महिला हक अधिकार र लैङ्गिक हिंसा नियन्त्रणसम्बन्धी विद्यार्थी लक्षित

जानकारीमूलक पुस्तिका

राष्ट्रिय महिला आयोग

२०७८

महिला विरुद्धको हिंसा

हिंसाले पीडित व्यक्तिको अधिकार तथा स्वतन्त्रताको उल्लंघन गर्दछ । अतः व्यक्तिको मानव अधिकारको संरक्षण र सवर्द्धन गर्न, हिंसाको रोकथाम तथा अन्त्य गर्न प्रभावशाली उपायहरु अवलम्बन गर्नु प्रत्येक राज्यको दायित्व हो । नेपालमा पितृसत्तात्मक मूल्य र मान्यता, अशिक्षा, न्यून चेतना, गरीबी, सामाजिक कुरीतिहरु लगायत असन्तुलित सामाजिक तथा आर्थिक संरचनाको कारणले समाजमा महिलामाथि हिंसा भइरहेको छ ।

विभिन्न अन्तर्राष्ट्रिय दस्तावेजहरुले महिला विरुद्धका हिंसालाई निम्न अनुसार परिभाषित गरेको छः

महिला विरुद्धको हिंसा

"महिलाविरुद्धको हिंसा" भन्नाले सार्वजनिक वा निजी जीवनमा लिङ्गको आधारमा हुने हिंसाजन्य कार्य हो जसले महिलालाई शारीरिक, यौनजन्य वा मानसिक क्षति वा पीडा पुऱ्याउँदछ वा पुऱ्याउने सम्भावना हुन्छ, जसअन्तर्गत त्यस्तो कार्य गर्ने, ललाई फकाई प्रलोभनमा पार्ने, धम्की, दबाव र स्वेच्छाचारी रूपमा महिलाको स्वतन्त्रतामा बन्देजसमेत पर्दछ ।

- महिलाविरुद्धको हिंसा उन्मूलन सम्बन्धी घोषणापत्र, १९९३

लिङ्गमा आधारित महिलाविरुद्धका हिंसा लैङ्गिक भेदभावकै एउटा स्वरूप हो, जसले महिलाको अधिकार उपभोग गर्ने क्षमता तथा स्वतन्त्रतामा आघात पुऱ्याउँदछ ।

- महिलाविरुद्ध भेदभाव उन्मूलन समितिको सिफारिस नं. १९

महिलाविरुद्धको हिंसा समानता प्राप्त गर्ने बाटोको बाधक तत्व हो । महिलाविरुद्धको हिंसा जुनसुकै स्थान चाहे त्यो सार्वजनिक स्थलमा होस् वा कार्यस्थल वा घरभित्र होस्, त्यो महिलाको मानव अधिकारको विषय हो ।

- बेइजिङ्ग घोषणापत्र तथा कार्ययोजना

महिला विरुद्धको हिंसा सम्बन्धी कानूनी व्यवस्था

यदि तपाई हिंसामा पर्नु भएमा निम्न व्यक्ति वा संस्थाहरुलाई सम्पर्क गर्नुहोस् :

- सम्बन्धित वडाध्यक्ष
- सम्बन्धित वडा सदस्य
- सम्बन्धित महिला सदस्य
- उपाध्यक्ष/उप प्रमुख (न्यायिक समितिका प्रमुख)
- महिला अभियन्ता
- सामाजिक संघ-संस्था
- पत्रकार

महिला विरुद्ध हिंसाका विभिन्न स्वरूपहरु छन् र कानूनले हिंसाको प्रकृति हेरी विभिन्न सजायको व्यवस्था गरेको छ ।

घरेलु हिंसा भनेको के हो ?

कुनै व्यक्तिले घरेलु सम्बन्ध भएको अर्को कुनै व्यक्तिलाई दिएको शारीरिक, मानसिक, यौनजन्य वा आर्थिक यातनालाई घरेलु हिंसा भनिन्छ ।

घरेलु सम्बन्ध भएको व्यक्ति भन्नाले वंशज, विवाह वा धर्मपुत्र वा धर्मपुत्री भएको वा संयुक्त परिवारको सदस्य, आश्रित वा कामदारको रूपमा एकै परिवारमा बसेका व्यक्तिहरुका बीचमा भएको सम्बन्ध र सँगै बसेका जोडी वा अंश लिई वा नलिई भिन्न बसेका पति वा पत्नीको सम्बन्धलाई बुझाउँछ ।

घरेलु हिंसा

शारीरिक यातना

कुटपिट गर्ने, कानून विपरीत थुनामा राख्ने, शारीरिक चोट पुर्‍याउने, तेजाव वा यस्तै प्रकारका अन्य पदार्थ छर्किई वा सो पदार्थले पोली, डामी, दली, घसी, जीउमा पीडा गराउने वा अनुहार वा शरीरको कुनै अङ्ग कुरुप पारिदिने वा यस्तै अन्य कुनै काम गर्ने वा गराउने कार्य ।

मानसिक यातना

शारीरिक यातनाको डर धाक देखाउने वा धम्की दिने, त्रासपूर्ण व्यवहार गर्ने, गाली गलौज गर्ने झुट्ठा बात लगाउने, घरबाट निकाला गर्ने, वैचारिक, धार्मिक, साँस्कृतिक, प्रथा, परम्पराका आधारमा भेदभाव गर्ने, रुप, रंग, शारीरिक बनावट तथा कुनै रोग लागेका आधारमा अपमानित गर्ने, मानसिक सन्तुलन गुमाउने, आत्महत्या गर्न दुरुत्साहन दिने वा आत्महत्या गर्ने परिस्थिति खडा गर्ने हदसम्मको कार्य सम्झनु पर्छ र सो शब्दले मानसिक तथा भावनात्मक चोट पुग्न सक्ने अन्य कुनै काम समेत ।

यौनजन्य यातना

यौनजन्य प्रकृतिको दुर्व्यवहार, अपमान, हतोत्साह वा आत्मसम्मानमा चोट पुर्‍याउने वा सुरक्षित यौन स्वास्थ्यमा आघात पुग्ने कुनै पनि कार्य ।

घरेलु हिंसा

आर्थिक यातना

सगोल वा निजी सम्पत्तिको प्रयोग गर्न वा रोजगारी वा आर्थिक स्रोत र साधनको पहुँच वा प्रयोगमा वञ्चित गर्ने कार्य सम्झनु पर्छ र सो शब्दले महिलाको हकमा दाइजो माग गर्ने, दाइजो ल्याउन दबाव दिने वा दाइजो नल्याएको कारणबाट गरिने घृणा, हेला वा तिरस्कार ।

उजुरी गर्ने निकाय

- ✔ राष्ट्रिय महिला आयोग
- ✔ प्रहरी कार्यालय
- ✔ स्थानीय निकाय
- ✔ सम्बन्धित जिल्ला अदालत

हदम्याद :

घरेलु हिंसा भएमा पीडित पक्षले ९० दिनभित्र उजुरी गर्ने निकायमा उजुरी गरिसक्नु पर्दछ ।

सजाय:

घरेलु हिंसाको कसूरमा ३ हजार रुपैयाँ देखि २५ हजार रुपैयाँसम्म जरिवाना वा छ महिनासम्म कैद वा दुवै सजाय हुन्छ ।

यौनजन्य दुर्व्यवहार

देहायको कार्य गरेमा यौनजन्य दुर्व्यवहार गरेको मानिन्छ :

- कसैले आफ्नो पति वा पत्नी बाहेक अन्य व्यक्तिलाई निजको मञ्जुरी विना करणीका आशयले समातेमा,
- निजको संवेदनशील अङ्ग छोएमा, छुन प्रयास गरेमा,
- भित्री पोशाक खोलेमा वा खोल्ने प्रयास गरेमा वा निजले लगाउने भित्री पोशाक लगाउन वा फुकाल्न कुनै किसिमले बाधा अवरोध गरेमा,
- निजलाई अस्वाभाविक रुपमा कुनै एकान्त ठाउँमा लगेमा,
- यौन सम्बन्धी आफ्नो अङ्ग निजलाई छुन, समाउन लगाएमा,
- निजसँग अश्लील वा अन्य त्यस्तै प्रकारको शब्द मौखिक, लिखित वा साङ्केतिक रुपमा वा विद्युतीय माध्यमबाट प्रयोग गरेमा, अश्लील चित्र वा तस्वीर देखाएमा,
- यौनका आशयले जिस्क्याएमा, वा हैरानी दिएमा,
- निजसँग अस्वाभाविक, अवाञ्छित वा अमर्यादित व्यवहार गरेमा

यौनजन्य दुर्व्यवहार

हदम्याद :

कसूर भएको मितिले १ वर्षभित्र उजुरी गर्नुपर्छ ।

सजाय :

यौन दुर्व्यवहार कसूरमा ३ वर्षसम्म कैद र ३० हजार रुपैयाँसम्म जरिबाना हुन्छ । हिंसा पीडित व्यक्तिलाई कसूरदारबाट मनासिब क्षतिपूर्ति भराई दिनुपर्ने कानूनी व्यवस्था छ ।

करणीसम्बन्धी कसूर

देहायको अवस्थामा जबर्जस्ती करणी गरेको मानिनेछ :

- महिलालाई निजको मञ्जुरी नलिई करणी गरेमा,
- मञ्जुरी लिएर भए पनि अठार वर्षभन्दा कम उमेरको कुनै बालिकालाई करणी (यौन सम्पर्क) गरेमा,
- गुदद्वार वा मुखमा लिङ्ग पसाएमा,
- गुदद्वार, मुख वा योनीमा लिङ्ग केही मात्र पसेको भएमा,
- लिङ्ग बाहेक अन्य कुनै वस्तु योनीमा प्रवेश गराएमा पनि जवर्जस्ती करणी गरेको मानिनेछ ।

देहायको अवस्थामा लिएको मञ्जुरीलाई मञ्जुरी मानिदैंन :

- करकाप, अनुचित प्रभाव, डर, त्रास, झुक्यानमा पारी वा अपहरण गरी वा शरीर बन्धक लिई लिएको मञ्जुरी
- होस ठेगानामा नरहेको अवस्थामा लिइएको मञ्जुरी

करणीसम्बन्धी कसूर

हदम्याद :

माथि उल्लिखित कसुरमा त्यस्तो कसूर भएको मितिले १ वर्षभित्र उजुरी दिनुपर्छ ।

सजाय :

- दश वर्षभन्दा कम उमेरकी बालिका,पूर्ण अशक्त, अपाङ्गता भएका वा ७० वर्ष भन्दा बढी उमेरका महिला भए जन्म कैद,
- दश वर्ष वा दश वर्षभन्दा बढी चौध वर्षभन्दा कम उमेरकी बालिका भए अठार वर्षदेखि बीस वर्षसम्म कैद,
- चौध वर्ष वा चौध वर्षभन्दा बढी सोह्र वर्षभन्दा कम उमेरकी बालिका भए बाह्र वर्षदेखि चौध वर्षसम्म कैद,
- सोह्र वर्ष वा सोह्र वर्षभन्दा बढी अठार वर्षभन्दा कम उमेरकी महिला भए दश वर्षदेखि बाह्र वर्षसम्म कैद,
- अठार वर्ष वा अठार वर्षभन्दा बढी उमेरकी महिला भए सात वर्षदेखि दश वर्षसम्म कैद,
- वैवाहिक सम्बन्ध कायम रहेको अवस्थामा पतिले पत्नीलाई जबर्जस्ती करणी गरेमा पाँच वर्षसम्म कैद ।

बालयौन दुरुपयोग

देहायको अवस्थामा बालयौन दुरुपयोग गरेको मानिनेछ :

- कसैले करणीका आशयले बालबालिकालाई अस्वाभाविक रुपमा एकान्तमा लगेमा,
- यौन सम्बन्धी अङ्ग छोएमा वा समातेमा,
- यौन सम्बन्धी अङ्ग निजलाई छुन वा समाउन लगाएमा,
- निजसँग अन्य कुनै किसिमको यौनजन्य अस्वाभाविक व्यवहार गरेमा ।

बालयौन दुरुपयोग

सजाय :

कसूर गर्ने व्यक्तिलाई ३ वर्षसम्म कैद र ३० हजार रुपैयाँसम्म जरिबाना हुनेछ । कसूरबाट पीडित व्यक्तिलाई कसूरदारबाट मनासिब क्षतिपूर्ति भराई दिनुपर्ने कानूनी व्यवस्था छ ।

हदम्याद :

बालयौन दुरुपयोगको कसुरमा त्यस्तो कसूर भएको मितिले १ वर्षभित्र उजुरी गर्नुपर्दछ ।

बोक्सीको आरोप

देहायको कार्य गरेमा बोक्सीको आरोप सम्बन्धी कसूर गरेको मानिन्छ :

- कुनै व्यक्तिलाई धामी, झाँक्री, टुनामुना, तन्त्रमन्त्र, झारफुक वा कुनै माध्यमद्वारा बोक्सीको आरोप लगाएमा,
- बोक्सीको आरोपमा गाली बेइज्जती गरेमा, सामाजिक बहिष्कार गरेमा, बसोबास गरेको ठाउँबाट निकाला गरेमा, कुटपिट अङ्गभङ्ग गरेमा, कुनै किसिमले यातना दिएमा, मलमूत्र खुवाएमा, चारपाटा मुड्ने, नग्न पारी वा नपारी घुमाउने वा क्रूर, अमानवीय वा अपमानजनक व्यवहार गरेमा, कसैको सम्पत्ति तोडफोड हिनामिना वा हानि नोक्सानी गरेमा,
- बोक्सीको आरोप लागेको व्यक्तिको परिवारको कुनै सदस्यप्रति अपमानजनक व्यवहार गरेमा,
- बोक्सी आरोप लगाउन उद्योग गर्ने, त्यस्तो कार्य गर्न दुरुत्साहन दिने वा सो कार्य गर्न मद्दत गर्ने,
- बोक्सीको आरोप लगाउने कार्यलाई मद्दत पुग्ने उद्देश्यले कुनै भेला गरे वा गराएमा ।

उजुरी:

बोक्सीको आरोप सम्बन्धी कसूर भएको, भइरहेको वा हुन लागेको थाहा पाउने जुनसुकै व्यक्तिले नजिकको प्रहरी कार्यालयमा लिखित निवेदन वा मौखिक सूचना दिनुपर्छ ।

बोक्सीको आरोप

हदम्याद :

बोक्सीको आरोप सम्बन्धी कसूर भए गरेको मितिले ९० दिन भित्र उजुरी दिनुपर्छ ।

सजाय :

बोक्सीको आरोप सम्बन्धी मुद्दामा कसूर गर्ने व्यक्तिलाई कसूरको मात्रा हेरी ६ महिना देखि बढीमा ८ वर्षसम्म कैद र रु ५० हजार देखि रु १ लाख सम्म जरिवाना हुने कानूनी व्यवस्था छ ।

तेजाब वा अन्य रासायनिक, जैविक वा विषालु पदार्थद्वारा आक्रमण सम्बन्धी कसूर

कसैले कसैलाई तेजाब वा यस्तै प्रकारका अन्य रासायनिक, जैविक वा विषालु पदार्थ प्रयोग गरी वा छर्किई वा त्यस्तो पदार्थले पोली, डामी, दली, घसी जिउमा पीडा गराउने वा अनुहार वा शरीरको कुनै अङ्ग कुरुप पार्ने काम गर्नु वा गराउनु हुँदैन ।

तेजाब वा अन्य रासायनिक, जैविक वा विषालु पदार्थद्वारा आक्रमण सम्बन्धी कसूर

हदम्याद:

पीडित वा थाहा पाउने व्यक्तिले कसूर भएको मितिले १ वर्ष भित्र नजिकको प्रहरी कार्यालयमा उजुरी गर्नुपर्छ ।

सजाय :

कसूर गर्ने व्यक्तिलाई कसूरको प्रकृति हेरी कसूरको मात्रा अनुसार देहाय बमोजिम सजाय हुन्छ :

- अनुहार कुरुप पारेमा ५ वर्षदेखि ८ वर्षसम्म कैद र १ लाख रुपैयाँदेखि ५ लाख रुपैयाँसम्म जरिवाना ,
- शरीरको अन्य अङ्ग कुरुप पारेमा वा शरीरमा पीडा पुऱ्याएमा ३ वर्षदेखि ५ वर्षसम्म कैद र ५० हजार रुपैयाँदेखि ३ लाख रुपैयाँसम्म जरिवाना,
- जरिवाना बापत प्राप्त पूरै रकम पीडितलाई क्षतिपूर्तिको रुपमा दिनुपर्ने कानूनी व्यवस्था छ ।

बालविवाह

कानुनले विवाह गर्न तोकेको उमेर भन्दा कम उमेरमा गरिने विवाह बालविवाह हो । २० वर्ष उमेर नपुगी हुने विवाह बालविवाह हो । २० वर्ष उमेर नपुगी कसैको विवाह गर्नु वा गराउनु हुँदैन । यस्तो विवाह स्वत: बदर हुन्छ ।

बालविवाह

उजुरी :

बालविवाहको उजुरी नजिकैको प्रहरी कार्यालयमा दिनुपर्छ ।

हदम्याद :

थाहा पाएको मितिले ३ महिनाभित्र उजुरी गर्नुपर्छ ।

सजाय :

- बालविवाह गर्ने वा गराउने व्यक्तिलाई ३ वर्षसम्म कैद र ३० हजार रुपैयाँसम्म जरिवाना हुन्छ ।
- विवाह गर्ने व्यक्तिको मञ्जुरी विना कसैले कसैलाई विवाह गर्न वा गराउनु हुँदैन । मञ्जुरी विना भएको विवाह बदर हुनुका साथै विवाह गराउनेलाई २ वर्षसम्म कैद र २० हजार रुपैयाँसम्म जरिवाना हुन्छ ।

विवाहमा लेनदेन (दाइजो/ तिलक) विरुद्धको व्यवस्था

परम्परादेखि चलिआएको सामान्य उपहार, भेटी, दक्षिणा वा शरीरमा लगाएको एकसरो गहना बाहेक विवाहमा दुलाहा वा दुलहीका तर्फबाट कुनै किसिमको चल, अचल दाइजो वा कुनै सम्पत्ति माग गरी वा लेनदेन शर्त राखी विवाह गर्न वा गराउन हुँदैन ।

सजाय :

यस्तो कसूर गर्ने व्यक्तिलाई ३ वर्षसम्म कैद वा ३० हजार रुपैयाँसम्म जरिवाना वा दुबै सजाय हुन्छ ।

हदम्याद :

थाहा पाएको मितिले ३ महिना भित्र उजुरी गर्नुपर्छ ।

महिलाको प्रजनन स्वास्थ्य सम्बन्धी अधिकार

नेपालको संविधान

नेपालको संविधानले सुरक्षित मातृत्व तथा प्रजनन स्वास्थ्य सम्बन्धी हकलाई मौलिक हकको रुपमा स्थापित गर्नुको साथै महिलाको प्रजनन स्वास्थ्य अधिकारलाई समेत आत्मसात् गरेको छ ।

प्रजनन स्वास्थ्य सम्बन्धी अधिकार निम्नानुसार रहेको छ :

- प्रत्येक महिला तथा किशोर किशोरीलाई यौन तथा प्रजनन स्वास्थ्यसम्बन्धी शिक्षा, सूचना, परामर्श तथा सेवा प्राप्त गर्ने;
- प्रत्येक व्यक्तिलाई प्रजनन स्वास्थ्यसम्बन्धी सेवा परामर्श तथा सूचना प्राप्त गर्ने;
- प्रत्येक महिलालाई सुरक्षित मातृत्व र प्रजनन स्वास्थ्यसम्बन्धी हक;
- प्रत्येक महिलालाई गर्भान्तर वा सन्तानको संख्या निर्धारण गर्ने;
- प्रत्येक व्यक्तिलाई गर्भ निरोधका साधनको सम्बन्धमा जानकारी पाउने र सोको प्रयोग गर्ने;

महिलाको प्रजनन स्वास्थ्य सम्बन्धी अधिकार

- प्रत्येक महिलालाई यस ऐन बमोजिम गर्भपतन सेवा प्राप्त गर्ने;
- प्रत्येक महिलालाई गर्भवती तथा सुत्केरी र प्रजनन स्वास्थ्य रुग्णताको अवस्थामा पोषणयुक्त, सन्तुलित आहार तथा शारीरिक आराम पाउने;
- प्रत्येक महिलालाई प्रसूतिकर्मीबाट आवश्यक परामर्श, गर्भवती तथा प्रसूति सेवा, सुत्केरी पश्चात्को गर्भ निरोधको सेवा पाउने;
- प्रत्येक महिलालाई आकस्मिक प्रसूति सेवा, आधारभूत आकस्मिक प्रसूति सेवा, बृहत आकस्मिक प्रसूति सेवा, नवजात् शिशुको लागि अत्यावश्यकीय सेवा र नवजात शिशुको आकस्मिक सेवा पाउने अधिकार हुनेछ;
- प्रत्येक व्यक्तिलाई आफ्नो जीवनचक्रको विभिन्न अवस्थामा आवश्यक पर्ने प्रजनन स्वास्थ्य सेवा सर्वसुलभ, स्वीकार्य र सुरक्षित रुपले पाउने अधिकार हुनेछ;
- प्रत्येक व्यक्तिलाई प्रजनन स्वास्थ्य सेवा छनौट गर्ने अधिकार हुनेछ ।

- सुरक्षित मातृत्व तथा प्रजनन स्वास्थ्य अधिकार ऐन, २०७५

विद्युतीय (इलेक्ट्रोनिक) अपराध -साइबर अपराध

कम्प्युटर, मोबाइल लगायत अन्य विद्युतीय उपकरण र सञ्जालको दुरुपयोग गरी गरिने गैरकानूनी कार्य साइबर। विद्युतीय (इलेक्ट्रोनिक) कारोबार ऐन, २०६३ को दफा ४४ देखि ५९ सम्म यससम्बन्धी कसूर र सजायको व्यवस्था गरिएको छ।

बालबालिका (Teenagers) संलग्न साइबर अपराध

- छद्म नाममा एकाउन्ट खोल्ने (Generating fake account)
- अरुको नाममा एकाउन्ट खोल्ने (Generating fake account in other's Name)
- अश्लील सन्देशहरु पोष्ट गर्ने (Posting defaming materials : Message, nude videos, nude pictures, uncomfortable, pictures, tampering photos)
- गाली निन्दा गरेको पोष्ट गर्ने (Abusive Comments, posts)
- वेबसाइटहरु ह्याक गर्ने (Hacking websites)

विद्युतीय (इलेक्ट्रोनिक) अपराध -साइबर अपराध

सामाजिक संजालको सुरक्षित प्रयोग

- नचिनेका मानिसहरूको Friend Request स्वीकार नगर्ने
- प्रेमी/ प्रेमिका, विश्वासिलो व्यक्ति वा अन्य कसैलाई पनि पासवर्ड share नगर्ने
- धेरै समय सामाजिक सञ्जालमा बसिरहनाले लत लाग्न सक्नेतर्फ सचेत हुने
- सामाजिक सञ्जालमा profile picture र अन्य फोटोहरू public setting मा राख्दा ध्यान पुऱ्याउने
- सामाजिक सञ्जालमा privacy / security setting मिलाउने
- सामाजिक सञ्जालमा सुरक्षाका दृष्टिले संवेदनशील व्यक्तिगत जानकारी/status हरू नराख्ने
- समय समयमा password परिवर्तन गर्ने

विद्युतीय (इलेक्ट्रोनिक) अपराध - साइबर अपराध

साइबर अपराध भएमा अपनाउने प्रक्रिया:

- ✓ स्क्रिन सट लिने
- ✓ उपकरण सुरक्षित राख्ने
- ✓ प्रहरीलाई खवर गर्ने
- ✓ प्रमाणहरु सुरक्षित राख्ने

हदम्याद :

कसूर भए गरेको थाहा पाएको मितिले ३५ दिनभित्र उजुर गर्नु पर्छ ।

सजाय

कसैले विद्युतीय (इलेक्ट्रोनिक) कारोबार ऐन, २०६३ अनुसार कसूर गरेमा कसुरको मात्रा अनुसार १ लाखसम्म जरिवाना र ५ वर्षसम्म कैद हुने व्यवस्था छ ।

हिंसा निवारणमा घर परिवार, समाजको भूमिका

महिला हिंसा न्यूनीकरण गर्न परिवार र समाजको उत्तिकै दायित्व हुन्छ । जबसम्म सिंगो परिवार र समाज यस्ता घटना विरुद्ध सजग, सचेत र आन्दोलित हुँदैनन् तबसम्म यस्ता घटना न्यूनीकरण गर्न सम्भव छैन । तसर्थ, यसका लागि निम्न उपायहरु अवलम्बन गर्न सकिन्छ :-

- ✓ पुरुष केन्द्रित जनचेतना अभियान सञ्चालन गर्ने,
- ✓ यौनजन्य अपराध, हत्या, हिंसाका विरुद्ध पुरुषकै नेतृत्वमा जनचेतना अभियान सञ्चालन गरी नेपाली समाजमा व्याप्त पुरुष मानसिकतामा सकारात्मक परिवर्तन ल्याउनका लागि स्थानीय तहबाट नै जनचेतना अभिवृद्धि गर्ने कार्यक्रमको थालनी गर्ने,
- ✓ मदिराजन्य पदार्थहरुविरुद्ध घर घरबाट नै जनचेतना फैलाउने र विक्री वितरणमा निगरानी राख्ने,
- ✓ सामाजिक, सांस्कृतिक, धार्मिक अन्धविश्वास हानिकारक अभ्यासहरु जस्तै (छाउपडी, बोक्सी, देवकी, झुमा, वादी) आदि कुरीतिजन्य प्रथा अन्त्य गर्ने,
- ✓ प्रत्येक घरघरमा महिलाको हक, अधिकार र कर्तव्यका साथै हिंसाजन्य क्रियाकलापबाट आफू कसरी जोगिन सकिन्छ भन्ने विषयमा छलफल, बहस गर्ने परिपाटी बसाउने ।

हिंसा निवारणमा विद्यालय र विद्यार्थीको भूमिका

विद्यार्थीहरु राष्ट्रका कर्णधार र भविष्य निर्माता हुन् । सुरक्षित वातावरणमा पढ्न, सिक्न पाउनु विद्यार्थीहरुको नैसर्गिक अधिकार हो । तसर्थ विद्यालयको वातावरण हिंसामुक्त हुनु अपरिहार्य छ र हिंसा निवारणका लागि विद्यालयले अपनाउन सक्ने उपायहरु निम्नानुसार रहेको छ :-

- विद्यार्थीहरुलाई हिंसाको स्वरुप तथा कानूनी व्यवस्थाको बारेमा जानकारी दिने रखुलेर कुरा राख्न सक्ने वातावरण बनाउने,
- विद्यार्थीहरुले आफूले सिकेका कुराहरुलाई व्यवहारमा लागु गर्ने,
- विद्यालयमा उजुरी पेटिकाको व्यवस्था गर्ने र प्राप्त उजुरीहरुलाई निष्पक्ष रुपमा छानबिन गर्ने र उजूरीहरुको गोपनीयता कायम गर्ने
- विद्यार्थीहरुसँग हिंसा रोकथामका विषयमा निरन्तर छलफल गर्ने,
- तनाव व्यवस्थापन गर्ने सम्बन्धमा विशेष कला सिकाउने,
- अभिभावक, विद्यार्थी र शिक्षकबीच समय समयमा भेटघाटको व्यवस्था मिलाउने,
- विद्यालयमा सि.सि.क्यामेराको व्यवस्था गर्ने,

हिंसा निवारणमा विद्यालयको भूमिका

- बालक्लवको क्षमता अभिवृद्धि गर्ने र क्रियाशील बनाउने,
- शिक्षक, विद्यार्थी र अन्य कर्मचारीहरुको आचार संहिता बनाई लागू गर्ने,
- हिंसा विरुद्ध नाटक, वक्तृत्वकला प्रतियोगिता, निबन्ध, गीत कविताहरु जस्ता कार्यक्रम आयोजना गर्ने,
- बालबालिकालाई विभिन्न संस्था तथा निकायबाट आयोजित कार्यक्रमहरुमा भाग लिन प्रेरित गर्ने,
- हिंसा भएमा आफूले विश्वास गर्ने शिक्षक, साथी, नातेदारलाई जानकारी गराउने,
- समस्या परेको बेला परामर्श तथा सहयोग लिनका लागि निःशुल्क हेल्पलाइनहरुको बारेमा जानकारी दिने ।

राष्ट्रिय महिला आयोगको हेल्पलाइन : ११४५
नेपाल प्रहरी : १००
बाल हेल्पलाइन : १०९८
बालबालिका खोजतलास तथा समन्वय केन्द्र : १०४

लैङ्गिक हिंसासम्बन्धी अपराधको हदम्याद, सजाय तथा क्षतिपूर्तिको व्यवस्था

हिंसाको प्रकृति	हदम्याद	सजाय	क्षतिपूर्तिको व्यवस्था
बालविवाह	थाहा पाएको मितिले ३ महिनाभित्र	३ वर्षसम्म कैद वा ३० हजार रुपैयाँ जरिवाना	छैन
बहुविवाह	थाहा पाएको मितिले ३ महिनाभित्र	१-५ वर्षसम्म कैद वा १० हजारदेखि ५० हजार रुपैयाँसम्म जरिवाना	छैन
घरेलु हिंसा	९० दिन	रु ३ हजारदेखि रु २५ हजारसम्म जरिवाना वा ६ महिनासम्म कैद वा दुवै सजाय	छ
जबर्जस्ती करणी	घटना भएको मितिले १ वर्ष	कसुरको मात्रा अनुसार जन्मकैदसम्म	छ
यौनजन्य दुर्व्यवहार	कसूर भएको मितिले १ वर्ष	३ वर्षसम्म कैद र ३० हजार रुपैयाँसम्म जरिवाना	छ

लैङ्गिक हिंसासम्बन्धी अपराधको हदम्याद, सजाय तथा क्षतिपूर्तिको व्यवस्था

हिंसाको प्रकृति	हदम्याद	सजाय	क्षतिपूर्तिको व्यवस्था
बोक्सीको आरोप	९० दिनभित्र	६ महिनादेखि ८ वर्षसम्म कैद र एक लाख रुपैयाँसम्म जरिवाना	छ
गर्भपतन (जबर्जस्ती गर्न लगाएमा)	घटना भएको मितिले ६ महिना	गर्भ रहेको अवधिको आधारमा ५ वर्षसम्म कैद र ५० हजार रुपैयाँसम्म जरिवाना	छ

सहयोग आवश्यक परेमा खबर गर्न सकिने नेपाल प्रहरी तथा अन्य निकाय को आकस्मिक नम्बरहरु

कार्यालय	नम्बर
नेपाल प्रहरी	१००
ट्राफिक प्रहरी	१०३
बालबालिका खोजतलास तथा समन्वय केन्द्र	१०४
मानव बेचविखन अनुसन्धान ब्यूरो	१७७
साइबर ब्यूरो	९८५१२८६७७०
प्रहरी प्रधान कार्यालय, नक्साल	०१-४४१२७४८, ९८५१२९८१९८, १६६००१४१५१६
महिला, बालबालिका तथा ज्येष्ठ नागरिक सेवा निर्देशनालय, नक्साल	०१-४४१४७४५
महानगरीय प्रहरी कार्यालय (रानीपोखरी)	९८५१२८९१११
म.न.प्र.परिसर, म.बा.बा.तथा जे.ना.से.के.कालिमाटी	०१-४२७६९६९
मनोसामाजिक परामर्शका लागि टि.पि.ओ.	१६६००१०२००५
स्वास्थ्य तथा जनसंख्या मन्त्रालयको एकद्वार संकट व्यवस्थापन केन्द्र (OCMC) को नम्बर	०१-४२६२५४३
ओरेक नेपाल - सुरक्षित आवास तथा अन्य सेवाहरु	१६६००१७८९१०
साथी- सुरक्षित आवास लगायतका सेवाहरु	५१९११०३, ५१९११०४

नोट (Note)

नोट (Note)

खबर गरौं ११४५

लैङ्गिक हिंसा बिरुद्ध हामी

राष्ट्रिय महिला आयोग

भद्रकालीप्लाजा, काठमाडौं, नेपाल

फोन नं.: ९७७-१-४२५६७०१, फ्याक्स नं.: ९७७-१-४२५५४११

इमेल: info@nwc.gov.np

वेबसाइट: www.nwc.gov.np