ਤੁਹਾਡੇ ਪਸੰਦੀਦਾ ਗਾਇਕ

ਨੇ ਆਪਣੀ ਗਰਲਫਰੈਂਡ
ਤੇ ਹਮਲਾ ਕੀਤਾ।

DRAW THE LINE.CA

ਕੀ ਤੁਸੀਂ

ਉਸਦਾ ਨਵਾਂ ਗਾਣਾ

ਡਾਉਨਲੋਡ ਕਰੋਗੇ?

ਜਿਆਦਾਤਰ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਤਰ੍ਹਾਂ, ਸ਼ਾਇਦ ਤੁਸੀਂ ਇਹ ਨਹੀਂ ਮੰਨਦੇ ਕਿ ਇੱਕ ਔਰਤ ਤੇ ਹਮਲਾ ਕਰਨਾ ਸਵੀਕਾਰ ਕਰਨਯੋਗ ਹੈ। ਸੋ, ਜੇ ਅਜਿਹਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਕਿਸੇ ਅਜਿਹਾ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਦੇ ਸਮਰਥਕ ਕਿਉਂ?

ਸਮਾਜਕ ਕਾਰਵਾਈ

ਸੀਮਾ ਰੇਖਾ ਕਿਉਂ ਖਿੱਚੀ ਜਾਏ

ਜਦ ਅਸ ਬਿਨ ਕੁਝ ਕਹੇ ਜ ਕੀਤੇ ਛੋਟੀਆਂ ਚੀਜ਼ "ਹੋਣ" ਦਿੰਦੇ ਹ , ਤ ਅਸ – ਅਹਿਸਾਸ ਕੀਤੇ ਬਿਨ ਹੀ ਚੁਪਚਾਪ ਨੁਕਸਾਨਦਿਹ ਮਨਬਿਰਤੀਆਂ ਦੀ ਹਿਮਾਇਤ ਕਰਦੇ ਹ । ਇਸ ਤ ਇਲਾਵਾ, ਅਸ ਅਣਜਾਣੇ ਹੀ ਅਪਰਾਧੀਆਂ ਨੂੰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਜੁਰਮ ਕਰਕੇ ਬਚ ਜਾਣ ਦਿੰਦੇ ਹਾਂ।

ਸੀਮਾ ਰੇਖਾ ਕਦੋਂ ਖਿੱਚੀ ਜਾਏ

ਜਦੋਂ ਵੀ ਸੰਭਵ ਹੋਏ ਤੁਸੀਂ ਅਜਿਹੀ ਚੋਣ ਕਰੋ ਜੋ ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਤ ਕਰਦੀ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਲਿੰਗੀ ਹਿੰਸਾ ਦੀ ਹਿਮਾਇਤ ਨਹ ਕਰਦੇ। ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਮਨ ਦੀ ਸੁਣੋ, ਕਿ ਕਿ ਜੇ ਇਹ 'ਗਲਤ' ਮਹਿਸੂਸ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਤ ਇਹ ਸ਼ਾਇਦ ਗਲਤ ਹੀ ਹੈ।

ਸੀਮਾ ਰੇਖਾ ਕਿਵੇਂ ਖਿੱਚੀ ਜਾਏ

ਹ ਲਾਕਿ ਤੁਸ ਹਮੇਸ਼ਾ ਹਮਲੇ ਨੂੰ ਰੋਕ ਨਹ ਸਕਦੇ, ਫਿਰ ਵੀ ਬਦਲਾਵ ਲਿਆਉਣ ਲਈ ਕਦੇ ਵੀ ਜਿਆਦਾ ਦੇਰ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ। ਅਤੇ ਦਰਸ਼ਕ ਦੀ ਤਰ੍ਹਾਂ, ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਹਮੇਸ਼ਾ ਇੱਕ ਤੋਂ ਵੱਧ ਵਿਕਲਪ ਹੁੰਦਾ ਹੈ:

- **ਉਸ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰੋ** ਦੂਸਰਿਆਂ ਨੂੰ ਇਹ ਦੱਸ ਕੇ ਕਿ ਤੁਸ ਇਸ ਬਾਰੇ ਕੀ ਸੋਚਦੇ ਹੋ।
- **ਅਪਰਾਧੀ ਦੀ ਹਿਮਾਇਤ ਨਾ ਕਰੋ** (ਪੈਸੇ ,ਫੇਸਬੁੱਕ ਲਾਇਕ ਜ ਵੋਟ ਨਾਲ)
- **ਆਪਣੇ ਦੁਆਰਾ ਰੋਜ਼ ਕੀਤੀਆਂ ਗਈਆਂ ਚੋਣਾਂ ਬਾਰੇ ਦੋ ਵਾਰੀ ਸੋਚੋ।** ਕੀ ਤੁਸ ਪੱਖ ਲੈ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਆਪਣੀ ਗੱਲ ਕਹਿ ਸਕਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਸੀਮਾ ਰੇਖਾ ਖਿੱਚ ਸਕਦੇ ਹੋ?

ਮੇਰੇ ਨਾਲ ਇਹ ਹੋਇਆ

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

ਮਦਦ ਉਪਲਬਧ ਹੈ: **draw-the-line.ca**

OCRCC
ONTARIO COALITION OF RAPE CRISIS CENTRES

Action ontarienne contre la violence faite aux femmes

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

ਦੁਆਰਾ ਫੰਡ ਕੀਤਾ ਗਿਆ
Ontario