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 ਦਾ ਸਮਰਥਨ ਕਿਉਂ?

ਸਮਾਜਕ ਕਦਰਾਂ

ਸੀਮਾ ਰੇਖਾ ਕਿਉਂ ਖਿੱਚੀ ਜਾਏ

ਜਦੋਂ ਅਸੀਂ ਬਿਨਾਂ ਕੁਝ ਕਹੇ ਜਾਂ ਕੀਤੇ ਛੋਟੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ "ਹੋਣ" ਦਿੰਦੇ ਹਾਂ, ਤਾਂ ਅਸੀਂ – ਅਹਿਸਾਸ ਕੀਤੇ ਬਿਨਾਂ ਹੀ ਚੁਪਚਾਪ ਨੁਕਸਾਨਦਿਹ ਮਨੋਬਿਰਤੀਆਂ ਦੀ ਹਿਮਾਇਤ ਕਰਦੇ ਹਾਂ। ਇਸ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ, ਅਸੀਂ 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 ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ। ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਮਨ ਦੀ ਸੁਣੋ, ਕਿਉਂਕਿ ਜੇ ਇਹ 'ਗਲਤ' ਮਹਿਸੂਸ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਇਹ ਸ਼ਾਇਦ ਗਲਤ ਹੀ ਹੈ।

ਸੀਮਾ ਰੇਖਾ ਕਿਵੇਂ ਖਿੱਚੀ ਜਾਏ

ਹਾਂਲਾਕਿ ਤੁਸੀਂ ਹਮੇਸ਼ਾ ਹਮਲੇ ਨੂੰ ਰੋਕ ਨਹੀਂ 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 ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਬਾਰੇ ਕੀ ਸੋਚਦੇ ਹੋ।
- **ਅਪਰਾਧੀ ਦੀ ਹਿਮਾਇਤ ਨਾ ਕਰੋ** (ਪੈਸੇ ,ਫੇਸਬੁੱਕ ਲਾਇਕਾਂ ਜਾਂ ਵੋਟ ਨਾਲ)
- **ਆਪਣੇ ਦੁਆਰਾ ਰੋਜ਼ ਕੀਤੀਆਂ ਗਈਆਂ ਚੋਣਾਂ ਬਾਰੇ ਦੋ ਵਾਰੀ ਸੋਚੋ।** ਕੀ ਤੁਸੀਂ 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 ਨਹੀਂ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਇਕੱਲੇ ਨਹੀਂ ਹੋ । ਆਪਣੇ ਕਿਸੇ ਭਰੋਸੇਮੰਦ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਦਸੋ।

ਮਦਦ ਉਪਲਬਧ ਹੈ: **draw-the-line.ca**

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