305354 051-2575568 0300-6879949	اسلام آباد

## ہیلپ لائن

ادارہ	خدمات	فون نمبر	نول فرنی نمبر	جغfra افیائی حدود
لاہور لیبریورس سینٹر	<ul style="list-style-type: none"> <li>صف کی بنیاد پر تشدیز و خواتین کی دیکھ بھال اور حفاظت</li> <li>طبی سہولیات</li> <li>قانونی مشاورت</li> <li>لارپتہ کیسر کے بارے میں معلومات فراہم کرنا</li> <li>جنبدانی دادری</li> </ul>	042-36855561 042-36855562 042-36855569	0800-88822	پاکستان
ایشیبیو فورچنچ	<ul style="list-style-type: none"> <li>نفیاتی بھالی کے لیے ماہر نفیات کے ساتھ مشاورت</li> <li>قانونی مشاورت</li> <li>صف کی بنیاد پر تشدیز و خواتین کو ان کے مسائل کے حوالے سے متعلق اداروں کے بارے میں معافہ اور رہنمائی فراہم کرنا</li> </ul>	061-651205758 061-651205757	0800-33666	رجسٹر یارخانہ بہاؤ پور ڈی جی خان راجن پور
دامان - بانہہ نیل ہیلپ لائن	<ul style="list-style-type: none"> <li>نفیاتی بھالی کے لیے ماہر نفیات کے ساتھ مشاورت</li> <li>ماہر قوانین کے ذریعہ قانونی معافہ</li> <li>متاثر خواتین کو ان کے مسائل کے حوالے سے متعلق اداروں کے ساتھ رابطے میں معافہ اور رہنمائی فراہم کرنا۔</li> </ul>	061-6780188	0800-77772	ممان
بیلو-ایلیٹ انوائیز منڈ آرگانائزیشن	<ul style="list-style-type: none"> <li>طبی معافہ</li> <li>لارپتہ کیسر کی چھان بیان</li> <li>قانونی معافہ</li> <li>فون پر نفیاتی بھالی کے لیے مشاورت</li> </ul>	066-2424620	0800-86423	ملٹری گریٹر



**USAID**  
امریکی عوام کی طرف سے

عورت فاؤنڈیشن  
**AF**



میرا حق محفوظ  
تو معاشرہ مضبوط  
**کل نہیں آج**

”یادشاعت عورت فاؤنڈیشن کے صفائی مساوات پروگرام کے تحت، امریکی عوام کی حمایت کے ادارہ برائے بین الاقوامی ترقی (یوالیس ایڈ) کے توسط سے ممکن ہوئی۔ اس کے مندرجات سا شے پاکستان کی ذمہ داری ہے اور ان کا امریکی عوام، یوالیس ایڈ اور عورت فاؤنڈیشن کے خیالات کا عکاس ہونا ضروری نہیں۔“