ਰਿਕੂ ਕੋਲ ਮਨੁੱਖੀ ਤਸਕਰੀ ਜਾਂ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਸ਼ੋਸ਼ਣ ਦੇ ਪੀੜਤਾਂ ਲਈ ਇੱਕ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਸੇਵਾ ਹੈ।

ਸਾਡੇ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ ਜੇਕਰ:

- ਤੁਹਾਨੂੰ ਧੋਖਾ ਦੇ ਕੇ ਅਜਿਹੀ ਸਥਿਤੀ ਵਿੱਚ ਪਾ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਮੁਸੀਬਤ ਵਿੱਚ ਫਸੇ ਬਿਨਾਂ ਉਸ ਵਿਚੋਂ ਬਾਹਰ ਨਹੀਂ ਨਿਕਲ ਸਕਦੇ।
- ਕੋਈ ਤੁਹਾਡਾ ਫਾਇਦਾ ਚੁੱਕ ਰਿਹਾ ਹੈ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਬਹੁਤ ਘੱਟ ਤਨਖਾਹ ਦੇ ਕੇ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਜਿਨਸੀ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦੇਣ, ਅਪਰਾਧ ਕਰਨ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੀ ਮਰਜ਼ੀ ਦੇ ਵਿਰੁੱਧ ਕੁਝ ਹੋਰ ਕਰਨ ਲਈ ਮਜਬੂਰ ਕਰਕੇ ਜਾਂ ਹੇਰਾਫੇਰੀ ਕਰਕੇ।
- ਕੋਈ ਇਹ ਕੰਟਰੋਲ ਕਰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਕੀ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਕਿੱਥੇ ਜਾਂਦੇ ਹੋ, ਕਿਸ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰਦੇ ਹੋ ਜਾਂ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਪੈਸੇ ਦੀ ਕਿਵੇਂ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦੇ ਹੋ।
- ਕੋਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦਬਾਅ ਪਾ ਕੇ ਜਾਂ ਧਮਕੀ ਦੇ ਕੇ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਕਿਸੇ ਨਿੱਜੀ ਗੱਲ ਦਾ ਖੁਲਾਸਾ ਕਰਕੇ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੇਸ਼ ਨਿਕਾਲਾ ਦੇ ਕੇ, ਅਧਿਕਾਰੀਆਂ ਕੋਲ ਤੁਹਾਡੀ ਸੂਚਨਾ ਦੇ ਕੇ , ਜਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਪਰਿਵਾਰ ਦੇ ਮੈਂਬਰਾਂ ਨੂੰ ਨੁਕਸਾਨ ਪਹੁੰਚਾ ਕੇ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਗੱਲ ਮੰਨਣ ਲਈ ਮਜਬੂਰ ਕਰਨ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰਦਾ ਹੈ।
- ਕਿਸੇ ਨੇ ਤੁਹਾਡੇ ਤੋਂ ਫਿਨਲੈਂਡ ਆਉਣ ਲਈ ਪੈਸੇ ਲਏ, ਉਦਾਹਰਣ ਵਜੋਂ ਨੌਕਰੀ ਜਾਂ ਵੀਜ਼ੇ ਲਈ।
- ਤੁਸੀਂ ਨਿਯਮਿਤ ਤੌਰ 'ਤੇ ਦਿਨ ਵਿੱਚ 8 ਘੰਟੇ ਤੋਂ ਵੱਧ ਜਾਂ ਬਿਨਾਂ ਵਾਧੂ ਤਨਖਾਹ ਦੇ ਦੇਰ ਨਾਲ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਹੋ; ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਹਫ਼ਤੇ ਵਿੱਚ ਔਸਤਨ 2 ਦਿਨਾਂ ਤੋਂ ਘੱਟ ਛੁੱਟੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਜਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਬਿਮਾਰ ਹੋਣ ਤੇ ਛੁੱਟੀ ਦੌਰਾਨ ਤਨਖਾਹ ਜਾਂ ਸਾਲਾਨਾ ਛੁੱਟੀਆਂ ਨਹੀਂ ਮਿਲਦੀਆਂ।
- ਤੁਹਾਨੂੰ ਡਰ ਹੈ ਕਿ ਕੋਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਨੁਕਸਾਨ ਪਹੁੰਚਾਏਗਾ ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣਾ ਵਿਆਹ ਜਾਂ ਰਿਸ਼ਤੇ ਨੂੰ ਛੱਡਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ, ਜਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਸ ਰਿਸ਼ਤੇ ਵਿੱਚ ਰਹਿਣ ਲਈ ਮਜਬੂਰ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ।

ਜੇਕਰ ਇਹਨਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕੋਈ ਵੀ ਸੱਚ ਹੈ, ਜਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸ਼ੱਕ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡਾ ਕੋਈ ਨਜ਼ਦੀਕੀ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਕਾਰਨ ਕਰਕੇ ਮਨੁੱਖੀ ਤਸਕਰੀ ਜਾਂ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਸ਼ੋਸ਼ਣ ਦਾ ਸ਼ਿਕਾਰ ਹੈ, ਤਾਂ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਸਾਡੇ ਨਾਲ ਫ਼ੋਨ ਜਾਂ ਸੁਨੇਹੇ ਰਾਹੀਂ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ:

+358 40 632 9293

ਜਾਂ **help@riku.fi** 'ਤੇ ਈਮੇਲ ਕਰੋ।

RIKU

RIKOSUHRIPÄIVYSTYS
VICTIM SUPPORT FINLAND

ਪੀੜਤ ਸਹਾਇਤਾ ਫਿਨਲੈਂਡ (RIKU)

ਅਪਰਾਧ ਪੀੜਤਾਂ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਨਜ਼ਦੀਕੀ ਅਤੇ ਅਪਰਾਧ ਦੇ ਗਵਾਹਾਂ ਦਾ ਮਾਰਗਦਰਸ਼ਨ ਅਤੇ ਸਮਰਥਨ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਔਨਲਾਈਨ

ਫ਼ੋਨ ਰਾਹੀਂ

ਆਹਮੋ-ਸਾਹਮਣੇ

ਸਲਾਹ ਅਤੇ ਸਹਾਇਤਾ ਲਈ ਵਿਕਟਿਮ ਸਪੋਰਟ ਫਿਨਲੈਂਡ (RIKU) ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ ਜੇਕਰ:

- ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਅਪਰਾਧ ਦੇ ਸ਼ਿਕਾਰ ਹੋ ਜਾਂ ਸ਼ੱਕ ਕਰਦੇ ਹੋ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਅਪਰਾਧ ਦੇ ਸ਼ਿਕਾਰ ਹੋਏ ਹੋ।
- ਤੁਸੀਂ ਇੱਕ ਅਪਰਾਧ ਵਿੱਚ ਗਵਾਹ ਹੋ।
- ਤੁਹਾਡਾ ਕਰੀਬੀ ਕਿਸੇ ਅਪਰਾਧ ਦਾ ਸ਼ਿਕਾਰ ਹੋਇਆ ਹੈ।

ਸਾਡੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਭਰੋਸੇਮੰਦ ਹਨ। ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਹਜੇ ਇਸ ਬਾਰੇ ਸੋਚ ਰਹੇ ਹੋਵੋ ਕਿ ਕਿਸੇ ਅਪਰਾਧ ਦੀ ਸੂਚਨਾ ਦੇਣੀ ਹੈ ਜਾਂ ਨਹੀਂ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਸਾਡੇ ਨਾਲ ਬਿਨਾ ਆਪਣਾ ਨਾਮ ਦੱਸੇ ਸੰਪਰਕ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਅਸੀਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਸ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇ ਸਕਦੇ ਹਾਂ ਕਿ ਇਸਦਾ ਕੀ ਅਰਥ ਹੈ ਅਤੇ ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਅਜਿਹਾ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਅਪਰਾਧਿਕ ਰਿਪੋਰਟ ਬਣਾਉਣ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਾਂ।

ਕ੍ਰਿਪਾ ਧਿਆਨ ਦਿਓ:

- ਅਸੀਂ ਤੁਹਾਡੀ ਇਜਾਜ਼ਤ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਕੇਸ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਨਹੀਂ ਦਿੰਦੇ।
- ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਸਾਡੇ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਕੇਸ ਬਾਰੇ ਖਾਸ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇਣ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੈ।
- ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਫਿਨਿਸ਼, ਸਵੀਡਿਸ਼ ਜਾਂ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਨਹੀਂ ਬੋਲਦੇ ਤਾਂ ਅਸੀਂ ਹਮੇਸ਼ਾ ਪੇਸ਼ੇਵਰ ਅਨੁਵਾਦਕ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦੇ ਹਾਂ।

ਔਨਲਾਈਨ

→ **Riku.fi/trafficking**

→ **Riku.fi/labor-exploitation**

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਮਨੁੱਖੀ ਤਸਕਰੀ ਜਾਂ ਆਪਣੇ ਕੰਮ ਤੇ ਹੋ ਰਹੇ ਸ਼ੋਸ਼ਣ ਦਾ ਸ਼ੱਕ ਹੈ ਤਾਂ ਗੁਪਤ ਸਹਾਇਤਾ ਅਤੇ ਸਲਾਹ ਲਈ **help@riku.fi** 'ਤੇ ਈਮੇਲ ਕਰੋ।

ਫ਼ੋਨ ਰਾਹੀਂ

ਮਨੁੱਖੀ ਤਸਕਰੀ ਅਤੇ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਸ਼ੋਸ਼ਣ ਦੇ ਪੀੜਤਾਂ ਲਈ ਹੈਲਪਲਾਈਨ

+358 40 632 9293

ਸੋਮ-ਸ਼ੁੱਕਰ ਦੁਪਹਿਰ 1 ਵਜੇ ਤੋਂ ਸ਼ਾਮ 4 ਵਜੇ ਕਾਲ ਕਰੋ ਜਾਂ ਸੁਨੇਹਾ ਭੇਜੋ

ਆਹਮੋ-ਸਾਹਮਣੇ

ਲੋੜ ਪੈਣ 'ਤੇ, ਅਸੀਂ ਤੁਹਾਨੂੰ RIKU ਦੇ ਕਿਸੇ ਦਫ਼ਤਰ ਵਿੱਚ ਮਿਲ ਸਕਦੇ ਹਾਂ।

ਜਦੋਂ ਉਪਲਬਧ ਹੋਵੇ, ਅਸੀਂ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਪੁਲਿਸ ਸਟੇਸ਼ਨ ਜਾਂ ਅਦਾਲਤ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਸਿਖਲਾਈ ਪ੍ਰਾਪਤ ਸਹਾਇਕ ਦਾ ਬੰਦੋਬਸਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਾਂ।

ਤੁਸੀਂ ਸਾਡੇ ਨਾਲ ਆਪਣੀ ਭਾਸ਼ਾ ਵਿੱਚ ਸੰਪਰਕ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

RIKU ਰਾਜਨੀਤਿਕ ਅਤੇ ਧਾਰਮਿਕ ਪੱਖੋਂ ਇੱਕ ਅਜ਼ਾਦ ਗੈਰ-ਸਰਕਾਰੀ ਸੰਸਥਾ (NGO) ਹੈ।