সতর্ক থাকুন

নিজেকে এবং নিজের পরিবারের সদস্যদের শোষণ এবং পাচারের হাত থেকে রক্ষা করুন।

তথ্য এবং যোগাযোগ

নিরাপদ থাকো

সতর্ক থাকো, বিশেষ করে যদি একা কোন মহিলা বা পুরুষ

তোমার **পরিচয় সংক্রান্ত নথিপত্র সংগ্রহ করার চেষ্টা** করে (সংশ্লিষ্ট কর্তৃপক্ষ এবং সমিতির বাইরে)

তোমার **টেলিফোন, কম্পিউটার** বা যোগাযোগের মাধ্যম নিয়ে নেয়ার চেষ্টা করে

তোমাকে **তোমার পরিবার** বা আত্মীয়স্বজনের কাছ থেকে সরিয়ে নেয়ার চেষ্টা করে

তোমাকে **কোন কাজ করাতে** বা যৌনসম্পর্ক স্থাপন করাতে বলপ্রয়োগ করে (ঋণ পরিশোধের জন্য হলেও)

তোমাকে কোন **সহায়তা** করতে (যাতায়াত, খাওয়াদাওয়া...) বা প্রশাসনিক, আইনি বা সামাজিক কোন কাজে অর্থের বিনিময়ে সাহায্য করার আশ্বাস দেয়_

তোমাকে অবাস্তবিক বিভিন্ন প্রতিশ্রুতি দেয়।

তোমাকে দিয়ে কাজ করিয়ে নেয় কিন্তু **টাকা দেয় না** বা তোমাকে **খারাপ কাজের পরিবেশে** কাজ করাতে বাধ্য করে।

তোমার কি মনে হয় যে তোমাকে কিছু করতে জোর করা হচ্ছে? তোমাকে ব্যবহার করা হচ্ছে, হুমকি দেয়া হচ্ছে বা আক্রমণ করা হচ্ছে? তুমি চাইলে একজন পেশাদার ব্যক্তির সাথে কথা বলতে পার এবং প্রতিরক্ষা লাভ করতে পার। এমন সকল সমিতি এবং প্রতিষ্ঠানের সাথে যোগাযোগের তথ্য এই পুস্তিকায় পাবে।

বিভিন্ন উপায়ে মহিলা, পুরুষ এবং শিশুদের শোষণ করা হয় আইনত দণ্ডনীয়। যৌন নির্যাতন, গৃহ দাসত্ব, ভিক্ষা করতে বাধ্য করানো, জোরপূর্বক পরিশ্রম, অপরাধ করাতে জোর করানো, বলপূর্বক বিয়ে করানো...

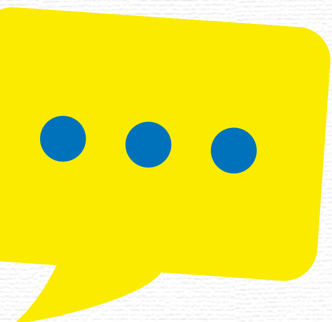
এখনই যদি কোন বিপদের সম্মুখীন হও তবে ১৭ নম্বরে ফোন করে পুলিশের কাছে অথবা জরুরি ইউরোপীয় ১১২ নম্বরে ফোন করে সাহায্য চাও।

01.

নিজের তথ্য রক্ষা কর

তোমার ব্যক্তিগত তথ্য এবং পরিচয় সংক্রান্ত কাগজপত্র অত্যন্ত সংবেদনশীল এবং নিরাপদ ও গোপনীয় স্থানে সেগুলো সংরক্ষণ করতে হবে। এগুলোর ছবি তুলে নিয়ে নিজেকে ইমেল করে দাও, হারিয়ে গেলে তা কাজে দিবে। কেবলমাত্র কর্তৃপক্ষ বা সরকারী কোন প্রতিষ্ঠান তা দেখতে চাইলে তাদেরকে সেগুলো দেখাবে।

তোমার এবং তোমার পরিস্থিতির ফায়দা হাসিল করার জন্য দুষ্ট প্রকৃতির লোকেরা তোমার সাথে বিশ্বাসের সম্পর্ক স্থাপনের চেষ্টা করবে। তাদের সাথে কখনই নিজের ব্যক্তিগত তথ্য শেয়ার করবে না এবং সামাজিক গণমাধ্যম বা যাচাই করা হয়নি এমন ওয়েবসাইটে তাদের দেয়া কোন প্রকার প্রস্তাব গ্রহণ করবে না।



02.

নিজের আত্মীয়স্বজনের সাথে যোগাযোগ রাখো

নিজের পরিবার বা আত্মীয়স্বজনের সাথে যোগাযোগ রেখ, নিজের পরিবার বা আপনজনের কাছ থেকে দূরে থাকার প্রস্তাবে রাজি হবে না।

নিজের টেলিফোন নিজের কাছে রাখবে।

বিশ্বাসভাজন অন্য কোন ব্যক্তির ফোন নম্বর মুখস্থ করে রাখো এবং তার সাথে আগে থেকে একটি গোপন পাসওয়ার্ড ঠিক করে রাখো যেন পরে কখনও তুমি বিপদে পড়লে এবং নিশ্চিন্তে কথা বলতে না পারলে এই পাসওয়ার্ড ব্যবহার করে সেই বিশ্বাসভাজন ব্যক্তিকে জানিয়ে দিতে পার তোমার বিপদের কথা।

03.

সরকারী প্রতিষ্ঠানগুলোর সহায়তা নাও

ফ্রান্সে তোমার আগমন, তত্ত্বাবধান এবং সঙ্গদান নিশ্চিত করার জন্য তোমার প্রশাসনিক পরিস্থিতি অনুযায়ী সরকারী এবং বিনামূল্যে কিছু সেবা প্রদান করা হয়।

কর্তৃপক্ষ অথবা সরকারী প্রতিষ্ঠানের দেয়া সুযোগ সুবিধা গ্রহণ কর, বিশেষ করে যখন বাসস্থানের সন্ধান করছ তখনও। যারা তোমাকে সাহায্য করতে পারে এমন প্রতিষ্ঠান এবং সমিতির নাম এবং তাদের ব্যাপারে সরকারী তথ্য জানতে চাও।

পাবলিক ট্রান্সপোর্ট ব্যবহার কর, যদি কারও গাড়িতে ওঠা লাগে তবে নম্বর প্লেটের ছবি তুলে নিয়ে বিশ্বাসভাজন কাউকে পাঠিয়ে দাও।

সরকারী আবাসকেন্দ্রের নেটওয়ার্কের বাইরে কোন ব্যক্তির সাথে যদি তোমার থাকতে হয় তবে এই ব্যক্তির ব্যাপারে আরও তথ্য জানতে চাও (পরিচয়, ঠিকানা)।

কার সাথে যোগাযোগ করব ?

সহায়তা পাবার জন্য ?

মানব পাচারের শিকার হয়েছে এমন ব্যক্তিদের সরাসরি সহায়তা প্রদানকারী প্রতিষ্ঠানসমূহ

Dispositif National Ac.Sé	ব্যক্তির বাসস্থান থেকে ভৌগলিকভাবে দূরে আবাস এবং সঙ্গদান সেবার প্রস্তাব দেয়া। নিপীড়িত ব্যক্তি এবং পেশাদারীদের জন্য একটি কেন্দ্রীয় সংস্থা হিসেবে ভূমিকা পালন করে।
Collectif "Ensemble contre la traite des êtres humains"	সকল প্রকার মানবাধিকার লঙ্ঘনের বিরুদ্ধে আরও কার্যকর লড়াই চালানোর জন্য এই সমষ্টিগত সমিতির সূচনা হয়েছিল। ২০০৭ সালে সেকুর ক্যাথলিক এর প্রতিষ্ঠা করে এবং ২৮টি ফরাসি সমিতির সমন্বয়ে এটি পরিচালিত হয় এবং প্রত্যক্ষ বা পরোক্ষভাবে তা নিপীড়িত ব্যক্তিদের সাথে কাজ করে চলেছে।
Organisation internationale pour les migrations (OIM)	মানবপাচারের শিকার ব্যক্তিদের স্বদেশ প্রত্যাবর্তন সেবার প্রস্তাব দেয়া (জেনে নিতে হবে উপযোগী দেশগুলো কি কি)
Secours catholique Caritas France	মানবপাচারের শিকার বা শিকার হতে পারে এমন ব্যক্তিদের কথা শোনা, অভ্যর্থনা, পরিচিতি, সঙ্গদান সেবা।
Relais Urbain d'Echange et de Lutte contre l'Exploitation (Ruelle)	সামাজিক, মনস্তাত্ত্বিক এবং আইনি সঙ্গদান।
Comité contre l'esclavage moderne (CCEM)	সামাজিক, মনস্তাত্ত্বিক, এবং আইনি সঙ্গদানের প্রস্তাব দেয়া।
L'amicale du Nid (AdN)	পতিতাবৃত্তিতে সম্পৃক্ত এমন ব্যক্তিদের সার্বজনীন সঙ্গদান সেবা।

সকল প্রকার শোষণ	বিপি ডাকবাক্স 1532, 06099 Nice Cedex 1 04 92 15 10 51 সোমবার - শুক্রবার, সকাল ৯টা - সন্ধ্যা ৬টা) ac.se@association-alc.org www.acse-alc.org/fr	প্রোভন্স আল্পস কোত দাজুর সমগ্র দেশব্যাপী
সকল প্রকার শোষণ	106 rue du Bac, 75007 Paris 06 71 00 69 90 contre.la.traite@secours-catholique.org www.contrelatraite.org	প্যারিস সমগ্র দেশব্যাপী
সকল প্রকার শোষণ	31, rue du Faubourg Poissonnière, 75009 Paris 01 40 44 06 91 ; iomparis@iom.int france.iom.int	প্যারিস সমগ্র দেশব্যাপী
সকল প্রকার শোষণ	106, rue du Bac, 75007 Paris 06 71 00 69 90 genevieve.colas@secours-catholique.org www.secours-catholique.org	প্যারিস সমগ্র দেশব্যাপী
সকল প্রকার শোষণ	06 59 18 71 66 / 06 98 39 70 42 ruelle33000@gmail.com www.associationruelle.org	বোর্দো
কর্মক্ষেত্রে শোষণ	169 bis Boulevard Auriol, 75013 Paris 01 44 52 88 90; info@ccem.org www.esclavagemoderne.org	প্যারিস সমগ্র দেশব্যাপী
যৌন শোষণ	অফিস - 21 rue Château d'Eau, 75 010 Paris Tél. : 01 44 52 56 43 ; contact@adn-asso.org প্রতিষ্ঠানের ঠিকানা এখানে পাওয়া যাবে - amicaledunid.org/presentation/#etablissements www.amicaledunid.org	প্যারিস, ইল দ্য ফ্রস, চম্বেরি, তুলুজ, মার্সেই, রেন, মোপেলিয়ে, ব্রেস্ত, গ্রেনোব্ল, লিয়ো

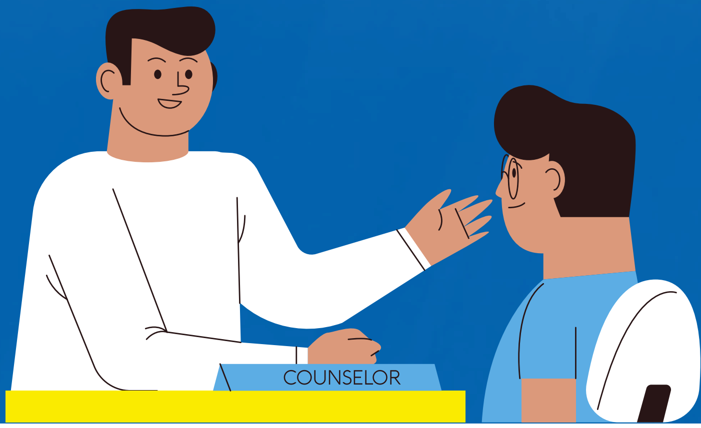
কার সাথে যোগাযোগ করব ?

সহায়তা পাবার জন্য ?

মানব পাচারের শিকার হয়েছে এমন ব্যক্তিদের সরাসরি সহায়তা প্রদানকারী প্রতিষ্ঠানসমূহ (পরবর্তী)

Mouvement du Nid (MdN)	পতিতাবৃত্তিতে সম্পৃক্ত এমন ব্যক্তিদের সার্বজনীন সঙ্গদান সেবা।
Mission d'intervention et de sensibilisation contre la traite des êtres humains (Mist)	দালালির বা যৌনকর্মে জোরপূর্বক সম্পৃক্ত ব্যক্তিদের সঙ্গদানের প্রস্তাব দেয়া।
Aux captifs, la libération	পথেঘাটে থাকে এমন ব্যক্তিদের সঙ্গদানের প্রস্তাব দেয়া।
ALTHEA – L'Appart	পতিতাবৃত্তির বা মানব পাচারের শিকার হয়েছে বা হতে পারে এমন ব্যক্তিদের জন্য অভ্যর্থনা, শ্রবণ, সকলের সঙ্গদান (ছোট বড়)।
Association Paloma	যৌনকর্মে বাধ্য হয়েছেন এমন ব্যক্তিদের জনস্বাস্থ্য সমিতি, ঝুঁকি হ্রাস করা, সামাজিক সঙ্গদান।
ARS Antigone	পতিতাবৃত্তিতে সম্পৃক্ত ব্যক্তিদের বর্জন করার বিরুদ্ধে কার্যক্রম, মানবপাচারের শিকার ব্যক্তিদের সহায়তা প্রদান।

নারী নির্যাতন (ফরাসিতে) ৩৯১৯



যৌন শোষণ	প্রতিষ্ঠানের ঠিকানা এখানে পাওয়া যাবে - https://mouvementdunid.org/mouvement-du-nid/delegations/ 01 42 70 92 40 www.mouvementdunid.org	প্যারিস, ইল দ্য ফ্রস, ল মস, মার্সেই, সায়ে, লিল, বেসসো, দ্রো, তুলুজ, নিস, মোপেলিয়ে, তুর, নন্ত, অরলেয়ো, তুলো, আভিনো, আজের, লরিও, মেতয, স্ত্রাসবুরগ, মুলহুজ, লিয়ো, রুও।
যৌন শোষণ	প্রতি শুক্রবারে অভ্যর্থনা এবং তথ্যসেবা PAD 2 rue de Suez, 75018 PARIS contact@mist-association.org mist-association.org	প্যারিস
যৌন শোষণ	33, avenue Parmentier, 75011 Paris 01 49 23 89 90; siege@captifs.fr www.captifs.fr	প্যারিস
যৌন শোষণ	8, rue du Vieux Temple, 38000 Grenoble 04 76 43 14 06 ; contact@althea38.org https://althea38.org/	রেনোব্
যৌন শোষণ	33, rue Fouré, 44000 Nantes 09 54 40 97 43/ 06 31 63 98 40 contact@paloma-asso.org www.paloma-asso.org	নন্ত
যৌন শোষণ	10 rue Mazagran, 54000 Nancy 03 83 26 56 66 antigone@asso-ars.org	নসি

নির্যাতনের শিকার মহিলাদের জন্য বিনামূল্যে এবং বেনামীতে জাতীয় শ্রবণ সেবার নম্বর (২৪ ঘণ্টা, সপ্তাহে ৭ দিন, ফরাসিতে এবং আরও ১২টি ভাষায়)।

কার সাথে যোগাযোগ করব ?

অপ্রাপ্তবয়স্ক হলে ?

যেসকল সংস্থা সরাসরিভাবে অপ্রাপ্তবয়স্কদের সহায়তা করে থাকে।

Collectif "Ensemble contre la traite des êtres humains"	সকল প্রকার মানবাধিকার লঙ্ঘনের বিরুদ্ধে এটি একটি সমন্বিত নেটওয়ার্ক। ২০০৭ সালে সেকুর ক্যাথলিক এটি প্রতিষ্ঠা করে এবং ২৮টি ফরাসি প্রতিষ্ঠানের সমন্বয়ে সরাসরি বা পরোক্ষভাবে ক্ষতিগ্রস্ত ব্যক্তিদের সহায়তা করা হয়।
Secours catholique - Caritas France	মানব পাচারের শিকার ব্যক্তিদের জন্য শ্রবণ সেবা, অভ্যর্থনা, পরিচিতি, এবং সঙ্গদান।
Croix-Rouge française	মানব পাচারের শিকার ব্যক্তিদের জন্য তথ্য এবং অভ্যর্থনা সেবা।
Hors la Rue	শোষণের শিকার হতে পারে এমন বিদেশী একাকী অপ্রাপ্তবয়স্কদের সন্ধান এবং সঙ্গদান।
Ecpat France – mission Calais	মানবপাচারের শিকার এমন বয়স্ক এবং অপ্রাপ্তবয়স্কদের সামাজিক এবং আইনি সঙ্গদান সেবা।
Agir Contre la Prostitution des Enfants (ACPE)	যৌন নির্যাতনের শিকার শিশুদের এবং তাদের পরিচিতজনের জন্য সঙ্গদান সেবা (মনস্তাত্ত্বিক, আইনি)
L'amicale du Nid (AdN)	পতিতাবৃত্তির শিকার অপ্রাপ্তবয়স্কদের জন্য সার্বজনীন সঙ্গদান সেবা।
ALTHEA – L'Appart	পতিতাবৃত্তির শিকার অপ্রাপ্তবয়স্ক শিশুদের জন্য অভ্যর্থনা, শ্রবণ, পরিচিতি, যৌথ সঙ্গদান সেবা।

অফো অন দজের নম্বর (ফরাসি অথবা ইংরেজিতে) **১১৯**

সকল প্রকার শোষণ	106 rue du Bac, 75007 Paris 06 71 00 69 90 contre.la.traite@secours-catholique.org www.contrelatraite.org	প্যারিস সমগ্র দেশব্যাপী
সকল প্রকার শোষণ	106, rue du Bac, 75007 Paris 06 71 00 69 90 genevieve.colas@secours-catholique.org www.secours-catholique.org	প্যারিস সমগ্র দেশব্যাপী
সকল প্রকার শোষণ	অফিস - 21 rue de la Vanne, 92100 Montrouge 07 81 96 72 49 contact.teh@croix-rouge.fr www.croix-rouge.fr	প্যারিস সমগ্র দেশব্যাপী
সকল প্রকার শোষণ	70, rue Douy Delcupe, 93100 Montreuil 01 41 58 14 65 ; contact@horslarue.org www.horslarue.org	প্যারিস
সকল প্রকার শোষণ	+33 7 53 57 05 34 সোমবার থেকে শুক্রবার, সকাল ১০টা থেকে বিকাল ৫টা (ওয়াটসএপ, ভাষা - আরবি, তিগ্রিনিয়া, ইংরেজি, ফরাসি) ecpat-calais@ecpat-france.org	কালে
যৌন শোষণ	14 rue Mondétour, 75001 Paris 01 40 26 91 51; contact@acpe-asso.org acpe-asso.org	প্যারিস
যৌন শোষণ	অফিস - 21 rue Château d'Eau, 75 010 Paris 01 44 52 56 43 ; contact@adn-asso.org প্রতিষ্ঠানের ঠিকানা এখানে পাওয়া যাবে - amicaledunid.org/presentation/#etablissements বিস্তারিত তথ্যের জন্য - jenesuispasavendre.org	ইল দ্য ফ্রস, মার্সেই, তুলুজ, রেন, মোপেলিয়ে, লিয়ো।
যৌন শোষণ	8, rue du Vieux Temple, 38000 Grenoble 04 76 43 14 06 ; contact@althea38.org https://althea38.org/	গ্রেনোব্ল

বিপদাক্রান্ত শিশুদের জন্য বিনামূল্যে এবং বেনামীতে জাতীয় অভ্যর্থনা ও সহায়তা সেবা (২৪ ঘণ্টা, সপ্তাহে ৭ দিন, ১৮৫টি ভাষায়), অনলাইন চ্যাট করুন allo119.gouv.fr