Gujarati/ગુજરાતી

અક્ષમતા ધરાવતા કેદીઓ માટેની માહિતી પુસ્તિકા

આ પુસ્તિકા તમને જેલની જીંદગી વિશે અને વસ્તુઓ કરવા માટે તમે ક્યાંથી મદદ મેળવી શકો છો તે વિશે જાણકારી આપે છે.

2009

Copyright information

© Offender Health and Prison Reform Trust 2009

This publication can be shared copied distributed and transmitted but not sold. It can not be altered in any way without the permission of the copyright owners.

First published in 2004 by the Prison Reform Trust kindly supported by Lloyd's Charities Trust
This edition published in 2009 by the Prison Reform Trust kindly supported by the Hadley Trust and Offender Health.

Many thanks to the following for their help with this booklet:

• Mencap, Her Majesty's Inspectorate of Prisons, Cloisters, Race Equality Action Group and all the disability liaison officers and other prison staff who commented on the draft

• staff and prisoners at HMP Birmingham, HMP Downview, HMP Feltham and HMP Leyhill for their help with focus groups

• Offender Health and PRT staff for content, photos and design

આ પુસ્તિકામાં શું છે?

પૃષ્ઠ

જેલમાં તમને જરુરી મદદ કેવી રીતે મેળવવી	4
મદદ માટે કોને પૂછવું	5
નીચેના સંજોગોમાં શું કરવું • તમે દુખી હો અથવા તમને ચિંતા હોય. અથવા તમારી સાથે કોઇ ખરાબ વર્તણૂંક કરી રહ્યું હોય • માહિતી સમજવામાં તમને મુશ્કેલી પડતી હોય • જેલમાં વસ્તુઓ કરવામાં તમને મુશ્કેલી પડતી હોય • તમને બીમાર હોવાની લાગણી થતી હોય અને દવા લેવાની જરૂર હોય • તમે જેલમાં કોઇ વસ્તુથી રાજી ન હો	6 7 7 8 9
તમને કદાચ મદદની જરુર હોય તેવી અન્ય વસ્તુઓ	9
જેલ પછીની જીંદગી	11

તમે આ પુસ્તિકા ક્યાંથી મેળવી શકો છો

- જો આ પુસ્તિકાની તમારી પોતાની એક નકલ તમારી પાસે ન હોય, તો તમારા પર્સનલ ઓફિસર (personal officer) અથવા ડિસેબિલિટી લિએઝોન ઓફિસર (disability liaison officer)ને પૂછો.
- તમે કેટલીક માહિતીની સીડી - CD ઉપર પણ માંગણી કરી શકો છો.
- Prison Reform Trust, FREEPOST ND6125, London ECIB 1PN ને પત્ર લખો.

આ પુસ્તિકા શાના વિશે છે?

- જેલમાં હોય તેવા ઘણાં લોકોને ઓટીઝમ, આસ્મા અથવા ડિપ્રેશન જેવી અક્ષમતાઓ (ડિસેબિલિટીઓ) હોય છે.
- આ પુસ્તિકા અક્ષમતા ધરાવતા કેદીઓ માટે છે.
- તે તમને જેલની જીંદગી અને તમે કઇ મદદ મેળવી શકો છો તે વિશે માહિતી પૂરી પાડે છે.
- ઈન્ફર્મેશન બુક ફોર પ્રિઝનર્સ વીથ ડિસેબિલિટીઝ (Information Book for Prisoners with a Disability) નામનું એક બીજુ પુસ્તક પણ છે, (ફક્ત અંગ્રેજીમાં) કે જે તમે વાંચી શકો છો. તે તમને આ પુસ્તિકામાં આપેલ જાણકારી વિશે વધુ માહિતી આપે છે.

જેલમાં તમને જરુરી મદદ કેવી રીતે મેળવવી

- જો તમે અક્ષમતા ધરાવતા હો અને વસ્તુઓ કરવામાં તમને મદદની જરુર હોય તો, શક્ય હોય તેટલી જેલના કર્મચારીઓને જાણ કરવાનો વિચાર સારો છે.
- જેલના કર્મચારીઓએ તમને જરુરી મદદ પૂરી પાડવા માટે બનતા પ્રયત્નો **કરવા જ** જોઈએ.
- તમે જે કહેશો તેને જેલના કર્મચારીઓ ખાનગી રાખશે.

જેલના કર્મચારીઓએ તમને કઇ મદદ આપવી જોઈએ?

જેલના કર્મચારીઓએ જેલની જીંદગીનો એક ભાગ બનવા માટે તમને જરુરી હોય તેવી દરેક મદદ પૂરી પાડવી જોઇએ.

જેલના કર્મચારીઓએ તમને નીચેના માટે મદદ પૂરી પાડવી જોઇએ

- માહિતી અથવા લોકો તમને શું કહી રહ્યા છે તે સમજવા માટે
- કામ કરવામાં અથવા શિક્ષણ મેળવવા માટે (શિક્ષણ એ છે કે જ્યાં તમે નવી વસ્તુઓ શીખો છો).
- તમારા કુટુંબો અને મિત્રો સાથે સંપર્કમાં રહેવા માટે
- આરોગ્યપ્રદ રહેવા માટે.

જેલમાં મદદ માટે કોને પૂછવું

જેલમાં તમે મદદ માંગી શકો છો તેવી મુખ્ય વ્યક્તિઓ છે

1 પ્રિઝન ઓફિસર્સ (Prison officers) અથવા તમારા પર્સનલ ઓફિસર (Personal officer)

તમારે સવાલો હોય તેવી **કોઇ પણ બાબતો** અથવા જરુરી મદદ વિશે પ્રિઝન ઓફિસર્સ સાથે વાતચીત કરો

2 ડિસેબિલિટી લિએઝોન ઓફિસર (disability liaison officer) (તેઓ કેટલીક વખત ટુંકમાં DLO તરીકે ઓળખાય છે)

- આ વ્યક્તિ જેલમાં કામ કરે છે. તેઓ અક્ષમતા ધરાવતા કેદીઓને મદદ કરવા માટે ત્યાં હાજર હોય છે.
- તમે કોઇ પણ સમયે તેઓને મળવા માટેની માંગણી કરી શકો છો. જો તમને જરુરી હોય તો આમ કરવામાં કર્મચારીઓને તમારી મદદ કરવા માટે કહો.
- તમે ડિસેબિલિટી લિએઝોન ઓફિસર સાથે તમારી અક્ષમતાને કારણે તમને જરુરી કોઇ પણ મદદ વિશે અથવા તમે કઇ વસ્તુઓ કરવામાં મુશ્કેલી અનુભવો છો તે વિશે વાતચીત કરી શકો છો.

3 ડોક્ટરો અથવા નર્સો (આરોગ્ય સંભાળના વ્યવસાયિકો)

- તમે તેઓ સાથે તમારી આરોગ્યની કોઇ પણ સમસ્યા વિશે અથવા જો તમને ચિંતા થતી હોય અથવા દુખી હોવ તો વાતચીત કરી શકો છો.

✓ તમને જરુરી હોય તો કોઇ પણ સમયે જેલના કર્મચારીઓની મદદ માંગો.

✓ જો વસ્તુઓ કરવામાં તમે મુશ્કેલી અનુભવતા હો તો જેલના કર્મચારીઓને જણાવો. તેઓએ તમને જરુરી મદદ આપવી જોઇએ.

નીચેના સંજોગોમાં શું કરવું

1 જો મે કોઇ બાબત વિશે દુખ અથવા ચિંતાની લાગણી અનુભવતા હો. અથવા કોઇ તમારી સાથે ખરાબ વર્તણૂંક કરી રહ્યું હોય

એ **ખુબજ અગત્યનું** છે કે તમે આ વિશે કોઇને કહો.

તમે નીચેની વ્યક્તિઓ સાથે વાતચીત કરી શકો છો

- જેલના કોઇ પણ કર્મચારીઓ
- એક ડોક્ટર અથવા નર્સ
- એક લીસનર અથવા એક બડી. આ અન્ય કેદીઓ છે કે જેઓ તમને દુખ અથવા ચિંતા હોય તો મદદ કરે છે. તેઓ કેટલીક વખત ખાસ ટિ-શર્ટ પહેરે છે.
- ડિસેબિલિટી લિએઝોન ઓફિસર
- એક ચેપલિન (આ ધર્મ સાથે સંબંધ ધરાવતી વ્યક્તિ છે. પરંતુ ચેપલિન સાથે વાતચીત કરવા માટે તમારે ધાર્મિક હોવું જરુરી નથી.)
- જેલની બહાર કામ કરતા લોકો જેઓને **સમારીટન્સ (Samaritans)** કહેવામાં આવે છે. જો તમે દુખી અથવા ચિંતિત હોવ તો તમને મદદ કરવા માટે તેઓ હંમેશા હાજર હોય છે. તમે તેઓને 08457 90 90 90 ઉપર ટેલિફોન કરી શકો છો.

નીચેના સંજોગોમાં શું કરવું

2 તમે માહિતી અથવા લોકો તમને શું કહી રહ્યા છે તે સમજવામાં મુશ્કેલી ધરાવતા હો

જેલના કર્મચારીઓએ

- તમને માહિતી સમજવામાં મદદ કરવી જોઈએ
- તમારા માટે સરળ માર્ગે માહિતી પૂરી પાડવી જોઈએ.

તમે જેલના કર્મચારીઓને નીચેના માટે કહી શકો છો

- તમને માહિતી સરળ માર્ગે કહેવા માટે
- અન્ય રુપે તમને માહિતી આપવા માટે, જેવાકે સરળ શબ્દોમાં ચિત્રો સાથે અથવા CD ઉપર
- તમને માહિતી વાંચી સંભળાવાવવા માટે. અથવા ફોર્મો અને પત્રો જેવી વસ્તુઓ સમજવામાં મદદ કરવા માટે.
-
- લાઈબ્રેરીના કર્મચારીઓ પણ તમને સમજવામાં સરળ હોય તેવી માહિતી મેળવવા માટે મદદ કરી શકવા માટે સમર્થ હશે.

3 તમને આરોગ્યની સમસ્યા અથવા એક અક્ષમતા હોવાના કારણેં જેલમાં વસ્તુઓ કરવામાં મુશ્કેલી પડતી હોય

તમે નીચેના સાથે વાતચીત કરી શકો છો.

- એક પ્રિઝન ઓફિસર (Prison Officer)
- ડિસેબિલિટી લિએઝોન ઓફિસર
- કેટલીક જેલોમાં, અક્ષમતા ધરાવતા કેદીઓને મદદ કરવા માટે અન્ય કેદીઓ હાજર હોય છે. તેઓ કેટલીક વખત ખાસ ટી-શર્ટ પહેરે છે.

જેલના કર્મચારીઓએ તમારા માટે વસ્તુઓ સરળ કરી આપવા માટે શક્ય હોય તેટલૂં દરેક કરવૂં જ જોઈએ.

નીચેના સંજોગોમાં શું કરવું

4 તમે કોઇ બાબતે રાજી નથી અથવા તમને લાગે કે જેલે કંઇક ખોટું કર્યુ છે

- જો તમે જેલમાં કોઇ વસ્તુથી રાજી ન હો તો શું કરવું તેના વિશે જેલના કર્મચારીને પૂછો. અથવા અન્ય કેદી કદાચ તમને મદદ કરી શકશે.
- તમારે તમે કઇ બાબતે રાજી નથી તે જણાવવા માટે કદાચ એક ફોર્મ ભરવું પડે. તમે ફોર્મ ભરવા માટે મદદ માંગી શકો છો.
- જો તમે ખુબજ ખાનગી વાત જણાવવા માંગતા હો તો તમે એક ખાસ ફોર્મ ભરી શકો છો જે કોન્ફીડેન્શીયલ એક્સેસ ફોર્મ (**confidential access form**) તરીકે ઓળખાય છે
- જેલની બહાર **ઈન્ડિપેન્ડન્ટ મોનિટરીંગ બોર્ડ** (**Independent Monitoring Board**) તરીકે ઓળખાતા લોકો પણ છે. જો જેલમાં સમસ્યા હોય તો તમે તેઓ સાથે વાતચીત કરવા માટે માંગણી કરી શકો છો.
- જો તેઓ સમસ્યાનો હલ ન લાવી શકે તો તમે **પ્રિઝન્સ એન્ડ પ્રોબેશન ઓમ્બડ્સમેન** (**Prisons and Probation Ombudsman**)ને નીચેના સરનામે લખી શકો છો.

  Prisons and Probation Ombudsman
  Ashley House
  2 Monck Street
  London SW1P 2BQ

જો તમને મળતી આરોગ્યની સંભાળથી તમે રાજી ન હો તો

- સૌપ્રથમ આરોગ્ય સંભાળમાં કોઇ સાથે વાતચીત કરો એ જોવા માટે કે તેઓ સમસ્યાનો હલ લાવી શકે છે કે નહીં.
- જો આરોગ્યની સંભાળના લોકો સમસ્યાનો હલ ન લાવી શકતા હોય, તો તમે જેલની બહારના એક **ICAS**ના નામે ઓળખાતા ગ્રૂપ પાસેથી મદદ મેળવી શકો છો.
- તમે જેલના કર્મચારી પાસેથી, લાઇબ્રેરીમાંથી અથવા NHS Directના નામે ઓળખાતી સંસ્થાને 0845 4647 ઉપર ફોન કરીને ICASનો નંબર મેળવી શકો છો.

નીચેના સંજોગોમાં શું કરવું

5 તમને બીમાર હોવાની લાગણી થતી હોય અને દવા લેવાની જરૂર હોય

જો તમે બીમાર હો અથવા તમને આંખ અથવા દાંતની મુશ્કેલી હોય

- ડોક્ટર, નર્સ, ડેન્ટીસ્ટ અથવા ઓપ્ટીશ્યનને મળવા માટે કહો.
- જો તમને જેલમાં જરુરી મદદ તમે ન મેળવી શકતા હો, તો કર્મચારી નક્કી કરશે કે મદદ કરવા માટે શું કરવું સૌથી યોગ્ય છે.
- **જો તમને દવા લેવાની જરુર હોય**
  - o જેલના કર્મચારીને જણાવો કે તમારે દવા લેવી પડે છે
  - o જેલમાં એક ડોક્ટર તમને જરુરી દવા આપશે.
  - o તમે કદાચ તમારા સેલમાં દવા રાખી શકશો. જેલના કર્મચારીઓ તમને તે વિશે જણાવશે.

તમને મદદની જરુર હોય તેવી અન્ય વસ્તુઓ

સંપૂર્ણ પુસ્તિકામાં આ વિશે વધુ માહિતી આપવામાં આવેલ છે. જો તમારે એક નકલ મેળવવી હોય તો જેલના કર્મચારીઓને પૂછો.

એડ્યૂડિકેશન્સ (Adjudications)

(જો તમે જેલના નિયમોનો ભંગ કરશો તો તમારે કદાચ એક એડ્યુડિકેશનમાં જવું પડે. આ તમે જઈને શું બન્યુ હતું તે વીશે વાતચીત કરવા માટેની જગ્યા છે.)

- ગવર્નર અથવા જેલના કર્મચારીએ શું થઈ રહ્યું છે તે સમજવામાં તમારી મદદ કરવી જ જોઈએ.
- જો તમે સમજી ન શકતા હો તો તમારી સાથે કોઇ આવે તે માટે કદાચ તમને પરવાનગી આપવામાં આવે.

- જો તમે કોઈ બાબત ન સમજવાને કારણે નિયમનો ભંગ કર્યો હોય તો ગવર્નરને તેની જાણ કરો.
- તમારા વકિલ તમારી મદદ કરી શકે છે.

સેલ

તમારું સેલ અથવા તમે કોઈની સાથે ભાગીદારીમાં વાપરતા હો તે સેલ

- જો તમારા સેલને લગતી કોઈ સમસ્યા હોય અથવા તમે જે વ્યક્તિ સાથે સેલમાં હો તેઓને લગતી કોઈ સમસ્યા હોય તો જેલના કર્મચારી સાથે વાતચીત કરો.

ખોરાક

- જો તમે અમુક પ્રકારનો ખોરાક ન ખાઈ શકતા હો તો એક ડોક્ટર અથવા નર્સને જાણ કરો
- જો ડોક્ટર અથવા નર્સ કહેશે તો જેલ તમારા માટે ખાસ ખોરાક તૈયાર કરશે.
- ખોરાક પસંદ કરવામાં મદદની જરૂર હોય તો જેલના કર્મચારીને પૂછો.

ફોર્મો

- જેલના કર્મચારીઓએ તમને ફોર્મો ભરવામાં મદદ પૂરી પાડવી જોઈએ.
- અન્ય કેદીઓ પણ કદાચ તમને મદદ કરી શકશે.

પૈસા અને બેનિફિટો

- જો તમને પૈસા અથવા બેનિફિટોને લગતી મદદની જરૂર હોય તો જેલના કેદીઓને તેની જાણ કરો.
- તમારે બેનિફિટ મેળવતા હો તે જગ્યાએ જાણ **કરવી જ** પડશે કે તમે હવે જેલમાં છો.

નિયમો

- જેલના કર્મચારીઓએ નિયમો વિશે તમને માહિતી આપવી જોઇએ. તમે જો કોઇ નિયમ ન સમજી શકતા હો તો તેઓને કહો કે તેઓ સમજાવે.

તપાસો
(જ્યારે કર્મચારીઓ તમારા શરીરની તપાસ કરે)

- તમારી અક્ષમતા અથવા આરોગ્યની સમસ્યાને કારણે તમે જો તપાસો કરવામાં આવે ત્યારે મુશ્કેલી અનુભવતા હો તો જેલના કર્મચારીઓને તેની જાણ કરો.
- જેલના કર્મચારીઓ તમારી તપાસ કરવા માટે સર્વોત્તમ માર્ગ શોધવાનો પ્રયત્ન કરશે.

સેન્ટન્સ પ્લાન

- તમરા પર્સનલ ઓફિસરે (personal officer) અથવા ઑફેન્ડર મેનેજરે (offender manager) તમને જરુરી દરેક મદદ પૂરી પાડવી જોઇએ.

તમારા મિત્રો અને કુટુંબ મારફત મુલાકાતો

- જેલના કર્મચારીઓએ મુલાકાતો માટે અથવા લોકો સાથે સંપર્કમાં રહેવા માટે તમને મદદ પૂરી પાડવી જોઇએ.

કામ અને શિક્ષણ

- જો તમને કામ અથવા શિક્ષણ અઘરુ લાગતુ હોય તો જેલના કર્મચારીઓ અથવા ડિસેબિલિટી લિએઝોન ઓફિસર ને જણાવો.
- તેઓએ તમને કામ કરવા અથવા શિક્ષણ મેળવવામાં મદદ કરવા માટે બનતા પ્રયત્નો કરવા જોઇએ (શિક્ષણ કે જ્યાં તમે નવી વસ્તુઓ શીખો છો).

જેલ પછીની જીંદગી

- જેલના કર્મચારીઓ તમને જેલ પછીની જીંદગી માટે તૈયાર થવામાં મદદ કરી શકે છે.

તમે જેલ છોડો તે પહેલાં કરવી જરુરી વસ્તુઓ

બેનિફિટો

- તમે જોબસેન્ટર પ્લસને (Jobcentre Plus) બેનિફિટો માટે અરજી કરી શકો છો.
- રીસેટલમેન્ટ ટીમના કર્મચારીઓને તમારી મદદ કરવા માટે કહો.

ડોક્ટર

- જેલની બહાર ડોક્ટર મેળવી આપવા માટે હેલ્થકેર ટીમના કર્મચારીઓને તમારી મદદ કરવા માટે કહો.

જેલ પછીની જીંદગી માટે સામાન્ય મદદ

- તમારે તમે જે વિસ્તારમાં રહેવાના હો તે વિસ્તારની **સોશિયલ સર્વિસીઝ**નો સંપર્ક સાધવાની જરુર પડશે. તમારા કુટુંબ અથવા મિત્રો તમારા માટે આ કરી શકે છે.
- તમે રીસેટલમેન્ટ ટીમ અથવા હેલ્થકેર ટીમને આમ કરવામાં તમારી મદદ કરવા માટે કહી શકો છો. તેઓ તમને કહી શકશે કે તમે જેલ છોડો પછી કોણ તમારી મદદ કરી શકશે.

હાઉસિંગ (નિવાસ) (જો તમારી પાસે રહેવા માટે ઘર ન હોય)

- મદદ માટે રીસેટલમેન્ટ ટીમને પૂછો
- અથવા તમારી જેલમાં કદાચ ખાસ લોકો હશે કે જેઓ સાથે તમે જેલની બહાર ક્યાં રહેવુ તે વિશે વાતચીત કરી શકશો.

લાઈસન્સ (પરવાનો)

(જો તમારી સજા એક વર્ષ કરતાં વધુ વર્ષની હોય, તો તમે જ્યારે જેલ છોડો ત્યારે તમારે કેટલાક નિયમોનું પાલન કરવું પડશે. આ નિયમોને **લાઈસન્સ** કહેવામાં આવે છે.)

- ઓફેન્ડર મેનેજર (Offender Manager) તરીકે ઓળખાતી વ્યક્તિ એની ખાતરી કરશે કે તમે નિયમો સમજો છો અને તેનું પાલન કરો છો. તેઓ તમને અન્ય બાબતો સાથે પણ કદાચ મદદ કરી શકશે.

કામ, તાલિમના કોર્સો અથવા શિક્ષણ

- તમે જેલ છોડો પછી કામ શોધવા અથવા તાલિમ મેળવવા માટે મદદ કરવા માટે એજ્યૂકેશન ટીમ અથવા રીસેટલમેન્ટ ટીમના કર્મચારીનેપૂછો.

Easy words by Mencap.

Prison Reform Trust 15 Northburgh Street London EC1V OJR
Telephone: 020 7251 5070
Email: prt@prisonreformtrust.org.uk www.prisonreformtrust.org.uk
Registered Charity No: 1035525 Company Limited by Guarantee: 2906362