

एओटियरोआ न्यूजीलैंड में पीछा करना और उत्पीड़न गंभीर अपराध है।

पीछा करना और उत्पीड़न एक ऐसा बार-बार किया जाने वाला अवांछित व्यवहार है जो पीड़ित व्यक्ति की सुरक्षा और कल्याण की भावना को कमजोर करता है। पीछा करने और उत्पीड़न के कुछ उदाहरण में ये शामिल हैं, लेकिन इन्हीं तक सीमित नहीं हैं:

- घर में, कार्यस्थल पर, युनिवर्सिटी या स्कूल में आप पर नज़र रखना या आपका पीछा करना, जिनमें दुकानें, कैफे, चर्च, जिम या पार्क और समारोहों जैसे अन्य स्थान शामिल हैं।
- टेक्स्ट, सोशल मीडिया, ईमेल, पत्र, या फोन कॉलों के द्वारा अवांछित और बार-बार संपर्क।
- पैसे, फूलों, भोजन, कपड़ों, खिलौनों, या अंतरंग वस्तुओं जैसे अवांछित उपहार भेजना या डिलीवर करना।
- स्पाइवेयर ऐप्लिकेशन, लोकेशन ऐप, डेटिंग ऐप, ड्रोन, छिपे हुए कैमरों या होम सिक्योरिटी सॉफ्टवेयर जैसी टेक्नोलॉजी का इस्तेमाल करके आपको रिकॉर्ड करना, ट्रैक करना या आपकी जासूसी करना।
- संपत्ति, ताओंगा जैसी घरेलू वस्तुओं, मोबिलिटी उपकरणों, पालतू जानवरों, कारों या आपके घर को क्षतिग्रस्त करना या उनमें दखल देना।
- आपसे मिलने-जुलने वाले लोगों, या नियोक्ताओं, फ्लैट में साथ रहने वालों, मकान-मालिकों, स्पोर्टिंग क्लबों, सरकारी संगठनों, या बैंकों सहित विभिन्न व्यवसायों में आपकी निजी जानकारी साझा करके या आपके बारे में अफवाहें फैला कर समाज में आपकी प्रतिष्ठा, अवसरों या रिश्तों को नुकसान पहुंचाना या कमजोर करना।
- आपका पीछा करने, आपको तकलीफ पहुंचाने या नियंत्रित करने के लिए अन्य लोगों या थर्ड पार्टी का इस्तेमाल करना। इसके कुछ उदाहरणों में शामिल है, आपसे संपर्क करने या आप पर नज़र रखने के लिए कंपनी के ईमेल, या कैमरों का इस्तेमाल करना।
- नकली सोशल मीडिया प्रोफ़ाइलों के ज़रिए आपके होने का दिखावा करना और आप द्वारा फॉलो किए या फॉलो न किए जाने वाले अन्य लोगों से मैसेज, ईमेलों, और हस्तलिखित पत्रों के माध्यम से संपर्क करना, या आपके नाम से अवांछित खाते बनाना या सबस्क्रिप्शन लेना।
- आपकी सहमति के बिना आपकी निजी या व्यक्तिगत जानकारी जैसे कि आपका नाम, आयु, पता, काम करने की जगह, यौन रुझान या लिंग पहचान साझा करना, या आपकी तस्वीरें या वीडियो बनाने के लिए नकली बदला हुआ कॉन्टेन्ट तैयार करना (जो अंतरंग हो सकता है या नहीं भी)।
- ऐसे निजी पलों को दोहराकर या उनका जिक्र करके डर या परेशानी पैदा करने वाले काम करना जिनके बारे में सिर्फ आप जानते हैं या आप या आपके काम करने की जगह के बारे में खराब समीक्षाएं लिखना।

इससे फर्क नहीं पड़ता कि यह काम करनेवाला व्यक्ति कोई अजनबी, परिचित, पूर्व साथी, मौजूदा साथी या परिवार का सदस्य है - यह व्यवहार गैरकानूनी है। कानून में, पीछा करने और उत्पीड़न के अपराध को ऐसे बर्ताव के रूप में परिभाषित किया जाता है जहां एक व्यक्ति दो वर्षों के अंदर कम से कम दो अलग-अलग अवसरों पर किसी अन्य व्यक्ति के प्रति कोई विशिष्ट कार्य करता है, यह जानते हुए कि उसके बर्ताव के कारण डर या संकट पैदा हो सकता है।

पीछा करने और उत्पीड़न की हरकत को पहचानना कठिन हो सकता है क्योंकि वह संस्कृति, धर्म, आयु, परिवेश, या रिश्ते के प्रकार पर निर्भर करते हुए अलग दिख सकती है। अगर आप तय नहीं कर पा रहे हैं कि क्या आपका पीछा और उत्पीड़न किया गया है, तो आप पुलिस या वकील से सलाह कर सकते हैं। सामुदायिक कानून केंद्र और नागरिक सलाह ब्यूरो आपको मुफ्त कानूनी जानकारी दे सकते हैं। अगर आपको कोई तात्कालिक खतरा नहीं है, तो आप नीचे दी गई सहायता सेवाओं से संपर्क कर सकते हैं।

अब कानून पीछा करने और उत्पीड़न के खिलाफ अधिक मजबूत सुरक्षा देता है

अपराध कानून (पीछा करना और उत्पीड़न) संशोधन अधिनियम 2025 इस प्रकार पीछा करने और उत्पीड़न से प्रभावित लोगों के लिए सुरक्षा उपायों को मजबूत करता है:

- पीछा करने और उत्पीड़न के अपराध की सजा के रूप में पांच साल तक की जेल का प्रावधान करके
- पीछा करने और उत्पीड़न के अपराध के आरोपी व्यक्ति (यदि वह अपना केस खुद लड़ रहा हो) को पीड़ित व्यक्ति के साथ जिरह करने से रोक कर*+
- दंड सुनाते समय, अदालतों को यह विचार करने का अवसर देकर कि पीछा करना और उत्पीड़न गंभीर बर्ताव हैं
- सज़ा सुनाते समय अदालतों को निरोधक और हानिकारक डिजिटल संचार आदेश देने की अनुमति देकर (जिसमें किसी को दंडित किए बिना छोड़ा जाना भी शामिल है)
- दंड सुनाते समय अपराधी की बंदूक या पिस्तौल और/या निजी सुरक्षा लाइसेंस को अपने आप हटाकर और अदालत को हथियार पर रोक लगाने वाला आदेश देने की अनुमति देकर।

वे कानूनी संरक्षण जो आपकी मदद कर सकते हैं

अगर आप तात्कालिक खतरे में हैं, तो **111 पर कॉल करें** (अगर आपको पुलिस की ज़रूरत है लेकिन नुकसान के डर से बोल नहीं सकते हैं, तो आपसे आपात्कालीन सहायता के लिए बटन दबाने के लिए कहा जाएगा)। अगर आपको लगता है कि आपका पीछा किया जा रहा है तो **आप पुलिस के नॉन-इमरजेंसी नंबर 105** पर कॉल कर सकते हैं। पीछा करने और उत्पीड़न के व्यवहार को हमेशा गंभीरता से लिया जाना चाहिए क्योंकि ये व्यवहार अक्सर बढ़ जाते हैं। पुलिस, वकील, या सहायता सेवाएं ऐसे विकल्प चुनने में आपकी मदद कर सकती हैं जो आपकी व्यक्तिगत स्थिति के लिए सर्वोत्तम हैं।

उपलब्ध कानूनी विकल्पों में शामिल हैं:

नाम	जानकारी
पुलिस का पीछा करने और उत्पीड़न का नोटिस (पुलिस द्वारा जारी किया गया)	पुलिस पीछा करने और उत्पीड़न का नोटिस जारी कर सकती है जो व्यक्ति को सूचित करता है कि उसका व्यवहार अस्वीकार्य है, और अगर वह ऐसे बर्ताव को जारी रखता है तो वह किसी अपराध को अंजाम दे रहा हो सकता है। अगर पुलिस नोटिस देने और व्यवहार के जारी रहने के बाद मुकदमा चलाने का फैसला करती है, तो पुलिस इस नोटिस को इस बात के सबूत के रूप में इस्तेमाल कर सकती है कि व्यक्ति जानता था कि उसकी हरकतें डर और संकट उत्पन्न कर रही हैं। पुलिस के द्वारा पीछा करने और उत्पीड़न का नोटिस जारी करने के लिए पीछा करने और उत्पीड़न का कम से कम एक उदाहरण मौजूद होना चाहिए। पुलिस को सबसे पहले पीड़ित व्यक्ति को बताना होगा कि वह दोषी व्यक्ति को नोटिस देने जा रही है।
पुलिस का आरोप	यदि आप पुलिस में रिपोर्ट करते हैं और दो वर्षों के भीतर पीछा करने और उत्पीड़न के दो या अधिक मामले होते हैं, तो उस व्यक्ति पर अपराध करने का अभियोग लगाया जा सकता है।
निरोधक आदेश	एक कानूनी दस्तावेज़ जो स्पष्ट नियम निर्धारित करता है जिनका दोषी व्यक्ति को पालन करना होगा, जैसे कि कोई संपर्क न रखना। यह विकल्प लागू हो सकता है अगर: • आपका किसी ऐसे व्यक्ति द्वारा पीछा और उत्पीड़न किया जा रहा है जिसके साथ आपका कोई करीबी रिश्ता नहीं है और • ऐसा व्यवहार एक से अधिक बार हुआ है। रोक लगाने वाले आदेश इस प्रकार जारी किए जा सकते हैं:

- पीछा करने और उत्पीड़न के अपराध के लिए आपराधिक दंड सुनाया जाना (जिनमें दो वर्षों के भीतर पीछा करने और उत्पीड़न के दो उदाहरण शामिल हों)। आप अपने ऊपर असर डालने वाले व्यवहार की रिपोर्ट करने के लिए पुलिस के पास जा सकते हैं।
- दीवानी उत्पीड़न अदालत प्रक्रिया (जिसमें 12 महीनों के भीतर उत्पीड़न के दो उदाहरण शामिल हैं)। आप जिला अदालत के ज़रिए आवेदन कर सकते हैं।

हानिकारक डिजिटल संचार आदेश

एक कानूनी दस्तावेज़ जो किसी व्यक्ति के लिए इसे अनिवार्य कर सकता है:

- हानिकारक ऑनलाइन कॉन्टेन्ट को हटाना
- मैसेज पोस्ट करना या भेजना बंद करना
- अन्य लोगों को आपको निशाना बनाने के लिए प्रोत्साहित न करना
- गलत जानकारी को सही करना
- आपको जवाब देने का अधिकार देना
- क्षमायाचना प्रकाशित करना।

यह ऑनलाइन उत्पीड़न, अपशब्दों या धमकियों पर लागू हो सकता है। हानिकारक डिजिटल संचार आदेश इसके ज़रिए उपलब्ध हैं:

- पीछा करने और उत्पीड़न के अपराध के लिए आपराधिक दंड सुनाया जाना (जिनमें दो वर्षों के भीतर पीछा करने और उत्पीड़न के दो उदाहरण शामिल हों)। आप अपने ऊपर असर डालने वाले व्यवहार की रिपोर्ट करने के लिए पुलिस के पास जा सकते हैं।
- दीवानी उत्पीड़न अदालत प्रक्रिया (जिसमें 12 महीनों के भीतर उत्पीड़न के दो उदाहरण शामिल हैं)। आप जिला अदालत के ज़रिए आवेदन कर सकते हैं। यदि आप दीवानी प्रक्रिया का इस्तेमाल करते हैं, तो आपको सबसे पहले व्यवहार की रिपोर्ट [Netsafe](#) को करनी होगी जो इसे हल करने में आपकी मदद कर सकता है या आपको एक Netsafe सारांश उपलब्ध करा सकता है जिसका इस्तेमाल आप अदालत को किए गए आवेदन का समर्थन करने के लिए कर सकते हैं।

निपटान और जब्ती आदेश

यह एक कानूनी दस्तावेज़ है जो हानिकारक या संवेदनशील तस्वीरों या वीडियो को जप्त या नष्ट करना अनिवार्य करता है।

सहमति के बिना कॉन्टेन्ट को साझा करने वाले व्यक्ति को उसे छोड़ना होगा और वह ऐसे कॉन्टेन्ट को अपने पास रखने के किसी भी अधिकार को खो देगा।

हथियार निषेध आदेश

यह एक कानूनी दस्तावेज़ है जो किसी व्यक्ति को बंदूक या पिस्तौल जैसे हथियार का लाइसेंस पाने या रखने से रोकता है। उसे किसी भी हथियार या संबंधित आइटम को खरीदने, इस्तेमाल करने, या उसके आस-पास जाने की इजाज़त नहीं होगी।

अतिक्रमण का नोटिस

किसी व्यक्ति को इस बात की चेतावनी देने वाला नोटिस कि उसे आपके घर या निजी संपत्ति से दूर रहना चाहिए। जरूरत पड़ने पर आप, आपके नियोक्ता, या पुलिस इसे जारी कर सकते हैं।

आप अपने स्थानीय पुलिस स्टेशन में जा सकते हैं या [अतिक्रमण फ़ॉर्म](#) की एक कॉपी डाउनलोड कर सकते हैं।

पुलिस सुरक्षा आदेश (पुलिस द्वारा जारी किया गया)

अपराध करने वाले व्यक्ति को घर से अस्थायी रूप से निकाल देता है और उससे संपर्क बंद करने के लिए कहता है। इसे पीड़ित व्यक्ति की सहमति के बिना जारी किया जा सकता है अगर पुलिस को लगता है कि घर के भीतर पारिवारिक हिंसा का जोखिम है।

पुलिस फैसला करती है कि यह आदेश जारी करना है या नहीं। यदि वह ऐसा करती है, तो यह दस दिनों तक लागू रह सकता है।

संरक्षण आदेश (फैमिली कोर्ट)

एक कानूनी दस्तावेज़ जो आपको, आपके बच्चों को, तथा आदेश में नामित अन्य लोगों को परिवार या रिश्ते पर आधारित नुकसान से बचाने में मदद करता है।

कोई मामला अदालत में कैसे पहुंच सकता है

यदि कोई व्यक्ति पुलिस के पास व्यवहार को रिपोर्ट करता है और पुलिस अभियोग लगाने का फैसला करती है तो मामला अदालत में जाता है। अपनी जाँच-पड़ताल के दौरान, पुलिस टेक्स्ट मैसेज, ईमेलों या गवाहों के वक्तव्यों जैसे सबूत इकट्ठा करती है। पुलिस के आरोप लगाने के बाद, मामला फौजदारी अदालत में चला जाता है।

हालांकि, सभी मामलों में पुलिस या फौजदारी अदालत की प्रक्रिया शामिल नहीं होती है। कुछ परिस्थितियों में, व्यक्ति इसकी बजाय सीधे फैमिली कोर्ट (एक दीवानी अदालत) के ज़रिए, संरक्षण आदेश जैसे किसी आदेश के लिए सीधे आवेदन कर सकता है। पीछा करने के एक ही व्यवहार के संबंध में एक ही समय में फैमिली कोर्ट और फौजदारी अदालत दोनों में मुकदमा चल सकता है।

अदालती प्रक्रिया के दौरान सहायता और समर्थन

अगर पुलिस आरोप लगाने का फैसला करती है और मामला **फौजदारी अदालत** में जाता है, तो आप किसी अदालती पीड़ित व्यक्ति सलाहकार से सहायता ले सकते हैं। वे न्याय मंत्रालय के कर्मचारी हैं जो समझाते हैं कि पीड़ित के तौर पर आपके क्या अधिकार हैं, अदालत की प्रक्रिया के प्रत्येक चरण में क्या होता है, और आपको अन्य सहायता सेवाओं से जोड़ने जैसी अन्य मदद करते हैं। वे कानूनी सलाह नहीं देते हैं। उनकी भूमिका आपको अदालती प्रक्रिया के बारे में सूचित करने पर केंद्रित एक मुफ्त सेवा है।

अगर आप **फैमिली कोर्ट** के लिए आवेदन करने का फैसला करते हैं, तो आप एक Kaiārahi (फैमिली कोर्ट नेविगेटर) से सहायता ले सकते हैं। वे प्रक्रिया को समझने में आपकी मदद करने पर केंद्रित एक वैसी ही, मुफ्त, गैर-कानूनी सेवा की पेशकश करते हैं और आपको यह महसूस कराते हैं कि आपको पूरा सहयोग मिल रहा है।

यदि अंग्रेजी आपकी पहली भाषा नहीं है, या आपको उसे समझने में कठिनाई होती है, तो आपके लिए एक **मुफ्त दुभाषि** की व्यवस्था की जा सकती है। यदि आपको डिसएबिलिटी ऐक्सेस या अन्य सहायता की ज़रूरत है, तो आप अदालत के कर्मचारियों, आपके मामले के प्रभारी पुलिस अफसर या अपने व्यक्तिगत सहायता कर्मी से बात कर सकते हैं। अदालतों को पूरी तरह से और सुरक्षित रूप से भाग लेने में आपकी मदद करने के लिए उचित बदलाव करने होंगे।

मदद और सहायता उपलब्ध है

Shine: पारिवारिक हिंसा सहायता सेवा जिसे आप 0508 744 633 पर कभी भी मुफ्त फोन कर सकते हैं या [2shine.org.nz](https://www.shine.org.nz) पर जा सकते हैं

Are You Okay: पारिवारिक हिंसा सहायता सेवा जिसे आप 0800 456 450 पर कभी भी मुफ्त फोन कर सकते हैं या [areyouok.org.nz](https://www.areyouok.org.nz) पर जा सकते हैं

Women's Refuge: सहायता सेवा जिसे आप 0800 733 843 पर कभी भी मुफ्त फोन कर सकते हैं या [womensrefuge.org.nz](https://www.womensrefuge.org.nz) पर जा सकते हैं

Shakti: एशियाई, अफ्रीकी और मध्य पूर्वी पीड़ित महिलाओं और उनके बच्चों के लिए सांस्कृतिक रूप से विशेषज्ञ पारिवारिक हिंसा सेवा। आप 0800 742 584 पर कभी भी मुफ्त फोन कर सकते हैं या [shakti.org.nz](https://www.shakti.org.nz) पर जा सकते हैं

Safe to Talk: एक यौन नुकसान सहायता सेवा जिसे आप 0800 044 334 पर कभी भी मुफ्त फोन कर सकते हैं, 4334 पर संदेश भेज सकते हैं, या उनकी वेबचैट सेवा का इस्तेमाल कर सकते हैं, [safetotalk.nz](https://www.safetotalk.nz) पर जा सकते हैं

पीड़ित सहायता: सामान्य पीड़ितों के लिए सहायता सेवा जिसे आप 0800 842 846 पर कभी भी मुफ्त फोन कर सकते हैं या [victimsupport.org.nz](https://www.victimsupport.org.nz) पर जा सकते हैं

1737 मानसिक स्वास्थ्य: तंदुरुस्ती सहायता सेवा जिसे आप 1737 पर कभी भी मुफ्त फोन कर सकते हैं या मैसेज भेज सकते हैं या [1737.org.nz](https://www.1737.org.nz) पर जा सकते हैं

Netsafe: अनुमोदित हानिकारक डिजिटल संचार एजेंसी जो ऑनलाइन नुकसान के पीड़ितों की सहायता करती है। आप 0508 638 723 पर मुफ्त फोन कर सकते हैं, 4282 पर मैसेज भेज सकते हैं, या [netsafe.org.nz](https://www.netsafe.org.nz) पर जा सकते हैं

Youthline: युवा लोगों के लिए सहायता सेवा, जिसे आप 0800 376 633 पर कभी भी मुफ्त फोन कर सकते हैं या youthline.co.nz पर जा सकते हैं

What's Up: Tamariki और Rangatahi के लिए सहायता सेवा, जिसे आप 0800 942 8787 पर मुफ्त फोन कर सकते हैं या whatsup.co.nz पर ऑनलाइन चैट कर सकते हैं

OUTline NZ: यौनता या लिंग पहचान के बारे में एक सहायता सेवा जिसे आप 0800 688 5463 पर मुफ्त फोन कर सकते हैं या outline.org.nz पर जा सकते हैं

Hohou Te Rongo Kahukura: Takatāpui और Rainbow यौन हमलों से बचे लोगों के लिए मन बढ़ाने वाली सहायता करते हैं, kahukura.co.nz पर जाएं

मुफ्त कानूनी जानकारी स्थानीय सामुदायिक कानून केंद्रों या नागरिक सलाह ब्यूरो से उपलब्ध हो सकती है: communitylaw.org.nz या cab.org.nz पर जाएं

वकील खोजें: lawsociety.org.nz