Shanti Che brochure:Layout 1 5/31/07 10:06 AM Page 1

What can you do?

Small steps can make a big difference. Here are some things you can do:

- Recognize the many faces of domestic violence, which is not just physical.
- Learn about **open communications** and how to express your thoughts.
- Treat others as you would like to be treated. Learn about **mutual respect**.

Bring your family, meet old friends or make new ones at Shanti Project activities:

- **Shantiwood** – eat samosas and drink chai, while watching thought-provoking movies
- **Theater** – watch, or be part of, a short play to raise awareness
- **Workshops** – informative and interactive discussions about family relationships
- **4 Shanti** – fun-filled community events, stay tuned for more information…

Keep your eyes and ears open to posters around town and public service announcements on the radio!!!

આપ શું કરી શકો ?

નાના ડગલાં મોટો ફરક લાવી શકે. અહીં કેર્ટલાક પગલાં છે જે આપ લઈ શકો છો :

- ઘરેલુ હિંસાના વિવિધ સ્વરૂપો ઓળખવા, જે માત્ર શારીરિક નથી હોતા.
- **નિખાલસ સંવાદ** વિશે અને આપના વિચારો કેવી રીતે વ્યક્ત કરવા તે વિશે જાણવું.
- આપ બીજાઓ પાસેથી જેવા વ્યવહારની અપેક્ષા રાખો છો, તેમની સાથે એવો જ વ્યવહાર કરવો. **પરસ્પર આદરભાવ** વિશે જાણવું.

શાંતિ પ્રોજેક્ટની પ્રવૃત્તિઓમાં આપના કુટુંબને સાથે લઈ આવો, જૂના મિત્રોને મળો અથવા નવા મિત્રો બનાવો.

- **શાંતિવુડ** - વિચાર-પ્રેરક ફિલ્મો જોતાં જોતાં સમોસા ખાવ અને ચા પીઓ.
- **રંગભૂમિ (થિયેટર)** - જાગૃતિ લાવતું ટૂંકું નાટક જુઓ અથવા તેમાં ભાગ લો.
- **વર્કશોપ્સ** - કૌટુંબિક સંબંધો અંગે માહિતીસભર અને ક્રિયાત્મક ચર્ચાઓ.
- **4 શાંતિ** - મનોરંજનથી ભરપૂર સામુદાયિક કાર્યક્રમો, વધુ માહિતી માટે સંપર્કમાં રહો...

વિસ્તારમાં લાગેલા પોસ્ટરો અને રેડિયોની જાહેર સેવા જાહેરાતો તરફ આપની આંખો અને કાન ખુલ્લા રાખો!!!

Call or email the Shanti Project to get involved and help make a difference!

શામેલ થવા અને અંતર પાડવા મદદ આપવા માટે શાંતિ પ્રોજેક્ટને કૉલ અથવા ઇમેલ કરો!

1-888-4SHANTI or shantiproject@umich.edu

The Shanti PROJECT

THE SHANTI PROJECT
University of Michigan
School of Social Work
1080 S. University, Box 182
Ann Arbor, MI 48109-1106

Phone: 734-615-4116 or
1-888-4SHANTI

Email: shantiproject@umich.edu

www.shantiproject.org

The Shanti project is supported by Grant #05017 from the National Center for Injury Prevention and Control of the Centers for Disease Control and Prevention (CDC).

The Shanti PROJECT

ધી શાંતિ પ્રોજેક્ટ

How peaceful is your home?

આપનું ઘર કેટલું શાંત છે ?

Shanti Che brochure:Layout 1 5/31/07 10:06 AM Page 2

Do you know?

253 Indian residents of Southeast Michigan said in a recent survey*:

- 2 out of 3 were aware that domestic violence happens in their community.
- Over half actually knew someone who has experienced domestic violence.

Many know of the problem, but do not know what to do.

શું આપ જાણો છો ?

સાઉથઇસ્ટ મિશિગનના 253 ભારતીય રહેવાર્સ
ીઓએ તાજેતરના એક સર્વેક્ષણમાં કહ્યું કે :

- 3 માંથી 2 ને જાણ હતી કે તેઓના સમુદાયમાં ઘરેલુ હિંસા વર્તાય છે.
- અડધાથી વધુ ખરેખર એવી કોઈ વ્યક્તિને જાણતા હતા કે જેણે ઘરેલુ હિંસા અનુભવી હતી.
- ઘણાને સમસ્યાની જાણ છે, પણ તેઓ જાણતા નથી કે શું કરવું જોઈએ.

* Conducted by New Visions: Alliance To End Violence In Asian/Asian American Communities, a program of the University of Michigan School of Social Work.

What is Domestic Violence?

- Domestic violence is a pattern of beliefs and behaviors used by a person in a marriage or intimate relationship to control the other.
- It has many faces and can be physical, emotional, psychological, sexual, financial, and verbal.
- Examples include, but not limited to: hitting, grabbing, threatening, isolating, insulting, humiliating, and controlling money.

Some people think that domestic violence is caused by alcohol, anger, and stress, but it is **not**. It is actually caused by the way people learn to act by watching how men and women treat one another, inside and outside the family.

ઘરેલુ હિંસા એટલે શું ?

- ઘરેલુ હિંસા એ લગ્ન કે ગાઢ સંબંધમાં કોઈ વ્યક્તિ દ્વારા સામેવાળી વ્યક્તિને નિયંત્રણમાં રાખવા માટે વપરાતી માન્યતાઓ અને વર્ત
ણૂકોનો ક્રમ છે.
- તેના સ્વરૂપો ઘણા છે અને તે શારીરિક, ભાવનાત્મક, મનોવૈજ્ઞાનિક, જાતીય, નાણાકીય અને મૌખિક હોઈ શકે છે.
- તેના ઉદાહરણોમાં આ સામેલ છે, પરંતુ આટલે સુધી મર્યાદિત નથી: મારવું, જકડવું, ધમકાવવું, એકલા પાડવું, અપમાનિત કરવું, તિરસ્કાર કરવો, અને પૈસા પર નિયંત્રણ રાખવું.

કેટલાક લોકો માને છે કે ઘરેલુ હિંસા દારૂ, ક્રોધ અને તાણને કારણે ઉત્પન્ન થાય છે, પણ એવું **નથી**. ખરેખર તો તે કુટુંબની અંદર અને બહાર, પુરૂષો અને સ્ત્રીઓ એકબીજા સાથે કેવો વ્યવહાર કરે છે તે જોઈને લોકો જે પ્રકારની વર્તણૂક શીખે છે, તેના લીધે થાય છે.

Shanti means peace and harmony

The Shanti Project

The Shanti Project aims to prevent domestic violence and strengthen families in the Gujarati community of Southeast Michigan.

We are working to promote open communications and mutual respect with a Community Action Team, made up of active and committed individuals.

Domestic violence happens in all communities, and the Gujarati community will be the first to address it with the Shanti Project. Being the first one is not easy, but together we can work to build a safer community for everyone. The Gujarati community will pave the way for other communities in preventing domestic violence.

ધી શાંતિ પ્રોજેક્ટ

ધી શાંતિ પ્રોજેક્ટ સાઉથઇસ્ટ મિશિગનના ગું
જરાતી સમુદાયમાં ઘરેલુ હિંસા અટકાવવા અને કું
ટુંબોને મજબૂત બનાવવાનું લક્ષ્ય રાખે છે.

અમે સક્રિય અને કટિબદ્ધ વ્યક્તિઓથી બનેલી કમ્યૂનિટી એક્શન ટીમ ની સાથે મળીને નિખાલસ સંવાદ અને પરસ્પર આદરભાવને પ્રોત્સાહન આં
પવાની કામગીરી બજાવીએ છીએ.

ઘરેલુ હિંસા દરેક સમુદાયમાં થતી હોય છે, અને શાંતિ પ્રોજેક્ટ સાથે ગુજરાતી સમુદાય તેની ભાળ લેનાર પહેલો સમુદાય હશે. આ રીતે સૌપ્રથમ સમું
દાય બનવું સહેલું નથી, પરંતુ બધા માટે એક સુરક્ષિ
ાત સમુદાય રચવા માટે આપણે સાથે મળીને કામ કરી શકીએ. ઘરેલુ હિંસાને અટકાવવામાં ગુજરાતી સમુદાય બીજા સમુદાયો માટે માર્ગ મોકળો કરશે.