

તમે શું કરી શકો છો?

નફરતનો અનુભવ કરવાથી આપણા સમુદાયો દ્વારા ભારે નુકસાન અને ભય ફેલાઈ શકે છે. જો તમે, તમારા મિત્રો અથવા વાહનાઉ પર દ્વેષપૂર્ણ વર્તણૂકની અસર થઈ હોય, તો તેને ટેકો આપવો, રેકૉર્ડ કરવું, અને જાણ કરવી મહત્વપૂર્ણ છે.

1. ટેકો આપવો

ખાતરી કરો કે તમે અને અન્ય કોઈપણ અસરગ્રસ્ત લોકો ગુનેગારથી દૂર, સલામત સ્થળે છો. જો તમે સાક્ષી છો, તો સ્પષ્ટ કરો કે અસરગ્રસ્ત વ્યક્તિ(ઓ) એકલા નથી અને તમે તેમને ટેકો આપવા માટે ત્યાં છો.

2. તેનો રેકૉર્ડ કરવો

જો તપાસ થાય તો આ ઘટનાથી નોંધાયેલ અથવા સુરક્ષિત કરેલા કોઈપણ પુરાવા મહત્વપૂર્ણ હોઈ શકે છે. જો સલામત રીતે આમ કરવું શક્ય હોય, તો તમે આ કરી શકો છો:

- વિડિઓ રેકૉર્ડ કરો અથવા ઘટનાની તસવીરો લો
- કોઈપણ ભૌતિક પુરાવાની જાળવણી કરો
- તેમાં સામેલ સમય, સ્થળ અને લોકો (અથવા લોકોનાં વર્ણનો)ની વિગતોને લખો.

3. તેની જાણ કરો

તમે કોઈ એજન્સીને સીધી જાણ કરી શકો છો અથવા નજીકની અધિકૃત વ્યક્તિને અથવા જવાબદાર વ્યક્તિને કહી શકો છો - આ બસ ડ્રાઇવર, સિક્યુરિટી ગાર્ડ અથવા રિસેપ્શન ડેસ્ક હોઈ શકે છે. તમે જેના પર વિશ્વાસ કરો છો તેને પણ કહી શકો છો કે જે તમને આ ઘટનાની જાણ કરવામાં ટેકો આપી શકે અને મદદ કરી શકે.

જો કોઈ જોખમમાં હોય તો 111
પર કોલ કરો.

જાણ કરવાથી આપણા સમુદાયોને સુરક્ષિત,
મજબૂત અને ટેકો આપવા માટે મદદ કરે છે.

ઓટેરોઆ માં નફરત સામે એક સાથે ઉભા રહેવું

નફરત કોઈને પણ અસર કરી શકે છે
અને આપણા સૌને, આપણા મિત્રોને,
આપણા વાહનાઉને અને આપણા
સમુદાયોને નુકસાન પહોંચાડે છે.



Te Kāwanatanga o Aotearoa
New Zealand Government



Te Kāhui Tika Tangata
Human Rights Commission



જો તમને શંકા હોય કે તમે, તમે જેને જાણો છો તે વ્યક્તિ અથવા કોઈ જૂથને તેમની જાતિ, ધર્મ, લિંગ ઓળખ, જાતીય અભિગમ, ઉંમર, વિકલાંગતા અથવા તેમની ઓળખના અન્ય કોઈપણ ભાગને લીધે નિશાન બનાવવામાં આવી રહ્યું છે, તો તેની જાણ કરવી જરૂરી છે.

નફરતને વર્તનની શ્રેણીમાં જોઈ શકાય છે. હાનિકારક નામથી બોલાવવાથી લઈને ધમકીઓ, પજવાણી, ઓનલાઈન દુરુપયોગ, ફીજદારી નુકસાન, હુમલો અને જાતીય હિંસા સુધી. આ કૃત્યોનો હેતુ વ્યક્તિ(ઓ) અને વિશાળ સમુદાયોને ફક્ત તેઓ કોણ છે તેના કારણે નુકસાન અથવા ભય પેદા કરવાનો છે.

નફરત આપણા દેશને કેવી રીતે અસર કરી રહી છે તેનું વ્યાપક ચિત્ર પ્રાપ્ત કરીને જાણ કરવાથી નફરતને કારણે થતા નુકસાનને ઘટાડે છે. આ એજન્સીઓને વર્તણૂકોને ટ્રેક કરવા અને અટકાવવા તેમજ અસરગ્રસ્તોને સહાય પૂરી પાડવા માટે સક્ષમ બનાવે છે.



જાણ કરો.

જો તમે જાણ ન કરો, તો અમે સહાય પૂરી પાડી શકતા નથી.

અમે સમજીએ છીએ કે આ ઘટનાઓ વિશે વાત કરવી મુશ્કેલ હોઈ શકે છે. તમારા માટે રિપોર્ટ કરવા અને સહાય શોધવા માટે ઘણા વિકલ્પો ઉપલબ્ધ છે, જેમાં તમે ક્યાં સુરક્ષિત અને અપરિચિત રીતે બોલી શકો છો તેનો સમાવેશ થાય છે.

પોલીસ

જો કોઈ જોખમમાં હોય અથવા કોઈ ઘટના બની રહી હોય, તો તજજ્ઞ [જ 111 પર કોલ કરો](https://www.police.govt.nz)

જો ઘટના બની ચૂકી હોય અને કોઈ પણ તાત્કાલિક જોખમમાં ન હોય, તો તેની જાણ [ઓનલાઈન 105.police.govt.nz પર કરો](https://www.police.govt.nz)

Netsafe (નેટસેફ)

Netsafe એ ન્યુઝીલેન્ડની સ્વતંત્ર, બિન-લાભકારી ઓનલાઈન સુરક્ષા સંસ્થા છે. તમે ઓનલાઈન દુરુપયોગ, ધાક ધમકી અને સત્તામણી સહિતના મુદ્દાની જાણ કરી શકો છો.

[netsafe.org.nz/report](https://www.netsafe.org.nz/report) ની મુલાકાત લો

અથવા 0508 NETSAFE (0508 638 723) પર કોલ કરો

આંતરિક બાબતોનો વિભાગ: હિંસક કટ્ટરતાનો સામનો ઓનલાઈન કરવો

ડીઆઈએખાટે ડિજિટલ વાયોલેન્સ એક્સ્ટ્રીમિસ્ટ ટીમ હિંસક કટ્ટરતાને પ્રોત્સાહન આપતી કે પ્રોત્સાહન આપે તેવી વાંધાજનક સામગ્રીઓના પ્રસારને અટકાવી ન્યુઝીલેન્ડના લોકોને ઓનલાઈન નુકસાનથી સુરક્ષિત રાખવા માટે જવાબદાર છે.

[dia.govt.nz/Countering-Violent-Extremism](https://www.dia.govt.nz/Countering-Violent-Extremism) ની મુલાકાત લો

ક્રાઇમ સ્ટોપર્સ

ક્રાઇમ સ્ટોપર્સ એ એક સ્વતંત્ર ચેરિટી છે જે બોલવા અને અહેવાલ આપવા માટે સલામત અને અનામી વિકલ્પ પ્રદાન કરે છે.

તમે જે માહિતી પ્રદાન કરો છો તે તેઓ યોગ્ય સંસ્થાને આપી શકે છે અને તમે કોણ છો તે નહીં પણ તમે શું જાણો છો તે સમજવા માગે છે.

[crimestoppers-nz.org/report](https://www.crimestoppers-nz.org/report) ની મુલાકાત લો

અથવા કોઈ અનુભવી કોલ ટેકર સાથે વાત કરવા માટે 0800 555 111 પર કોલ કરો.

તે કાલુષ્ય ટીકા તાંગાટા માનવ અધિકાર પંચ

માનવ અધિકાર પંચ ગેરકાનૂની ભેદભાવ, જાતીય અને વંશીય સત્તામણી અને હાનિકારક વાણી વિશેની પૂછપરછ અને ફરિયાદોમાં મદદ કરવા માટે મુક્ત, ગોપનીય સેવા પૂરી પાડે છે.

[tikatangata.org.nz](https://www.tikatangata.org.nz) ની મુલાકાત લો

અથવા 0800 496 877 પર કોલ કરો

CERT NZ

CERT NZ ન્યુઝીલેન્ડમાં સાયબર સુરક્ષાના જોખમોનો જવાબ આપે છે. તેઓ સાયબર સુરક્ષાની ઘટનાઓથી અસરગ્રસ્ત લોકોને ટેકો આપે છે અને માહિતી અને સલાહ પૂરી પાડે છે.

[cert.govt.nz/report](https://www.cert.govt.nz/report) ની મુલાકાત લો

ટેકો આપો

તમે એકલાં છો તેવું અનુભવવાની બિલકુલ જરૂર નથી. હંમેશા સહાય ઉપલબ્ધ છે.

પીડિતોને સહાય

જો તમે કોઈ ગુનાનો શિકાર બન્યા હોવ, તો સહાય ઉપલબ્ધ છે, પછી ભલે ગુનો ગમે તેટલો ગંભીર હોય. વિક્ટિમ સપોર્ટ (પીડિતોને સહાય) તમને ગુનાની ભાવનાત્મક અને વ્યવહારુ અસરોનો સામનો કરવામાં મદદ કરી શકે છે અને કાનૂની પ્રક્રિયાને સમજવામાં મદદ કરવા માટે માહિતી પ્રદાન કરી શકે છે.

[victimsupport.org.nz](https://www.victimsupport.org.nz) ની મુલાકાત લો

અથવા 0800 842 846 પર કોલ કરો

માનસિક આરોગ્ય સહાય

મદદ માટે વિવિધ સંસાધનો અને સેવાઓ ઉપલબ્ધ છે, જેમાં ફોન અને ઓનલાઈન સેવા અને માહિતી અને રૂબરૂ સહાયનો સમાવેશ થાય છે.

[ડિપ્રેશન હેલ્પલાઇન](https://www.depression.org.nz)

0800 111 757

પર કોલ કરો ટેક્સ્ટ 4202

મુલાકાત લો [depression.org.nz](https://www.depression.org.nz)

1737

કોલ અથવા ટેક્સ્ટ કરો 1737

મુલાકાત લો [1737.org.nz](https://www.1737.org.nz)

[ની મુલાકાત લો આત્મહત્યા કટોકટી](https://www.0508.tautoko.nz)

[હેલ્પલાઇન](https://www.0508.tautoko.nz)

0508 TAUTOKO પર કોલ કરો

[લોડાઉન](https://www.thelowdown.co.nz)

કોલ 0800 111 757

ટેક્સ્ટ 5626

મુલાકાત લો [thelowdown.co.nz](https://www.thelowdown.co.nz)

[લાઇફલાઇન](https://www.0800.lifeline.org.nz)

કોલ કરો 0800 LIFELINE

ટેક્સ્ટ HELP અથવા 4357

મુલાકાત લો [lifeline.org.nz](https://www.lifeline.org.nz)

નેબરહુડ સપોર્ટ

સલામત, સ્થિતિસ્થાપક અને જોડાયેલા સમુદાયો પડોશી ને એકસાથે લાવવા માટે નેબરહુડ સપોર્ટ પોલીસ સાથે કામ કરે છે.

[neighbourhoodsupport.co.nz](https://www.neighbourhoodsupport.co.nz) ની મુલાકાત લો

અથવા 0800 4 NEIGHBOURS ને કોલ કરો

પોલીસ લાયઝન ઓફિસર્સ

[Iwi \(ઇવી\) લાયઝન અધિકારીઓ](https://www.iwi.govt.nz)

સાંસ્કૃતિક મુદ્દાને નેવિગેટ કરવામાં મહત્વપૂર્ણ ભૂમિકા ભજવે છે અને માઓરી સાથેના પોલીસ સંબંધોને સુધારવા માટે કામ કરે છે.

[વંશીય અને પેસિફિક સંપર્ક અધિકારીઓ](https://www.vic.govt.nz)

દેશભરના સમુદાયોમાં કામ કરતા, તેઓ તમારી ચિંતાઓને સાંભળે છે અને તમારા સમુદાયોમાં સલામતી સુધારવા માટે કામ કરે છે.

[વિવિધતા લાયઝન અધિકારીઓ](https://www.vic.govt.nz)

પોલીસ અને આપણા સમુદાયના લોકો વચ્ચે સંપર્ક પૂરો પાડે છે, જેઓ ગે, લેસ્બિયન, બાયસેક્સ્યુઅલ, ટ્રાન્સજેન્ડર, ઇન્ટરસેક્સ અને ક્વીર તરીકે ઓળખાવે છે.

તમારા સ્થાનિક સંપર્ક અધિકારીનો સંપર્ક કરવા માટે, [police.govt.nz/contact-us/](https://www.police.govt.nz/contact-us/) local-contacts ની મુલાકાત લો