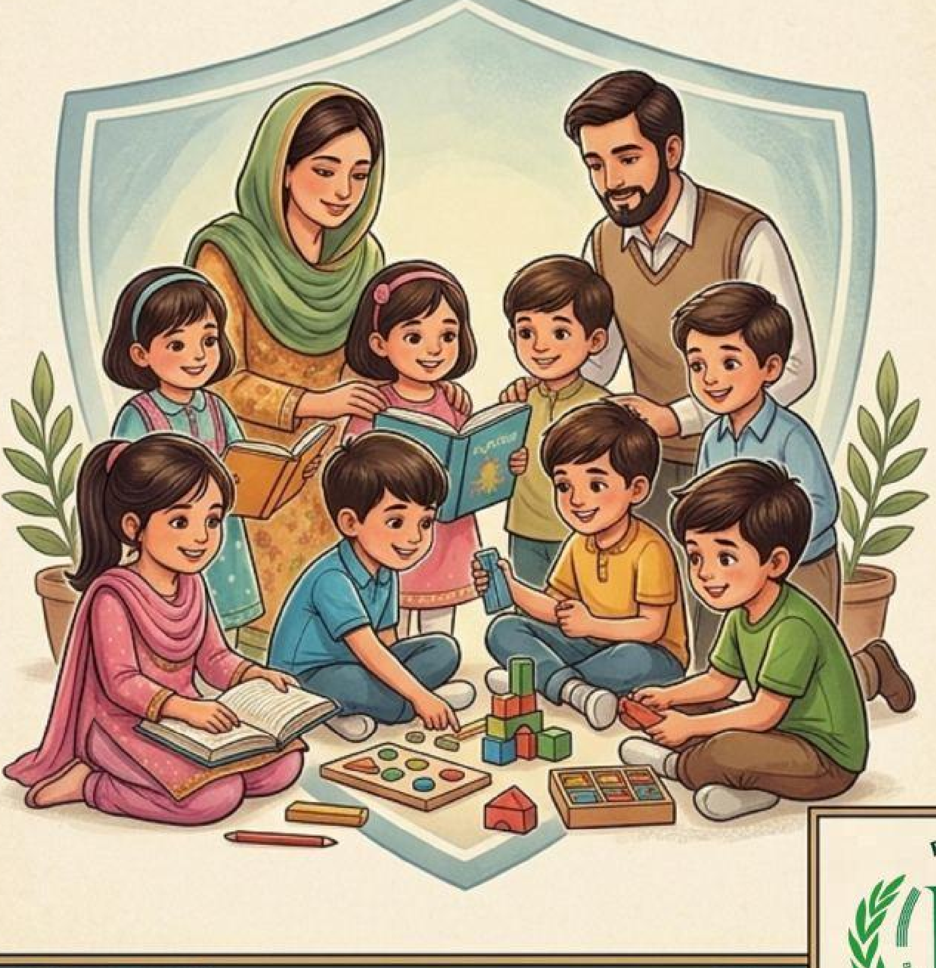
بچوں کی حفاظت

بچوں کی حفاظت ہماری مشترکہ ذمہ داری

والدین،

اساتذہ اور بچوں کے لیے ایک رہنما کتابچہ



BUNYAD

BUNYAD WAY TO SOCIAL DEVELOPMENT

FOUNDATION

بنیاد لٹریسی اینڈ کمیونٹی کونسل

حقوق بحق ناشر محفوظ ہیں

BUNYAD FOUNDATION

BUNYAD WAY TO SOCIAL DEVELOPMENT

شائع کردہ:

بنیاد لٹریسی اینڈ کمیونٹی کونسل

زیر نگرانی:

شاہین عتیق الرحمٰن

ترتیب و تحقیق:

ملک مبارک علی

معاونت:

ریاض احمد واہگہ، صائمہ فیاض

unesco

Korean National Commission

مالی معاونت:

کورین نیشنل کمیشن فار یونیسکو

خصوصی شکریہ:

غزالہ پرویز زمان، نشیبہ افتخار شفیع (ڈائریکٹر، بنیاد)

فرسٹ ایڈیشن:

جولائی 2026

فہرست

نمبر شمار	عنوانات	صفحہ نمبر
1.	بچوں کی حفاظت کیا ہے؟	1
2.	بچوں کے بنیادی حقوق	2
3.	بچوں کو درپیش خطرات	3
4.	گڈ ٹچ (اچھا چھونا) اور بیڈ ٹچ (برا چھونا)	4
5.	پرائیویٹ پارٹس کی پہچان	6
6.	"نہیں" کہنا سکھائیں	7
7.	سیف سرکل (محفوظ افراد)	8
8.	اجنبی سے حفاظت	9
9.	آن لائن حفاظت	10
10.	اسکول میں حفاظت	11
11.	گھر میں حفاظت	12
12.	راستے میں حفاظت	13
13.	ہنگامی صورتحال میں کیا کریں؟	14
14.	والدین کی ذمہ داریاں	15
15.	اساتذہ کی ذمہ داریاں	16
16.	بچوں کے لیے حفاظتی اصول	17
17.	اگر کسی بچے کے ساتھ زیادتی ہو جائے	18
18.	اہم پیغامات	19
19.	حفاظتی عہد	20
20.	بچوں کے ساتھ جنسی زیادتی کے کیس سے نمٹنے کا طریقۂ کار	21
21.	پنجاب چائلڈ میرج ریسٹرینٹ ایکٹ 2026	22

محفوظ بچہ
محفوظ مستقبل

حقوق
ہر بچے کے

خطرات سے
بچاؤ ہماری ذمہ داری

"نہیں" کہنا
میرا حق ہے

سیف سرکل
محفوظ لوگ

خاندان، اسکول اور
معاشرہ مل کر حفاظت کا
حصار بنائیں

بچوں کی حفاظت کیا ہے؟

بچے کسی بھی معاشرے کا سب سے قیمتی سرمایہ ہوتے ہیں۔ ان کی جسمانی، ذہنی، جذباتی اور سماجی نشوونما اس وقت ہی ممکن ہے جب انہیں ایک محفوظ، محبت بھرا اور باعزت ماحول فراہم کیا جائے۔ بچوں کی حفاظت (Child Protection) سے مراد ایسے تمام اقدامات، قوانین، پالیسیاں اور معاشرتی رویے ہیں جن کا مقصد بچوں کو ہر قسم کے تشدد، استحصال، غفلت، بدسلوکی، جنسی زیادتی، انسانی اسمگلنگ، چائلڈ لیبر، کم عمری کی شادی اور دیگر خطرات سے محفوظ رکھنا ہے۔

بچوں کی حفاظت صرف والدین کی ذمہ داری نہیں بلکہ اس میں اساتذہ، خاندان، رشتہ دار، کمیونٹی، سرکاری ادارے، نجی ادارے، مذہبی رہنما اور پورا معاشرہ برابر کا شریک ہے۔ جب ہر فرد اپنی ذمہ داری کو محسوس کرے اور بچوں کے حقوق کا احترام کرے تو ایک محفوظ معاشرہ تشکیل پاتا ہے۔

بچے اپنی کم عمری، معصومیت اور محدود تجربے کی وجہ سے خطرات کو پہچاننے کی صلاحیت نہیں رکھتے۔ اسی لیے ضروری ہے کہ انہیں عمر کے مطابق حفاظتی تعلیم دی جائے تاکہ وہ صحیح اور غلط میں فرق کرنا سیکھیں، کسی بھی خطرناک صورتحال کو پہچان سکیں اور ضرورت پڑنے پر مدد حاصل کر سکیں۔

آگاہی مرکز
Awareness Centre

Help Line 1121

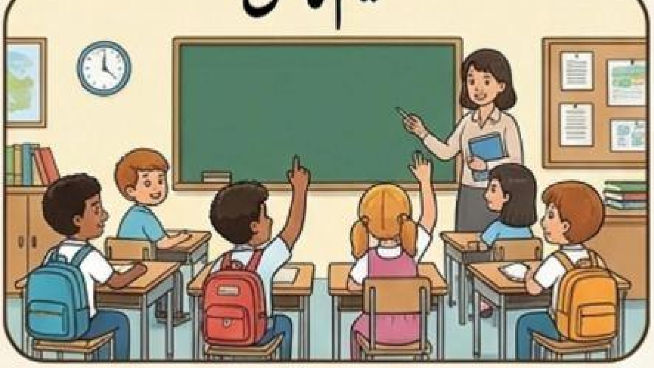
بچوں کے بنیادی حقوق

اسلام اور پاکستان کا آئین دونوں بچوں کو عزت، تحفظ، تعلیم اور بہتر زندگی کا حق دیتے ہیں۔ ہر بچہ خواہ وہ امیر ہو لڑکا ہو یا لڑکی، دیہی علاقے سے تعلق رکھتا ہو یا شہری علاقے سے، اسے مساوی حقوق حاصل ہیں۔

زندگی کا حق

ہر بچے کو محفوظ اور صحت مند زندگی گزارنے کا حق حاصل ہے۔ اسے مناسب خوراک، صاف پانی، لباس، رہائش اور طبی سہولیات فراہم کرنا والدین اور ریاست دونوں کی ذمہ داری ہے۔

تعلیم کا حق



تعلیم ہر بچے کا بنیادی حق ہے۔ تعلیم نہ صرف علم فراہم کرتی ہے بلکہ بچے کو خود اعتمادی، اخلاقیات، ذمہ داری اور مستقبل میں بہتر روزگار کے مواقع بھی فراہم کرتی ہے۔

تحفظ کا حق

ہر بچے کو ہر قسم کے جسمانی، ذہنی، جذباتی، جنسی اور معاشی استحصال سے محفوظ رہنے کا حق حاصل ہے۔

اظہارِ رائے کا حق

بچوں کو اپنی رائے دینے، سوال پوچھنے اور اپنے احساسات بیان کرنے کا حق حاصل ہے۔ بڑوں کو چاہیے کہ بچوں کی بات کو توجہ سے سنیں اور ان کی رائے کا احترام کریں۔

کھیلنے اور آرام کرنے کا حق

کھیل بچوں کی ذہنی اور جسمانی نشوونما کے لیے انتہائی ضروری ہے۔
کھیل کود بچوں میں اعتماد، تعاون، قائدانہ صلاحیت اور خوشی پیدا کرتا ہے۔

بچوں کو درپیش خطرات

آج کے دور میں بچوں کو مختلف قسم کے خطرات کا سامنا ہے۔ ان خطرات سے آگاہی ہی ان سے بچاؤ کا پہلا قدم ہے۔

ذہنی یا جذباتی تشدد

اگر کسی بچے کو بار بار ڈرایا جائے، دھمکایا جائے، گالیاں دی جائیں، مسلسل تنقید کی جائے یا اسے دوسروں کے سامنے ذلیل کیا جائے تو یہ ذہنی تشدد کہلاتا ہے۔ ایسے بچے اکثر خاموش، خوفزدہ، غصہ کرنے والے یا خود اعتمادی سے محروم ہو جاتے ہیں۔

جسمانی تشدد

جسمانی تشدد میں بچے کو مارنا، تھپڑ مارنا، لات یا گھونسے مارنا، جلانا، بال کھینچنا یا کسی بھی طریقے سے جسمانی نقصان پہنچانا شامل ہے۔ جسمانی تشدد کے اثرات صرف جسم تک محدود نہیں رہتے بلکہ بچے کی شخصیت، اعتماد اور ذہنی صحت پر بھی منفی اثر ڈالتے ہیں۔

جنسی استحصال

جنسی استحصال ایک سنگین جرم ہے۔ اس میں بچے کو نامناسب انداز میں چھونا، غلط تصاویر یا غیر اخلاقی حرکات پر مجبور کرنا یا جنسی گفتگو کرنا شامل ہے۔ یہ جرم کسی بھی عمر، جنس یا سماجی طبقے کے بچے کے ساتھ ہو سکتا ہے، اور بعض اوقات یہ جاننے والے افراد کی طرف سے بھی ہو سکتا ہے۔ اس لیے بچوں کو اعتماد دینا اور انہیں یہ سکھانا ضروری ہے کہ اگر کوئی انہیں غیر محفوظ محسوس کرائے تو وہ فوراً کسی قابلِ اعتماد بڑے کو بتائیں۔

- غفلت
- علاج کروانا
- منار کی اسکھہ
- جذباتی توجہ
- دالی وبھازی

غفلت (Neglect)

غفلت کا مطلب بچے کی بنیادی ضروریات کو نظر انداز کرنا ہے، مثلاً: مثلاً: مناسب خوراک نہ دینا، علاج نہ کروانا، تعلیم سے محروم رکھنا، مناسب نگرانی نہ کرنا، جذباتی توجہ نہ دینا۔ غفلت بھی بچوں پر اتنا ہی منفی اثر ڈالتی ہے جتنا تشدد۔

آن لائن خطرات

موبائل فون، انٹرنیٹ اور سوشل میڈیا کے بڑھتے ہوئے استعمال کے ساتھ بچوں کو آن لائن خطرات بھی لاحق ہیں، جیسے: جعلی شناخت رکھنے والے افراد، سائبر بلنگ، نامناسب مواد، ذاتی معلومات کا غلط استعمال، آن لائن دھوکہ دہی۔ والدین کو چاہیے کہ بچوں کے انٹرنیٹ استعمال پر مناسب نگرانی رکھیں اور انہیں محفوظ آن لائن رویوں کی تربیت دیں۔

گڈ ٹچ (اچھا لمس / چھونا) اور بیڈ ٹچ (برا لمس / چھونا)

بچوں کی حفاظت کے حوالے سے 'گڈ ٹچ' اور 'بیڈ ٹچ' کی تعلیم نہایت اہم ہے۔ یہ معلومات بچوں کو خوفزدہ کرنے کے لیے نہیں بلکہ انہیں اپنے جسم، اپنی حدود (Boundaries) اور اپنے تحفظ کے بارے میں آگاہ کرنے کے لیے دی جاتی ہیں۔ جب بچے یہ سمجھ جاتے ہیں کہ کون سا رویہ مناسب ہے اور کون سا نامناسب، تو وہ خطرناک حالات کو بہتر انداز میں پہچان سکتے ہیں اور بروقت مدد حاصل کر سکتے ہیں۔

والدین، اساتذہ اور سرپرستوں کی ذمہ داری کہ وہ بچوں سے اس موضوع پر عمر کے مطابق، سادہ اور اعتماد کے ساتھ بات کریں۔ اگر یہ گفتگو محبت اور اعتماد کے ماحول میں کی جائے تو بچے اپنی الجھنیں اور خدشات کھل کر بیان کرنے میں آسانی محسوس کرتے ہیں۔

گڈ ٹچ (اچھا لمس / چھونا) کیا ہے؟

گڈ ٹچ سے مراد ایسا لمس یا چھونا ہے جس سے بچہ خود کو محفوظ، خوش، باعزت مطمئن اس لمس میں محبت، شفقت، احترام اور بچے کی رضامندی شامل ہوتی ہے۔ گڈ ٹچ بچے کی عزتِ نفس میں اضافہ کرتا ہے، اعتماد پیدا کرتا ہے اور اس کی جذباتی نشوونما میں مدد دیتا ہے۔

گڈ ٹچ کی مثالیں

- والدین کا محبت سے گلے لگانا۔
- دادا دادی یا نانا نانی کا شفقت سے سر پر ہاتھ رکھنا۔
- استاد کا کامیابی پر کندھے پر ہلکے سے ہاتھ رکھ کر حوصلہ افزائی کرنا۔
- دوستوں سے ہاتھ ملانا۔
- چھوٹے بہن بھائی کو محبت سے گلے لگانا۔
- ڈاکٹر کا والدین یا سرپرست کی موجودگی میں طبی معائنہ کرنا۔

گڈ ٹچ کی خصوصیات

گڈ ٹچ ہمیشہ:

- بچے کو محفوظ محسوس کراتا ہے۔
- بچے کی عزت اور وقار کا خیال رکھتا ہے۔
- بچے کی رضامندی کا احترام کرتا ہے۔
- بچے کو خوفزدہ یا شرمندہ نہیں کرتا۔
- محبت، احترام اور خیر خواہی پر مبنی ہوتا ہے۔

بیڈ ٹچ (برا لمس / چھونا) کیا ہے؟

بیڈ ٹچ ایسا لمس ہے جس سے بچہ خوفزدہ، بے آرام، شرمندہ یا پریشان محسوس کرے۔ ایسا لمس چھونا بچے کی مرضی کے خلاف ہوتا ہے یا اس کی جسمانی حدود کی خلاف ورزی کرتا ہے۔ بیڈ ٹچ صرف جسم کو چھونے تک محدود نہیں بلکہ کسی بچے کو غیر مناسب انداز میں دیکھنا، نامناسب گفتگو کرنا، غلط تصاویر یا ویڈیوز دکھانا یا ایسے کام کرنے پر مجبور کرنا بھی غلط رویہ ہے۔

بیڈ ٹچ کی مثالیں

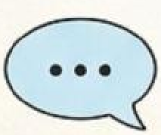
- بچے کے جسم کے ان حصوں کو چھونا جو لباس (انڈرویئر) سے ڈھکے ہوتے ہیں۔

- بچے کو کسی دوسرے کے جسم کو چھونے پر مجبور کرنا۔

- زبردستی گلے لگانا یا بوسہ لینا۔

- بچے کو گود میں بٹھانے پر مجبور کرنا جبکہ وہ انکار کرے۔

- کسی بچے کو ڈرا کر یا لالچ دے کر غلط حرکت کرنا۔



- بچے سے کہنا:
  - "یہ راز کسی کو مت بتانا۔"
  - "اگر بتایا تو سزا ملے گی۔"
  - "کوئی تمہاری بات پر یقین نہیں کرے گا۔"

سیف سرکل
حفاظتی حدود

یہ تمام رویے غلط اور ناقابلِ قبول ہیں۔

پرائیویٹ پارٹس کی پہچان

بچوں کو ان کے جسم کے بارے میں عمر کے مطابق، سادہ اور باوقار انداز میں آگاہ کرنا ان کی حفاظت کے لیے ضروری ہے۔ بچوں کو بتایا جائے کہ جسم کا ہر حصہ اہم اور قابلِ احترام ہے، لیکن کچھ حصے ایسے ہیں جو ذاتی (Private) ہوتے ہیں۔

عام طور پر جسم کے وہ حصے جو انڈرویئر یا سوئمنگ سوٹ سے ڈھکے ہوتے ہیں، پرائیویٹ پارٹس کہلاتے ہیں۔ ان حصوں کو صرف بچہ خود صاف کر سکتا ہے، یا ضرورت کے وقت والدین یا دیکھ بھال کرنے والا فرد (بہت چھوٹے بچوں کے لیے) مدد کر سکتا ہے۔

بچوں کو سمجھایا جائے کہ کوئی بھی شخص ان کے پرائیویٹ پارٹس کو نہ دیکھ سکتا ہے اور نہ ہی چھو سکتا ہے، سوائے اس صورت کے جب کسی بیماری یا طبی معائنے کے لیے ڈاکٹر کو ایسا کرنا پڑے، اور وہ بھی والدین یا سرپرست کی موجودگی میں۔

اگر کوئی شخص بچے کے پرائیویٹ پارٹس کو چھونے، دیکھنے یا دکھانے کی کوشش کرے، یا بچے کو ایسا کرنے پر مجبور کرے، تو یہ غلط عمل ہے۔
بچے کو فوراً وہاں سے ہٹ جانا چاہیے اور کسی قابلِ اعتماد بڑے کو بتانا چاہیے۔

Helpline: 1121

"نہیں" کہنا سکھائیں

بچوں کو یہ سکھانا ضروری ہے کہ انہیں اپنی حفاظت کے لیے "نہیں" کہنے کا پورا حق حاصل ہے۔ اگر کوئی شخص ایسا کام کرے جس سے بچہ خوفزدہ، بے آرام یا پریشان محسوس کرے تو وہ بلا جھجھک بلند آواز میں "نہیں" کہہ سکتا ہے۔

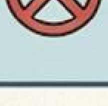
بچوں کو یہ تین سنہری اصول یاد کروائیں:

پہلا: زور سے "نہیں" کہیں۔

دوسرا: فوراً اس جگہ سے دور ہو جائیں۔

تیسرا: کسی قابلِ اعتماد بڑے کو فوراً بتائیں۔

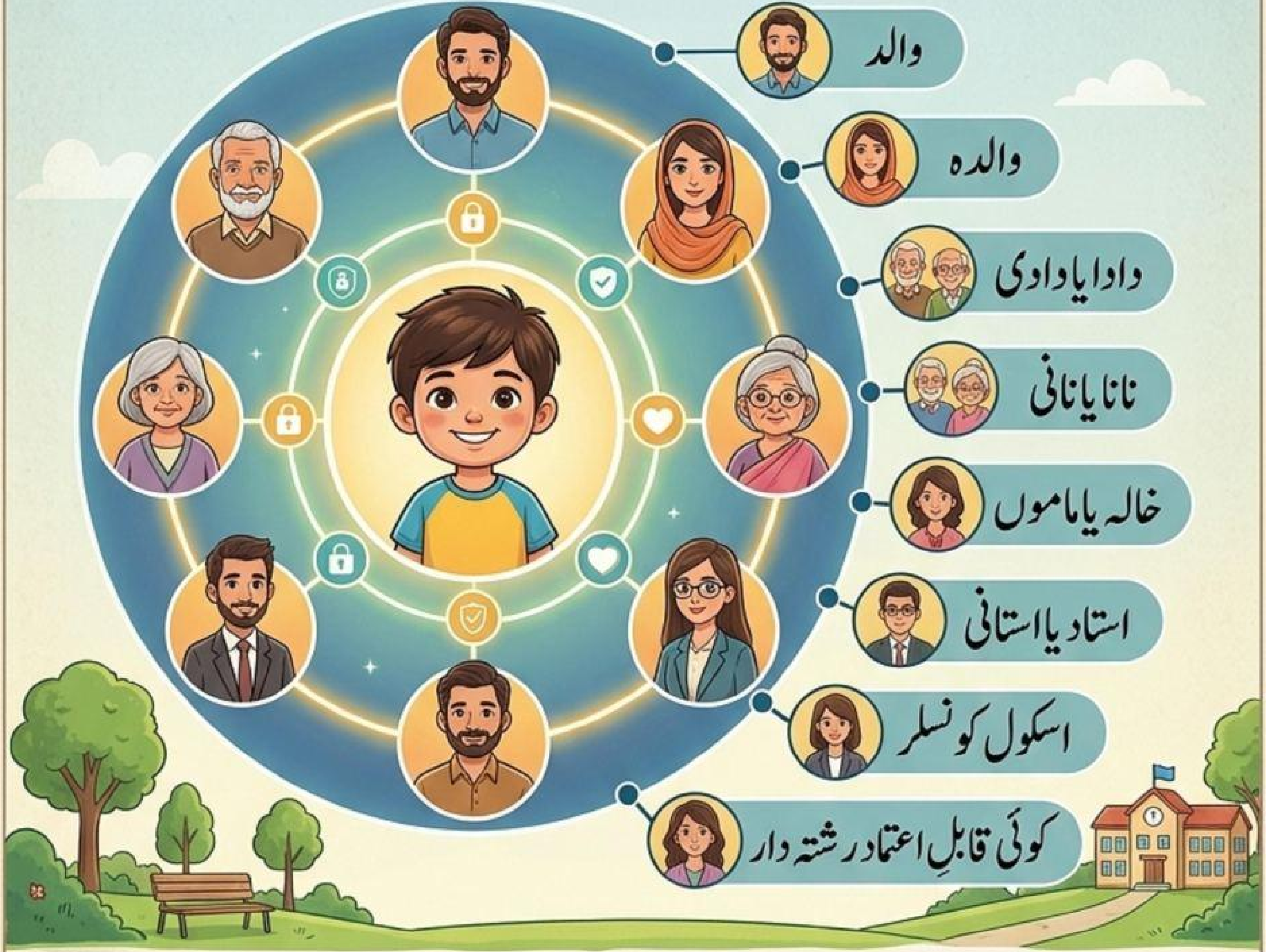
بچوں کو یہ بھی سمجھائیں کہ اگر کوئی کہے "یہ راز کسی کو مت بتانا"، تو ایسا راز کبھی نہیں چھپانا چاہیے۔



اپنی حفاظت کے لیے بات کرنا بہادری کی علامت ہے۔

سیف سرکل (محفوظ افراد)

ہر بچے کے پاس ایسے چند افراد ہونے چاہئیں جن پر وہ مکمل اعتماد کر سکے۔ ان افراد کو "سیف سرکل" کہا جاتا ہے۔



بچوں کو سکھائیں کہ اگر وہ کبھی خوفزدہ ہوں، راستہ بھول جائیں، یا کوئی انہیں پریشان کرے، تو فوراً اپنے سیف سرکل میں شامل کسی فرد سے رابطہ کریں۔

اجنبی سے حفاظت

بچوں کو یہ سمجھانا ضروری ہے کہ ہر اجنبی برا نہیں ہوتا، لیکن اجنبی کے ساتھ احتیاط ضروری ہے۔

بچوں کو درج ذیل باتیں سکھائیں:

چاکلیٹ، کھلونے یا تحفے لینے سے پہلے والدین سے اجازت لیں۔

کسی اجنبی کے ساتھ کہیں نہ جائیں۔

اپنا نام، پتہ، اسکول یا فون نمبر کسی اجنبی کو نہ بتائیں۔

کسی اجنبی کی گاڑی میں نہ بیٹھیں۔

اگر کوئی اجنبی زبردستی کرے تو شور مچائیں اور قریبی محفوظ شخص سے مدد لیں۔

والدین کو بچوں کے ساتھ عملی مشق بھی کرنی چاہیے تاکہ وہ ایسی صورتحال میں صحیح فیصلہ کرسکیں

آن لائن حفاظت

آج کل بچے موبائل فون، ٹیبلٹ اور انٹرنیٹ کا استعمال کرتے ہیں، اس لیے آن لائن حفاظت بھی بہت ضروری ہے۔

- مضبوط پاس ورڈ استعمال کریں۔

- اپنی تصاویر یا ویڈیوز کسی اجنبی کو نہ بھیجیں۔

- اجنبی افراد کی Friend Request قبول نہ کریں۔

- پاس ورڈ کسی دوست کو بھی نہ بتائیں۔

- لوکیشن شیئر نہ کریں۔

- پاس ورڈ شیئر نہ کریں۔

- انٹرنیٹ والدین کی نگرانی میں استعمال کریں۔

- اگر کوئی شخص غلط پیغام بھیجے تو فوراً والدین کو بتائیں۔

والدین کو چاہیے کہ بچوں کے استعمال ہونے والے ایپس اور ویب سائٹس سے واقف رہیں۔

اسکول میں حفاظت

اسکول بچوں کی تعلیم کے ساتھ ساتھ ان کی حفاظت کی بھی ذمہ داری رکھتا ہے۔

بچوں کو سکھائیں:

- صرف اجازت یافتہ افراد کے ساتھ اسکول سے باہر جائیں۔

- کسی اجنبی سے بات نہ کریں۔

- اگر کوئی مسئلہ ہو تو استاد، پرنسپل یا کونسلر کو فوراً بتائیں۔

- واش روم اکیلے استعمال کریں۔

- اسکول کے قوانین کی پابندی کریں۔

- لڑائی جھگڑے سے بچیں۔

اساتذہ کو بھی چاہیے کہ وہ بچوں کے ساتھ احترام اور تحفظ پر مبنی رویہ اختیار کریں۔

گھر میں حفاظت

گھر بچے کے لیے سب سے محفوظ جگہ ہونی چاہیے۔
والدین بچوں کو یہ احتیاطی تدابیر سکھائیں:

1. گیس چولہے سے دور رہیں۔

2. بجلی کی کھلی تاروں کو نہ چھوئیں۔

3. دوائیاں خود استعمال نہ کریں۔

4. چاقو، قینچی اور دیگر نوکیلی اشیاء احتیاط سے استعمال کریں۔

5. کسی اجنبی کے لیے دروازہ نہ کھولیں۔

6. آگ لگنے کی صورت میں فوراً بڑے افراد کو اطلاع دیں۔

گھر میں حفاظتی سامان جیسے فرسٹ ایڈ باکس اور آگ بجھانے والا آلہ موجود ہونا چاہیے۔

راستے میں حفاظت

باہر جاتے وقت بچوں کو ٹریفک قوانین اور حفاظتی اصولوں سے آگاہ کرنا ضروری ہے۔

بچوں کو سکھائیں:

ہمیشہ فٹ پاتھ استعمال کریں۔

سڑک صرف زیبرا کراسنگ سے عبور کریں۔

پہلے دائیں، پھر بائیں اور دوبارہ دائیں دیکھ کر سڑک پار کریں۔

اکیلے غیر محفوظ جگہوں پر نہ جائیں.

اگر راستہ بھول جائیں

تو پولیس یا کسی قابلِ اعتماد بڑے سے مدد لیں۔

ہنگامی صورتحال میں کیا کریں؟

اگر کوئی حادثہ، آگ، گمشدگی یا خطرناک صورتحال پیش آئے تو بچے کو گھبرانے کے بجائے درج ذیل اقدامات کرنے چاہیں:

1. پرسکون رہنے کی کوشش کریں۔

2. فوراً کسی قابلِ اعتماد بڑے کو اطلاع دیں۔

3. محفوظ جگہ پر چلے جائیں۔

4. اگر ممکن ہو تو ایمرجنسی نمبر پر (e.g.,15) کال کریں۔

5. کسی اجنبی کے ساتھ نہ جائیں، چاہے وہ مدد کی پیشکش کرے۔

والدین کی ذمہ داریاں

والدین بچوں کے پہلے محافظ ہوتے ہیں۔ ان کی اہم ذمہ داریاں یہ ہیں:

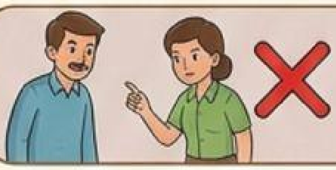
1. بچوں سے روزانہ بات کریں۔

2. ان کی بات غور سے سنیں۔

بچوں کو اعتماد دیں کہ وہ ہر بات بلاخوف بتا سکتے ہیں۔

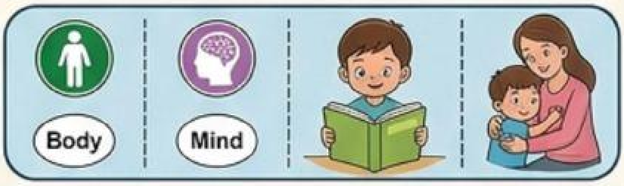
4. اچھے اور برے لمس کے بارے میں آگاہ کریں۔

5. بچوں کی آن لائن سرگرمیوں پر مناسب نظر رکھیں۔



6. بچوں پر تشدد یا سخت سزا سے گریز کریں۔

ان کی جسمانی، ذہنی اور جذباتی ضروریات پوری کریں۔



بچوں کے دوستوں اور روزمرہ سرگرمیوں سے باخبر رہیں۔

اساتذہ کی ذمہ داریاں

اساتذہ بچوں کے لیے رول ماڈل ہوتے ہیں۔ انہیں چاہیے کہ:

1. ہر بچے کے ساتھ مساوی سلوک کریں۔

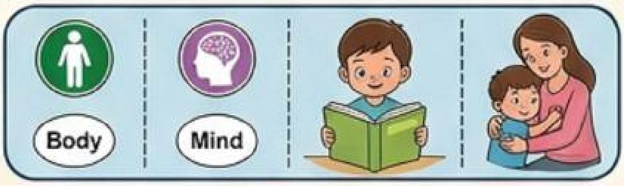
2. محفوظ اور دوستانہ تعلیمی ماحول فراہم کریں۔

3. کسی بھی شکایت کو سنجیدگی سے لیں۔

4. بچوں کی رازداری کا احترام کریں۔

5. مشتبہ زیادتی کی صورت میں متعلقہ حکام کو اطلاع دیں۔

ان کی جسمانی، ذہنی اور جذباتی ضروریات پوری کریں۔



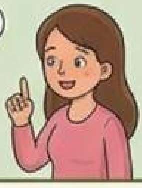
بچوں کو تحفظ اور احترام کے بارے میں تعلیم دیں۔

بچوں کے لیے حفاظتی اصول

ہر بچے کو یہ اصول یاد ہونے چاہیں:

- میرا جسم میری امانت ہے۔

- مجھے "نہیں" کہنے کا حق ہے۔

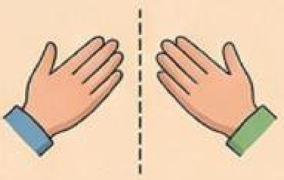


- کوئی بھی راز ایسا نہیں جسے والدین سے چھپایا جائے۔

- اجنبی کے ساتھ کہیں نہیں جانا۔

- اگر خوف محسوس ہو تو فوراً مدد مانگنی ہے۔

- ہمیشہ سچ بولنا ہے۔



- دوسروں کے جسم اور حدود کا بھی احترام کرنا ہے۔

اگر کسی بچے کے ساتھ زیادتی ہو جائے

اگر کسی بچے کے ساتھ کسی بھی قسم کی زیادتی ہو جائے تو سب سے پہلے اس کی بات پر یقین کریں۔ بچے کو ہرگز قصوروار نہ ٹھہرائیں اور نہ ہی اسے ڈانٹیں۔

ضروری اقدامات:

1. بچے کو محفوظ جگہ پر لے جائیں۔

2. اس کی بات سکون سے سنیں۔

3. اسے یقین دلائیں کہ اس کی غلطی نہیں ہے۔

4. فوری طبی امداد حاصل کریں اگر ضرورت ہو۔

5. متعلقہ اداروں اور قانون نافذ کرنے والے اداروں کو اطلاع دیں۔

6. بچے کو نفسیاتی اور جذباتی مدد فراہم کریں۔

7. بچے کی رازداری کا مکمل احترام کریں۔

اہم پیغامات

1۔ ہر بچہ عزت، محبت اور تحفظ کا حق دار ہے۔

2۔ بچوں کو ڈرا کر خاموش نہیں کروانا چاہیے۔

3۔ بچوں کی بات کو ہمیشہ سنجیدگی سے سنیں۔

4۔ بچوں کو اپنے جسم کی حفاظت کا حق
حاصل ہے۔

5۔ بروقت آگاہی اور تربیت بچوں کو خطرات
سے بچا سکتی ہے۔

6۔ محفوظ بچپن ہی روشن مستقبل کی
ضمانت ہے۔

حفاظتی عہد

میں وعدہ کرتا/کرتی ہوں کہ:

- میں اپنے جسم کی عزت اور حفاظت کروں گا/کروں گی۔

- اگر کوئی مجھے غیر محفوظ محسوس کرائے گا تو میں فوراً "نہیں" کہوں گا/کہوں گی۔

- میں فوراً کسی قابلِ اعتماد بڑے کو اطلاع دوں گا/دوں گی۔

- میں کسی بھی غلط بات کو راز نہیں رکھوں گا/رکھوں گی۔

- میں دوسروں کی عزت اور حدود کا بھی احترام کروں گا/کروں گی۔

- میں ہمیشہ محفوظ اور ذمہ دار شہری بننے کی کوشش کروں گا/کروں گی۔

بچوں کے ساتھ جنسی زیادتی کے کیس سے نمٹنے کا طریقہ کار

متاثرہ بچے کو مرکزِ توجہ رکھنے والا، بچوں کے لیے دوستانہ طریقہ کار

رپورٹ سے انصاف تک — ہر مرحلہ اہم ہے

- ایک بچے نے اپنی بات کہی۔ نظام کو جواب دینا چاہیے، ناکام نہیں ہونا چاہیے۔
- ہر بچہ سنا جانے، اس پر یقین کیے جانے اور اس کی مدد کیے جانے کا حق رکھتا ہے۔

1۔ واقعے کا انکشاف اور ابتدائی ردِ عمل

- بچے کو ایسا محفوظ ماحول دیں جہاں وہ کسی قابلِ اعتماد بالغ فرد سے بات کر سکے۔
- پُرسکون رہیں، توجہ سے سنیں اور فیصلہ کن یا الزام دینے والا رویہ اختیار نہ کریں۔
- بچے کو یقین دلائیں کہ اس کی کوئی غلطی نہیں
- فوری طور پر بچے کی حفاظت یقینی بنائیں۔

2۔ واقعے کی رپورٹ کرنا

- پولیس یا چائلڈ پروٹیکشن ہیلپ لائن (15) یا متعلقہ ادارے کو اطلاع دیں۔
- صرف حقائق بیان کریں، ذاتی رائے نہیں۔
- اس بات کو یقینی بنائیں کہ بچے سے بار بار ایک ہی سوالات نہ کیے جائیں۔

3۔ حفاظتی جائزہ اور فوری تحفظ

- متعلقہ حکام بچے کی حفاظت اور خطرے کی نوعیت کا جائزہ لیتے ہیں۔
- ضرورت پڑنے پر بچے کو محفوظ مقام پر منتقل کیا جا سکتا ہے۔
- اگر ضرورت ہو تو فوری طبی امداد فراہم کی جاتی ہے۔

4۔ تفتیش

- پولیس یا تفتیشی افسر حساس انداز میں شواہد جمع کرتا ہے۔
- کم سے کم اور غیر جانبدارانہ سوالات کیے جاتے ہیں۔
- بیان ریکارڈ کرنے کے لیے بچوں کے لیے موزوں ماحول فراہم کیا جاتا ہے۔
- ماہرین اور معاون اداروں سے رابطہ اور تعاون کیا جاتا ہے۔

5۔ نفسیاتی و سماجی معاونت کا آغاز

- بچے کو فوری جذباتی سہارا فراہم کیا جاتا ہے۔
- ماہرِ نفسیات یا کونسلر تک رسائی دی جاتی ہے۔
- پورے عمل کے دوران مسلسل نفسیاتی معاونت فراہم کی جاتی ہے۔
- بچے کی پسند کے قابلِ اعتماد فرد کو معاونت کے عمل میں شامل کیا جاتا ہے۔

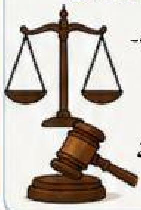
6۔ کیس کے دستاویزات

- تمام مراحل کا درست اور خفیہ ریکارڈ رکھا جاتا ہے۔
- طبی، پولیس اور معاونتی ریکارڈ کو محفوظ انداز میں سنبھالا جاتا ہے۔
- معلومات تک رسائی صرف مجاز افراد تک محدود رکھی جاتی ہے۔

7۔ معاونتی خدمات کی فراہمی

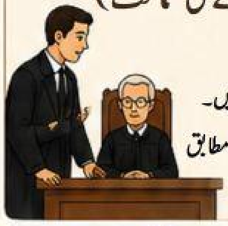
- بچے اور خاندان کو متعلقہ معاون اداروں سے جوڑا جاتا ہے۔
- کونسلنگ، رہائش، تعلیم اور صحت کی سہولیات فراہم کی جاتی ہیں۔
- بچے کی بحالی اور فلاح و بہبود کے لیے منصوبہ بنایا جاتا ہے۔

8۔ عدالتی کارروائی



- پراسیکیوٹر مقدمے کا جائزہ لیتا ہے۔
- بچے کا بیان حفاظتی اقدامات کے ساتھ ریکارڈ کیا جاتا ہے۔
- جہاں ممکن ہو بچوں کے لیے دوستانہ عدالتی طریقہ کار اختیار کیا جاتا ہے۔
- بچے کو دوبارہ ذہنی صدمہ پہنچنے کے امکانات کم کیے جاتے ہیں۔

9۔ ٹرائل (مقدمے کی سماعت)



- استغاثہ شواہد پیش کرتا ہے۔
- گواہوں کے بیانات لیے جاتے ہیں۔
- ملزم کے وکیل کو قانونی حق کے مطابق جرح کا موقع دیا جاتا ہے۔

10۔ حتمی دلائل

- دونوں فریق اپنے حتمی دلائل پیش کرتے ہیں۔
- بچے کے بہترین مفاد اور حقیقت کو اولین ترجیح دی جاتی ہے۔

11۔ فیصلہ

- عدالت دستیاب شواہد اور حقائق کی بنیاد پر فیصلہ کرتی ہے کہ ملزم قصوروار ہے یا نہیں۔

12۔ سزا اور بعد از نگہداشت

- جرم ثابت ہونے پر ملزم کو قانون کے مطابق سزا دی جاتی ہے۔
- بچے کو کونسلنگ، نفسیاتی معاونت اور بعد ازاں مسلسل دیکھ بھال فراہم کی جا سکتی ہے۔

متاثرہ بچے کی دیکھ بھال کے بنیادی اصول

- حفاظت سب سے پہلے: ہر مرحلے پر جسمانی اور ذہنی تحفظ۔
- وقار اور احترام: ہر بچے کے ساتھ عزت اور ہمدردی سے پیش آئیں۔
- باخبر رضامندی: بچے کی عمر کے مطابق اسے فیصلوں میں شامل کریں۔
- مزید نقصان سے بچاؤ: ایسا کوئی قدم نہ اٹھائیں جس سے مزید صدمہ پہنچے۔
- رازداری: بچے کی ذاتی معلومات محفوظ رکھیں۔
- بااختیار بنانا: بچے کی آواز، اعتماد اور بحالی کے سفر کی حمایت کریں۔

معاونت فراہم کرنے والے ادارے

- پولیس کے چائلڈ پروٹیکشن یونٹس اور ویمن / چائلڈ ڈیسک
- چائلڈ پروٹیکشن بیورو / محکمے
- تربیت یافتہ عملے والے ہسپتال
- کونسلنگ اور ذہنی صحت کی خدمات
- شیلٹر ہومز اور محفوظ رہائش گاہیں
- غیر سرکاری تنظیمیں (NGOs) اور کمیونٹی ادارے
- اسکول اور سماجی معاونتی نیٹ ورکس
- رہنمائی اور مدد فراہم کرنے والی ہیلپ لائنز

اہم خلا

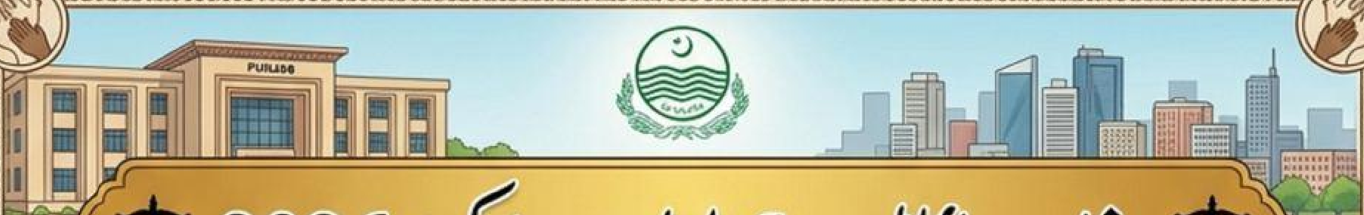
زیادہ تر کیسز میں نفسیاتی معاونت دستیاب نہیں ہوتی، جبکہ یہ ہر بچے کا بنیادی حق ہے اور اقوام متحدہ اور پاکستان (UNCRC) کے کونشن برائے حقوقِ طفل کے بین الاقوامی وعدوں کے مطابق ہر متاثرہ بچے کو فراہم کی جانی چاہیے۔

اُمید کا پیغام

شفا ممکن ہے۔
امید حقیقت ہے۔
درست معاونت زندگی بدل سکتی ہے۔

پیغام

زیادہ مضبوط نظام۔
زیادہ محفوظ بچپن۔
بااختیار مستقبل۔
آئیں مل کر بچوں کے تحفظ کے لیے ایک بہتر معاشرہ تعمیر کریں۔



پنجاب چائلڈ میرج ریسٹرینٹ ایکٹ 2026

بچوں کی شادی کی روک تھام، قانونی تحفظ، سزائیں اور اہم قانونی رہنمائی

پنجاب چائلڈ میرج ریسٹرینٹ ایکٹ 2026

جسے پنجاب اسمبلی نے 27 اپریل 2026 کو پاس کیا اور گورنر پنجاب نے 11 مئی 2026 کو کی منظوری دی۔ اس قانون کا بنیادی مقصد پنجاب میں بچوں کی شادیوں کی روک تھام کرنا اور اس سے جڑے دیگر معاملات کو حل کرنا ہے۔

1۔ بنیادی تعریفیں

A بچہ: اس قانون کے تحت ہر لڑکا یا لڑکی جس عمر 18 سال سے کم ہے، وہ بچہ شمار ہو گا۔

B بچوں کی شادی (Child Marriage):

ایسا نکاح یا شادی جس میں دونوں فریقین (دلہا اور دلہن) یا دونوں میں سے کوئی ایک بھی بچہ (18 سال سے کم) ہو۔

بچوں کی شادی

ایسا نکاح یا شادی جس میں دونوں فریقین (دلہا اور دلہن) یا دونوں میں سے کوئی ایک بھی بچہ (18 سال سے کم) ہو۔

C عدالت

اس قانون کے تحت تمام معاملات اور کیسز کی سماعت سیشن کورٹ (Court of Sessiont) میں ہو گی۔

2۔ سزائیں اور جرمانے

A نکاح رجسٹرار کے لیے سزا: کوئی بھی نکاح رجسٹرار کسی بچے کا نکاح رجسٹر نہیں کرے گا۔ اگر وہ ایسا کرتا ہے تو اسے 1 سال تک کی قید اور 1 لاکھ روپے جرمانہ یا دونوں سزائیں ہو سکتی ہیں۔

B بالغ دلہا/دلہن کے لیے سزا: اگر 18 سال سے زائد عمر کا کوئی بالغ شخص کسی بچے سے شادی کرتا ہے، تو اسے کم از کم 2 سال اور زیادہ سے زیادہ 3 سال کی سخت قید اور 5 لاکھ روپے تک جرمانہ ہو سکتا ہے۔

C سرپرست یا والدین (Guardians) کے لیے سزا: اگر کوئی سرپرست یا والدین بچے کی شادی کو فروغ دیتے ہیں، اس کی اجازت دیتے ہیں، یا جان بوجھ کر یا غفلت کی وجہ سے اسے روکنے میں ناکام رہتے ہیں، انہیں 2 سے 3 سال تک کی سخت قید اور 5 لاکھ روپے تک جرمانہ ہو سکتا ہے۔

3۔ چائلڈ ابیوز اور چائلڈ ٹریفکنگ

A چائلڈ ابیوز: (Child Abuse): بچوں کی شادی کے نتیجے میں 18 سال کی عمر سے پہلے کسی بھی قسم کا ساتھ رہنا (cohabitation)— چاہے وہ رضامندی سے ہو یا بغیر رضامندی کے — چائلڈ ابیوز (بچوں کا استحصال) کہلائے گا۔ جو شخص اس کا سبب بنے گا یا مجبور کرے گا، اسے 5 سے 7 سال تک کی قید اور کم از کم 10 لاکھ روپے جرمانہ ہو گا۔

B چائلڈ ٹریفکنگ (بچوں کی اسمگلنگ): اگر کوئی شخص اس قانون سے بچنے کے لیے کسی بچے کو پنجاب کی حدود سے باہر لے کر جاتا ہے تاکہ وہاں اس کی شادی کرائی جا سکے، تو یہ بچوں کی اسمگلنگ کا جرم ہو گا۔ اس کی سزا 5 سے 7 سال قید اور 10 لاکھ روپے تک جرمانہ ہے۔ جو شخص اس کام میں مدد کرے گا یا بچہ فراہم کرے گا، اسے 3 سال تک قید اور 5 لاکھ روپے تک جرمانہ ہو سکتا ہے۔

اگر پاکستان میں کسی بچے کے ساتھ جسمانی تشدد، جنسی زیادتی، غفلت، استحصال، جبری مشقت، گمشدگی یا کسی بھی قسم کے خطرے کا معاملہ ہو تو درج ذیل ہیلپ لائنز پر فوری رابطہ کیا جا سکتا ہے:

سیریل نمبر	ادارہ	ہیلپ لائن	استعمال
1	چائلڈ پروٹیکشن اینڈ ویلفیئر بیورو	1121	بچوں پر تشدد، جنسی زیادتی، لاوارث یا خطرے میں موجود بچوں کی فوری مدد۔
2	وزارتِ انسانی حقوق	1099	قانونی رہنمائی، انسانی حقوق سے متعلق شکایات اور ریفرل سروس۔
3	مددگار نیشنل ہیلپ لائن	1098	بچوں اور خواتین کے خلاف تشدد، استحصال اور قانونی رہنمائی۔
4	پاکستان پولیس	15	اگر بچہ فوری خطرے میں ہو یا کوئی جرم جاری ہو تو فوری رابطہ کریں۔
5	ریسکیو 1122	1122	ایمبولینس، ریسکیو اور ہنگامی طبی امداد۔
6	ایدھی ایمبولینس سروس	115	طبی ہنگامی امداد اور ایمبولینس کی سہولت۔
7	ایف آئی اے سائبر کرائم ونگ	1991	بچوں سے متعلق آن لائن ہراسانی، بلیک میلنگ، سائبر بُلنگ یا جنسی استحصال کی شکایت درج کروانے کے لیے۔
8	پنجاب ویمن پروٹیکشن اتھارٹی	0800-01737	یہ ادارہ گھریلو تشدد، ہراسگی، جسمانی تشدد، جنسی تشدد، دھمکیوں اور دیگر ہنگامی حالات سے متاثرہ افراد کو بروقت مدد فراہم کرتا ہے۔ اس کے علاوہ قانونی رہنمائی، نفسیاتی و سماجی مشاورت، تحفظ کی فراہمی اور متعلقہ اداروں سے رابطہ قائم کرنے جیسی خدمات بھی فراہم کی جاتی ہیں تاکہ متاثرہ افراد کو فوری، محفوظ اور مؤثر معاونت میسر آ سکے۔

بچوں کی حفاظت کے لیے اہم مشورہ:

- اگر بچے کی جان یا حفاظت کو فوری خطرہ ہو تو 15 یا 1122 پر فوراً کال کریں۔
- بچوں کے تحفظ یا جنسی زیادتی کے کسی بھی کیس میں 1121 پر رپورٹ کریں۔
- اگر معاملہ آن لائن (سوشل میڈیا، چیٹ، تصاویر یا ویڈیوز) سے متعلق ہو تو 1991 پر شکایت درج کروائیں

بچوں کا تحفظ، ہمارا فرض اور معاشرے کی بنیاد ہے۔