



زیرا چائلڈ اینڈ یوتھ ایڈوکیسی سنٹر  
دیکھ بہال کرنے والوں کے لیے ہدایات

# دیکھ بہال کرنے والوں کے لیے ہدایات

زیرا چائلڈ اینڈ یوتھ ایڈوکیسی سنٹر ( Zebra Child & Youth Advocacy Centre ) میں خوش آمدید۔ آج آپ کا یہاں آنا امید اور سلامتی کی طرف ایک قدم ہے۔ ہم یہاں اس بات کو یقینی بناتے ہیں کہ آپ کے بچے کا بہترین مفاد سب کی اولین ترجیح ہو۔

اہم معلومات اور فون نمبر  
اس پیج پر دیئے گئے فون نمبر اور ای میل کے ذریعے آپ ان لوگوں سے رابطہ کر سکتے ہیں جو آپ کو ہمت دینے اور آپ کے کسی بھی سوال کا رازداری سے جواب دینے کے لیے دستیاب ہیں۔ ہمارے کام کے اوقات پیر سے جمعہ، صبح 8 سے شام 8 بجے تک ہیں۔

زیرا چائلڈ اینڈ یوتھ ایڈوکیسی سنٹر سے رابطے کی تفصیلات:  
فون: 780.421.2359  
ای میل: [info@zebracentre.ca](mailto:info@zebracentre.ca) [zebracentre.ca](http://zebracentre.ca)

آپ کے اور آپ کے بچے کے لیے موجودہ سپورٹ پروگرامز سے متعلق سوالات کے لیے:  
بچوں کے حقوق لیے کام کرنے والے ہمارے ایڈووکیٹس کو آپ کی مدد کر کے خوشی ہوگی۔ آپ 780.421.2359 پر کال کر کے ان سے رابطہ کر سکتے ہیں۔

آپ کی تحقیقات کے بارے میں سوالات کے لیے:  
آپ کے بچے کے کیس کی تحقیقات کا ذمہ دار آفیسر:  
آپ کا پولیس فائل نمبر:

## ایک ایسی جگہ جہاں بچے اپنے دل کی بات بتا سکتے ہیں

ہر بچے کی ایک کہانی ہوتی ہے اور زیرا چائلڈ اینڈ یوتھ ایڈوکیسی سینٹر میں ان کی بات سننا ہمارا کام ہے۔

یہ ادارہ 2002 میں ایک ایسی محفوظ جگہ کی ضرورت محسوس کرتے ہوئے قائم کیا گیا تھا جہاں بچے اپنے دل کی بات کر سکیں۔ آج ہمارے ماہرین کی ٹیم بدسلوکی کا شکار ہونے والے بچوں اور نوجوانوں کی مدد کے مشترکہ مقصد کے لیے کام کر رہی ہے اور ایک ایسا مستقبل تخلیق کر رہی ہے جہاں ہر بچے کی بات سنی جائے گی۔



ہم سب یہاں مدد کے لیے موجود ہیں۔

جب خطرہ نظر آئے تو زہرے اپنے بچوں کے گرد ایک حفاظتی دائرہ بنا لیتے ہیں۔ ہماری باصلاحیت ٹیم بالکل اسی طرح بچوں کی حفاظت کے لیے کام کرتی ہے۔

ہم اپنی متنوع ٹیم کی اجتماعی حکمت استعمال کرتے ہوئے ان بچوں کو مضبوط بناتے ہیں جو اپنی کہانیاں سننے کے لیے ہمارے سینٹر پر آئے ہیں۔ بیانات، تحقیقات، عدالتی کارروائی اور صحت یابی کے پورے عمل کے دوران آپ کے بچے کا بہترین مفاد، تحفظ اور سکون ہمیشہ ہماری اولین ترجیح ہوتی ہے۔ زہرا چائلڈ اینڈ یوتھ ایڈوکیسی سنٹر پر آپ درج ذیل تنظیموں کے لوگوں سے مل سکتے ہیں:

- زہرا سینٹر کا عملہ اور رضاکار
- ایڈمونٹن پولیس سروس چائلڈ پروٹیکشن سیکشن
- چائلڈ ایٹ رسک رسپانس ٹیم (CARRT)
- ایڈمونٹن ریجن چائلڈ اینڈ فیملی سروسز
- رائل کینیڈین ماؤنٹڈ پولیس
- البرٹا کراؤن پراسیکیوشن سروسز
- آف سائٹ میڈیکل اینڈ مینٹل ہیلتھ پروفیشنلز



## اپنے بچے کے لیے مددگار ماحول تخلیق کریں

زیبرا چائلڈ اینڈ یوتھ ایڈوکسیسی سنٹر میں آپ کا آنا امید اور تحفظ کی بحالی کی طرف پہلا قدم ہے۔

ہم آپ کے بچے کے بہترین مفاد کے لیے آپ کو مدد اور وکالت کی سروسز فراہم کرنے کے لیے پرعزم ہیں۔ ہم جانتے ہیں کہ کوئی بھی دو بچے ایک جیسے نہیں ہو سکتے اور ہر کیس کے لیے ایک منفرد اور موزوں طریقہ کار ضروری ہوتا ہے۔ اسی لیے ہم اپنے پارٹنرز کے ساتھ مل کر ایک پلان تیار کرتے ہیں جس میں درج ذیل سپورٹ سروسز کو شامل کیا جا سکتا ہے:

نہایت اہم پاز (Paws) پروگرام - ہم تین فیسیلیٹی ڈاگز کو ملازمت دیتے ہیں جو ہمارے سینئر اور ایڈمنٹن لاکورٹس میں آپ کے بچے کو آرام اور مدد فراہم کرنے کے لیے دستیاب ہوتے ہیں۔

ٹروما ریفرل پروگرام - ہم آپ کے بچے کو کمیونٹی میں مختلف کاؤنسلنگ اور ٹروما پروفیشنلز سے ملواتے ہیں۔

عدالتی تیاری کا پروگرام - اگر آپ کے بچے کا کیس عدالت میں جاتا ہے تو ہم آپ کے بچے کو عدالتی کارروائی کی تیاری کے لیے بلائیں گے۔ یہ عدالتی طریقہ کار سے متعلق ہر قسم کی خرافات اور خوف دور کرنے کے لیے ایک اہم قدم ہے۔

عدالت میں معاون - ہم آپ کو اور آپ کے بچے کو فوجداری جسٹس سسٹم کے مطابق مدد فراہم کریں گے اور اگر آپ کے بچے کو گواہی دینے کی ضرورت پیش آئے تو ہم اسے ایڈمنٹن لاکورٹس میں چائلڈ فرینڈلی سہولیات تک رسائی فراہم کریں گے۔

## آپ کے بچے کی صحت یابی

بہترین کام جو آپ اپنے بچے کے لیے کر سکتے ہیں وہ ہے انہیں بتانا کہ آپ ان سے محبت کرتے ہیں، ان پر یقین کرتے ہیں اور ان پر فخر کرتے ہیں کہ انہوں نے آپ کو اپنی کہانی سنائی۔ سب سے اہم یہ کہ انہیں اس یقین دہانی کی ضرورت ہے کہ انہوں نے کچھ غلط نہیں کیا۔

اپنے بچے کے احساسات اور طرز عمل کو سمجھنا صحت یابی کے عمل میں ان کی رہنمائی کی طرف ایک اہم قدم ہے۔ آپ کے بچے کو آپ سے بہتر کوئی نہیں جانتا لیکن ذیل میں کچھ ایسے روئے ہیں جو ہو سکتا ہے آپ کا بچہ ظاہر کر رہا ہو:

• رجعت پسندانہ روئے (بوٹی ٹریننگ کے بعد ٹوائلٹ کے حادثات، انگوٹھا چوسنا، بڑے ہونے کے بعد سٹفڈ ٹوائے اینمل سے دوبارہ لگاؤ)

• نیند کے مسائل (بچوں کو اکثر سونے سے پہلے خوف محسوس ہوتا ہے، خصوصاً جب بدسلوکی کا واقعہ ان کے بیڈ روم میں ہوا ہو)

• احساس کمتری

• بالغوں کے ساتھ جسمانی قربت سے بچنا

• اپنے بنیادی دیکھ بھال کرنے والوں سے الگ ہونے پر پریشان ہونا

• شدت پسند روئے جیسے جارحیت یا الگ تھلگ رہنا

• چھوٹے بچوں میں فلیش بیکس یا ٹروما کو بار بار ہونے دیکھنا

• اسی قسم کے (بلا، خوفناک لوگ وغیرہ) ڈراؤنے خواب دیکھنا

• پریشانی اکثر پیٹ میں درد یا سر درد کی صورت میں بھی بتائی جاتی ہے

• ہم عمر لوگوں سے دوستی میں ناکامی

• الگ تھلگ رہنا (بہ بچوں میں توجہ کے مسائل یا دنیا و مافیا سے بے خبر ہونے جیسا دکھائی دیتا ہے)

• بچے کی اپنے ساتھ زیادتی کے تجربے کو سمجھنے کی کوشش کے نتیجے میں پیدا ہونے والے برے جنسی روئے

• عمومی تشویش (بچہ ایک چیز سے خوفزدہ ہوتا ہے لیکن یہ بہت سی دوسری چیزوں سے عمومی خوف میں بھی تبدیل ہو سکتا ہے)

- پریشانی یا ہراسانی کی وجہ سے گھر یا سکول سے بھاگ جانا
  - بے ترتیب بھوک (بچہ جذبات کی شدت سے نمٹنے کے لیے زیادہ یا کم کھانا شروع کر دیتا ہے)
  - خود کو نقصان پہنچانے والے رویے (سر پٹخنا، زخم کریدنا، کاٹنا وغیرہ)
  - ایسا لباس پہننا جو موسم کے لیے موزوں نہ ہو (جیسے گرمیوں میں بھاری لباس)
- دو مختلف بچوں کا ٹروما کا تجربہ کبھی بھی ایک جیسا نہیں ہوتا۔ برائے مہربانی اگر آپ کسی ایسے رویے پر بات کرنا چاہتے ہیں جو آپ کے لیے باعث تشویش ہے تو بلا جھجھک ہم سے رابطہ کریں۔

سیکسچوئل اسالٹ سینٹر آف ایڈمنٹن (SACE) کی طرف سے فراہم کردہ معلومات

## آپ کی صحت یابی

آپ اپنے بچے کی صحت یابی میں اہم کردار ادا کرتے ہیں لیکن برائے مہربانی اپنی بھلائی کا خیال رکھنا نہ بھولیں۔

بدسلوکی بچے کے پورے سپورٹ سسٹم کو متاثر کر سکتی ہے لیکن ہمارے پاس نیٹ ورکس موجود ہیں جو ہر کسی کی سپورٹ تک رسائی کو یقینی بناتے ہیں۔ اگر آپ کو مدد کی ضرورت ہے تو آپ کی ہم مخصوص ضروریات کو پورا کرنے والی کمیونٹی کاؤنسلنگ سروسز سے آپ کا رابطہ کروا سکتے ہیں۔

## ہر قسم کے سوالات

## ہر قسم کے جوابات

آپ کے جو بھی سوالات ہوں ہم ان کے جوابات دینے کی پوری کوشش کریں گے۔

- مجھے اپنے بچے سے کیا کہنا چاہیے؟
- میں اپنے بچے کے لیے کیسے ہمت سے کام لے سکتا ہوں؟
- کیا میں اس واقعے کے بارے میں اپنے بچے سے بات کر سکتا ہوں؟
- کیا مجھے اپنے بچے کے رویے میں تبدیلیوں کی توقع رکھنی چاہیے؟
- کیا میرے بچے/خاندان کو کسی کاؤنسلر سے ملنے کی ضرورت ہے؟
- کیا میرے بچے کی مدد کے لیے مالی سپورٹ دستیاب ہے؟
- مجھے اپنے دوسرے بچوں سے کیا کہنا چاہیے؟
- مجھے اپنے خاندان کے دیگر افراد کو کیا بتانا چاہیے؟
- کیا مجھے اپنے بچے کے سکول کو بتانا چاہیے؟
- انٹرویو ریکارڈ کرنے کا مقصد کیا ہے اور یہ ریکارڈنگ کہاں ہوگی؟
- تحقیقات میں کتنا وقت لگے گا؟
- عدالتی کارروائی میں کتنا وقت لگے گا؟
- کیا میرے بچے کو عدالت میں گواہی دینے کی ضرورت پڑے گی؟



## اگلے مراحل

آپ کے پہلی بار زیبرا چائلڈ اینڈ یوتھ ایڈووکیسی سنٹر آنے کے بعد ہم آپ کے بچے کی مخصوص دیکھ بھال کا پلان تیار کرنا شروع کر دیں گے۔

ہمارے سپورٹ پروگرامز کے علاوہ اس بات پر بھی غور کریں کہ کیا آپ درج ذیل سروسز کے ذریعے بھی مدد چاہتے ہیں:

- ہم سپورٹ اور آپ کے کیس کی صورتحال سے متعلق عمومی اپ ڈیٹس فراہم کرنے اور آپ کے سوالات کے جوابات دینے کے لیے باقاعدہ کیئر کالز کا شیڈول بنا سکتے ہیں۔
- ہم زیبرا چائلڈ اینڈ یوتھ ایڈووکیسی سنٹر پر ملاقاتوں یا عدالتی میں پیشی کے لیے آپ کے آنے جانے کا شیڈول بنانے میں آپ کی مدد کر سکتے ہیں۔
- ہم فنانشل بینیفٹس فار وکٹمز آف کرائم پروگرام کے تحت آپ کے بچے کے لیے مالی امداد کی درخواست دینے میں آپ کی مدد کر سکتے ہیں۔
- ہم وکٹم امپیکٹ سٹیٹمنٹس کا مسودہ تحریر کرنے اور فائل کرنے میں آپ کی مدد کر سکتے ہیں۔

اگر کوئی اضافی سروسز ہیں جن میں ہم آپ کی مدد کر سکتے ہیں تو برائے مہربانی بلا جھجھک ہم سے رابطہ کریں۔







7th floor, 10909 Jasper Avenue  
Edmonton, AB, T5J 3L9  
780-421-2385  
info@zebracentre.ca

**zebracentre.ca**

**#kidscantell**

