

নারী ও শিশু নির্যাতনের শিকার ব্যক্তিদের জন্য জাতীয় সহায়তা ও সেবা নির্দেশিকা: শেল্টার হোম, ওয়ান-স্টপ ক্রাইসিস সেন্টার (OCC) ও জরুরি হটলাইনসমূহ

যখন এই আধুনিক যুগে বাংলাদেশ ক্রমান্বয়ে ডিজিটাল হয়ে উঠছে ও বিভিন্ন খাতে উন্নতি করার চেষ্টা করছে ঠিক তখনই, একটি অতি গুরুত্বপূর্ণ অথচ প্রায়ই অবহেলিত প্রশ্ন সামনে আসে: এই অগ্রগতি কি পারিবারিক সহিংসতার ক্ষেত্রেও কোনো কার্যকর পরিবর্তন আনতে পেরেছে? ২০২৪ সালের "বিবিএস-ইউএনএফপিএ নারীর বিরুদ্ধে সহিংসতা" নামক একটি জরিপ তারই উদ্বেগজনক চিত্র তুলে ধরেছে। জরিপে ৭৬% নারী স্বামীর দ্বারা সহিংসতার শিকার হন, তাদের মধ্যে অর্ধেকেরও বেশি -৫১.৫%- জানেন না কোথায় ঠিক অভিযোগ জানাতে হয় বা জরুরি সাহায্য চাইতে হয়। শহরে এই সচেতনতা গ্রামের চেয়ে তুলনামূলকভাবে বেশি হলেও, উভয় ক্ষেত্রেই তা অত্যন্ত কম।

জরিপে দেখা গেছে, স্থানীয় থানা কর্তৃপক্ষ হিসেবে সবচেয়ে বেশি পরিচিত। যে সকল নারী জানেন সহিংসতার অভিযোগ কোথায় জানাতে হয়, তাদের ৯১% তাদের স্থানীয় থানার কথা উল্লেখ করেছেন। অন্যান্য বিকল্পগুলো অনেক কম পরিচিত। মাত্র ৩২% ইউনিয়ন বা উপজেলা পরিষদের কথা উল্লেখ করেছেন। ১৩% গ্রামের মধ্যস্থতাকারীদের (village mediators) এবং মাত্র ১০% আদালতের কথা উল্লেখ করেছেন।

বিশেষায়িত পরিষেবা সম্পর্কে জ্ঞান মারাত্মকভাবে কম। ওয়ান-স্টপ ক্রাইসিস সেন্টার (One Stop Crisis Centre), ২০ বছরেরও বেশি সময় ধরে চালু থাকা সত্ত্বেও, সারা দেশে মাত্র ২% নারী এটি সম্পর্কে জানেন। মাত্র ১২% নারী মহিলা ও শিশু বিষয়ক মন্ত্রণালয়ের হেল্পলাইন ১০৯ সম্পর্কে জানেন, যেখানে ৪৫% নারী ৯৯৯ সম্পর্কে জানেন। সবচেয়ে কম অবহিতরা হলেন প্রায়শই সবচেয়ে ঝুঁকিপূর্ণরা: তলাকপ্রাপ্ত, বিচ্ছিন্ন (separated) এবং বিধবা নারীরা।

যদি গুরুত্বপূর্ণ হেল্পলাইন ও সহায়তা ব্যবস্থা প্রান্তিক ভুক্তভোগীদের কাছে পৌঁছাতে ব্যর্থ হয়- যারা সহিংসতার শিকারদের মধ্যে সংখ্যাগরিষ্ঠ - তাহলে আমাদের জাতীয় উদ্যোগগুলো কার্যত অকার্যকর হয়ে পড়ার ঝুঁকি তৈরি হয়। এই কারণেই ANUKUL এই রিসোর্স গাইডটি প্রস্তুত করেছে, যেখানে সহিংসতার শিকারদের সহায়তার জন্য সরকার এবং বেসরকারি সংস্থাগুলোর পরিচালিত আশ্রয়কেন্দ্র, ওয়ান-স্টপ ক্রাইসিস সেন্টার (OCC), জরুরি হেল্পলাইন এবং বিশেষায়িত সেবাসমূহের তথ্য একত্রে সংকলন করা হয়েছে।

ওসিসি - ওয়ান-স্টপ ক্রাইসিস সেন্টার (OCCs- One Stop Crisis Centre)

Services: স্বাস্থ্য সেবা, পুলিশী ও আইনী সহায়তা, মানসিক ও সামাজিক কাউন্সেলিং, আশ্রয় সেবা এবং ডিএনএ পরীক্ষার সুবিধা ওসিসি হতে প্রদান করা হয়।

ওয়ান-স্টপ ক্রাইসিস সেন্টার

ক্রঃ নং	ওসিসি	ফোন ও ই-মেইল (অফিস)
০১	ঢাকা মেডিকেল কলেজ হাসপাতাল	01713423490 occdmch@yahoo.com
০২	রাজশাহী মেডিকেল কলেজ হাসপাতাল	01713366637 occrmch@yahoo.com santa.ucil@gmail.com
০৩	চট্টগ্রাম মেডিকেল কলেজ হাসপাতাল	01713366635 occ_cmch@yahoo.com
০৪	সিলেট এমএজি ওসমানী মেডিকেল কলেজ হাসপাতাল	01713366634 occ_somch@yahoo.com
০৫	খুলনা মেডিকেল কলেজ হাসপাতাল	01713366639 occ_kmch@yahoo.com,masudur1976@gmail.com
০৬	বরিশাল শের-ই-বাংলা মেডিকেল কলেজ হাসপাতাল	01713366638 occ_bsl@yahoo.com

		sulekhakarmaker@gmail.com
০৭	রংপুর মেডিকেল কলেজ হাসপাতাল	01755584574 occ_rpmch@yahoo.com ,mojnuran ngpur@gmail.com
০৮	ফরিদপুর মেডিকেল কলেজ হাসপাতাল	01755584573 occ_fmch@yahoo.com
০৯	কক্সবাজার মেডিকেল কলেজ হাসপাতাল	01730781039 occcxmch@yahoo.com ,cellcox39 @gmail.com
১০	বগুড়া শহীদ জিয়াউর রহমান মেডিকেল কলেজ হাসপাতাল	01730781012 cellbgr12@gmail.com
১১	পাবনা, মেডিকেল কলেজ হাসপাতাল	01730781014 occpabna1014@gmail.com
১২	কুমিল্লা মেডিকেল কলেজ হাসপাতাল	01713659562 occcumilla@gmail.com
১৩	নোয়াখালী মেডিকেল কলেজ হাসপাতাল	01713659563 occnoakhali@gmail.com

নির্যাতিত নারী ও শিশুদের সহায়তা কেন্দ্র (শেল্টারহোম) সমূহ:

নিম্নলিখিত সংস্থাগুলি নির্যাতিত নারী ও শিশুদের সহায়তার জন্য আশ্রয়কেন্দ্র হিসেবে কাজ করে (শেল্টারহোম):

১.নারী নির্যাতন প্রতিরোধসেল,মহিলা সহায়তা কর্মসূচী,মহিলা বিষয়ক অধিদপ্তর, ঢাকা।

- ঠিকানা: ১/৬/এ, লারমাটিয়া,ব্লক-বি,ঢাকা।
- ফোন: ০২-৯১৩৫১৯৯,০২-৯৩৬১৪৯২।

২.নারী নির্যাতন প্রতিরোধসেল,মহিলা সহায়তা কর্মসূচী,মহিলা বিষয়ক অধিদপ্তর, রাজশাহী।

- ঠিকানা: বহরমপুর শেষমাথা,রাজশাহী।
- ফোন: ০৭২১-৭৬১০৬৫।

৩.নারী নির্যাতন প্রতিরোধসেল,মহিলা সহায়তা কর্মসূচী,মহিলা বিষয়ক অধিদপ্তর, চট্টগ্রাম।

- ঠিকানা: মনছুরাবাদ(নতুন পাশপোর্ট অফিসের পার্শ্বে), ডবল মুরিং,চট্টগ্রাম।
- ফোন: ০৩১২-৫২৬৮৭৬।

৪.নারী নির্যাতন প্রতিরোধসেল,মহিলা সহায়তা কর্মসূচী,মহিলা বিষয়ক অধিদপ্তর, গাজীপুর।

- ঠিকানা: মোগর খাল,বিশ্বরোড,গাজীপুর।
- মোবাইল: ০১৭৫৫৫০২৯১৩।

৫.নারী নির্যাতন প্রতিরোধসেল,মহিলা সহায়তা কর্মসূচী,মহিলা বিষয়ক অধিদপ্তর,খুলনা।

- ঠিকানা: রেলিগেট,দৌলতপুর,খুলনা।
- ফোন: ০৪১-৭৭৫০৩২।

৬.নারী নির্যাতন প্রতিরোধসেল,মহিলা সহায়তা কর্মসূচী,মহিলা বিষয়ক অধিদপ্তর, বরিশাল।

- ঠিকানা: কাশীপুর চৌমাথা (ডিজি এফআই অফিসের বিপরীতে) বরিশাল।
- ফোন: ০৪৩১-৬৪৭০৮।

৭.নারী নির্যাতন প্রতিরোধসেল,মহিলা সহায়তা কর্মসূচী,মহিলা বিষয়ক অধিদপ্তর, সিলেট

- ঠিকানা: এতিম স্কুল রোড, বাগবাড়ী,সিলেট।
- ফোন: ০৮২১-৭২২০৪০।

ভিকটিম সাপোর্ট সেন্টার (VSC) – ঢাকা মেট্রোপলিটন পুলিশ

ভিক্টিম কারা?

ভিক্টিম সাপোর্ট সেন্টার (VSC) নিম্নলিখিত গ্রুপগুলোকে সহায়তা প্রদান করে:

- (ক) মামলার ভিক্টিম
- (খ) হারিয়ে যাওয়া শিশু (নারী যে কোন বয়সের/ছেলে শিশু ৪ বৎসর পর্যন্ত)
- (গ) বাসা হতে রাগ করে বের হয়ে যাওয়া নারী ও শিশু
- (ঘ) নির্যাতনের শিকার গৃহকর্মী।
- (ঙ) প্রতিবন্ধী নারী ও শিশু
- (চ) অন্যান্য ভিক্টিম

ভিএসসি হতে প্রাপ্ত সেবা সমূহ:

- ভিক্টিমদের সংকটকালীন আবাসিক সুবিধা
- তাৎক্ষণিক সহায়তা যেমন- মেডিকেল, মনস্তাত্ত্বিক কাউন্সেলিং
- সংকটকালীন সর্বোচ্চ ০৫ (পাঁচ) দিন পর্যন্ত আশ্রয়ের সুবিধা
- ভিক্টিমের খাবার ও নিরাপত্তামূলক পরিবেশ প্রদান
- হারানো শিশুদের অভিভাবকের নিকট হস্তান্তর, অভিভাবক না পাওয়া গেলে এনজিওতে পুনর্বাসনের জন্য প্রেরণ।
- নারী পুলিশ সদস্য, আইনজীবী, কাউন্সেলর, ডাক্তার কর্তৃক নারী বান্ধব পরিবেশে সেবা প্রদান

Quick Response Team Unit (4 members): নির্যাতনের শিকার নারী ও শিশুদের তাৎক্ষণিক উদ্ধার ও সহায়তান প্রদানের জন্য দৃঢ় অঙ্গীকারাবদ্ধ কুইক রেসপন্স টিম:

Contact: 01755556644 ; 01733219030 ; 01755556645 ; 01733219005

Contact

- Hotline: 01320-042055
- Duty Officer: 01320-042085, 02-41024848

বাংলাদেশের ৬ টি (ঢাকা, চট্টগ্রাম, রাজশাহী, খুলনা, বরিশাল ও সিলেট) বিভাগীয় শহরে মহিলা সহায়তার কার্যক্রম পরিচালিত হচ্ছে। এর অধীনে ২ ধরনের সেবা রয়েছে।

আইনি সহায়তা (নারী নির্যাতন প্রতিরোধ সেল) ও আশ্রয় প্রদান (মহিলা সহায়তা কেন্দ্র):

এই কেন্দ্রের মাধ্যমে নির্যাতিত ও আশ্রয়হীন মহিলাদের বিনা খরচে অভিযোগ/মামলা নিষ্পত্তি না হওয়া পর্যন্ত ৬ (ছয়) মাস, বিশেষ প্রয়োজনে মহাপরিচালক, মহিলা বিষয়ক অধিদপ্তর মহোদয়ের অনুমোদনক্রমে ৩ মাস এবং মন্ত্রণালয়ের অনুমোদনক্রমে আরো ৩ (তিন) মাস মোট ১ (এক) বছর **অনুর্ধ্ব ১২ বছরের দুটি সন্তানসহ আশ্রয় প্রদান করা হয়। পাশাপাশি বিনামূল্যে তাদের খাদ্য, বস্ত্র, চিকিৎসা ও প্রাথমিক শিক্ষা প্রদান সহ সমাজে পুনর্বাসনের লক্ষ্যে কেন্দ্রে** অবস্থানকালীন বিনা খরচে বিভিন্ন ট্রেডে (সেলাই, কাটিং, উল নিটিং ও এমব্রয়ডারি) প্রশিক্ষণ প্রদান করা হয়।

জাতীয় ট্রমা কাউন্সেলিং সেন্টার (National Trauma Counselling Centre)

- মহিলা বিষয়ক অধিদপ্তর ভবনে অবস্থিত, যা সহিংসতার শিকার নারী ও শিশুদের মানসিক স্বাস্থ্য সহায়তা প্রদানের জন্য কাজ করে।

NTCC-এর উদ্দেশ্যসমূহ (Objectives of the NTCC)

- NTCC, OCC এবং সেফ হোমের নারী ও শিশুদের জন্য মনো-সামাজিক কাউন্সেলিং সহায়তা প্রদান করা।
- মানব সম্পদ উন্নয়নের জন্য বিভিন্ন ধরনের মনো-সামাজিক কাউন্সেলিং প্রশিক্ষণ পরিচালনা করা।
- বিশ্ব মানসিক স্বাস্থ্য দিবস পালনের মতো সচেতনতা বৃদ্ধি কর্মসূচি আয়োজন করা।

১. **রোকেয়া সদন - বাংলাদেশ মহিলা পরিষদ (Rokeya Sadan- Bangladesh Mahila Parishad)**

- **ওয়েবসাইট:** <https://mahilaparishad.org/rokeya-sadan/>

- **সেবা ও প্রয়োজন:** রোকেয়া সদন সেইসব নির্যাতিতা নারীদের আশ্রয় প্রদান করে, যারা পারিবারিক সহিংসতা, যৌতুকের জন্য শারীরিক নির্যাতন, পরিত্যক্ত, তালাকপ্রাপ্ত, জোরপূর্বক পতিতাবৃত্তি, ধর্ষণ, ফতোয়া, প্রতারণা, পাচার, অ্যাসিড নিক্ষেপ এবং অন্যান্য সহিংসতার মতো কঠিন পরিস্থিতির শিকার।
- **যোগাযোগ:** 88-02-223352344,
- **ইমেইল:** info@mahilaparishad.org

২. ঠিকানা - ঢাকা আহুছানিয়া মিশন (Thikana- Dhaka Ahsania Mission)

- **ওয়েবসাইট:**
<https://www.ahsaniamission.org.bd/thikana-shelter-home-home-for-children-women-victims-and-survivors/>
- **প্রয়োজন:** শিশু ও নারী ভিকটিম এবং সার্বভাইভার (Victims and Survivors)।
- **সেবাসমূহ:** ভুক্তভোগীদের উদ্ধার, নিরাপদ আশ্রয়, খাদ্য, স্বাস্থ্য সহায়তা, কাউন্সেলিং, বৃত্তিমূলক প্রশিক্ষণ, জীবন দক্ষতা প্রশিক্ষণ, পরিবারের সাথে পুনঃএকত্রীকরণ (family reintegration) এবং ফলো-আপ সাপোর্ট ইত্যাদি প্রদান করা।
 - নিরাপদ আশ্রয়, খাদ্য ও বস্ত্র।
 - একক, দলগত এবং পারিবারিক কাউন্সেলিং।
 - জীবন দক্ষতা প্রশিক্ষণ সেশন (Life skill training session)।
 - অনানুষ্ঠানিক শিক্ষা (Non-formal education)।
 - প্রাতিষ্ঠানিক এবং দূরশিক্ষণ শিক্ষা (Formal & distance learning education)।
 - ইস্যু-ভিত্তিক সচেতনতা সেশন।
 - ইনডোর ও আউটডোর গেমস।
 - টিভি/সিনেমা দেখা।
 - ইভেন্ট আয়োজন (শেল্টার হোমের মধ্যে)।

- বৃত্তিমূলক প্রশিক্ষণ (Vocational training) ।
- চাকরির ব্যবস্থা (Job placement) ।
- বাজার-ভিত্তিক জীবিকা সহায়তা এবং ব্যবসা শুরু করার সহায়তা ।
- পরিবারগুলিতে পুনঃএকত্রীকরণ ।
- প্রাথমিক মেডিকেল স্ক্রিনিং ।
- আইনি কাউন্সেলিং ।
- আইনি শিক্ষা এবং মামলা পরিচালনায় সহায়তা (prosecution support) ।
- মাসিক ও ত্রৈমাসিক ফলো-আপ এবং প্রয়োজন-ভিত্তিক সহায়তা প্রদান ।
- কমিউনিটি মোবাইলাইজেশন (Community mobilization) ।
- **যোগাযোগ:** মোবাইল: 01741417732, 01726828773, +880 1716054610,
- **ইমেইল:** damthikanajessore@gmail.com

৩. **তারঙ্গো (Tarango)**

- **ওয়েবসাইট:** <https://tarango.org/about.php?page=Safe%20Home>
- **প্রয়োজন:** জেন্ডার-ভিত্তিক সহিংসতার শিকার নারী (women victims of gender based violence) ।
- **সেবাসমূহ:** নিম্নলিখিত ব্যাপক যত্ন এবং পরিষেবাগুলি প্রদান করে:
 - নারী এবং তাদের শিশুদের জন্য নিরাপদ আশ্রয় এবং খাদ্য ।
 - মানসিক চাপ কাটিয়ে ওঠার জন্য মনো-সামাজিক কাউন্সেলিং ।
 - তাদের অধিকার এবং আইন সম্পর্কে আইনি সহায়তা, সচেতনতা এবং তথ্য ।
 - বৃত্তিমূলক ও দক্ষতা উন্নয়ন প্রশিক্ষণ এবং চাকরির সংযোগ সহায়তা (job linkage support) ।
 - প্রাথমিক সাক্ষরতা শিক্ষা (Basic literacy lessons) ।

- শিশুদের জন্য দিবাযত্ন পরিষেবা (Day care service)।
 - স্বাস্থ্যসেবা, সহায়তা গোষ্ঠী (support groups) এবং অন্যান্য সচেতনতা বৃদ্ধি কার্যক্রম।
 - অন্যান্য সংস্থা এবং পেশাদার পরিষেবা প্রদানকারীদের কাছে রেফারেল।
- **অবস্থান:** 282/5, 1st Colony, Mazar Road, Mirpur 1, Dhaka 1216, Bangladesh
 - **যোগাযোগ:** ফোন: +88-0248040914,
 - **ইমেইল:** wedptar@yahoo.com; info@tarango-bd.org; info@tarango.org
৪. **বাংলাদেশ জাতীয় মহিলা আইনজীবী সমিতি (BNWLA) - রোকেয়া সদন পুনর্বাসন কেন্দ্র**
- **সেবাসমূহ:** সহিংসতার শিকার নারী ও শিশুদের জন্য আশ্রয় এবং আইনি সহায়তা প্রদান করে।
 - **যোগাযোগ:** 01711-800401, 01711-800406, 01711-800405, 01711-800408
 - **ঠিকানা:** 37/3 Eskaton Garden Road, Dhaka-1000
৫. **আইন ও সালিশ কেন্দ্র (ASK)**
- **সেবাসমূহ:** আইনি সহায়তা, সচেতনতা বৃদ্ধি, জরুরি আশ্রয় এবং মানসিক স্বাস্থ্য সহায়তা প্রদান করে। এটি মানবাধিকার, সমতা, ন্যায্যতা, ধর্মনিরপেক্ষতা, আইনের শাসন, সামাজিক ন্যায়বিচার ও গণতন্ত্রের নীতিগুলি অন্তর্ভুক্ত করে।
 - **যোগাযোগ:** 01724-415677, 01730-450756, 01714-025067
৬. **অ্যাসোসিয়েশন ফর কারেকশন অ্যান্ড সোশ্যাল রেক্রুইমেন্ট (ACSR)**
- **সেবাসমূহ:** আশ্রয় এবং পুনর্বাসন পরিষেবা প্রদান করে।
 - **যোগাযোগ:** 02-8018154, 02-8018921, 02-9038154, 02-9020457,
 - **ইমেইল:** acsrmirpur65@yahoo.com
৭. **সিআইডিভি: সিটিজেনস' ইনিশিয়েটিভ অ্যাগেইনস্ট ডোমেস্টিক ভায়োলেন্স (CIDV)**

- **পরিচয়:** বাংলাদেশের সংস্থাগুলির একটি জোট যা নারীর প্রতি পারিবারিক সহিংসতা প্রতিরোধে কাজ করছে।
- **যোগাযোগ:** +88-02-8391970-2, 8317185,
- **ইমেইল:** info@cidvbd.org

৮. অ্যাসোসিয়েশন ফর কমিউনিটি ডেভেলপমেন্ট (রাজশাহী)

- **সেবাসমূহ:** রাজশাহী অঞ্চলে সহায়তা পরিষেবা প্রদান করে।
- **যোগাযোগ:** 01721-770660

৯. ঢাকা আহুতানিয়া মিশন

- **সেবাসমূহ:** আশ্রয় এবং সহায়তা পরিষেবা প্রদান করে।
- **যোগাযোগ:** 02-8119521-2, 02-9123420

জরুরি এবং সহায়তা হটলাইনসমূহ (Emergency and Support Hotlines)

নাম	হটলাইন	উদ্দেশ্য/সেবা
নারী ও শিশু নির্যাতন প্রতিরোধে জাতীয় হেল্পলাইন সেন্টার	109	নির্যাতিত নারী ও শিশুর প্রয়োজনীয় সকল ধরনের সেবা এবং সহায়তা প্রদান নিশ্চিতকরণ । ভিকটিম এবং অন্যান্য স্টেকহোল্ডারদের আইনি বিধি-বিধান সম্পর্কে দিকনির্দেশনা প্রদান । সরকারী ও বেসরকারী পর্যায়ে বিদ্যমান অন্যান্য হেল্পলাইন সম্পর্কে তথ্য প্রদান । ভিকটিম এবং তার পরিবারের সদস্যদের মনোসামাজিক কাউন্সেলিং সেবা প্রদান । আইন সহায়তা প্রদানকারী সংস্থা এবং অন্যান্য সমাজকর্মীর মাধ্যমে বিশেষ পরিস্থিতিতে ভিকটিমকে উদ্ধারে সহায়তা প্রদান ।

নারী নির্যাতন প্রতিরোধে পুলিশ সদর দপ্তর হটলাইন (Police Headquarters Hotline to Prevent Violence Against Women)	01320-002001, 01320-002002, 01320-002222,	২৪ ঘণ্টা পুলিশ সহায়তা, অভিযোগ করার নির্দেশনা ক্ষেত্র: সহিংসতা, নির্যাতন, যৌন হয়রানি, হুমকি, স্টকিং
জাতীয় জরুরি হটলাইন (National Emergency Hotline)	999	
জাতীয় মানবাধিকার কমিশন হেল্পলাইন (National Human Rights Commission Helpline)	16108	
সরকারি আইনি সহায়তা পরিষেবা (Government Legal Aid Services)	16430	

জাতীয় শিশু পরিষেবা হটলাইন (National Child Services Hotline)	1098	
ঢাকা মেট্রোপলিটন পুলিশ কুইক রেসপন্স টিম (Dhaka Metropolitan Police Quick Response Team)	01320-042055	

মানসিক স্বাস্থ্য সহায়তা পরিষেবা (Mental Health Support Services)

সংস্থা	যোগাযোগ	ইমেইল
কান পেতে রই (Kaan Pete Roi)	01779-554391, 01779-554392, +88 09612 119911	info@kaanpeteroi.org
মনের বন্ধু (Moner Bondhu)	01776-632344, +8801776632344	info@monerbondhu.com
সাজিদা ফাউন্ডেশন (Sajida Foundation)	01777-771515 (সকাল ৯টা-বিকাল ৫টা), +8802222290513	inquiry@sajida.org

নারী ও শিশু নির্যাতনের শিকার ব্যক্তিদের জন্য জাতীয় সহায়তা ও সেবা নির্দেশিকা:
শেল্টার হোম, ওয়ান-স্টপ ক্রাইসিস সেন্টার (OCC) ও জরুরি হটলাইনসমূহ

