اسلاموفوبیا کا مقابلہ

مدد حاصل کرنے اور اسلاموفوبیا کی رپورٹنگ کے لیے گائیڈ

تمام وکٹورین باشندوں کو اپنی پہچان پر فخر ہونا چاہیے اور انہیں امتیازی سلوک اور نفرت سے آزاد زندگی گزارنے کا پورا حق حاصل ہے۔ وکٹوریہ میں آپ کو امتیازی سلوک اور نفرت کی زبان سے بچانے کے لیے قوانین موجود ہیں۔

اگر آپ اسلاموفوبیا کا نشانہ بنے ہیں یا آپ نے کسی کو نشانہ بنتے دیکھا ہے تو ایسی خدمات موجود ہیں جو آپ کو معلومات دے سکتی ہیں کہ آپ کیا کرنا چاہیے، واقعے کی رپورٹ کرنے کے کونسے مواقع موجود ہیں اور مدد کیسے حاصل کی جائے۔

اسلاموفوبیا کئی صورتوں میں ظاہر ہو سکتا ہے جن میں یہ شامل ہیں:

- اس وجہ سے توہین آمیز باتیں یا گالیاں کہ آپ مسلمان ہیں (یا آپ کو مسلمان سمجھا جا رہا ہے)
- مذہب کی وجہ سے کام پر غیر منصفانہ سلوک
- خدمات حاصل کرنے کے سلسلے میں امتیازی سلوک
- آن لائن بُلنگ (بدمعاشی یا دھونس)
- جسمانی حملہ جیسے کہ لوگ آپ کا حجاب یا مذہبی پہناوا کھینچ لیں۔

VICTORIA State Government

Urdu | اردو

مدد حاصل کرنا

ذہنی صحت اور عمومی مدد

اسلاموفوبیا سپّورٹ سروس

اسلاموفوبیا سپورٹ سروس کو اسلامک کاؤنسل آف وکٹوریہ چلاتی ہے اور یہ اسلاموفوبیا سے متاثر ہونے والے وکٹورین مسلمانوں کو جامع مدد فراہم کرتی ہے۔

icv.org.au/islamophobia-support

islamophobiasupport@icv.org.au

03 9328 2067

اسلاموفوبیا رجسٹر آسٹریلیا

اسلاموفوبیا کی کسی بھی صورت کے واقعات کی رپورٹنگ کے لیے محفوظ اور قابل اعتماد سروس فراہم کرتا ہے۔ یہ رجسٹر تہذیبی معاملات کا احساس کرتے ہوئے آپ کو ذہنی صحت کے لیے مدد، قانونی مدد اور ایڈووکیسی (حکومت اور معاشرے کے روبرو حمایت) دلا سکتا ہے۔

islamophobia.com.au/seeking-support/

Action Against Islamophobia

رپورٹنگ کے پورے عمل کے دوران کیس مینجمنٹ سپورٹ فراہم کرتا ہے اور ضرورت کے مطابق آپ کو قانونی خدمات اور ذہنی صحت کی خدمات کے لیے ریفر کر سکتا ہے۔

actionagainstislamophobia.org.au

Centre for Muslim Wellbeing

گر آپ کو ذہنی صحت کے لیے مدد کی ضرورت ہو، تو یہ سنٹر آپ کی ایسے ماہرینِ نفسیات تک رہنمائی کر سکتا ہے جو تہذیبی شعور اور واقفیت رکھتے ہیں۔

cmw.org.au/professionals/

مقامی کمیونٹی میں مدد

آپ کی مقامی مسجد آپ کو مدد یا مشورہ حاصل کرنے میں مدد دے سکتی ہے۔

آپ اپنے علاقے میں خدمات فراہم کرنے والی معتبر مقامی کمیونٹی تنظیموں سے بھی مشورہ لے سکتے ہیں۔ ان میں والدین کے گروپس، سکول یا محلے کے گروپس شامل ہیں۔

کام پر مدد

فیئر ورک کمیشن

جائے کار پر امتیازی سلوک سے تعلق رکھنے والے مسائل پر مشورہ دے سکتا ہے۔

fwc.gov.au/issues-we-help/discrimination

قانونی مدد

کچھ حالات میں وکیل آپ کو شکایت درج کروانے یا قانونی کارروائی کرنے میں مدد دے سکتا ہے۔ کچھ کمیونٹی رپورٹنگ آرگنائزیشنز بھی آپ کو قانونی مشورہ حاصل کرنے میں مدد دے سکتی ہیں۔ کمیونٹی میں رپورٹنگ کے مواقع دیکھیں (صفحہ 2)۔

مسلم لیگل نیٹ ورک

ایک ریفرل سروس فراہم کرتا ہے جو آپ کو وکیل تلاش کرنے میں مدد دے سکتی ہے۔

muslimlegalnetwork.com

کمیونٹی لیگل سنٹرز

اگر آپ کو وکیل کی ضرورت ہو تو کمیونٹی لیگل سنٹرز بھی مدد کر سکتے ہیں۔

fclc.org.au/find_a_community_legal_centre

شدید مشکلات میں مدد

اگر آپ یا آپ کے کسی واقف کو کرائسس یعنی شدید مشکل میں مدد کی ضرورت ہو تو:

Lifeline فون پر 24 گھنٹے کی کرائسس سپّورٹ سروس ہے۔ **131 114** پر کال کریں۔

Kids Helpline 5 سے 25 سال کی عمر کے لوگوں کے لیے 24 گھنٹے دستیاب آن لائن اور فون کاؤنسلنگ سروس ہے۔ **1800 55 1800** پر کال کریں۔

حیات لائن آسٹریلیا میں مسلمانوں کے لیے ایک مفت اور رازدارانہ امدادی فون لائن ہے۔ پیر تا جمعہ صبح 9:00 بجے سے شام 5:00 بجے تک **1300 993 398** پر کال کریں

ہم اسلاموفوبیا کہاں رپورٹ کر سکتے ہیں؟

ہنگامی صورتحال میں

ٹرپل زیرو (000) کو کال کریں

جب ہنگامی صورتحال نہ ہو

آپ **وکٹوریہ پولیس سے رابطہ کر سکتے ہیں**۔ پولیس تفتیش کر سکتی ہے اور طے کر سکتی ہے کہ آیا جرم کا ارتکاب ہوا ہے۔

اپنے مقامی پولیس سٹیشن سے رابطہ کریں یا **پولیس اسسٹنس لائن 131 444 پر کال کریں**

پولیس اسسٹنس لائن اور آن لائن رپورٹنگ ویب پیج دیکھیں <police.vic.gov.au/police-assistance-line-and-online-reporting>

آپ اپنا نام بتائے بغیر کرائم سٹاپرز کو بھی رپورٹ کر سکتے ہیں

1800 333 000

crimestoppersvic.com.au

اگر آپ حکام کو رپورٹ کرنے سے گھبراتے ہوں تو آپ **کمیونٹی رپورٹنگ** مہیا کرنے والی تنظیموں سے مدد یا مشورے کے لیے بات کر سکتے ہیں۔

کیا آپ کو انٹرپریٹر (زبانی مترجم) کی ضرورت ہے

ٹرانسلیٹنگ اینڈ انٹرپریٹنگ سروس نیشنل ہاٹ لائن 131 450 پر کال کریں

اگر آپ اپنا تجربہ شیئر کریں تو وکٹوریہ میں اسلاموفوبیا کی شرح پر نظر رکھنے میں مدد ملتی ہے۔

کمیونٹی رپورٹنگ کے مواقع

آپ آن لائن واقعات سمیت اسلاموفوبیا کے دوسرے واقعات، اور افراد کی سطح پر یا پورے نظام کی سطح پر اسلاموفوبیا، کی رپورٹ مندرجہ ذیل کمیونٹی رپورٹنگ آرگنائزیشنز میں سے کسی کو کر سکتے ہیں:

- **اسلاموفوبیا رجسٹر آسٹریلیا** <islamophobia.com.au>
- **اسلاموفوبیا سپّورٹ سروس** <icv.org.au/islamophobia-support>
- **Action Against Islamophobia** <actionagainstislamophobia.org.au>

یہ سروسز تحریری اور زبانی ترجمے کی سہولیات فراہم کرتی ہیں اور ان کا عملہ تہذیبی باریکیوں اور نزاکتوں کو سمجھتا ہے۔

یہ قانونی خدمات یا ذہنی صحت کی خدمات جیسی امدادی خدمات کے لیے ریفرل بھی دے سکتی ہیں، ایڈووکیسی فراہم کر سکتی ہیں اور حسب ضرورت VEOHRC یا وکٹوریہ پولیس سے رابطہ کرنے میں مدد دے سکتی ہیں۔

آپ کو ہر سروس کو رپورٹ کرنے کی ضرورت نہیں – آپ ایک سروس منتخب کر سکتے ہیں اور وہ اس سلسلے میں آپ کی مدد کرے گی۔

وکٹوریہ میں مساوی مواقع اور انسانی حقوق کا کمیشن (VEOHRC)

VEOHRC لوگوں کو معلومات حاصل کرنے اور امتیازی سلوک، نسلی اور مذہبی بنیادوں پر کیچڑ اچھالے جانے اور نشانہ بنائے جانے کی شکایات کے سلسلے میں مدد دیتا ہے۔

آپ یہ کر سکتے ہیں:

- کمیشن کی انکوائریز سروس کے ذریعے مزید معلومات حاصل کریں – جن میں شکایات اور قانون کے بارے میں معلومات بھی شامل ہیں
- کمیشن کے کمیونٹی رپورٹنگ ٹول کے ذریعے اپنے تجربے کی آن لائن رپورٹ کریں – اپنا نام بتائے بغیر رپورٹ کی جا سکتی ہے، یا آپ درخواست کر سکتے ہیں کہ انکوائریز سروس آپ سے رابطہ کرے
- مساوی مواقع کے ایکٹ یا نسلی و مذہبی رواداری کے ایکٹ کے تحت شکایت کریں – VEOHRC ان قوانین کے تحت کی جانے والی شکایات کو مصالحت کے ذریعے حل کرنے میں مدد دیتا ہے تاکہ باہمی اتفاق سے معاملات انجام پائیں۔

humanrights.vic.gov.au

1300 292 153 پیر تا جمعہ صبح 10:00 بجے سے دوپہر 2:00 بجے تک۔ یا آپ پیر تا جمعہ صبح 9:00 بجے سے شام 5:00 بجے تک ریکارڈ شدہ پیغام چھوڑ سکتے ہیں۔

اگر آپ کو انٹرپریٹر (زبانی مترجم) چاہیے تو **1300 152 494** پر کال کریں، اس طرح آپ انگلش کے علاوہ کسی اور زبان میں بھی رپورٹ کر سکتے ہیں۔

enquiries@veohrc.vic.gov.au

اسلاموفوبیا کی رپورٹنگ

اگر آپ رپورٹ کریں تو آپ سے واقعے کے متعلق سوالات پوچھے جائیں گے، اس لیے مندرجہ ذیل باتیں نوٹ کریں:

- تاریخ اور وقت
- مقام (اگر آپ پبلک ٹرانسپورٹ میں ہیں تو بس نمبر یا ٹرین کا کیریج نمبر نوٹ کرنا چاہیے)
- کیا ہوا
- قصوروار شخص کی شکل و حلیہ
- تصاویر یا وڈیوز، اگر دستیاب ہوں۔

اگر آپ کے پاس اوپر دی گئی تمام معلومات نہیں ہیں تو آپ پھر بھی واقعے کی رپورٹ کر کے مدد حاصل کر سکتے ہیں۔

آپ کسی کمیونٹی تنظیم، VEOHRC یا وکٹوریہ پولیس کو رپورٹ کر سکتے ہیں۔

اگر آپ اپنی رپورٹ پر ہونے والے کام سے خوش نہیں ہیں تو آپ ایجنسی کے آن لائن شکایتی فارموں کے ذریعے شکایت کر سکتے ہیں۔

ہم وکٹوریہ بھر میں دھرتی کے روایتی مالکان کو تسلیم کرتے ہیں اور انہیں، ان کی تہذیب، اور ان کے ماضی و حال کے بزرگوں کو سلام پیش کرتے ہیں۔

© سٹیٹ آف وکٹوریہ (ڈیپارٹمنٹ آف پریمیئر اینڈ کیبینٹ) مارچ، 2026

ISBN 978-1-923294-41-7 (Word/PDF/آن لائن)

اس دستاویز کو کسی اور فارمیٹ میں حاصل کرنے کے لیے contact@dpc.vic.gov.au پر ای میل کریں، یا اگر ضرورت ہو تو نیشنل ریلے سروس سے 1800 555 660 پر رابطہ کریں۔ HTML فارمیٹ یہاں دستیاب ہے vic.gov.au/guide-accessing-support-and-reporting-islamophobia-urdu

DPC2561