

OPEN IN EMERGENCY

HELPLINES

हैल्पलाईन



Make your city safe for women

Nineteenth Edition :

March - 2020

Produced by:

JAGORI

B-114, Shivalik

Malviya Nagar

New Delhi-110017

Tel: 91-11-26691219/20

Helpline: 26692700

8800996640

(Mon to Fri, 9.30am-5.30pm)

Fax: 91-11-26691221

Email: safedelhi@jagori.org

www.jagori.org

www.safedelhi.in

उन्नीसवाँ संस्करण

मार्च - 2020

प्रकाशक

जागोरी

बी-114, शिवालिक

मालवीय नगर

नई दिल्ली-110017

फ़ोन: 91-11-26691219/20

हैल्पलाइन: 26692700

8800996640

(Mon to Fri, 9.30am-5.30pm)

फ़ैक्स: 91-11-26691221

ईमेल: jagori@jagori.org

www.jagori.org

www.safedelhi.in

CONTENTS

EMERGENCY NUMBERS (DELHI & NCR)	1
आपात्कालीन नंबर दिल्ली व एन. सी. आर.	
SPECIAL HELPLINES/ खास हैल्पलाइन	
Women/ महिलाओं के लिए	5
Children/ बच्चों के लिए	10
Students/छात्रों के लिए	11
Senior Citizens/वृद्धों के लिए	12
Sexual Health/Sexuality Issues	13
यौन स्वास्थ्य/यौनिकता संबंधी	
People With Disabilities	14
विशेष ज़रूरत मंद के लिए	
LEGAL SUPPORT FOR WOMEN	15
महिलाओं के लिए कानूनी सहायता	
SHELTER HOMES/HOSTELS FOR WOMEN	16
महिलाओं के लिए आश्रयघर/हॉस्टल	
SUPPORT GROUPS/सहायता समूह	18
(Cancer, alcoholics, narcotics, old age, AIDS)	
(कैंसर, मद्यपान, ड्रग्स, वरिष्ठ नागरिक व एड्स)	

MEDICAL EMERGENCY/ मेडिकल आपातकालीन नंबर	
Hospitals/अस्पताल	20
Blood Bank/ब्लड बैंक	23
Eye Bank/आई बैंक	26
24 Hrs. Chemists/कैमिस्ट (24 घंटे)	27
Mental Health & Trauma	28
के लिए मानसिक स्वास्थ्य व आघात सेवा	
REHABILITATION SERVICES	30
पुनर्स्थापन सेवा	
MEDIA CONTACTS/मीडिया संपर्क	31
COMPLAINTS AGAINST POLICE	33
पुलिस के खिलाफ शिकायत	
PUBLIC GRIEVANCE REDRESSAL	34
SYSTEM/सरकारी कर्मचारियों के खिलाफ शिकायत	
VEHICLES HELPLINE & COMPLAINTS	35
ऑटो, बस, टैक्सी, बाइक हैल्पलाइन व चालक के खिलाफ शिकायत	
ANIMAL HELPLINES/जानवरों की हैल्पलाइन	37
OTHERS/अन्य नंबर	38

EMERGENCY NUMBERS (DELHI & NCR)

आपातकालीन नंबर (दिल्ली व एन. सी. आर.)

Police Control Room पुलिस कंट्रोल रूम	100/112
Fire दमकल केन्द्र	101/112 2850148
General Ambulance एम्बुलेंस	1099/112/1092 1066
CATS Centralized Ambulance for Accident & Trauma Services कैट्स (सेंट्रलाइज्ड एम्बुलेंस फॉर एक्सीडेंट एण्ड ट्रॉमा सर्विसिज़)	102/1099 24x7
Directory Enquiry निर्देशिका पूछताछ	197

हर व्यक्ति का हो नारा - हिंसा मुक्त और सुरक्षित हो शहर हमारा ।

Trauma Centre for Appointment ट्रॉमा सेन्टर	26731237 (24x7) 26731283
Blood Bank AIIMS ब्लड बैंक एम्स	26594438/26593625 26593749
Medical Helpline (State) मैडिकल हेल्पलाइन (राज्य)	108
Indian Red Cross Society इण्डियन रेड क्रॉस सोसाईटी	23716441/2/3
Bomb Disposal Squad बम निरोधक दस्ता	112 (24x7)
Anti Poison एंटी पॉयज़न	1066
Eye Donation आइ डोनेशन	1919

Women's Helpline महिला हेल्पलाइन	1091/181 23317002 (टोल फ्री)
Anti Corruption भ्रष्टाचार विरोधी	1031/27357169
PWD पी. डब्लू. डी.	1800110093 (टोल फ्री)
Water पानी के लिए	1916
Complaint of Street Pillars street light सड़कों पर लगे बिजली के खंभों/लाइट की शिकायत	180018003580
DCP (Missing Persons) डी. टी. सी. (गुमशुदा जन)	1094
Disaster Management (GNCT) आपदा प्रबंधन (जी.एन.सी.टी.)	1077

शहर हो या घर के रास्ते - सुरक्षित हो सबके वास्ते

NDMC Helpline (for toilets) एन.डी.एम.सी. (शौचालयों के लिए)	311
Rashan Related राशन संबंधी	1967
Violence Against women in Crowd भीड़ में महिला हिंसा विरोधी	15527
Senior Citizens वरिष्ठ नागरिकों के लिए	2221559/1091 1291
Auto Transport Dept. Delhi Section ऑटो ट्रांसपोर्ट विभाग दिल्ली क्षेत्र	23958836

Gurgaon/ गुड़गांव

Dial codes: 0124 from Delhi landline, 0124 from mobile.

Police Control Room	2316100
पुलिस कंट्रोल रूम	2320100

Women's Helpline	1091/181
महिलाओं के लिए हेल्पलाइन	

Ghaziabad/गाज़ियाबाद

Dial codes: 0120 from Delhi landline, 0120 from mobile.

दिल्ली से फोन डायल कोड : 0120 और मोबाईल से 0120

DM Office	2824416
डी. एम. ऑफिस	

Senior Superintendent of Police	2820758 (24x7)
वरिष्ठ पुलिस अधीक्षक	2820157

Noida/नोएडा

Dial codes: 95120 from Delhi landline, 0120 from mobile.

दिल्ली से फोन डायल कोड : 95120 और मोबाईल से 0120

Police Control Room पुलिस कंट्रोल रूम	8800199955
Fire Service दमकल केन्द्र	2521111, 2520002
Rotary Noida Blood Bank रोटरी नोएडा ब्लड बैंक	4553000
Power Company Ltd. पॉवर कम्पनी लिमिटेड	2333888

SPECIAL HELPLINES/खास हैल्पलाइन

Women's Helplines /महिलाओं के लिए हैल्पलाइन

Police 1091/ 23317004
पुलिस

Anti Stalking/ Anti Obscene 1096

अश्लील कॉल्स विरोधी प्रकोष्ठ और
पीछा कर परेशान करने विरोधी प्रकोष्ठ

Women in Distress Helpline 181 (24x7)

पीड़ित महिलाओं के लिए

Human Rights Law Network 24374501/24379855

Legal support

(9.30 am - 6 pm)

ह्यूमन राइट्स लॉ नेटवर्क

कानूनी सहायता

Lawyers Collective Women's 41666385

Rights Initiative (LC WRI)

लॉयर्स कलेक्टिव

Jagori/ जागोरी	26692700
Support for women facing violence	8800996640
हिंसा से पीड़ित महिलाओं की सहायता	(9.30 am-5.30 pm Mon-Fri)
Saheli/सहेली	24616485
Violence intervention	(Wed & Sat 12 noon - 6 pm)
हिंसा के खिलाफ सहयोग	
Sarthak Prayas	45650560
सार्थक प्रयास	9278957509 (8am - 8pm)
	Mob: 9711311354
Delhi Commission for Women	General Helpline: 23379181
दिल्ली महिला आयोग	Rape Crisis Cell: 23370557
	Mob. Helpline: 1800-11-9292
	23370146 (Pre-Marital)
National Commission	26942369/26944740
For Women/राष्ट्रीय महिला आयोग	26944754/26944805

North East Helpline 1093 (Delhi Police)
उत्तर-पूर्व लोगों के लिए हैल्पलाइन

Nari Raksha Samiti 23973949
नारी रक्षा समिति (10 am - 5 pm)

Nirmala Niketan 27859158
निर्मला निकेतन

Delhi University Women's Helpline
दिल्ली युनिवर्सिटी महिला हैल्पलाइन
PEHEL/ पहल 9999273342

Anti Ragging 1800-180-5522
रैगिंग विरोधी (24X7)

Crime Against Women Cell or Special Police Unit for Women & Children

क्राइम अगेंस्ट वुमेन सैल तथा महिलाओं और बच्चों के
लिए खास पुलिस इकाई

CAW Cell Headquarters 26525241 (24x7)

Malviya Nagar

सी. ए. डब्ल्यू. सेल हैडक्वार्टर्स, मालवीय नगर

Anti-obscene call/ 1096

Anti-Stalking Cell

अश्लील फोन विरोधी प्रकोष्ठ

South District 26562731

Malviya Nagar

दक्षिणी जिला, मालवीय नगर

South-West District

Dwarka Sector 9

25088987

दक्षिण-पश्चिम जिला

पुलिस थाना द्वारका, सेक्टर-9

North-West District Pitampura उत्तरी-पश्चिमी जिला, पीतमपुरा	27017847 (10 am-5 pm)
New Delhi District Parliament Street संसद मार्ग, नई दिल्ली जिला,	23361231 (24 Hrs.) Ext. 3447/3410
New Delhi Birla Mandir नई दिल्ली, बिरला मंदिर	23361231
East Delhi Krishna Nagar पूर्व दिल्ली, कृष्णा नगर	22207950

North East Delhi 22810605

Old Seemapuri

उत्तर पूर्व दिल्ली, पुरानी सीमापुरी

Central Delhi 23233569

Kamla Market

केंद्रीय दिल्ली, कमला मार्केट

North Delhi 23828880

Subzi Mandi

उत्तर दिल्ली, सब्जी मंडी

North West Delhi 27015670

Rani Bagh 27015674

उत्तर-पश्चिम दिल्ली, रानी बाग

Outer District 27511752

Rohini

बाहरी जिला, रोहिणी

South East Delhi Sriniwas Puri दक्षिण-पूर्वी दिल्ली, श्रीनिवास पुरी	26841500
Women Police Helpline महिला पुलिस हैल्पलाइन	23317004 23490130
Aman Biradari अमन बिरादरी	9971122733 9891778717

Child Abuse Helplines / बाल शोषण हैल्पलाइन

Childline	1098
बाल सहायता	
Butterflies Child Line	26176832/31
बटरफ्लाइज़ चाइल्ड लाइन	1098 (24 Hrs.)
Bachpan Bachao Andolan	49211111
बचपन बचाओ आंदोलन	
Salaam Balak Trust	9810230027
सलाम बालक ट्रस्ट	9891666342
Rahi Foundation	41607055
Support for child sexual abuse	26274041 (Head office)
राही फाउंडेशन	(Sat 9.30 am - 1.15 pm)
बचपन में यौन शोषण से	
पीड़ित महिलाओं की सहायता	

Student's Helplines/छात्रों के लिए हैल्पलाइन

Student Counseling 1291

छात्र काउंसलिंग सेवा

SNEHI/ स्नेही 9582208181

Help for stress, exam pressure, (Mon-Sat 2 pm - 7 pm)
relationship difficulties/ तनाव, परीक्षा के दबाव और रिश्तों में परेशानियों के लिए काउंसलिंग

University of Delhi/दिल्ली विश्वविद्यालय

DU-NTPC, Equal 27662602

Opportunity Cell (9 am - 5.30 pm)

डी. यू. एन. टी. पी. सी., समान अधिकार सेल

WUS Health Centre 27666257 (Emergency)

(Registration/Enquiry Counter) 27667908

डब्ल्यू. यू. एस. हैल्थ सेंटर (Mon-Fri 9 am - 5 pm)

(रजिस्ट्रेशन/इक्वायरी काउंटर)

Dean Student's Welfare डीन स्टुडेंट वेलफ़ेयर	27667092/27666073 (Mon-Fri 10 am - 5 pm)
---	---

Senior Citizen Helplines/वरिष्ठ नागरिक हैल्पलाइन

Age Care Help Age India एज केयर हैल्प एज इण्डिया	011-41688955/56
---	-----------------

Age Well Helpline एज वेल हैल्पलाइन	29836486/29840484 (9.30 am - 6 pm)
---------------------------------------	---------------------------------------

Helpage हैल्पेज	1800-180-1253 (24 Hrs) 011-26569070
--------------------	--

Chetna Welfare Society चेतना वेलफ़ेयर सोसाइटी	21219742
--	----------

Sexual Health & Sexuality Helpline

यौन स्वास्थ्य व यौनिकता सबधी

SANGINI (India) TRUST

संगिनी (इंडिया) ट्रस्ट

011-65676450

9810671603

(Tue & Fri 6 pm - 8 pm)

Naz Foundation

नाज़ फाउंडेशन

41325042/26321830

(Mon-Sat 9am - 5pm)

TARSHI

तारशी

26324023/24/25

(Mon-Wed 10 am - 4 pm)

Nirantar Trust

निरन्तर ट्रस्ट

26517726/26966334

(9.30 am - 6.30 pm)

PEOPLE WITH DISABILITIES/विशेष ज़रूरत मंद लोगों के लिए

National Association for the Blind / नेशनल एसोसिएशन फॉर द ब्लाइंड 64556968(9 am-9 pm)
26175886/26176379
26102944 (Mon-Sat)

Score Foundation 46070380/46070396
Eyeway Helpdesk 26472581 (Mon-Fri)
स्कोर फ़ाउंडेशन आइवे हैल्पडेस्क 10 am - 5.30 pm)

ARTH ASTHA National Trust / अर्थ आस्था नेशनल ट्रस्ट 26466250/51
1800-11-6800 (Toll free)
Mon-Fri 8.30 am - 4.30 pm)

Delhi Foundation of Deaf Women/ 65358200/23583276
दिल्ली फ़ाउंडेशन ऑफ़ डीफ़ मेन (Mon-Fri 9.30 am -5 pm)

AADI/आदी 26569107
(Spastic Society of Northern India) 26864714 (Mon-Fri)
(स्पास्टिक सोसाइटी ऑफ़ नॉर्थ इंडिया) 9.30 am -5 pm)

LEGAL SUPPORT/क़ानूनी सलाह

Lawyer's Collective 24377101(24 hrs)
लॉयर्स कलेक्टिव 46805555
HIV Unit, Women,s Rights Unit:

Vijay Pratap 9868300305
विजय प्रताप (5pm - 7pm)

Anita Rajpoot 9868300106
अनीता राजपूत (5pm - 7pm)

Aruna Pawar 8585984056
अरुणा पंवार (5pm - 7pm)

HRLN 24374501/9855
एच. आर. एल. एन.

Mr. Parvez A. Siddiqui 9810213242
परवेज़ ए. सिद्दीकी

SHELTER HOMES/HOSTELS FOR WOMEN

औरतों के लिए आश्रयघर/हॉस्टल

All India Women's Conference-Bapnughar ऑल इंडिया वुमेन्स कॉन्फ्रेंस-बापनुघर	23381377 (24 Hrs) 23070858
Aashray Adhikar Abhiyan आश्रय अधिकार अभियान	22483240 (10 am - 6 pm) 9810711644 (Mr Sanjay) 9312668807 (Mr Pramjeet)
Mahila Dakshata Samiti Snehalaya महिला दक्षता समिति - स्नेहालय	24102067 (10 am - 5 pm)
Swati (Working Women Hostel) स्वाति (कामकाजी महिलाओं के लिए हॉस्टल)	23365974 (Mon-Fri 10 am - 5 pm)

When some men are violent, why are others silent?

YWCA (Hostel for working women)	23362779
वाई.डबल्यू.सी.ए.	23362975/23744807
कामकाजी औरतों के लिए हॉस्टल	43553142/43/44/45/46
	(Dept.)
Prabha Tara (Hostel for working women)	26170680 (24 Hrs)
प्रभा तारा	26107031
(कामकाजी औरतों के लिए हॉस्टल)	
Prayas	29955505/29956244
Juvenile home for 6-18 year olds	(10 am - 5 pm)
प्रयास (6-18 साल के बच्चों के लिए)	
Priyadarshini (Working Women Hostel)	65006362
प्रियदर्शिनी	
(कामकाजी औरतों के लिए हॉस्टल)	(7 am - 11 pm)
Shine Foundation	64510946/29542989
शाइन फाउंडेशन	

Shelter Home for Pregnant Leady 23694147
मातृछाया महिलाओं के लिए आश्रय गृह 9971802146

Shelter Home for Pregnant Leady 27633148
Jahangirpuri 9971802415
मातृछाया महिलाओं के लिए आश्रय गृह
जहांगीरपुरी

Dhanak (Couple-Rights choice) 875057676
धनक (कपल राइट्स च्वाइस)

SUPPORT GROUPS/सहायता समूह

(Cancer, alcoholics, narcotics, old age, AIDS)

(कैंसर, मद्यपान, ड्रग्स, वरिष्ठ नागरिक व एड्स)

Indian Cancer Society 26499572
इंडियन कैंसर सोसाइटी

CAN Support (Cancer Support) 26711212 Helpline
कैन सपोर्ट (कैंसर सहायता) 26102851/26102869
(Mon-Fri 9.30 am - 5.30 pm)
9213873683

Alcoholics Anonymous 9811908707 (6 am-11 pm)
एल्कोहोलिक्स एनोनिमस 65684980 (10 am-5 pm)

Narcotics Anonymous/ ड्रग्स 9818072887 (24 Hrs)

AIDS HELPLINE

AIDS Control एड्स नियंत्रण	1097
AAG आग	26433690
Shubchintak Helpline शुभचिन्तक हैल्पलाईन	26588333(AIIMS) (10 am - 5 pm) (HIV AIDS)
NAZ Foundation नाज़ फाउंडेशन	26910499 40793157
Support for people living with HIV/AIDS HIV/एड्स ग्रस्त लोगों के लिए मदद	

MEDICAL EMERGENCY

मेडिकल आपात्कालीन नंबर

HOSPITALS/अस्पताल 26594707(Enquiry)

South Delhi

AIIMS/ मेडिकल

Moolchand Hospital 42000000

मूलचंद अस्पताल

Sita Ram Bhartiya Institute of Science & Research 42111197 Delhi

सीताराम भारतीय

(8 am - 8 pm)

इंस्टीट्यूट ऑफ़ साइंस एंड रिसर्च

North Delhi

Bara Hindu Rao Hospital 23919476

बाड़ा हिन्दूराव अस्पताल (मलकागंज) 23905600

Lok Nayak Jai Prakash	23232400
Narayan Hospital	23233400
लोकनायक जय प्रकाश नारायण अस्पताल (दिल्ली गेट)	

St. Stephen's Hospital	23966021-27 (Delhi)
सेंट स्टीफून अस्पताल	(Gurgaon)
(तीस हज़ारी)	

Central Delhi

Dr. Ram Manohar Lohia	23365960
Hospital/डॉ. राममनोहर लोहिया	
अस्पताल (बाबा खड़गसिंह मार्ग)	

Sri Ganga Ram Hospital	42254000
गंगा राम अस्पताल (राजेंद्र नगर)	25750000

West Delhi

Mata Chanandevi Hospital	45582000
माता चननदेवी अस्पताल (जनकपुरी)	25610008

Casualty 45582049/50
आपात्कालीन नं.

Rajiv Gandhi Cancer Hospital & Research Institute	47022070/71 47022222
राजीव गांधी कैंसर अस्पताल (रोहिणी)	

East Delhi

Dharamshila Cancer & Research Hospital	43066353 43066528 (Emergency)
---	----------------------------------

धर्मशिला कैंसर अस्पताल (वसुंधरा एन्क्लेव)

Guru Teg Bahadur Hospital	22588383 (Casualty)
गुरु तेग बहादुर अस्पताल (शाहदरा)	22586262

Institute of Human Behavior & Allied Sciences	22583322 22114021/29
इंस्टीट्यूट ऑफ़ ह्यूमन बिहेवियर एंड अलाइड साइंसेज़ (शाहदरा) इहबास	(Emergency) Ext. 414

NCR

Kailash Hospital	0120-2444444
कैलाश अस्पताल (नोएडा)	0120-2466666

Narender Mohan Hospital Ghaziabad नरेन्द्र मोहन अस्पताल (गाज़ियाबाद)	0120-2657501-509 0120-2657506
Umkal Hospital & Metro Heart Institute (Palam Vihar) उमकल अस्पताल और मेट्रो इंस्टीट्यूट पालम विहार (गुड़गांव)	Emergency Hotline: 0124-4100000/4777000 General Information 0124-4666555

BLOOD BANKS/ब्लड बैंक

White Cross Blood Bank वाइट क्रॉस ब्लड बैंक	26831063/26844140
Safdarjung Hospital सफ़्दरजंग अस्पताल	26707254/7454
Batra Hospital बत्रा अस्पताल	29958747 Ext. 2036 Ext. 3083
Rotary Tuglakabad रोटरी तुगलकाबाद	29054066/68/69 9958005900 (24 hrs.)

दिल्ली सबकी है, यहां महिलायें सुरक्षित है

North Delhi

St. Stephen's Hospital 23966021 Ext. 580
सेंट स्टीफ़न अस्पताल

East Delhi

Central Polyclinic 22526347
Blood Bank
सेंट्रल पॉलिक्लीनिक ब्लड बैंक

Guru Teg Bahadur 22586262
Hospital
गुरु तेगबहादुर अस्पताल

West Delhi, पश्चिमी दिल्ली

Pusa Road Blood Bank 25721870
पश्चिमी दिल्ली 25711055 (24 hrs.)
पूसा रोड ब्लड बैंक

Central Delhi, केंद्रीय दिल्ली

Indian Red Cross Society 23711551/23716441
इंडियन रेड क्रॉस सोसाइटी

EYE BANKS/आई बैंक

Guru Nanak Eye Centre
गुरु नानक आई सेंटर

23234607
23234622

National Eye Bank (AIIMS)
नेशनल आई बैंक (एम्स)

26588500/26588700
Ext. 3060, 3063

Rotary Delhi Centre
Sir Ganga Ram Hospital
रोटरी दिल्ली सेंटर
सर गंगा राम अस्पताल

25721800
25781837

Venu Eye Institute &
Research Centre
वेणु आई इंस्टीट्यूट एंड रिसर्च सेंटर

29251951/1155/
1156

24 HOUR CHEMIST SHOPS

24 घंटे खुले रहने वाले दवाखाने

Moolchand Hospital मूलचंद अस्पताल	42000000
New Delhi Medicos नई दिल्ली मेडिकोज़	23347151 (C.P)
Holy Angels Hospital होली एंजल्स अस्पताल	26147481/581
Kailash Hospital कैलाश अस्पताल (नोएडा)	0120-2445566

MENTAL HEALTH/TRAUMA**मानसिक स्वास्थ्य/मानसिक आघात सेवा**

Manas/मानस 41708517/8802023901

SNEHI/स्नेही 9582208181
Help with stress, exam pressure (Mon-Sat 2 pm - 7 pm)
relationship difficulties, sexual health
तनाव, परीक्षा का दबाव, रिश्तों में
परेशानियां, यौन स्वास्थ्य संबंधी सहायता

Sanjeevani 41092787/40769002
Qutab Institutional Society for mental (10 am - 5 pm)
health counseling centre (Jangpura) 24318883/ 24311918
संजीवनी मनोवैज्ञानिक सलाह केन्द्र (10 am - 7 pm)
जंगपुरा

Sumaitri 23389090
सुमैत्री (Mon-Fri 2 pm - 10 pm; Sat &
Sun (10 am-10 pm)

Caring Foundation Depression helpline केयरिंग फ़ाउंडेशन	22514727 43666666 (9 am - 5 pm)
Dr. Sadhna Vohra Psychologist डॉ. साधना वोहरा-मनोवैज्ञानिक	26278583 (R)(10 am-10 pm) 26021324 (O)
Santulan सन्तुलन	Phone: 25913469 Telefax :25437111
IHBAS इहबास	22114021/22583056
VIMHANS विमहन्स	29802980 (24 Hrs)
Médecins Sans Frontières Doctors Without Borders मेडेसिन्स सन्स फ्रंटियर्स डॉक्टर्स विदाउट बॉर्डर्स	49010000

REHABILITATION SERVICES

पुनर्स्थापन सेवा

Vikalp (Ghaziabad) 07982868019

विकल्प (गाज़ियाबाद)

Jaipur Golden Hospital 9818911195

जयपुर गोल्डन अस्पताल

27907000

MESH 41661499

Maximising Employment
to Serve the Handicapped

मेश

विक्लांगों के लिए रोज़गार वृद्धि सेवा

MEDIA CONTACTS

टी.वी./अख़बार संपर्क

India TV इंडिया टीवी	0120-3051000
Zee News जी न्यूज़	0120-2511070
AAJ TAK आज तक	0120-4807100
CNN IBN सी.एन.एन./आई.बी.एन.	0120-4341818
Times of India टाइम्स ऑफ़ इंडिया	23302000

Hindustan Times हिन्दुस्तान टाइम्स	60004242
Rashtriya Sahara राष्ट्रीय सहारा	23352368 23352369
News Nation न्यूज़ नेशन	0120-7138600
Navbharat नवभारत	011-23302000
IBN7 आइ बी एन 7	0120-4341818 Ext. 9
Times Now टाइम्स नाउ	0120-6634600
BBC बी. बी. सी.	011-23401600

COMPLAINTS AGAINST POLICE

पुलिस के खिलाफ शिकायत

Special Commissioner of Police/Vigilance 23490207
23490250-Fax
स्पेशल कमिश्नर ऑफ़ पुलिस/विजिलेंस

Dy. Commissioner of Police/Vigilance 23417998
डिप्टी कमिश्नर ऑफ़ पुलिस/विजिलेंस

Flying Squad/Vigilance 23417995
फ़्लाईंग स्क्वाड/विजिलेंस

Commisioner of Police 23490201
पुलिस कमिश्नर 23319661
Post Box No. 171, GPO, New Delhi

PUBLIC GRIEVANCE REDRESSAL SYSTEM

सरकारी कर्मचारियों के खिलाफ़ शिकायत

http://www.delhigovt.nic.in/griev_red.asp

Central Vigilance
Commission

24600200

केन्द्रीय सतर्कता आयोग

VEHICLES HELPLINE & COMPLAINTS

ऑटो, बस, टैक्सी, बाइक हेल्पलाइन व चालक के खिलाफ शिकायत

Complaints against taxi/bus/auto drivers	42400400
ऑटो/बस/टैक्सी चालकों के खिलाफ शिकायत	1800-11-8181 (For DTC Toll Free)

24 hr Cab/Taxi Service

Sakha Consulting Wings Pvt. Ltd. - for Women	9999193004
सखा; महिलाओं के लिए टैक्सी	

Meru Cab/ मेरू कैब्स	44224422
----------------------	----------

Mega Cabs	41414141
मेगा कैब्स	

24 Hour Car & Bike Helplines

24 घंटे कार/बाइक हैल्पलाइन

Cross Roads क्रॉस रोड्स	88786288 (24X7) 47090909
Fast Track फास्ट ट्रैक	4165799/6/7/8
Race रेस	43676767 9268926800

ANIMAL HELPLINES/जानवरों के लिए हैल्पलाइन

People for Animals पीपल फॉर एनिमल्स	23719293/4 9811703501 9810206370 (Gurgaon)
Friendicoes SECA फ्रेंडीकोस सीका	24314787/24320707 07027777951
Wildlife SOS वाइल्डलाइफ़ एसओएस	46601096(off.) 9871963535 (24X7)
NDMC Veterinary Hospital एन.डी.एम.सी. जानवरों का अस्पताल	24672161

OTHER IMPORTANT NUMBERS

अन्य ज़रूरी नंबर

National Human Rights
Commission

राष्ट्रीय मानवाधिकार आयोग

9212470509

9810298900 (24 hrs)

Consumer Helpline

Complaints against adulteration,
counterfeiting & spurious goods

राष्ट्रीय उपभोक्ता हैल्पलाइन

मिलावटी, गलत व घटिया

वस्तुओं के खिलाफ शिकायत

1600-180-4566

(Mon-Sat 9.30 am - 5.30 pm

from BSNL/MTNL lines)

www.core.nic.in

KNOW MORE

TAKING LEGAL ACTION

Street sexual harassment may be casually referred to as “eve teasing” but it is a crime under Sections 294, 354 and 509 of the Indian Penal Code.

Section 294- Observe acts, songs, ballad or words used in or near any police place. Penalty of three months imprisonment and/or a fine.

Section 354 A: Sexual Harassment

i. Physical contact and advances involving unwelcome and explicit sexual overtures.

ii. Demand or request for sexual favours.

iii. Showing pornography against the will of a woman.

iv. Making sexually coloured remarks.

Penalty rigorous imprisonment up to three years and/or a fine.

354 B: Disrobing of a woman

Assaults or uses criminal force to disrobe any woman or abets such an act or compels her to be naked. Penalty of imprisonment for not less than three years, extendable to seven years and with a fine.

Staring hurts, stop sexual harassment!

354 C: Voyeurism

Watching or capturing and disseminating the image of a woman engaged in a private act where she least expects such intrusion. Penalty of imprisonment for at least a year, extendable to three years to seven years according to the gravity of the crime and with a fine.

354 D: Stalking

Follow, contact, attempt to contact a woman to foster a personal interaction repeatedly even after her clear indication of disinterest; or monitor a woman's internet usage or any other form of electronic communication (with certain exceptions). Penalty of imprisonment of three to five years and with a fine.

Section 509: Words, gestures, sounds, exhibition of objects that intrude on the privacy and are intended to outrage the modesty of a woman. Penalty of three year of imprisonment and/or a fine.

If you or anyone you know have been harassed on the street and want to file a police complaint, you can go to the nearest police station and file a First Information Report (FIR).

It is your right to file and receive a copy of your FIR. If you need help, call one of the women's helplines in this booklet (**see page 5**).

कानूनी सहयोग व कदम

सार्वजनिक स्थानों में होने वाले यौन उत्पीड़न व हिंसा को अक्सर लोग 'छेड़छाड़' का नाम देते हैं, परंतु यह भारतीय दंड संहिता व आपराधिक कानून संशोधन 2013 की धारा 294, 354 व 509 के तहत एक अपराध है।

सार्वजनिक जगह पर यौन उत्पीड़न-

धारा 294- किसी सार्वजनिक जगह पर अश्लील हरकतें करना, गाने गाना, इशारे करना या शब्द बोलना।

दंड- 3 महीने की सज़ा और/या जुर्माना।

धारा 354 यौनिक उत्पीड़न - (धारा 354 ए)

(1) शारीरिक संपर्क और लाभ उठाना जैसे कि अवांछित और प्रत्यक्ष यौनिक हाव-भाव, हरकतें, इशारे।

(2) यौनिक फ़ेवर की मांग और अनुरोध करना।

(3) महिला की इच्छा के बिना अश्लील चीज़ें दिखाना।

(4) यौनिक फ़ब्तियां कसना।

दंड- तीन साल तक का कठोर कारावास और/या जुर्माना।

धारा 354 (बी) - महिला को निर्वस्त्र करना- किसी महिला को निर्वस्त्र करने के लिए आपराधिक ताकत का प्रयोग करना अथवा ऐसा करने की कोशिश करना अथवा उसे नग्न होने के लिए विवश करना।

दंड- कम से कम तीन साल का कारावास, जिसकी अवधि सात साल तक बढ़ाई जा सकती है और/या जुर्माना।

धारा 354 (सी) - अपकृत्य- किसी महिला को नितान्त निजी क्षणों में देखना अथवा तस्वीर खींचना और प्रसारित करना।

दंड- जुर्माने सहित कम से कम एक साल की जेल, जिसकी अवधि अपराध की गंभीरता को देखते हुए तीन से सात साल तक बढ़ाई जा जा सकती है।

धारा 354 (डी) - पीछा करना, संपर्क साधना, संपर्क करने की कोशिश करना, महिला द्वारा साफ़ इंकार के बावजूद बार-बार व्यक्तिगत संपर्क की कोशिश करना; अथवा किसी महिला के इंटरनेट प्रयोग या अन्य किसी प्रकार के विद्युतीय संचार पर निगरानी रखना। (बशर्ते कि वह ऐसा किसी आधिकारिक दायित्व, जांच या छानबीन के तहत कर रहा हो)

दंड- तीन से पांच साल तक की कैद और जुर्माना।

धारा 509: आपत्तिजनक शब्दों, इशारों, आवाजों या किसी आपत्तिजनक वस्तु के प्रदर्शन से यदि किसी औरत के सम्मान को ठेस पहुंचती हो तो इसके लिए तीन साल तक की कैद और/जुर्माने का प्रावधान है।

राह चलते यदि कोई आपको परेशान करता है और आप शिकायत दर्ज कराना चाहती हैं तो आप नज़दीकी पुलिस थाने में जाकर एफ़ आई आर दर्ज करा सकती हैं। (प्रथम सूचना रिपोर्ट)

एफ़. आई. आर. दर्ज कराना आपका अधिकार है। इस काम में आपको सहयोग की आवश्यकता हो तो आप इस पुस्तिका में दी गई महिला हेल्पलाईन पर फोन करें (पृष्ठ न. 5 देखें)।

कार्य स्थल पर यौन उत्पीड़न-

कोई भी अवांछित यौनिक व्यवहार जैसे यौनिक फेवर के लिए शारीरिक संपर्क और लाभ, मांग या अनुरोध, यौनिक फब्तियां कसना, अश्लील चीजें, तस्वीरें दिखाना अथवा यौनिक प्रकृति की ऐसी ही अन्य शारीरिक, मौखिक या अमौखिक हरकतें। इस तरह के किसी भी आचरण के बारे में शिकायतें 'कार्यालय, संस्था या संगठन की 'आंतरिक शिकायत समिति' (आई.सी.सी.) अथवा यदि शिकायत नियोक्ता के खिलाफ़ है तो 'स्थानीय शिकायत समिति' (एल.सी.सी.) में शिकायत दर्ज कराई जा सकती है।

WHAT YOU CAN DO

- Be confident Protest when harassed—shout loudly and attract attention of others.
- Speak up if you see someone being harassed—shout attract attention and ask others to raise voices.
- File a police complaint. **(see page 5 of this booklet).**
- Contact Jagori if you would like us to organise a session for your friends, community group, or RWA on resisting harassment and making public spaces safe for women.
- Take simple precautions to keep yourself safe—these are described in our booklet on women's safety. ('Hinsa Ab Aur Nahi: Suraksha se Atmaraksha ki Ore').
- Join the Safe Delhi Campaign.
- Distribute copies of this booklet to your friends, neighbours and colleagues. (Mail us at **distribution@jagori.org** to order a copy.)
- For more information please visit our website **www.safedelhi.in** or **www.jagori.org**

आप क्या कर सकती हैं

- यदि आपको कोई परेशान करे तो चुप न रहें। परेशान करने वाले पर जोर से चिल्लाएं और दूसरे लोगों को सहायता के लिए बुलाएं।
- यदि किसी दूसरे को ऐसी स्थिति में देखें तो इसके खिलाफ आवाज़ उठाएं और आस-पास के मौजूद लोगों से भी इसका विरोध करने को कहें।
- पुलिस में शिकायत दर्ज करें आपकी पहचान गुप्त रखी जाएगी।
(इस पुस्तिका का पृष्ठ न. 5 देखें।)
- यदि आप 'सार्वजनिक जगहों पर औरतों की सुरक्षा' अपने मोहल्ले, दोस्तों, रेजिडेंट वेलफेयर एसोसियेशन के लिए चर्चा, या सत्र का आयोजन कराना चाहते हो तो जागोरी से संपर्क करें।
- अपनी सुरक्षा के लिए कुछ सावधानियां बरतें-हमारी पुस्तिका (हिंसा अब और नहीं: सुरक्षा से आत्मरक्षा की ओर) में आत्मरक्षा संबंधी जानकारियां दी गई हैं। पुस्तिका की प्रतियों के लिए distribution@jagori.org पर ई-मेल करें।
- सुरक्षित दिल्ली अभियान से जुड़ें व इस पुस्तिका को अपने दोस्तों, पड़ोसियों व सहकर्मियों में बांटे।
- अधिक जानकारी के लिए कृपया जागोरी की वेबसाइट www.safedelhi.in & www.jagori.org देखें।

CAMPAIGNS AGAINST SEXUAL HARASSMENT

यौन हिंसा के खिलाफ अभियान

Jagori

जागोरी

www.jagori.org

Safe Delhi Campaign

जागोरी सुरक्षित दिल्ली अभियान

www.safedelhi.in

The Blank Noise Project

द ब्लैंक नॉइज़ प्रोजेक्ट

blog.blanknoise.org

Must Bol

www.mustbol.in

समाज के विभिन्न तबकों की सहभागिता से बना जागोरी का “सुरक्षित दिल्ली अभियान“ एक प्रयास है औरतों के लिए सुरक्षित दिल्ली बनाने की प्रयास ।

हमारे शोध से यह बात उभर कर आई है कि सहयोग के स्रोतों के बारे में जानकारी होने से औरतों में आत्मविश्वास और आपात स्थितियों का सामना करने की क्षमता बढ़ती है । इस छोटी सी पुस्तिका को अपने बैग या जेब में रखें और अपनी व दूसरों की मदद के लिए इसका इस्तेमाल करें ।

आप भी हमारे सुरक्षित दिल्ली अभियान का हिस्सा बन सकते हैं और इस पुस्तिका के वितरण में हमारी सहायता कर सकते हैं ।

पुस्तिका की प्रतियों के लिए safedelhi@jagori.org or distribution@jagori.org पर संपर्क करें ।

The **JAGORI Safe Delhi Campaign** seeks to mobilise diverse sections of society to ensure women's safety in public spaces.

Our research shows that access to information on available sources of help increases women's self-confidence and ability to deal with emergencies. Carry this handy booklet in your bag or pocket and use it to help yourself and others.

You can join the **Safe Delhi Campaign** and help us to disseminate this booklet - contact us for more copies at safedelhi@jagori.org or distribution@jagori.org



B-114, Shivalik, Malviya Nagar, New Delhi-110017
Tel.: 91-11-26691219/20, email: safedelhi@jagori.org
www.safedelhi.in, www.jagori.org