Punjabi

‘ਆਪਸੀ ਸਹਿਯੋਗ ਨਾਲ ਕਮਿਉਨਿਟੀਆਂ ਲੰਡਨ ਵਿਚ ਦਹਿਸ਼ਤਵਾਦ ਦੇ ਅਸਰਾਂ ਨੂੰ ਘੱਟ ਕਰਨ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ’

‘ਕਮਿਉਨਿਟੀਜ਼ ਟੁਗੈਦਰ ਹੈਲਪਲਾਈਨ’ (‘COMMUNITIES TOGETHER’ HELPLINE): 0800 028 2390

ਪਿਛਲੇ ਦਿਨੀਂ ਵਾਪਰੀਆਂ ਦਹਿਸ਼ਤਵਾਦੀ ਘਟਨਾਵਾਂ ਕਿਸੇ ਖ਼ਾਸ ਕਮਿਉਨਿਟੀ ਦਾ ਕੰਮ ਨਹੀਂ ਸੀ। ਇਹ ਜੁਰਮ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਇਕ ਛੋਟੇ ਜਿਹੇ ਗਰੁਪ ਨੇ ਕੀਤੇ। ਪਰ ਮੈਟ੍ਰੋਪੋਲੀਟਨ ਪੁਲਿਸ ਸਮਝਦੀ ਹੈ ਕਿ ਇਹਨਾਂ ਘਟਨਾਵਾਂ ਕਾਰਨ ਪੂਰੇ ਲੰਡਨ ਵਿਚ ਕਮਿਉਨਿਟੀਆਂ ਖ਼ੁਦ ਨੂੰ ਖ਼ਤਰੇ ਵਿਚ ਪਈਆਂ, ਘਬਰਾਈਆਂ ਅਤੇ ਗੁੱਸੇ ਵਿਚ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ।

ਜਿੱਥੇ ਲੋਕ ਦਹਿਸ਼ਤਵਾਦੀ ਘਟਨਾਵਾਂ ਨੂੰ ਬਹਾਨਾ ਬਣਾ ਕੇ ਅਜਿਹੇ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਹਨ ਜਿਹਨਾਂ ਦੇ ਅਸਰ ਕਾਰਨ ਗ਼ਲਤ ਧਾਰਨਾਵਾਂ ਅਤੇ ਨਫ਼ਰਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਉੱਥੇ ਮੈਟ੍ਰੋਪੋਲੀਟਨ ਪੁਲਿਸ ਤੁਰੰਤ ਹੀ ਸਖ਼ਤ ਕਾਰਵਾਈ ਕਰੇਗੀ। ਅਸੀਂ ਨਫ਼ਰਤ-ਭਰੇ ਜੁਰਮਾਂ ਨਾਲ ਲੜਨ ਲਈ ਵਚਨ-ਬੱਧ ਹਾਂ, ਅਤੇ ਕਿਸੇ ਕਮਿਉਨਿਟੀ ਵਿਚ ਜਾਂ ਕਮਿਉਨਿਟੀਆਂ ਵਿਚਕਾਰ ਵਧ ਰਹੇ ਤਣਾਓ ਦੀ ਪਛਾਣ ਕਰਨ ਦਾ ਕੰਮ ਅਸੀਂ ਖ਼ੁਦ ਵੀ ਕਰਾਂਗੇ।

ਇਸ ਪਰਚੇ ਵਿਚ ਉਹਨਾਂ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦਿੱਤੀ ਹੋਈ ਹੈ ਜੋ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ, ਜੇ ਗ਼ਲਤ ਧਾਰਨਾਵਾਂ ਜਾਂ ਨਫ਼ਰਤ ਕਾਰਨ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿਸੇ ਜੁਰਮ ਦਾ ਨਿਸ਼ਾਨਾ ਬਣਾਇਆ ਗਿਆ ਹੈ, ਜਾਂ ਪੁਲਿਸ ਦੇ ਮੌਜੂਦਾ ਕੰਮਾਂ ਬਾਰੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੋਈ ਚਿੰਤਾ ਹੈ।

ਮੈਟ੍ਰੋਪੋਲੀਟਨ ਪੁਲਿਸ ਨੇ ਨੰਬਰ 0800 028 2390 ’ਤੇ 24 ਘੰਟੇ ਚੱਲਣ ਵਾਲੀਆਂ ਮੁਫ਼ਤ ਹੈਲਪਲਾਈਨਾਂ ਰੱਖੀਆਂ ਹਨ ਜਿਹਨਾਂ ਦਾ ਕੰਮ ਅਜਿਹੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਸਲਾਹ ਅਤੇ ਮਦਦ ਦੇਣਾ ਹੈ ਜੋ ਲੰਡਨ ਵਿਚ ਹੋਏ ਦਹਿਸ਼ਤਵਾਦੀ ਹਮਲਿਆਂ ਕਾਰਨ ਖ਼ੁਦ ਨੂੰ ਖ਼ਤਰੇ ਵਿਚ ਪਏ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦੇ ਹਨ।

ਲੰਡਨ ਵਿਚ ਰਹਿਣ, ਕੰਮ ਕਰਨ ਅਤੇ ਆਉਣ ਵਾਲੇ ਹਰ ਵਿਅਕਤੀ ’ਤੇ ਪਿਛਲੇ ਦਿਨੀ ਵਾਪਰੀਆਂ ਘਟਨਾਵਾਂ ਦਾ ਅਸਰ ਪਿਆ ਹੋਣਾ ਹੈ।

ਪਰ ਕੁਝ ਲੋਕ ਅਤੇ ਕਮਿਉਨਿਟੀਆਂ ਖ਼ੁਦ ਨੂੰ ਖ਼ਾਸ ਤੌਰ ’ਤੇ ਕੱਲ ਮੁਕੱਲੇ ਅਤੇ ਖ਼ਤਰੇ ਵਿਚ ਪਏ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦੇ ਹੋਣਗੇ। ਅਸੀਂ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਉਤਸ਼ਾਹ ਦਿੰਦੇ ਹਾਂ ਕਿ ਉਹ ਇਹਨਾਂ ਹੈਲਪਲਾਈਨਾਂ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰਨ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਦੇ ਨਾਲ ਨਾਲ ਹੋਰ ਕਈ ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਵਿਚ ਵੀ ਸਲਾਹ ਅਤੇ ਮਦਦ ਮਿਲ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਉੱਚਾ ਸੁਣਨ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਮੁਫ਼ਤ ਮਦਦ ਮਿਨੀਕੋਮ ਫ੍ਰੀਫ਼ੋਨ ਨੰਬਰ 0800 028 6522 ’ਤੇ ਮਿਲ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਇਹ ਪਰਚਾ ਹੋਰ ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਵਿਚ ਵੀ ਇਸ ਵੈੱਬਸਾਈਟ ’ਤੇ ਮਿਲ ਸਕਦਾ ਹੈ - www.met.police.uk/report_a_crime/communities_together.htm

ਜੇ ਮੇਰੇ ਨਾਲ ਮਾੜਾ ਸਲੂਕ ਹੋਏ, ਤਾਂ ਮੈਨੂੰ ਕੀ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ?

ਆਪਣੇ ਨੇੜੇ ਦੇ ਪੁਲਿਸ ਸਟੇਸ਼ਨ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ।
ਤੁਸੀਂ ਜੁਰਮ ਦੀ ਰਿਪੋਰਟ ਇਸ ਇੰਟਰਨੈੱਟ ਸਾਈਟ ’ਤੇ ਵੀ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ - www.police.uk

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਨਫ਼ਰਤ-ਭਰੇ ਜੁਰਮ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਨੂੰ ਵੱਧ ਆਰਾਮ ਨਾਲ ਦੇ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਇਹ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ:

ਵਿਕਟਿਮ ਸੁਪੋਰਟ (Victim support) – www.victimsupport.org ; 0845 30 30 900

ਫ਼ੇਅਰ ਫ਼ੋਰਮ ਅਗੇਂਸਟ ਇਸਲਾਮੋਫ਼ੋਬੀਆ ਐਂਡ ਰੇਸਿਜ਼ਮ (Fair Forum against Islamophobia and Racism) – www.fairuk.org

ਮੁਸਲਿਮ ਸੇਫ਼ਟੀ ਫ਼ੋਰਮ - ਮੁਸਲਿਮ ਲਾਈਨ (Muslim Safety Forum - Muslim line)
020 8840 4840

ਸਿੱਖ ਸੈਕ੍ਰੇਟੇਰੀਅਟ (Sikh Secretariat)
www.sikh-secretariat.com/sikh_incident_form.htm

ਹਿੰਦੂ ਫ਼ੋਰਮ ਬ੍ਰਿਟੇਨ (Hindu Forum Britain) – www.hinduforum.org
020 8965 0671 or 07973 668 892

ਦ ਕਮਿਉਨਿਟੀ ਸੈਕਿਉਰਿਟੀ ਟ੍ਰਸਟ (The Community Security Trust)
(ਯਹੂਦੀ ਕਮਿਉਨਿਟੀ ਵਾਲਿਆਂ ਲਈ) – www.thecst.org.uk 020 8547 9999

ਕਮਿਸ਼ਨ ਫ਼ਾੱਰ ਰੇਸ਼ਿਅਲ ਇਕੁਆਲਿਟੀ (Commission for Racial Equality) –
www.cre.gov.uk 020 7939 0178

ਜਾਂ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣਾ ਨਾਂ ਦੱਸੇ ਬਿਨਾਂ ਵੀ ਕ੍ਰਾਈਮ ਸਟੌਪਰਜ਼ (Crimestoppers) ਨੂੰ ਇਸ ਨੰਬਰ 'ਤੇ ਫ਼ੋਨ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ - **0800 555 111.**

ਜੇ ਦਹਿਸ਼ਤਵਾਦ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਤ ਕੰਮਾਂ ਬਾਰੇ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਕੋਈ ਜਾਣਕਾਰੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਰਾਜ਼ਦਾਰੀ ਨਾਲ ਐਂਟੀ-ਟੈਰਰਿਸਟ ਹੈਲਪਲਾਈਨ ਨੂੰ ਇਸ ਨੰਬਰ 'ਤੇ ਫ਼ੋਨ ਕਰੋ: **0800 789 321**