

আমি কোথা থেকে সাহায্য পতে পারি?

1. আমি চাই না যে কখনই আপনার মনে হোক যে আপনি একা এবং অসহায়। আমরা সকলে আপনার সঙ্গী আছি।
2. আপনার পতিমাতা আপনার সাহায্যের জন্য রয়েছেন। অনুদ্রহ করে কখনই এটা মনে করবেন না যে আপনি আপনার পতিমাতার কাছে বোঝা। তাদের সঙ্গী মন খুলে এবং দ্বিধাহীনভাবে সব কিছু খুলে বলুন। আপনাকে যদি রাগাং করা হয় তাহলে সেরি আপনার দোষ নয়। তারা এটি বুঝবেন।
3. আমরা, রাগাং পরতিরোধ কর্ণসূচীর পক্ষ থেকে সর্বদা আপনাকে সাহায্য করতে প্রস্তুত। আপনি যেকোন সময় আমাদেরকে 1800 180 5522 –এই নম্বরে ফোন করতে পারেন। এটি একটি নিঃশুল্ক যুক্ত ফোন। আপনি আমাদেরকে helpline@antiragging.in –এই ঠিকানায় ইমেলও পাঠাতে পারেন।
4. আপনার কলেজের প্রশাসনের পক্ষ থেকেও আপনাকে সাহায্য করা হতে পারে – অনুগ্রহ করে এখান থেকে সহায়তা পাবার জন্য দ্বিধা করবেন না। তারা নিশ্চিতভাবেই আপনাকে সহায়তা করবে। স্থানীয় প্রশাসন বা স্থানীয় পুলিশের পক্ষ থেকেও আপনাকে সহায়তা করা হবে।
5. যেকোন কারণের পক্ষ থেকেই রাগাংয়ের বিরুদ্ধে অভিযোগ জানানো যতে পারে। এরকম নয় যে শুধু মাত্র যাকে রাগাং করা হয়েছে তাকেই অভিযোগ জানাতে হবে। আপনি যদি রাগাংয়ের কোন ঘটনা লক্ষ্য করেন সেক্ষেত্রে আপনি অভ্যই কলে সন্টারে সেই ঘটনা জানিয়ে দবেন। এই জানিয়ে দেওয়া বিষয়টি আপনার কর্তব্য।
6. আপনি রাগাংয়ের কোন অভিযোগ জানানোর ক্ষেত্রে আপনার নাম উল্লেখ না করে গোপন রাখতে পারেন। তবুও এটি জানানো হচ্ছে যে আপনি অনুগ্রহ করে এরকম করবেন না কারণ সমস্ত বিষয়টি সঠিকভাবে না জানতে পারলে কোন পদক্ষেপে নেওয়া অসুবিধাজনক হয়। যতে পারে। তবে আমরা আপনার গোপনীয়তার বিষয়ে নিশ্চয়তা দিতে পারি।
7. কভাবে অভিযোগ জানাতে হয় সেই বিষয়ে জানতে হলে আপনি রাগাং বিরোধী পোর্টাল www.antiragging.in –তে লগ ইন করুন বা www.amanmovement.org নামক ওয়েবসাইটটি দেখুন।