



महिलाओं का सम्मान करें: 'कॉल इट आउट' अभियान

इस अभियान के बारे में

पुरुषों और महिलाओं को समान अधिकार और अवसर मिलने चाहिए। यह अभियान सम्मान पर केंद्रित है - जो वह सबसे महत्वपूर्ण उपकरण है जिसका उपयोग हम लैंगिक समानता की दिशा में कदम उठाने के लिए कर सकते हैं। यह विक्टोरियन समुदाय से इस बात पर विचार करने के लिए कहता है कि सम्मान का क्या अर्थ है, यह परिवारों और रिश्तों में किस तरह से दिख सकता है और इसे कैसे लागू किया जाए।

अनादर कैसे महिलाओं के खिलाफ हिंसा का कारण बन सकता है

सभी अनादर का अंत हिंसा से नहीं होता, लेकिन महिलाओं के प्रति होने वाली सभी हिंसक गतिविधियाँ अनादर से शुरू होती हैं। शोध बताते हैं कि जो पुरुष महिलाओं के प्रति असम्मानजनक विचार रखते हैं, उनके महिलाओं के खिलाफ हिंसा के कृत्य करने की संभावना अधिक होती है। महिलाओं के प्रति अनादर को चुनौती देना सभी की ज़िम्मेदारी है।

महिलाओं के प्रति अनादर कैसे हो सकते हैं इसके कुछ उदाहरण

यहाँ महिलाओं के प्रति अनादर के कुछ उदाहरण दिए गए हैं:

समुदाय में

- लिंग का अपमान के रूप में उपयोग करना (उदाहरण के लिए, 'तुम एक लड़की की तरह रोते हो')
- किसी महिला को घूरना या ऐसी टिप्पणी करना जो उसे असहज कर सकती है
- जब आपका मित्र अपनी महिला साथी से या उसके बारे में अनादरपूर्वक बात करता है
- महिलाओं के किसी खेल में या अन्य पारंपरिक रूप से 'पुरुषों वाली' गतिविधियों में अच्छा नहीं होने के बारे में टिप्पणियाँ

कार्यस्थलों में

- यह मानना कि किसी महिला के पास कुछ विशेष कौशल होंगे या नहीं होंगे, क्योंकि वह एक महिला है
- सहकर्मियों के साथ अनुचित चित्र साझा करना
- ऐसी टिप्पणियां या चुटकुले बनाना जो यौन प्रवृत्ति के हों
- महिला सहकर्मियों से अपेक्षा करना कि वे कार्यस्थल के किचन की सफाई करें या चाय/काँफी लेकर आएँ यदि ऐसा करना उनके काम का हिस्सा न हो

महिलाओं के प्रति अनादर के बारे में क्या करें

महिलाओं के प्रति अनादर पर कार्रवाई करके हम हिंसा को शुरू होने से पहले ही रोक सकते हैं। यहां कुछ चीजें दी गई हैं जिन्हें आप आजमा सकते हैं, यदि ऐसा करना सुरक्षित हो और आप अनादर किए जाने के साक्षी हों:

1. महिलाओं का अपमान करने वाले या लज्जित करने वाले चुटकुलों पर न हंसें।
2. किसी को यह दिखाने के लिए कि उनका व्यवहार या कथन सही नहीं है, उन्हें असहमति भरी नज़रों से देखें।
3. एक असहज चुप्पी कायम करें।
4. उनकी टिप्पणी से शांति से अपनी असहमति जताएँ।
5. निजी तौर पर उन्हें बताएं कि उनका व्यवहार ठीक नहीं था: 'कल की मीटिंग में आपने जो मजाक किया वह कोई हँसने वाली बात नहीं थी, और उचित भी नहीं थी।

मदद कैसे लें

अगर आपको लगता है कि कोई तत्काल खतरे में है तो **ट्रिपल जीरो (000)** पर कॉल करें और पुलिस से संपर्क करें।

- [Safe Steps](#) विक्टोरिया की पारिवारिक हिंसा प्रतिक्रिया केंद्र है जहाँ गैर-अंग्रेज़ी भाषी पृष्ठभूमि वाले लोगों के लिए अनुवादक उपलब्ध हैं, जो दिन के 24 घंटे, सप्ताह के 7 दिन उपलब्ध होते हैं। 1800 015 188 पर कॉल करें या [Safe Steps वेबसाइट पर जाएँ](#)।
- [इनटच मल्टीकल्चरल सेंटर अगैस्ट फैमिली वायलेंस](#) एक विशेषज्ञ पारिवारिक हिंसा सेवा है जो बहुसांस्कृतिक महिलाओं, उनके परिवारों और उनके समुदायों के साथ काम करती है। 1800 755 988 पर कॉल करें या [इनटच वेबसाइट पर जाएँ](#)।
- पुरुषों की रेफरल सेवा - अंग्रेज़ी न बोलने वालों के लिए उपलब्ध अनुवादकों के साथ पारिवारिक हिंसा का उपयोग कर सकने के जोखिम वाले पुरुषों के लिए [नो टू वायलेंस](#) एक गोपनीय सहायता है। 1300 766 491 (सप्ताह के 7 दिन, उसके कार्य घंटों के लिए वेबसाइट देखें) पर कॉल करें या [नो टू वायलेंस वेबसाइट पर जाएँ](#)।