ਕੋਚ ਇੱਕ ਖਿਡਾਰੀ ਦੇ ਨਾਲ – ਮੈਦਾਨ ਤੇ ਅਤੇ ਮੈਦਾਨ ਤੋਂ ਪਰ੍ਹੇ ਵਾਧੂ ਸਮਾਂ ਬਿਤਾਉਂਦਾ ਹੈ।

DRAW THE LINE.CA

ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਦੱਸਦੇ ਹੋ?

ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਨੋਟਿਸ ਕਰਦੇ ਹੋ ਕਿ ਕੁਝ ਠੀਕ ਨਹੀਂ ਲਗ ਰਿਹਾ, ਤਾਂ ਸੰਭਵ ਹੈ ਕਿ ਕੁਝ ਠੀਕ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਸੋ ਆਪਣੇ ਮਨ ਦੀ ਗੱਲ ਸੁਣੋ ਅਤੇ ਆਪਣੀਆਂ ਅੰਤਰਪ੍ਰੇਰਨਾਵਾਂ ਤੇ ਭਰੋਸਾ ਰਖੋ।

ਕੋਚ ਦੁਆਰਾ ਲਿੰਗੀ ਹਮਲਾ

ਸੀਮਾ ਰੇਖਾ ਕਿਉਂ ਖਿੱਚੀ ਜਾਏ

ਜਦੋਂ ਅਸੀਂ ਮੂੰਹ ਮੋੜ ਲੈਂਦੇ ਹਾਂ, ਤਾਂ ਅਸੀਂ ਲਿੰਗੀ ਹਿੰਸਾ ਨੂੰ ਜਾਰੀ ਰਹਿਣ ਦਿੰਦੇ ਹਾਂ। ਲਿੰਗੀ ਦੁਰਵਿਹਾਰ ਦੇ ਸ਼ਿਕਾਰ ਬੱਚਿਆਂ ਅਤੇ ਕਿਸ਼ੋਰਾਂ ਵਿੱਚੋਂ 90% ਨੂੰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਕਿਸੀ ਜਾਣਪਛਾਣ ਵਾਲੇ ਦੁਆਰਾ ਦੁਰਵਿਹਾਰ ਦਾ ਸ਼ਿਕਾਰ ਬਣਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਖਿਡਾਰੀ 16 ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਤੋਂ ਘੱਟ ਹੈ ਅਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਲਿੰਗੀ ਦੁਰਵਿਹਾਰ ਦਾ ਸ਼ੱਕ ਹੈ ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਾਨੂੰਨੀ ਤੌਰ ‘ਤੇ ਉਸ ਦੀ ਰਿਪੋਰਟ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ।

ਸੀਮਾ ਰੇਖਾ ਕਦੋਂ ਖਿੱਚੀ ਜਾਏ

ਪ੍ਰਾਈਵੇਟ ਜਾਂ ਬੰਦ ਪ੍ਰੈਕਟਿਸਾਂ, ਇੱਕ ਖਿਡਾਰੀ ਨੂੰ ਉਸਦੀ ਟੀਮ ਦੇ ਬਾਕੀ ਮੈਂਬਰਾਂ ਤੋਂ ਅਲਗ ਥਲਗ ਕਰਨਾ ਜਾਂ ਅਕਸਰ ਫੋਨ ਕਾਲਾਂ ਅਤੇ ਟੈਕਸਟ ਸਭ ਸੰਭਾਵੀ ਲਿੰਗੀ ਹਿੰਸਾ ਦੇ ਸੰਕੇਤ ਹਨ।

ਸੀਮਾ ਰੇਖਾ ਕਿਵੇਂ ਖਿੱਚੀ ਜਾਏ

ਦਰਸ਼ਕ ਲਈ ਹਮੇਸ਼ਾ ਇੱਕ ਤੋਂ ਵੱਧ ਵਿਕਲਪ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਢੰਗ ਨਾਲ ਪੱਖ ਲਓ ਅਤੇ ਕੁਝ ਅਜਿਹਾ ਕਰੋ ਜਿਸ ਨਾਲ ਤੁਸੀਂ ਸੁਖਾਵਾਂ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦੇ ਹੋ। ਤੁਸੀਂ:

- **ਖਿਡਾਰੀ ਕੋਲ ਜਾ ਕੇ ਚੈੱਕ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ:** "ਕੀ ਸਭ ਠੀਕ ਹੈ?"
- **ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਉਸ ਬਾਰੇ ਦਸ ਸਕਦੇ ਹੋ:** ਇੱਕ ਹਾਣੀ, ਮਾਂ/ਪਿਓ ਜਾਂ ਟੀਮ ਦੇ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਮੈਂਬਰ ਨੂੰ ਵੀ ਉਹੀ ਸ਼ੱਕ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ।
- **ਅਧਿਕਾਰੀਆਂ ਕੋਲ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹੋ:** ਟੀਮ ਪ੍ਰਸ਼ਾਸਨ ਅਤੇ/ਜਾਂ ਪੁਲਿਸ, ਖਾਸ ਕਰਕੇ ਜੇ ਖਿਡਾਰੀ 16 ਸਾਲ ਤੋਂ ਹੇਠਾਂ ਹੈ (ਇਹ ਕਾਨੂੰਨ ਹੈ)।

ਮੇਰੇ ਨਾਲ ਇਹ ਹੋਇਆ

ਯਾਦ ਰੱਖੋ, ਇਹ ਕਦੇ ਵੀ ਤੁਹਾਡਾ ਕਸੂਰ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਇਕੱਲੇ ਨਹੀਂ ਹੋ। ਆਪਣੇ ਕਿਸੇ ਭਰੋਸੇਮੰਦ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਦਸੋ।

ਮਦਦ ਉਪਲਬਧ ਹੈ: **draw-the-line.ca**

ਲਿੰਗੀ ਹਿੰਸਾ ਸਭ ਦੀ ਸਮੱਸਿਆ ਹੈ। ਚੁੱਪ ਤੋੜੋ। ਇਸਨੂੰ ਰੋਕੋ। ਇਸ ਬਾਰੇ ਸਾਰਿਆਂ ਨੂੰ ਦਸੋ। ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ draw-the-line.ca ਤੇ ਜਾਓ।

Ontario Coalition of Rape Crisis Centres

Action ontarienne contre la violence faite aux femmes

ਦੁਆਰਾ ਫੰਡ ਕੀਤਾ ਗਿਆ

Ontario