

Sahil



Har Bacha Mehfooz

Har Bacha Mehfooz...Safe, Secure and Protected

# SAHIL

July-September 2020

 [www.sahil.org](http://www.sahil.org)  <https://www.facebook.com/sahil.ngo>  [https://twitter.com/sahil\\_NGO](https://twitter.com/sahil_NGO)  [mag@sahil.org](mailto:mag@sahil.org)



Parenting Skills



Mental Health



Stop Child Labour

# Sahil staff is available in CoVid-19 lockdown

---

## Psychologists

## Legal Aid

### Islamabad Office

0344-5259578

0301-5157602

### Lahore Office

0330-4081391

0333-4254432

### Sukkur Office

0331-3162917

0301-3429629

### Jaffarabad Office

0345-0198107

0312-7801400

### Abbottabad Office

0337-0456254

0314-5013137

---

---

# SAHIL

## Against Child Sexual Abuse

**Senior Editor**

Manizeh Bano

**Editors:**

Sidra Humayun

Waqas Hameed

Sohail Ahmed


**Title:**

Muhammad Rehan

**Content****Editorial 02****Tribute to Mr. Khawar Ansari  
Chairman/ Lead Director 2002-2020 03****Highlights of Six Monthly  
SAHIL Cruel Numbers 2020 05****Mental Health & COVID-19 09****Frequently Asked Questions JHC 2020 10****One-Point Solution to Child Labour 11****For Comments & Suggestions**

Please write to:

Editor, Sahil

Office No: 13, First Floor,  
Al-Babar Center, F-8 Markaz, Islamabad : mag@sahil.org : http://www.sahil.org : http://www.facebook.com/sahil.ngo : http://www.twitter.com/SAHIL\_NGO**TOLL FREE SERVICE  
0800-13518****Sahil Head Office**

Office No . 13, First Floor,

Al-Babar Center,

F-8 Markaz, Islamabad

Phone # (92-51) 2260636 2856950

Fax # (92-51) 2254678

Email: info@sahil.org

**Regional Office Abbottabad**

House No: 586/8, Near Public

Health Office,

Iqbal Town Mandian, Abbottabad

Email: -uc\_atd@sahil.org

Ph No. + 92- 0992-383880

**Sahil Regional Office, Jaffarabad**

Buledi Street, Rahib Khan Buledi

House, Near Government Girls

College PASCO Mill Dera Allahyar,

Jaffarabad

Phone # (92-838) 510912

uc\_jfd@sahil.org

**Sahil Regional Office, Lahore**

House No 212,

Block # A1-Johar Town,

Lahore

Phone # (92-42) 35470578

uc\_lhr@sahil.org

**Sahil Regional Office, Sukkur**

House # B 62, Street # 2, Sindhi Muslim

Housing Society Airport Road,

Sukkur

Phone # (92-71) 5633615

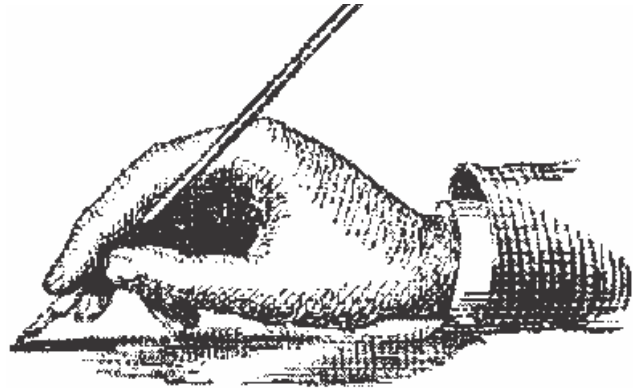
uc\_suk@sahil.org

## Editorial

Dear Readers,

During Covid-19, we can imagine that anxiety, stress, and uncertainty is very high. In these tough times, we have to support the weakest and the poorest.

Pakistan can be proud of its people, who contributed during Ramadan and both Eids. We are happy to share that SAHIL distributed food packs in the communities of Abbottabad, Jaffarabad, Lahore, and Sukkur. We have also communicated the tips to stay safe through this pandemic.



In this issue, we have given our six-monthly 'Cruel Numbers' January to June 2020 data highlights. Data reveals that more than eight children are abused in a day. Remember one thing that data on Child Sexual Abuse confirms that impunity and violence are in our society. We need to take steps to protect children from violence in their environment.

We also have interesting stories on child protection, emotional health, and psychological challenges. The previous issue of Sahil magazine from April-May-June 2020 is also available on our website [www.sahil.org](http://www.sahil.org); you can download it safely. You can read the stories, articles, and child protection pictorial story 'Meri Hifazat' too.

We look forward to your feedback and valuable input for the magazine.

## Tribute to Mr. Khawar Ansari Chairman/ Lead Director 2002-2020

### By Maliha Hamid Hussein

Maliha Hamid Hussein It is with a heavy heart that we announce that Khawar Ansari, a former Chairman of the Board, a committed supporter and a real inspiration for the NGO since its founding left us on June 16, 2020. Sahil would like to record the contribution that he made to the organization in terms of defining its strategic direction, guiding its management and training its Board over the years. Khawar served formally in the capacity of the Chairman of the Board from 2002-2018 but continued to attend Board meetings until the end. There is much to emulate from his professional ethics, his personal attributes and his unwavering passion for self-improvement and organizational excellence. Sahil will continue to benefit from the systems that he developed for us and his impeccable legacy.

### By Sahil's Founder Ms Anusheh Hussain

It was with Khawar that the seeds of Sahil were sown and germinated. I was 23 years old and convinced that Pakistan needed to acknowledge, talk about and provide a healing space for people who had been victims of sexual abuse. I also lacked confidence, had no work experience other than voluntary work, a basic O-Level degree and not many encouraging voices around me. I was told I was too young, too inexperienced, sexual abuse was a taboo topic and no one would talk about it and so on and so forth. However what I did have was Khawar and his unstinting support and faith in me.

When I discussed my apprehensions with Khawar his words to me were “It doesn't matter to me what you have achieved Anusheh. I want to know who you are. I am not interested in what degree you hold I want to know if you have the passion to follow your vision through. It doesn't matter if no one believes you can do it. I want to know if you believe you can. I believe you can, but do you?”. It was these words of his that led to the birth of Sahil.

He was my voice of absolute clarity. He was my teacher, my best friend, my confidante and my voice of reason. From teaching me how to think, how to write, how to manage people, to helping me find the courage to pursue my vision, to persist in the face of adversity, to believe in myself, to take risks, Khawar was the wind beneath my wings. Not for a moment did he let me feel that there was anything I could not do or be and his support was unequivocal. I knew I could call upon him...and I did...anytime and for anything and he would be there like a rock, sharing his wisdom and anything else he could, with unbounded generosity. Sahil's first funding was very limited and we couldn't afford an office space. Khawar and his wife, even went so far as to provide Sahil with a whole floor of their home as an office.

Any piece of writing on Khawar has to be something the reader can take something away from. Because that was Khawar. Everything for him was a teaching opportunity. He would often say “I have achieved everything I wanted in life now all I want is to help people achieve what they want”. I can never say enough about Khawar and what he meant to me and all of us at Sahil but I can share with you ten things that Khawar not only propounded but lived, in the hope that you, the reader, will be inspired by them. Because that's what Khawar would want.

1. “Don't be scared of making mistakes. Acknowledge them, learn from them, just try not to repeat them”.
2. “Everyone wants to be listened to. Listen carefully all the answers lie there.”
3. “When you feel scared think of the worst thing that could happen and find a solution for it. Everything

has a solution. Once you have the solution there can be no fear.”

4. “Don't make promises you can't keep. And if you make a promise never break it.”
5. “Measure your success in terms of satisfaction. Are you happy doing what you are doing? Nothing else matters, not money, nor fame. Those will inevitably follow, just don't make them your focus.”
6. “Manage your time efficiently. Delegate, let go, give people a chance to rise to their potential.”
7. “Every moment in life, every person or creature you come across, every challenge is a learning opportunity. See it for what it is and make the most of it.”
8. “If you don't believe in something you're never going to get anyone else to believe in it.”
9. “Give everything your 100 percent otherwise don't bother with it.”
10. “Have a strategy for everything that matters to you. Work, life, relationships.”

We were very blessed to have had a man of such integrity, generosity and wisdom lay our foundations and guide us in every way possible to achieve our dreams. His loss is immeasurable and we do not know how to fill the vacuum he leaves behind. But what we do have is his beautiful legacy for us to learn from and aspire to.

### **1. Ms. Nasreen Rashid Members board of Directors**

I first met Khawar for a World Bank project. Throughout our meeting we continued to argue and could not agree on anything. I almost decided to walk out of the project. I am sure he was equally reluctant. Much to our pleasant surprise, as the work started, we soon discovered that we had a lot in common: the same work ethics, the same commitment. The project became a great learning experience for me and we became friends. As a professional what inspired me most was his ability to see the macro view without missing any micro details—a rare quality indeed. He always lead from the front, never compromised on integrity, and conducted himself with impeccable grace and dignity. He was not only a remarkable professional with a passion for excellence, but also a dear friend. His sudden departure has left a huge void in my professional life, as we were planning to start work on new projects. And as a friend how can I ever forget his gentle voice, his kind eyes, his fondness for food, his willingness to help and above all immense pride in his family.

### **2. Sahil Staff**

We at Sahil are extremely saddened by the demise of Mr. Khawar S Ansari, a lead director and Ex-Chairperson of Sahil. Mr. Khawar had a great positive influence on the Sahil Board and Sahil staff. He was always available to share his viewpoint on any issue, and to provide a guideline. His leadership during the board meetings was particularly valuable. His contribution to Sahil's strategic plan in the year 2010 helped Sahil to change its vision and mission.

Sahil staff was very fortunate to attend on and off sessions from Mr. Khawar where he used to motivate staff by not only what he said, but also by the way he said it, with excellent knowing on every topic. His encouragement to help Sahil staff has been instrumental in Sahil progress. Mr. Khawar always believed that Sahil could make a major contribution to change for the better. Mr. Khawar gave remarkable inputs to improve Sahil systems, courtesy of his more than 28 years of experience as International Management Consultant in general management, corporate governance, and strategic planning. He strived for the improvement in every sphere with his professionalism, intelligence, and warmth.

**May Allah SWT grant him special ranks in Jannah. Ameen.**

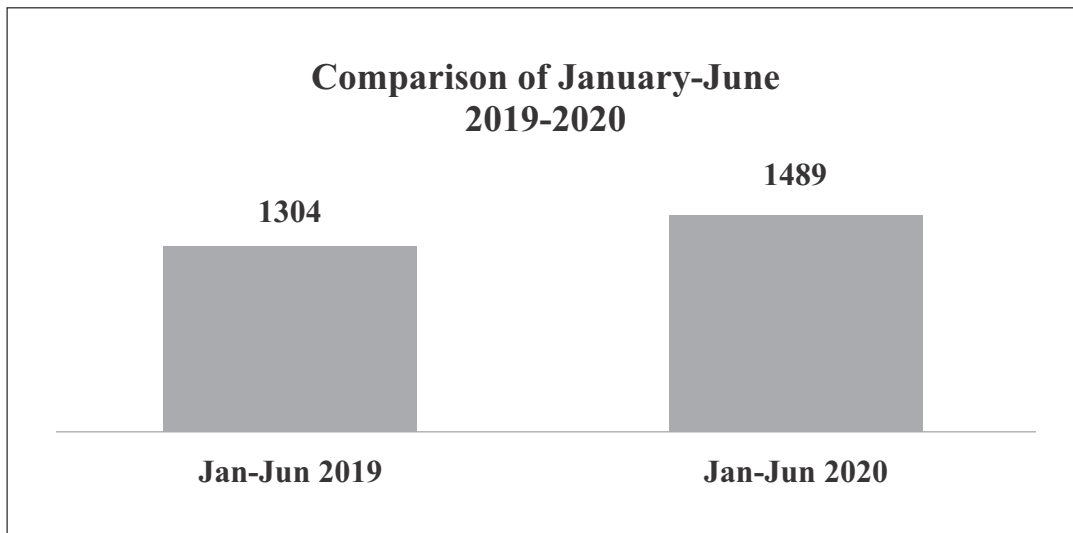
## Highlights of Six Monthly SAHIL Cruel Numbers 2020

Child sexual abuse in pandemic is more rampant and frequent amid COVID-19 pandemic. Children remained vulnerable within houses or other places like school, haveli, madrassa and many other places.

In the first six months of 2020, Sahil compiled the report by monitoring of 84 National and Regional Newspapers.

### Reported Cases Data (January to June 2020)

During six months January-June 2020, a total of 1489 child abuse cases were reported from 84 newspapers from all four provinces including Islamabad Capital Territory (ICT), Azad Jammu and Kashmir (AJK) and Gilgit Baltistan (GB).



The data reveals that now, in a day more than 8 children have been abused during the period of January-June 2020.

### Comparison of Reported Cases from March-June 2019 to March-June 2020 during the Covid-19 Months

As there has been great concern to see if child abuse cases increased during the Covid-19 lockdown we have further analyzed cases of March-June 2020 for a comparison with the same months of 2019.

### Case Registration Status

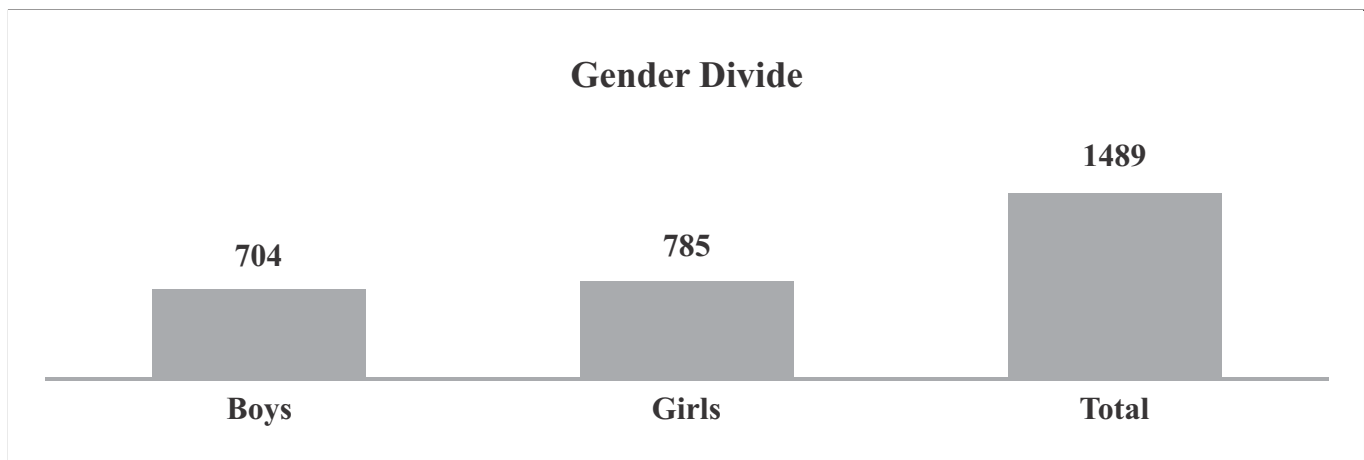
The data shows that out of the total reported cases 84% cases were registered with police. Unfortunately, most cases of sexual abuse of children are never disclosed let alone reported to the authorities. The very laws intended to hold perpetrators to account prevent survivors from seeking justice as seen in the refusal to register cases.

Comparison of Reported Cases from March-June 2019 to March-June 2020 During the Covid-19 Months		
Months	2019	2020
January	208	303
February	202	293
March	230	256
April	227	167
May	183	194
June	254	276
<b>Total</b>	<b>1304</b>	<b>1489</b>

As can be seen in the comparative table above, there is an increase of cases in the months of January and February 2020. In the comparison of four months from March to June of the 2 years, there is a total number of cases of 894 and 893 respectively. It is not possible to conclude that Covid-19 contributed to more cases of child abuse.

### Gender Divide

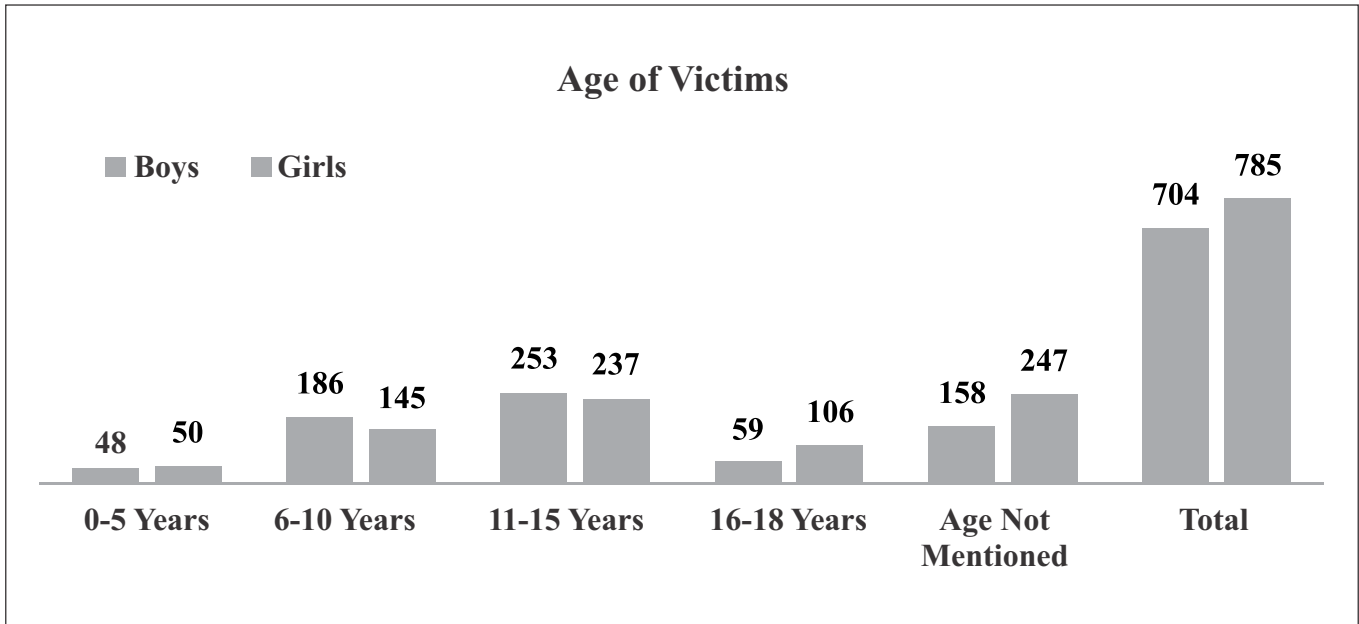
The below graph shows the comparison of gender divide of child abuse cases.



The data indicates that from January-June 2020 cases of boys have increased by 22% and cases of girls increased by 8% as compared to the last year's six months data of January-June 2019. This shows that boys are becoming more vulnerable to abuse.

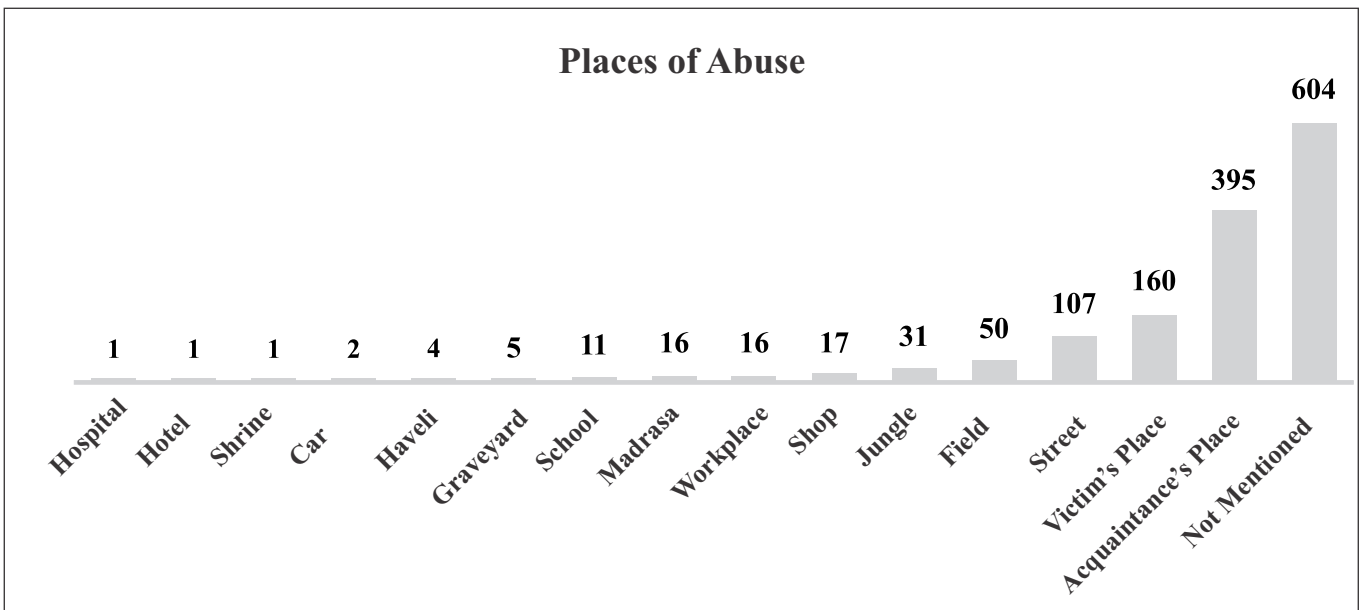


### Age of Victims



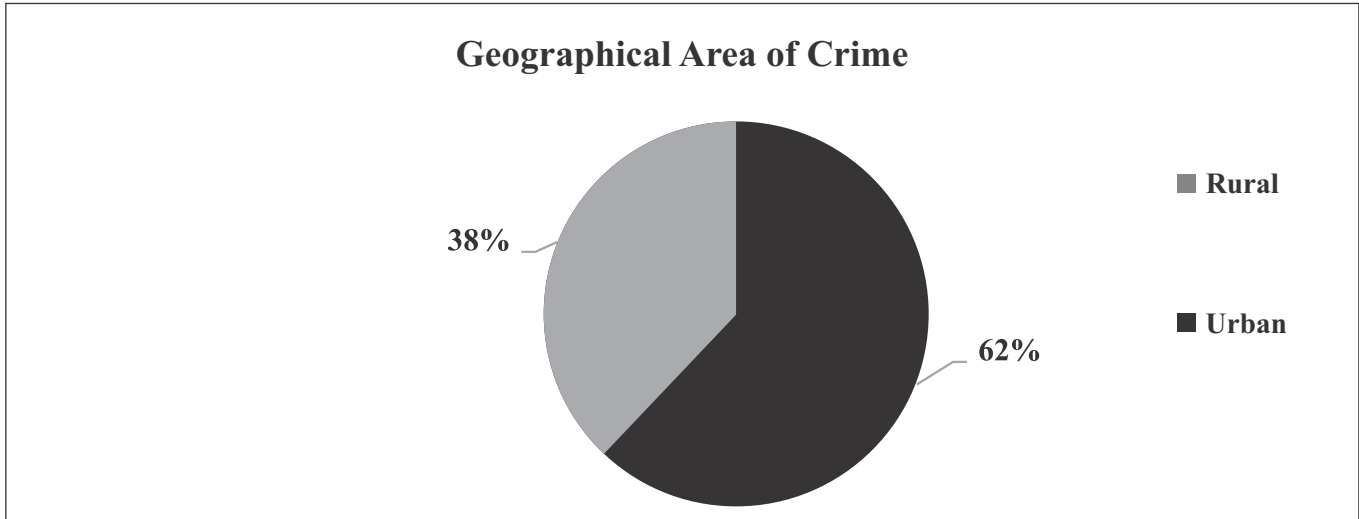
The above graph reveals that the children in the age bracket of 6-15 years continuous to be the most vulnerable. In this age category boys were 439 (53%) and numbers of girls were 382 (47%) in first six months of 2020.

### Place of Abuse



The graph shows that from January-June 2020, 28% cases of child abuse occurred at the acquaintances place, 11% cases in victims place, 8% cases in streets, and 4% cases occurred in the field. Abuse cases also occurred in as many as other 11 places.

### Geographical Area of Crime



The six months data of January- June 2020 shows that 62% of cases reported from rural areas and 38% cases were reported from the urban area.

In comparison to last year's data, an increase in cases from rural areas can be seen from 59% in January- June 2019 to 62% in January-June 2020.

### Sahil Legal Aid

Sahil provides free legal aid to all victims of child sexual abuse.

Confidentiality is strictly maintained.

Phone: 92-51 2850574

Email: [Legalaid@sahil.org](mailto:Legalaid@sahil.org)

Toll free service 0800-13518

## Mental Health & COVID-19

Fear, worry, and stress are normal responses to perceived or real threats, and at times when we are faced with uncertainty or the unknown. So it is normal and understandable that people are experiencing fear in the context of the COVID-19 pandemic.

Added to the fear of contracting the virus in a pandemic such as COVID-19 are the significant changes to our daily lives as our movements are restricted in support of efforts to contain and slow down the spread of the virus. Faced with new realities of working from home, temporary unemployment, home-schooling of children, and lack of physical contact with other family members, friends and colleagues, it is important that we look after our mental, as well as our physical, health.

WHO, together with partners, is providing guidance and advice during the COVID-19 pandemic for health workers, managers of health facilities, people who are looking after children, older adults, people in isolation and members of the public more generally, to help us look after our mental health. Helping children cope with stress during the 2019-nCoV outbreak

Children may respond to stress in different ways such as being clingier, anxious, withdrawing, angry or agitated, bedwetting etc. Respond to your child's reactions in a supportive way, listen to their concerns and give them extra love and attention.

Children need adults' love and attention during difficult times. Give them extra time and attention. Remember to listen to your children, speak kindly and reassure them. If possible, make opportunities for the child to play and relax.

Try and keep children close to their parents and family and avoid separating children and their caregivers to the extent possible. If separation occurs (e.g. hospitalization) ensure regular contact (e.g. via phone) and re-assurance.

Keep to regular routines and schedules as much as possible, or help create new ones in a new environment, including school/learning as well as time for safely playing and relaxing. Provide facts about what has happened, explain what is going on now and give them clear information about how to reduce their risk of being infected by the disease in words that they can understand depending on their age. This also includes providing information about what could happen in a re-assuring way (e.g. a family member and/or the child may start not feeling well and may have to go to the hospital for some time so doctors can help them feel better).

Source: <https://www.who.int/teams/mental-health-and-substance-use/covid-19>



### Children Need Attention

Jeet Healing Centre Offers

Free Counseling through In Person, Email, Telephone

For

All psychological issues including Trauma of child sexual abuse

Confidentiality is strictly maintained

Phone : (92-51) 2850574, Email: [jeet@sahil.org](mailto:jeet@sahil.org) , Toll Free service on 0800-13518

## Frequently Asked Questions JHC 2020

### Q1: What is Obsessive-compulsive disorder OCD?

Obsessive-compulsive disorder (OCD) is a mental illness that causes repeated unwanted thoughts or sensations (obsessions) or the urge to do something over and over again (compulsions). Some people can have both obsessions and compulsions. Obsessions are thoughts and compulsions are behaviors, both repeated often

#### OCD involves thoughts of:

- Being dirty
- Danger like of being hurt, harmed
- Desire for everything being in a set place.
- Superstitious thoughts.

To overcome OCD a person require counseling

### Q2: How we can deal with depression at home during COVID 19 lock down?

When you're suffering from depression, life can seem overwhelmingly hopeless. It can interfere with your ability to think straight, drain your energy, and make it difficult to get through the day. But no matter what constraints you're living under at the moment, these strategies can help you to decrease loneliness, ease negative thoughts, improve your mood, and cope with symptoms of depression.

- Distract yourself with different activities, eg listen to music
- Find simple sources of joy.
- Limit your consumption of news.
- Maintain a routine.
- Contact with your friends on email or telephone.
- Physical exercise.
- Do relaxation exercises such as, yoga..

### Q3: What is an Intellectual Disability?

Intellectual disability is a term used when a person has certain limitations in mental functioning, in skills such as communicating, self care, or social skills. These limitations will cause a child to learn and develop more slowly than usual. Children with intellectual disabilities, sometimes called cognitive disabilities, may take longer to learn to speak, walk, and take care of their personal needs such as dressing or eating. They are likely to have trouble learning in school. They will learn, but it will take them longer. They may require special interventions.

## One-Point Solution to Child Labour

**Written by: Akhtar Hussain Syed**

After every unfortunate incident of child rape and murder, people demand justice for the victim. They use social media to get the attention of the decision-makers. Majority of the time, people's voices turn into a top trend on twitter. Recently eight years old domestic worker Zohra Shah was killed by a couple in Rawalpindi, and within hours of the incident, #JusticeforZohraShah was the top trend in Pakistan. This is a very positive trend that people belonging to different fields are raising their voice for a common cause. One of the key features of these trends is demanding immediate and short-term solutions rather than a sustainable one.

No doubt, child labour is a global issue; it is estimated that about 152 million children are engaged in child labour around the world. About 72 million of which are involved in hazardous work. There are frequent reports of violence against children engaged in child labour. This issue is claiming the lives of the children. Besides this, children involved in child labour worked for long hours under dangerous conditions.

Nearly, 38.8% of people are multidimensionally poor in Pakistan. It is not difficult to imagine how the current crisis is hurting the ability of the poor to feed their children. According to the UNDP recent estimate, poverty has declined by 40% to 24.3% in 2015. As per IMF prediction, up to 40% population is living below the poverty line in COVID-19 situation.

In Pakistan, nearly 16% of the children between 5-17 ages are engaged in child labour. Majority 56% of children are employed in agriculture, nearly 15% in services and 7% in manufacturing. They worked in an unsafe, unhealthy environment and they are subject to torture, abuse and neglect. The child labour has multiple negative consequences including physical, psychological, moral and social.

This is poverty that pushes children into the labour market. As a result, nearly 44% of children are out of school. Although article 25(A) of the constitution promises that “the state shall provide free and compulsory education to all children of the age of five to 16 years”.

When it comes to the age of employment, the constitution of Pakistan restricts child labour to 14 age. For example, the Constitution of Pakistan, Article 11(3) states that no child below the age of 14 years shall be engaged in any factory or mine or any other hazardous employment.

The definition of the child is different in different laws. For instance, the Punjab restriction on employment of children act, 2016 stated that child means a person who has not attained the age of fifteen years and the employment of children act, 1991 set the age of the child to 14. Pakistan has ratified the United Nation-Convention on Rights of the child (UN-CRC). As per UN-CRC, every person below the age of 18 is a child. Constitutional amendment coupled with uniformity in the various legislative pieces is required to discourage child employment.

But only policy reforms will not bring fruits until and unless the root cause is addressed. Without any doubt, poverty is the core cause of child labour. Absence of sufficient economic support to the poor segment is fueling child labour. Pakistan only spent only 2 percent of the GDP as compared to the globe average 11.2 percent. The UN-ESCAP report ranked Pakistan at the bottom in terms of spending on social protection.

Civil society must raise demand to address the root causes of child labour. Immediate solution will only

provide short term results. Sustainable outcome required to eliminate this evil from our society. We can save children from child labour by increasing investment in social protection leading to poverty reduction. Ensuring 100% school enrollment is not possible without beating poverty.

## SUBMIT YOUR ARTICLES

Dear Readers!

For the Readers' Corner segment of Sahil quarterly magazine we will publish the writings of our readers. Submissions of your articles are welcomed for Sahil's upcoming issue Jan-Mar 2021.

You can send your writings in English or Urdu. The editors reserve the right to make the final decision. The last date for submission of articles is

25 December 2020.

Send your contributions, on:

The Editor

Office No. 13, First Floor,  
Al-Babar Centre, F-8 Markaz,

Islamabad, Pakistan

E-mail: [mag@sahil.org](mailto:mag@sahil.org)

## ساحل کی سرگرمیاں (اپریل تا جون 2020)

463

متاثرہ خاندانوں کو مفت قانونی امداد کے خطوط ارسال کیے۔

206

مقامی افراد کو بچوں کی حفاظت کے حوالے سے تربیت فراہم کی گئی۔

181

گھروں میں کرونا وائرس کے دوران راشن تقسیم کیا گیا۔

84

قومی علاقائی اخبارات کی روزانہ کی بنیاد پر مانیٹرنگ کی گئی۔

64

افراد کو نفسیاتی مشاورت فراہم کی گئی۔

4

اخبارات اور الیکٹرانک میڈیا نے ساحل کی سالانہ 'ظالم اعداد' 2019 کی رپورٹ کو نشر کیا۔

4

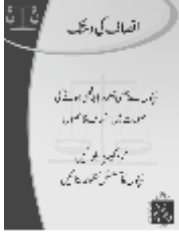
نئے رضا کاروں نے ساحل کے ساتھ رجسٹریشن کروائی۔

1

ساحل کا سہ ماہی میگزین اپریل تا جون شائع کیا۔

1

ساحل کے علاقائی دفاتر میں بچوں کا اغواء، کم عمری کی شادی اور ٹائم ٹیبل کی پابندی کی تشہیری مہم چلائی گئی۔



”اگر تم میرے ساتھ نہیں جاؤ گی تو میں تمہارے امی ابو کو بتاؤں گا کہ تم آج سکول نہیں گئی“

ایک لمحے کے لئے منی ڈر گئی پھر اس کو اپنی

امی کی ہدایت یاد آئی کہ کچھ لوگ دوسروں کی

غلطیوں سے فائدہ اٹھاتے ہیں اور ان سے غلط

کام کرواتے ہیں۔



منی بولی ”میں گھر جا کہ اپنی امی کو ساری بات خود بتاؤں گی۔ میرے امی ابو مجھے بہت پیار کرتے ہیں۔“



## یونٹ 5 : منی اور امرودوں والا باغ

منی سکول جانے کی بجائے کھیل کے میدان میں چلی گئی۔ اس کے ہمسائے نے اس کو وہاں دیکھ لیا، اس نے منی سے کہا ”منی چلو، امرودوں والے باغ میں چلیں۔“



منی نے جواب دیا ”امرودوں والا باغ بہت دور اور جنگل جیسا ہے، میں وہاں نہیں جاؤں گی۔“



## بچوں کے ساتھ جنسی زیادتی کے بڑھتے ہوئے واقعات اور والدین کا کردار

بدقسمتی سے پچھلے کچھ عرصے سے بچوں کے جسمانی و جنسی استحصال کے واقعات میں اضافہ ہوا ہے۔ ایک رپورٹ کے مطابق پاکستان میں ہر سال لڑکے لڑکیوں کے جنسی تشدد اور ریپ کے سینکڑوں واقعات سامنے آتے ہیں جن میں سے 66 فیصد واقعات دیہی علاقوں میں پیش آتے ہیں۔ بچوں کے ساتھ جنسی زیادتی اور استحصال کرنے والے بچوں سے ان کی معصومیت اور ان کا بچپن چھین لیتے ہیں۔

پاکستان پینل کوڈ کے سیکشن (CB, A,) 292 اور سیکشن (BA,) 377 کے تحت بچوں کا جسمانی نفسیاتی و جنسی استحصال کرنے والے کو 7 سال قید اور پانچ لاکھ سے سات لاکھ روپے تک جرمانہ ہو سکتا ہے جبکہ عمر قید کی سزا بھی ہو سکتی ہے۔ حال ہی میں بچوں کے ساتھ جنسی زیادتی کرنے والے کو سزائے موت دینے کی قرارداد بھی منظور ہو چکی ہے۔

مگر یہ صرف قانونی مسئلہ نہیں بلکہ سماجی مسئلہ بھی ہے۔ اس سلسلے میں سخت سزائوں کے نفاذ کے ساتھ ساتھ بچوں کے تحفظ کے لیے معاشرے اور بالخصوص والدین اور ساتھ ساتھ کردار بہت اہم ہے۔ ذیل میں بچوں کے تحفظ کے لیے کچھ بنیادی نکات درج کیے گئے ہیں۔

اس مسئلے پر سنجیدگی سے غور کریں اور اس بات کو سمجھیں کہ آپ کے اپنے بچے بھی اس صورتحال سے دوچار ہو سکتے ہیں۔ بچوں کو اپنا اعتماد فراہم کریں تاکہ وہ بلا جھجک ہر معاملہ آپ کے سامنے رکھ سکیں۔

بچے کے دوستوں اور ملنے جلنے والوں کے بارے میں باخبر رہیں اور اپنی عمر سے بڑے دوست بنانے سے منع کریں۔

وقت سے پہلے بچوں کو سوشل میڈیا فیس بک وغیرہ سے دور رکھیں اور خود انہیں زیادہ سے زیادہ وقت دیں۔

بچے کی ضروریات کو مد نظر رکھیں اور اس بات کا دھیان رکھیں کہ وہ ایسی چیزیں استعمال نہ کر رہا ہو جو آپ نے فراہم نہیں کیں۔

اپنے ارد گرد ماحول پر نظر رکھیں اور بچوں کے سکول آنے اور جانے کو مکمل محفوظ بنائیں۔

بچوں کو بری صحبت سے بچانے کے لیے اچھے کاموں کی طرف راغب کریں۔ دینی رسالے اور حکایات صحابہ وغیرہ پڑھنے کی حوصلہ افزائی کریں۔

اگر خدا نخواستہ کسی بچے کے ساتھ کسی قسم کے جسمانی و جنسی تشدد کا واقعہ پیش آئے فوراً قانونی کارروائی کریں۔ مجرم کو سخت سزا اور جرمانہ ہو سکتا ہے۔

بچوں کے استحصال کے ان نتیجہ افعال کے خلاف سب اپنا کردار ادا کریں تاکہ آئندہ ہمارے بچے اس بلا سے محفوظ رہیں۔

تحریر: رانا ابرار

## ساحل دُور نہیں۔۔۔!

کتنی بار کہا ہے کہ گھر کے برتنوں کو صاف ستھرا رکھا کرو؟

دیکھو! زہرہ۔۔۔ ایسا نہیں چلے گا؟

ابھی تک کتنے برتن دھوئے ہیں، ڈھیر سامنے لگا کر رکھا ہوا ہے۔ تم بس بچوں کے ساتھ کھیلنے میں ہی لگن ہو جاتی ہو۔ مسز کیانی نے آج پھر زہرہ کے کان کھینچ لیے تھے۔ آج پھر ان کے ساتھ دفتر میں لباس نے کچھ غلطیوں پر کچھائی کی تھی تو جس کا غصہ وہ زہرہ پر اتار رہی تھیں۔ زہرہ کا چہرہ لال ہو چکا تھا مگر وہ صبر کئے ہوئے تھی۔

زہرہ پنجاب کے ایک دور افتادہ گاؤں کی رہنے والی تھی۔ ماں باپ غربت سے تنگ آ کر اُسے گاؤں کے ہی نمبردار کے رشتے داروں کے ہاں چھوڑ آئے تھے کہ شہر میں رہ کر وہ کچھ کمائے گی تو ان کا گزارہ ممکن ہو سکے گا۔

دو گھنٹے بعد جب مسز کیانی واپس آئیں تو دیکھا تو برتن ابھی تک ویسے ہی پڑے تھے۔ زہرہ کی آج یہاں آنے کے بعد سے پھر تیسری بار خوب پٹائی ہو تھی۔ اس میں اس کا تصور نہیں تھا کہ وہ تو مسز کیانی کے بچوں کے رونے دھونے پر کام کاج کو چھوڑ دیا کرتی تھی مگر مسز کیانی نے خاندان کی بے اعتنائی کا صلہ گیارہ سالہ زہرہ کو خوب پٹائی کر کے لیا تھا۔

ابھی کچھ دن گزرے تھے جب زہرہ کو مسز کیانی کے شوہر نے بلا وجہ تنگ کرنا شروع کر دیا تھا اور اُس کے کام کاج میں نقص تلاش کرنا شروع کر دیئے تھے۔ وہ بار بار اُس کے نازک حصول کو چھو لینے کی بھی کوشش کرنے لگا تھا۔ زہرہ کو یہ سب بہت برا لگنے لگا تھا وہ اتنی بھی بچی نہیں تھی کہ یہ سب نہ سمجھ سکتی۔ انہی دنوں میں زہرہ مسز کیانی کے بچوں کے ساتھ ایک دن بازار گئی تو ساتھ والی کوٹھی میں کام کرنے والی سعدیہ سے اُس کی ملاقات ہوئی۔ مسز کیانی کے بچے تو کتابیں خریدنے میں مصروف تھے۔

سعدیہ عمر میں زہرہ سے بڑی تھی وہ کافی دنوں سے اُسے اُلجھا ہوا دیکھ رہی تھی، اُس نے پریشانی کی وجہ پوچھی تو زہرہ نے مختصر تفصیل بتادی۔ سعدیہ نے اُسے ساحل نامی بچوں کے لئے کام کرنے والی تنظیم کے بارے میں آگاہی دی اور کہا کہ وہ اُن سے رابطہ کرے۔ چند ہی دنوں میں ساحل نامی تنظیم نے زہرہ کو وہاں سے نکال لیا تھا، مسز کیانی اور اُن کے شوہر نے اُس کے ہرازمات کی تردید کی تھی مگر بعد میں وہ اپنی جگہ سچی ثابت ہوئی تھی۔ تشدد اور جنسی ہراسگی پر اُن کے خلاف عدالت میں کیس چل پڑا تھا۔ ساحل نامی ادارے نے زہرہ کو ایک فلاحی ادارے میں داخل کروا دیا تھا جہاں اُسے تعلیم کے ساتھ ساتھ روزگار بھی سیکھنے کو مل رہا تھا۔

اب زہرہ بچوں کے تحفظ اور بہبود کے لئے کام کرنے والی تنظیم ساحل کا ایک اہم حصہ بن چکی تھی۔ اُسے سال کا بہترین رضا کار ہونے کا بھی اعزاز حاصل ہو چکا تھا۔ اب وہ یہ بات ہر فورم پر کرنے لگی تھی کہ آپ بطور انسان بہت سے حقوق رکھتے ہیں اور کوئی آپ کے ساتھ غلط کرتا ہے تو اس کو کیفر کردار تک لے جانا چاہیے تاکہ آپ جیسا کوئی معصوم شخص کسی اور کی ستم گری کا شکار نہ ہو سکے یوں بھی ساحل تک رسائی بہت

آسان سی ہے، جان بچانے کے لئے تھوڑی کوشش کرنی چاہیے، یہ سمندر میں ڈوب مرنے سے بہتر ہے۔

تحریر: ذوالفقار علی بخاری

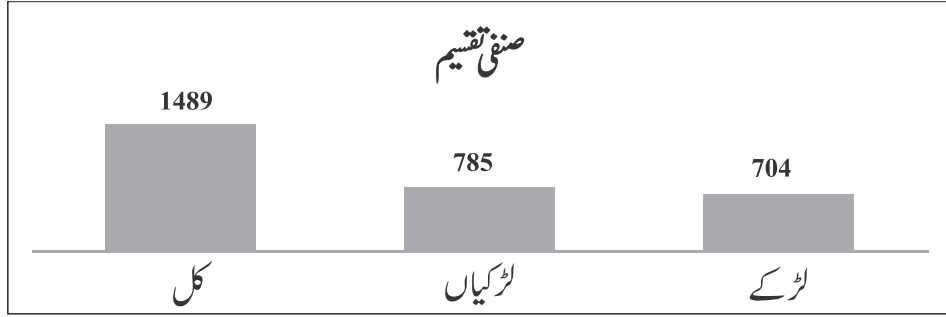
ساحل جیت ہیلتھ سینٹر

ساحل جیت ہیلتھ سینٹر، تشدد سے متاثرہ افراد اور کسی بھی نفسیاتی مسائل کے حل کے لئے مفت نفسیاتی مشاورت فراہم کرتی ہے۔

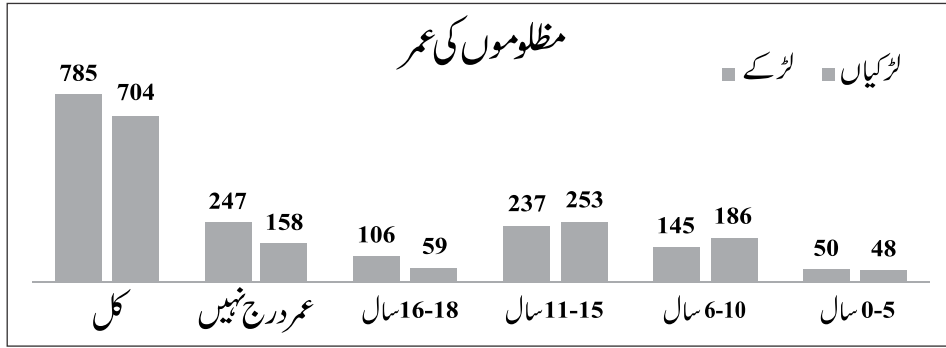
آپ کی معلومات کو صیغہ راز میں رکھا جائے گا۔

اسلام آباد آفس نمبر: 0344-5259578 ای۔میل: jeet@sahil.org

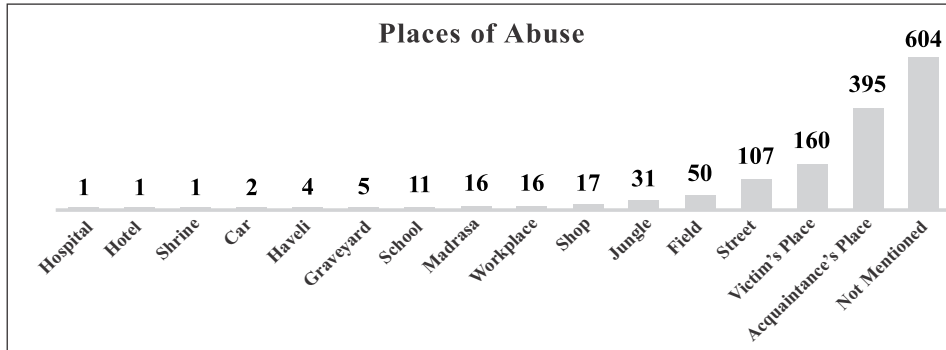
اوقات کار: پیر تا جمعہ، صبح دس تا رات گیارہ بجے (دورانِ کرونا وائرس وباء یہ اوقات کار ہوں گے)



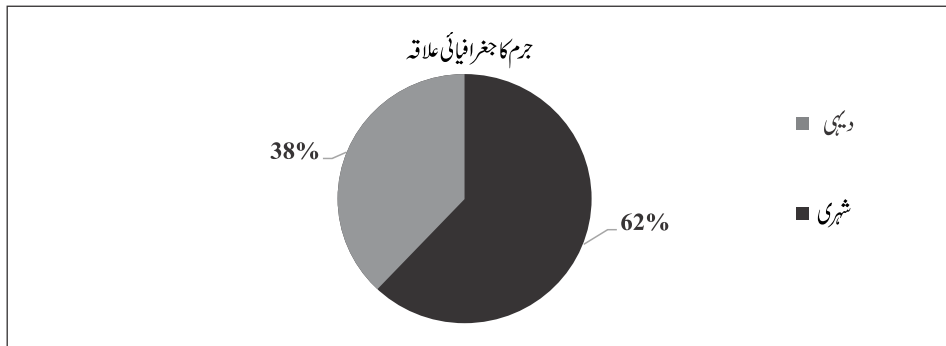
اس گراف سے پتہ چلتا ہے کہ 6-15 سال کی عمر کے بچے سب سے زیادہ غیر محفوظ رہے۔ سال 2020 کے ابتدائی چھ ماہ کی رپورٹ کے مطابق 53 فیصد لڑکوں اور 47 فیصد لڑکیوں کو اس عمر کے حصے میں جنسی تشدد کا شکار بنایا گیا۔



اس سال جنوری تا جون بچوں سے جنسی زیادتی کے 28 فیصد واقعات بچوں کی جان پہچان والی جگہ، 11 فیصد مظلوموں کے گھروں، 8 فیصد گلی، اور 4 فیصد واقعات کھیتوں میں پیش آئے۔ اس کے علاوہ 11 مختلف جگہوں پر بھی جنسی زیادتی کے واقعات رپورٹ ہوئے۔



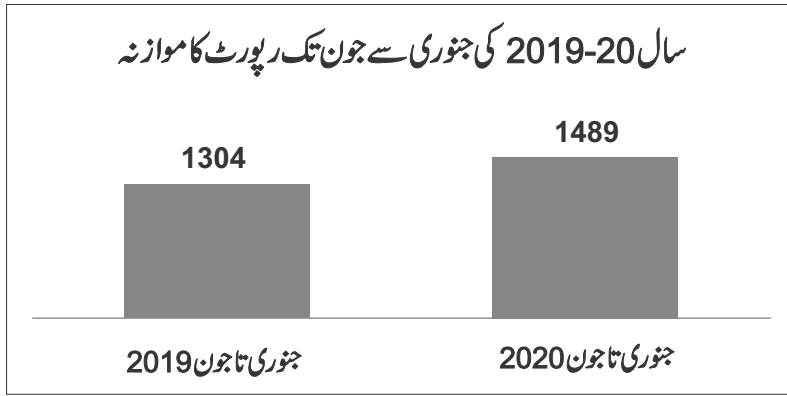
سال 2020 جنوری تا جون بچوں سے جنسی زیادتی کے واقعات 62 فیصد دیہی علاقوں جبکہ 38 فیصد شہری علاقوں سے رپورٹ ہوئے ہیں۔



## ساحل ظالم اعداد 2020 کی ششماہی رپورٹ

بچوں کے ساتھ ہونے والے جنسی زیادتی کے واقعات وبائی مرض کرونا وائرس کے دوران بھی مسلسل رپورٹ ہوتے رہے اس وبائی مرض کے دوران بچے گھروں، مدرسوں، حویلی وغیرہ جیسی جگہوں پر غیر محفوظ رہے۔

ساحل ظالم اعداد 2020 کے ابتدائی چھ ماہ کی رپورٹ کو مرتب کرنے کے لئے کل 84 اخبارات کی جانچ پڑتال کی۔ پاکستان کے چاروں صوبوں، اسلام آباد، آزاد کشمیر اور گلگت بلتستان میں جنوری تا جون 2020 بچوں پر جنسی تشدد کے کل 1489 واقعات رپورٹ ہوئے۔ جس کے مطابق روزانہ 8 سے زائد بچوں کو جنسی تشدد کا شکار بنایا گیا۔



بچوں پر ہونے والے جنسی تشدد کے واقعات کا تجزیہ کرتے ہوئے اس بات پر بہت تشویش پائی گئی کہ وبائی مرض کے دنوں میں بھی بچوں سے زیادتی کے واقعات میں اضافہ دیکھنے میں آیا۔

رپورٹ کیے جانے والے لکیز کے درمیان موازنہ مارچ-جون 2019 تا مارچ جون 2020 تک رپورٹ

2019	2020	ماہ
208	303	جنوری
202	293	فروری
230	256	مارچ
227	167	اپریل
183	194	مئی
254	276	جون
1304	1489	کل

لیکن اوپر دیئے گئے ٹیبل میں دیکھا جاسکتا ہے کہ سال 2020 کے ابتدائی دو ماہ جنوری تا فروری میں بچوں سے جنسی تشدد کے واقعات میں مسلسل اضافہ ہوا ہے۔ اگر ہم سال 2019 تا سال 2020 مارچ سے جون چار مہینوں تک ہونے والے واقعات کا موازنہ کرتے ہیں جس میں کل واقعات کی تعداد بالترتیب 893 اور 894 ہے اس سے ہم یہ نتیجہ اخذ نہیں کر سکتے کہ کرونا وائرس کا بچوں سے زیادتی میں کوئی عمل داخل ہے۔

اس ٹیبل میں دیکھا جاسکتا ہے کہ سال 2020 میں پچھلے سال کی نسبت لڑکوں سے جنسی زیادتی کے واقعات میں 22 فیصد اضافہ ہوا ہے۔ جبکہ لڑکیوں سے جنسی زیادتی کے واقعات میں 8 فیصد اضافہ ہوا ہے۔ اس اعداد و شمار سے پتہ چلتا ہے کہ لڑکے زیادہ جنسی زیادتی کا شکار ہو رہے ہیں۔

ایک دوست کی حیثیت سے ہی اس کی نرم آواز اسکی مہربان آنکھیں، اس کے کھانے کا شوق، اسکی مدد کرنے کی آمادگی اور اسکی قابل فخر اہل خانہ کو کبھی نہیں بھول سکتی۔

ساحل کے عملے کی طرف سے خاور انصاری صاحب کو خراج تحسین

ہم ساحل کے مرکزی رہنما اور چیرمین خاور انصاری صاحب کی وفات پر انتہائی غمزدہ ہیں خاور صاحب کا ساحل کے عملے اور بورڈ پر ایک مثبت اثر تھا وہ ساحل بورڈ کے ساتھ اچھی طرح منسلک رہے۔ اور وہ ہمیشہ کسی بھی مسئلے کے حوالے سے اپنا نقطہ نظر یا رہنمائی کرنے کے لئے موجود رہتے تھے۔

بورڈ کے اجلاس میں انکی قیادت ہمیشہ خاص اہمیت کی حامل رہی۔ سال 2010 میں ساحل کی اسٹریٹجک منصوبہ بندی میں انکی شراکت کو کبھی فراموش نہیں کیا جاسکتا جس میں انھوں نے

ساحل کو اپنے نظریے اور مقصد کو تبدیل کرنے میں بہترین مدد فراہم کی۔ ساحل کے عملے کا خاور کے ساتھ کسی سیشن میں شریک ہونا یا سیشن کے بعد ملنا خوش قسمتی ہوتی تھی کیونکہ وہ نہ صرف ساحل ٹیم کو اپنے کہے ہوئے الفاظ کے لئے قائل کرتے تھے بلکہ وہ جو کہ رہے ہوتے تھے ان کو اس پہ مکمل گرفت بھی ہوتی تھی۔

ساحل کے عملے کے لئے انکی حوصلہ افزائی ہمیشہ اہم رہی ہے خاور صاحب ہمیشہ یقین رکھتے تھے ساحل معاشرے کی تبدیلی میں ایک بہت بڑا کردار ادا کر رہا ہے۔ خاور صاحب نے اپنی 28 سالہ بین الاقوامی، عمومی انتظام، کارپوریٹ گورننس اور سٹریٹجک منصوبہ بندی اور تجربے میں ساحل کیلئے نظام کو بہتر بنانے کیلئے گراں قدر خیال کا اظہار کیا۔

وہ جہاں کہیں بھی رہے انھوں نے اپنی پیشہ ورانہ صلاحیت، ذہانت اور ولولے سے بہتری لانے کی کوشش کی۔

اللہ خاور صاحب کو جنت میں اعلیٰ مقام دے آمین۔

جانے والی کوئی بھی تحریر ایسی ہونی چاہیے جو پڑھنے والے کو دور لے جائے۔ کیونکہ وہ خاور تھا اور ان کیلئے سب کچھ سیکھانے کا ایک موقع تھا۔ وہ اکثر کہا کرتے تھے میں زندگی میں جو کرنا چاہتا تھا حاصل کر لیا اب میں چاہتا ہوں میں لوگوں کی مدد کروں جو وہ حاصل کرنا چاہتے ہیں میں کبھی احاطہ نہیں کر پاؤں گی کہ خاور کا مجھ سے اور ہم سب ساحل والوں سے کیا تعلق تھا۔ میں آپ کو وہ دس باتیں بتانا چاہتی ہوں جن کی نہ صرف خاور نے پیشن گوئی کی بلکہ ان کو اپنی زندگی کا حصہ بھی بنایا اور یہ سب اس امید کے ساتھ کہ ہر پڑھنے والا اس سے متاثر ہوگا۔ کیونکہ خاور بھی یہی چاہتے تھے۔

1: غلطیاں کرنے سے نہ گھبرائیں بلکہ انہیں تسلیم کریں، ان سے سیکھیں صرف ان کو دہرانے کی کوشش نہ کریں۔

2: ہر کوئی چاہتا ہے کہ اُس کو سنا جائے لہذا ہر جواب کو غور سے سنیں۔

3: جب آپ خوف محسوس کریں تو اُس کی بدترین صورت حال سوچیں جو ہو سکتی ہے۔ پھر اس کا حل سوچیں کیونکہ ہر چیز کا ایک حل ہوتا ہے اور آپ وہ حل ڈھونڈ لیتے ہیں تو کوئی خوف نہیں رہتا۔

4: وہ وعدے نہ کریں جو آپ نبھانہیں سکتے اور اگر آپ کوئی وعدہ کریں تو اُسے کبھی نہ توڑیں۔

5: اطمینان کی صورت میں اپنی کامیابی کی پیمائش کریں آپ کیا کر رہے ہیں اور جو آپ کر رہے ہیں اس سے آپ خوش ہیں کچھ اور نہیں نہ پیسہ نہ شہرت ولا محالہ آپ کی پیروی کریں گے بس انہیں اپنی توجہ کا مرکز نہ بنائیں۔

6: اپنے وقت کا بہترین استعمال کریں جانے دیں درگزر کریں۔ لوگوں کو ان کی صلاحیتیں بڑھانے کا موقع دیں۔

7: زندگی میں ہر لمحہ، ہر شخص اور ہر چیز سے سیکھنے کا موقع ہوتا ہے اس کو پرکھیں کہ وہ کیا ہے اور اس سے زیادہ سے زیادہ فائدہ اٹھانے کی کوشش کریں۔

8: اگر آپ کسی چیز پر یقین نہیں رکھتے تو آپ کبھی بھی کسی کو اس کے بارے میں یقین نہیں دلا سکتے۔

9: ہر چیز کو اپنا 100 فیصد دیں وگرنہ اس سے پریشان نہ ہوں۔

10: ہر اُس چیز کیلئے جو آپ کیلئے اہم ہے ایک حکمت عملی بنائیں جیسا کہ کام، زندگی اور رشتے۔

ہم بہت خوش قسمت ہیں کہ ہمارے پاس ایک ایسا آدمی تھا جس نے ہمت و فراست، سخاوت اور دانشمندی سے ہماری بنیادیں ڈالیں اور ہمارے خوابوں کو پورا کرنے کیلئے انھوں نے ہماری ہر ممکن مدد کی۔ ان کا جانا ایک ناقابل تلافی نقصان ہے اور ہم نہیں جانتے کہ ہم اس خلاء کو کیسے پُر کریں گے جو وہ چھوڑ گئے ہیں۔

### محترمہ نسرین راشد کی طرف سے محترم خاور انصاری کو خراج تحسین

میری پہلی بار خاور سے ملاقات ورلڈ بینک کے ایک منصوبے کے دوران ہوئی۔ ہم پورے اجلاس کے دوران بحث کرتے رہے اور کسی نتیجے پر نہیں پہنچ سکے اور میں نے تقریباً اس منصوبے کو چھوڑنے کا فیصلہ کر لیا تھا۔ اور مجھے یقین ہے کہ وہ بھی اتنا ہی ہچکچا رہے تھے۔ ہمارے لئے خوشگوار حیرت کی بات یہ تھی کہ جوں ہی کام شروع ہوا تو ہمیں جلد ہی پتہ چلا کہ ہمارے درمیان بہت سی چیزیں مشترک ہیں جیسا کہ کام کرنے کا عزم اور اخلاقیات۔

یہ منصوبہ میرے لئے سیکھنے کا بڑا تجربہ بن گیا اور ساتھ ہی ساتھ ہم دونوں دوست بھی بن گئے۔ بحیثیت پیشہ ور خاور سے جس چیز نے مجھے سب سے زیادہ متاثر کیا وہ اُن کا وسیع نقطہ نظر تھا جو ہمیشہ باریکیوں پر مشتمل ہوتا تھا۔ یہ خاصیت بہت کم لوگوں میں پائی جاتی ہے۔

وہ ہمیشہ سربراہی کرتے تھے اور سالمیت پر کبھی سمجھوتہ نہیں کیا اس لئے وہ عزت اور وقار کے ساتھ ایک کامل انسان تھے۔ وہ نہ صرف ایک قابل ذکر پیشہ ور تھا بلکہ وہ ایک بہترین دوست بھی تھا اُسکی اس دنیا سے اچانک روانگی سے میری پیشہ ورانہ زندگی میں ایک بہت بڑا خلا پیدا کر دیا ہے کیونکہ ابھی تو ہم نے منصوبوں پر کام کرنے کا ارادہ کر رہے تھے۔

## ساحل چیئر مین خاور انصاری کو خراج تحسین

ملیہ حامد حسین کی طرف سے خاور انصاری کو خراج تحسین

ملیہ حامد حسین بوجھل دل کے ساتھ یہ اعلان کر رہی ہیں کہ خاور انصاری سابق ساحل بورڈ چیئر مین اور آغاز سے ہی ساحل کے پر عزم حمایتی 16 جون 2020 کو ہمیں چھوڑ گئے ہیں۔ ساحل ان کی خدمات کو جو انہوں نے ساحل کی حکمت عملی، انتظامیہ کی رہنمائی اور بورڈ کی تربیت کے حوالے سے سرانجام دیں انکو محفوظ کرنا چاہتا ہے۔

خاور نے 2002 سے 2018 تک ساحل کے باضابطہ چیئر مین کی حیثیت سے نہ صرف خدمات سرانجام دیں بلکہ وہ اس کے بعد بھی ساحل کے اجلاسوں میں شرکت کرتے رہے۔

ان کی پیشہ ورانہ خدمات، اخلاقیات، ذاتی صفات، اپنی بہتری کا غیر متزلزل جذبہ اور تنظیم کی بہتری سے تقلید کیلئے بہت کچھ ہے۔ ساحل اس نظام سے مستفید ہوتا رہے گا جو انہوں نے ہمارے لیے بنائے ہیں اور یہ انکی وارثت ہے۔

ساحل کی بانی محترمہ نوشہ حسین کی طرف سے محترم خاور انصاری کو خراج تحسین

یہ خاور ہی تھے جن کے ساتھ مل کر ہم نے ساحل کا بیج بویا اور وہ اُگا۔

میری عمر 23 سال تھی تو میں اس بات پر قائل تھی کہ پاکستان کو یہ تسلیم کرنے کی ضرورت ہے کہ جنسی تشدد کے شکار لوگوں کیلئے نہ صرف بات کی جائے بلکہ ان کی صحت یابی کیلئے جگہ بھی مہیا کی جائے۔ تاہم مجھ میں اعتماد کا فقدان تھا کیونکہ میرے پاس رضا کارانہ کام کے علاوہ کوئی تجربہ نہ تھا۔ میرے پاس صرف بنیادی اولیول کی ڈگری تھی اور میرے ارد گرد کوئی بہت زیادہ حوصلہ افزا آوازیں بھی نہیں تھیں۔

مجھے بتایا گیا کہ میں بہت چھوٹی اور بہت نا تجربہ کار ہوں اور جنسی زیادتی ایک ممنوع موضوع ہے کوئی بھی اس پر بات نہیں کرے گا وغیرہ وغیرہ۔ تاہم میں نے جو کچھ بھی کیا وہ خاور ہی کی بدولت کیا جن کی مجھے مستقل حمایت اور اعتماد حاصل رہا۔ جب کبھی میں اپنی پریشانیوں کا ذکر خاور سے کرتی تو میرے لیے اُن کے یہ الفاظ تھے۔ مجھے اس سے کوئی فرق نہیں پڑتا انوشے آپ نے کیا حاصل کیا، میں یہ جاننا چاہتا ہوں کہ آپ کون ہیں۔ مجھے اس سے کوئی غرض نہیں کہ آپ کے پاس کونسی ڈگری ہے۔ میں یہ جاننا چاہتا ہوں کہ آیا آپ کے پاس اپنے مقصد کو پانے کا جذبہ موجود ہے۔ اس سے کوئی فرق نہیں پڑتا کہ کسی کو یہ یقین نہیں کہ آپ یہ کر سکتی ہیں میں یہ جاننا چاہتا ہوں کہ کیا آپ کو یقین ہے کہ میں یہ کر سکتی ہوں۔

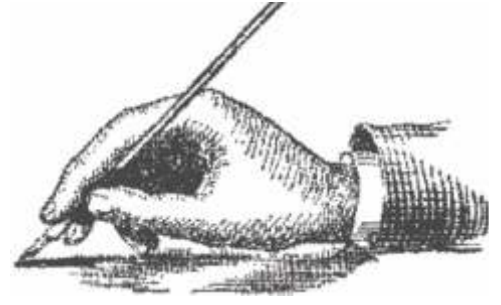
مجھے یقین ہے تم یہ کر سکتی ہو، لیکن کیا آپ کو بھی یقین ہے کہ آپ کر سکتی ہو؟ آپ کے یہی الفاظ ساحل کی بنیاد بنے۔ وہ میرے مقصد کو واضح کرنے والے میرے استاد، میرے دوست اور میری معقول آواز تھے۔

انہوں نے مجھے بتایا کی سوچنا کیسے ہے، لکھنا کیسے ہے، لوگوں کو منظم کیسے کرنا ہے، انہوں نے مجھے میرے مقصد کی پیروی کرنے، مشکلات کا مقابلہ کرنے، اپنے آپ پر یقین کرنا اور خطرات مول لینے کی ہمت پیدا کرنے میں میری مدد کی۔ خاور نے مجھے اُٹنا سکھایا اور کسی لمحے کیلئے بھی مجھے یہ محسوس نہیں ہونے دیا کہ کچھ ایسا ہے۔ جو میں نہیں کر سکتی یہ اس کی حمایت میرے لیے غیر متزلزل ہے۔ میں جانتی تھی کہ میں انہیں کبھی بھی کسی بھی وقت کسی بھی چیز کیلئے ان سے مدد لے سکتی تھی وہ ایک چٹان کی طرح تھے جو ہمیشہ حکمت اور چوکھ ان کے پاس ہو وہ بالا اختیار تقسیم کرنے کیلئے تیار تھے۔

آغاز میں ہمارے وسائل اتنے نہیں تھے کہ ہم ساحل آفس کا انتظام کر سکیں تو خاور اور اس کی اہلیہ نے ہمیں آفس کیلئے اپنے گھر کا ایک پورا پوریشن دے دیا۔ خاور پر کبھی



## اداریہ



پیارے قارئین!  
اسلام علیکم،

کووڈ-19 کے دوران، ہمیں اندازہ ہے کہ اضطراب، ذہنی دباؤ اور بے یقینی بہت زیادہ ہے۔ ان مشکل حالات میں ہمیں کمزور اور غریب ترین افراد کی مدد کرنا چاہیے۔

پاکستان کو اپنی عوام پر فخر ہے، جنہوں نے رمضان المبارک اور عید کے دنوں کے دوران اپنے ارد گرد بسنے والے لوگوں کا خیال رکھا۔ ہمیں یہ بتا کر خوشی ہو رہی ہے کہ ساحل نے ایبٹ آباد، جعفر آباد، لاہور اور سکھر کے مقامی افراد میں راشن تقسیم کیا۔ اس کے علاوہ اس وبائی مرض سے محفوظ رہنے کے لئے تجاویز بھی دیں۔

اس شمارے میں ہم نے اپنے ظالم اعداد کی ششماہی رپورٹ جنوری سے جون 2020 کی جھلکیاں بھی شامل کی ہیں۔ اعداد و شمار سے پتہ چلتا ہے کہ روزانہ 8 سے زائد بچوں کو جنسی تشدد کا نشانہ بنایا گیا۔ ایک بات کو ذہن نشین کر لیں کہ بچوں کے جنسی استحصال کے یہ اعداد و شمار اس بات کی تصدیق کرتے ہیں کہ ہمارے معاشرے میں بربریت اور تشدد موجود ہے۔ ہمیں اس ماحول میں بچوں کو تشدد سے بچانے کے لئے اقدامات کرنے کی ضرورت ہے۔

اس شمارے میں بچوں کے تحفظ، جذباتی صحت، نفسیاتی مشکلات سے متعلق معلومات اور دلچسپ کہانیاں ہیں۔

ساحل میگزین کا سابقہ شمارہ اپریل سے مئی جون 2020 ہماری ویب سائٹ پر بھی دستیاب ہے۔ آپ اسے آسانی سے ڈاؤن لوڈ کر سکتے ہیں۔ آپ کہانیاں، مضامین اور بچوں کے تحفظ سے متعلق تصویری کہانی 'میری حفاظت' بھی پڑھ سکتے ہیں۔

ہمیں اس شمارے کے متعلق اپنی قیمتی رائے سے آگاہ کریں۔

# ساحل

بچوں پر جنسی تشدد کے خلاف

## اس شمارے میں

02

اداریہ

03

ساحل چیئر مین خاور انصاری کو خراج تحسین

06

ساحل خالم اعداد 2020 کی ششماہی رپورٹ

08

ساحل ڈور نہیں۔۔۔!

09

بچوں کے ساتھ جنسی زیادتی کے بڑھتے ہوئے واقعات اور والدین کا کردار

10

مثنیٰ اور مردوں والا باغ

12

ساحل کی سرگرمیاں

مدیر اعلیٰ: منیزے بانو

مدیران: سدرہ ہمایوں

وقاص حمید

سہیل احمد

اردو ایڈیٹنگ: رضوانہ اختر

سرورق: محمد رحمان

اپنی آراء، مشورے اور ہم سے رابطے کے لیے وزٹ کریں

mag@sahil.org

http://www.sahil.org

http://www.facebook.com/sahil.ngo

http://www.twitter.com/SAHIL\_NGO

+92-51-2856950

ٹول فری سروس

0800-13518

ساحل ریجنل آفس، جعفر آباد  
بلیدی سٹریٹ، راہب خان بلیدی ہاؤس نزد گورنمنٹ کالج  
برائے خواتین پاسکولز، ڈیرہ اللہ یار جعفر آباد  
فون نمبر: 510912 (92-838)  
Email: uc\_jfd@sahil.org

ساحل ریجنل آفس، ایبٹ آباد  
مکان نمبر، 8/586، نزد پبلک ہیلتھ آفس،  
اقبال ٹاؤن منڈیاں، ایبٹ آباد  
فون نمبر: 0992-383880  
Email: uc\_atd@sahil.org

ساحل ریجنل آفس، سکھر  
مکان نمبر B-62، گلی نمبر 2  
سندھی مسلم ہاؤسنگ سوسائٹی، ایئر پورٹ روڈ، سکھر  
فون: +92-71-5633615  
Email: uc\_suk@sahil.org

ساحل ریجنل آفس، لاہور  
ہاؤس نمبر 212، بلاک نمبر A1، جوہر ٹاؤن، لاہور  
فون نمبر: 3547057892 (92-42)  
Email: uc\_lhr@sahil.org

ساحل ہیڈ آفس  
آفس نمبر 13، فرسٹ فلور البابر سینٹر،

ایف-ایٹ مرکز، اسلام آباد  
فون نمبر: +92-51-2260636  
ای میل: Info@sahil.org

ساحل کے نفسیاتی صحت کا سٹاف اور وکلاء  
کووڈ-19 لاک ڈاؤن میں موجود ہے

قانونی مدد	ماہر نفسیات
اسلام آباد آفس:	
0301-5157602	0344-5259578
لاہور آفس:	
0333-4254432	0330-4081391
سکھرا آفس:	
0301-3429629	0331-3162917
جعفر آباد آفس:	
0312-7801400	0345-0198107
ایبٹ آباد آفس:	
0314-5013137	0337-0456254

ہر بچہ محفوظ۔۔۔ محکم اور باحفاظت

ساحل



جولائی - ستمبر 2020

# ساحل

[www.sahil.org](http://www.sahil.org) <https://www.facebook.com/sahil.ngo> [https://twitter.com/sahil\\_NGO](https://twitter.com/sahil_NGO) [mag@sahil.org](mailto:mag@sahil.org)



والدین کی مہارت



ذہنی صحت



بچوں سے مزدوری کی روک تھام