



رہنما ہدایات  
غیر ارادی طور پر حاملہ؟

آپ کو کاؤنسلنگ کاؤنسلنگ کا حق حاصل ہے = مفت میں، غیر جانبدارانہ اور حفیہ طور پر ایک غیر ارادی حمل سے کئی سوالات اٹھ سکتے ہیں، جذبات اور تشویش کا ٹکراؤ ہوسکتا ہے۔ وفاقی قانون کے مطابق اس حالت میں آپ کو مفت میں صلاح، تعاون کا حق حاصل ہے، آپ آزاد ہیں آپ حمل کو جاری رکھ سکتی ہیں یا اسقاط حمل کا فیصلہ کر سکتی ہیں۔

اگر آپ تنازعہ کی صورتحال میں ہیں، اور اب بھی آپ کو فیصلہ کے لئے وقت چاہئے یا اپنے ذاتی حالات پر کھلی بات چیت کرنا چاہتی ہیں تو آپ عوامی حاملہ کاؤنسلنگ مراکز میں رابطہ کر سکتی ہیں، جو آپ کو سماجی، نفسیاتی، معاشی اور قانونی سوالات کے سلسلے میں مدد کر سکتے ہیں۔

اس طرح کی کاؤنسلنگ آپ کو صحیح فیصلہ کرنے میں تعاون کر سکتی ہے۔ آپ کاؤنسلنگ کے ان مراکز سے اسقاط حمل کے بعد یا حمل سے بچاؤ کے سلسلے میں کسی طرح کے سوالات کے لئے بھی رابطہ کر سکتی ہیں۔

اگر آپ چاہیں تو آپ اپنے پارٹنر کے ساتھ یا کسی شناخت والے شخص کے ساتھ کاؤنسلنگ میں بات چیت کے لئے آسکتی ہیں۔

کینٹن سینٹ گیلن کے حمل پر مشاورتی مراکز  
فیملی پلاننگ، حمل اور جنسیات کے لئے مشاورتی مراکز [www.faplasg.ch](http://www.faplasg.ch)

#### St. Gallen

Vadianstrasse 24  
Postfach 325  
9001 St. Gallen  
Telefon: 071 222 88 11  
Mail: faplasg@fzsg.ch

#### Wattwil

Bahnhofstrasse 6  
Postfach 122  
9630 Wattwil  
Telefon: 071 988 56 11  
Mail: faplawattwil@fzsg.ch

#### Sargans

Bahnhofstrasse 9  
7320 Sargans  
Telefon: 081 710 65 85  
Mail: faplasargans@fzsg.ch

#### Rapperswil-Jona

St. Gallerstrasse 1  
8645 Jona  
Telefon: 055 225 74 30  
Mail: faplanjona@fzsg.ch

(ٹیلیفون کے ذریعہ ملاقات طے کریں)

## کیا آپ کو کسی ہنگامی صورتحال کا سامنا ہے؟

آپ اس بات کا اطمینان کرنا چاہتی ہیں کہ کوئی آپ کے حمل اور پیدائش کے بارے میں نہ جان پائے۔  
سینٹ گالن کنٹونمنٹ (Kanton St. Gallen) کے متعدد اسپتالوں میں آپ کو حمل کے دوران اور پیدائش کے بعد (رازدارانہ) طبی اور نفسیاتی مشورے مل سکتے ہیں۔ آپ راز داری کے ساتھ اپنے بچے کو جنم دے سکتی ہیں تا کہ آپ کے گرد و نواح کے لوگوں کو پیدائش کی حقیقت کا علم نہ ہو۔  
داخلے کے بعد آپ کی ذاتی تفصیلات مسدود (بلاک) کردی جائیں گی اور اسپتال میں آپ کی موجودگی کسی تیسرے فریق کے سامنے ظاہر نہیں کی جائے گی۔ اگر آپ پیدائش راز دارانہ رکھنا چاہتی ہیں تو، جلد از جلد ذیل میں سے کسی ایک خواتین کے ہسپتال سے رابطہ کریں۔

Kantonsspital St.Gallen  
Frauenklinik, Haus 06  
Rorschacher Strasse 95  
9007 St.Gallen  
Telefon: 071 494 69 69  
Mail: frauenklinik@kssg.ch

Spital Grabs  
Frauenklinik  
Spitalstrasse 44  
9472 Grabs  
Telefon: 081 772 54 01  
Mail: frauenklinik.grabs@srrws.ch

Spital Linth  
Frauenklinik  
Gasterstrasse 25  
8730 Uznach  
Telefon: 055 285 41 42  
Mail: frauenklinik@spital-linth.ch

## آپ نے اسقاط حمل کا فیصلہ کیا ہے

اس معاملہ میں آپ کا ڈاکٹر آپ کے ساتھ تفصیلی بات چیت کر چکا ہے اور اسقاط حمل سے جڑے قانونی پہلو اور صحت کے جوکھم سے متعلق آپ کو آگاہ کر دیا گیا ہے اور یہ ہدایت نامہ دستخط شدہ مشاورتی مراکز کے پتے حاصل کر لیا گیا ہے۔

صرف آپ بطور متاثرہ عورت ہیں جو یہ فیصلہ لے سکتی ہیں کہ آپ کو حمل آگے لے کر جانا ہے یا نہیں اور بالآخر بچہ کا اسقاط حمل کر دینا ہے۔

آپ کی عمر 16 سال سے کم ہے

اگر آپ کی عمر 16 سالوں سے کم ہے اور اسقاط حمل کا فیصلہ کرتی ہیں، تو آپ کو ڈاکٹر کے ساتھ تفصیلی بات چیت کے لئے نوجوانوں کے لئے مخصوص مشاورتی مرکز میں رابطہ کرنے کی ضرورت ہے۔ یہ مشاورت انتہائی ضروری ہے چھوٹوں کے ساتھ مشاورت رازدارانہ، مفت ہوتی ہے اور اسے حلفیہ راز میں رکھا جاتا ہے۔

16 سال سے کم عمر کی حاملہ خواتین

اسقاط حمل سے قبل یہ مشاورت ضروری ہے۔

کینٹن سینٹ گیلن میں سرکاری مشاورتی مراکز، سینٹ گیلن، سرگانس، ریپرسول-جونہ اور واٹول میں 16 سال سے کم عمر کی خواتین کے مشاورت کے انچارج ہیں۔

آپ کو مندرجہ ذیل مراکز میں رابطہ کرنے کی ضرورت ہے:

Kinder- und Jugendpsychiatrische Dienste  
www.kjpd-sg.ch

Brühlgasse 35/37

9004 St.Gallen

Telefon: 071 243 45 45

Mail: sekretariat@kjpd-sg.ch

بیربرگ، سرگانس، ازنیچ، واٹول اور ویل میں مقامی مشاورتی مراکز

گود لینا

ولادت کے بعد بچہ کو گود لینا ایک سخت فیصلہ ہوتا ہے، جو تفصیل میں بات چیت کئے بنا نہیں لیا جاسکتا ہے۔ اس مقصد کے لئے بھی مراکز دستیاب ہیں۔ آپ اس رہنمادایات میں اس کے بھی پتے حاصل کر سکتی ہیں۔

بچہ کو گود دینے کے بارے میں معلومات کے لئے

آپ سرکاری حاملہ مشاورتی مرکز کو یا براہ راست مندرجہ ذیل اداروں کو لکھ سکتی ہیں:

**PACH Pflege- und Adoptivkinder Schweiz**

Pfingstweidstrasse 16

8005 Zürich

Telefon 044 205 50 40

www.pa-ch.ch

**«Emmanuel» S.O.S. Adoption**

Route d'Outre-Vièze 146

1871 Choëx VS

Telefon: 024 471 60 74

www.emmanueladoption.ch

بہنی اور جسمانی طور پر معذور بچوں کو گود لینے میں مدد  
کرنے والی تنظیم

## دیگر مشاورتی تنظیمیں

### اخلاقی حمایت

اگر آپ پارٹنر کے ساتھ فوری بات چیت کرنا چاہتی ہیں، تو آپ 143 ٹیلیفون نمبر پر 24 گھنٹے بات چیت کر سکتی ہیں۔ آپ ای میل کے ذریعہ یا انفرادی طور پر بات چیت کے ذریعہ اس ویب سائٹ پر رابطہ کر سکتی ہیں۔  
www.143.ch

### مالی تعاون

بہت سی نجی یا چرچ کی تنظیمیں ہیں جو حمل کے دوران ہنگامی صورتحال میں مدد کر سکتی ہیں۔

### Katholischer Frauenbund St.Gallen – Appenzell

#### Beratungsstelle Mütter in Not

Oberer Graben 44, 9000 St.Gallen

Tel: 071 222 45 60, www.frauenbundsga.ch

### Evangelische Frauenhilfe St.Gallen Appenzell

Oberer Graben 42, 9000 St.Gallen

Tel: 071 220 81 80, www.efh-sgapp.ch

### سوئس کیتھولک وومن، بچے اور ماں کے لئے اتحادی فنڈ

Kasernenplatz 1, 6000 Luzern 7

Tel: 041 226 02 27, www.frauenbund.ch

بنیادی خصوصی برائے کمک بہ زنان باردار و مادران در شرایط سخت

### بچوں اور نوجوانوں کی مدد

Bahnhofstrasse 9, Postfach 83, 7320 Sargans, Tel: 081 720 09 10

Frongartenstrasse 11, 9001 St.Gallen

Tel: 071 222 53 53, www.kjh.ch

غیر منفی اہل خانہ کا رابطہ

### Beratungsstelle schwanger.li

Bahnhofstrasse 34, 9470 Buchs

Tel: 0848 00 33 44, www.schwanger.li

### Stiftung Ja zum Leben

Tel: 055 653 11 50

www.ja-zum-leben.ch

ایسی خواتین کو سہارا دیں جو حمل کو برقرار رکھنا چاہتی ہیں

### Schweizerische Hilfe für Mutter und Kind

Helpline: 0800 811 100 (Gratisnummer)

www.shmk.ch

حاملہ خواتین اور ماں کے لئے نجی ادارے مشکل میں ہیں