

PDF Bạn muốn trở thành người đàn ông như thế nào?

What Kind of Man Do You Want to Be?	Bạn muốn trở thành người đàn ông như thế nào?
Give yourself permission to choose.	Hãy cho phép bản thân được lựa chọn.

https://youtu.be/k6V-RB0_XEo



<p>We all grow up hearing what it means to be a man.</p> <p>To be strong. To provide. To never show weakness.</p> <p>But sometimes, those ideas can feel like rules we didn't choose.</p> <p>In every family, men are expected to be the pillar – to work hard, to provide, to keep</p>	<p>Chúng ta đều lớn lên với định nghĩa về việc “là đàn ông” phải như thế nào. Phải mạnh mẽ. Biết chu cấp. Không bao giờ được tỏ ra yếu đuối.</p> <p>Nhưng đôi khi, những quan niệm đó lại như những quy tắc mà ta đâu bao giờ chọn. Trong mỗi gia đình, đàn ông thường được kỳ vọng là trụ cột - phải làm việc chăm chỉ, lo toan, và giữ mọi thứ vững vàng bất kể có thế nào.</p>
---	---

<p>things together no matter what. Failing isn't an option; that's what we're taught.</p> <p>But real strength isn't about pretending everything's fine. It's knowing when to pause, to think, to look after your own wellbeing.</p> <p>When we take care of ourselves, we become stronger for the people who rely on us. That's not weakness, it's wisdom.</p> <p>Because being a man isn't about how tough you look – it's about supporting the people who matter most to you.</p>	<p>Thất bại không phải là một lựa chọn; đó là điều chúng ta được dạy.</p> <p>Thế nhưng, sức mạnh thật sự không phải là giả vờ rằng mọi thứ đều ổn. Đó là biết khi nào nên tạm dừng, suy nghĩ, và chăm sóc cho chính mình.</p> <p>Khi ta biết chăm sóc bản thân, ta sẽ trở nên vững vàng hơn cho những người đang trông cậy vào ta.</p> <p>Đó không phải là yếu đuối, mà là sự khôn ngoan. Bởi “là đàn ông” không phải là tỏ ra cứng rắn - mà là biết hỗ trợ những người quan trọng nhất với mình.</p>
--	---

<p>In conversation</p>	<p>Trong cuộc trò chuyện</p>
<p>We asked men in your community what masculinity means to them.</p>	<p>Chúng tôi đã hỏi những người đàn ông trong cộng đồng bạn về ý nghĩa của sự nam tính đối với họ.</p>
<p>This is what they told us</p>	<p>Đây là những gì họ đã chia sẻ với chúng tôi...</p>
<p>Andy Respect Victoria sat with Andy who reflects on accountability, supporting his wife's career and running their household to keep a balanced family life.</p>	<p>Andy Respect Victoria đã có cuộc trò chuyện với Andy, và anh đã chia sẻ về trách nhiệm, việc hỗ trợ sự nghiệp của vợ và quản lý việc nhà để tiếp tục có một cuộc sống gia đình cân bằng.</p>
<p>Michael Respect Victoria sat with Michael who reflects on the pressures that children of refugees experience, the importance of community connection and working with his partner to build a life on their terms.</p>	<p>Michael Respect Victoria đã có cuộc trò chuyện với Michael, và anh suy ngẫm về những áp lực mà con cái của người tị nạn phải trải qua, tầm quan trọng của sự kết nối cộng đồng và việc cùng người bạn đời xây dựng cuộc sống theo cách riêng của họ.</p>
<p>Nam Respect Victoria sat with Nam who reflects</p>	<p>Nam Respect Victoria đã có cuộc trò chuyện với</p>

on how growing up around violence has made him determined to choose a different path for himself.

Nam, anh đã phản ánh về việc lớn lên trong môi trường bạo lực và quyết tâm lựa chọn một con đường khác cho bản thân.

<https://youtu.be/mpJn4Kgj3ao>



Working with men and boys

Use these resources to help you start the conversations with men and boys in your organisation or community about what kind of man they want to be.

These materials have been developed for use via Canva, to help you easily share with your community or organisation. To save these from Canva, select "Share" then "Download".

Làm việc với nam giới và các em trai

Hãy sử dụng những nguồn tài liệu này để giúp bạn bắt đầu các cuộc trò chuyện với nam giới và các em trai trong tổ chức hoặc cộng đồng của bạn về việc họ muốn trở thành người đàn ông như thế nào.

Các tài liệu này đã được phát triển để sử dụng qua Canva nhằm giúp bạn dễ dàng chia sẻ với cộng đồng hoặc tổ chức của mình. Để lưu những nội dung này từ Canva, hãy chọn "Chia sẻ" sau đó chọn "Tải xuống".

<p>Campaign toolkit</p> <ul style="list-style-type: none"> • Campaign toolkit – Vietnamese • Campaign toolkit – English 	<p>Tải xuống Bộ Công cụ Cuộc vận</p> <ul style="list-style-type: none"> • Tải xuống Bộ Công cụ Cuộc vận động – Tiếng Việt • Tải xuống Bộ Công cụ Cuộc vận động – Phiên bản Tiếng Anh
<p>Posters</p> <ul style="list-style-type: none"> • A3 Landscape Poster Suite 	<p>Áp phích</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bộ áp phích phong cảnh A3
<p>Leaflet</p> <ul style="list-style-type: none"> • Leaflet – Vietnamese • Leaflet – English 	<p>Tờ rơi</p> <ul style="list-style-type: none"> • Tờ rơi – Tiếng Việt • Tờ rơi – Phiên bản Tiếng Anh
<p>Easy English resource</p> <ul style="list-style-type: none"> • What is family violence and violence against women? Understanding prevention. 	<p>Nguồn tài liệu tiếng Anh dễ hiểu</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bạo hành gia đình và bạo lực đối với phụ nữ là gì? Hiểu cách phòng ngừa.
<p>Social tiles</p> <ul style="list-style-type: none"> • Social tiles – Vietnamese • Social tiles – English <p>For all social media activities, join the conversation by using #KindManCampaign.</p> <p>Make sure you tag us in your social media posts!</p> <ul style="list-style-type: none"> • Instagram • Facebook • LinkedIn • TikTok 	<p>Ô ảnh mạng xã hội</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ô ảnh mạng xã hội – Tiếng Việt • Ô ảnh mạng xã hội – Phiên bản Tiếng Anh <p>Đối với tất cả các hoạt động trên mạng xã hội, hãy tham gia cuộc trò chuyện bằng cách sử dụng hashtag #KindManCampaign.</p> <p>Hãy đảm bảo bạn gắn thẻ chúng tôi trong các bài đăng của bạn!</p> <ul style="list-style-type: none"> • Instagram • Facebook • LinkedIn • TikTok

<p>Get support</p>	<p>Xin hỗ trợ</p>
<p>If you are in immediate danger, call the police on triple zero (000).</p> <p>Safe Steps is a confidential and supportive family violence response line for Victoria. Phone services are available 24/7. Call 1800 015 188.</p>	<p>Nếu bạn gặp nguy hiểm tức thì, hãy gọi ba số không (000) cho cảnh sát.</p> <p>Safe Steps là đường dây nóng hỗ trợ và bảo mật để ứng phó nhanh chóng về bạo hành gia đình tại Victoria. Dịch vụ điện thoại hoạt động 24/7. Hãy gọi 1800 015 188.</p>

<p>inTouch is a specialist family violence service that works with multicultural women, their families, and their communities. Call 1800 755 988.</p> <p>Men's Referral Service provides anonymous and confidential telephone counselling, information, and referrals to men, to help them take action to stop using violent and controlling behaviour. Call 1300 766 491.</p> <p>If you need an interpreter or translator, call the Translating and Interpreting Service on 13 14 50. You will need to tell them the phone number of the service you want to speak to.</p>	<p>inTouch là dịch vụ chuyên biệt về bạo hành gia đình, hỗ trợ phụ nữ có nguồn gốc đa văn hóa, gia đình và cộng đồng của họ. Hãy gọi 1800 755 988.</p> <p>Men's Referral Service cung cấp dịch vụ tư vấn qua điện thoại ẩn danh và bảo mật, thông tin và giới thiệu dịch vụ cho nam giới, giúp họ hành động để ngừng sử dụng hành vi bạo hành và kiểm soát. Hãy gọi 1300 766 491.</p> <p>Nếu bạn cần thông dịch hoặc biên dịch viên, hãy gọi đến Translating and Interpreting Service theo số 13 14 50. Bạn sẽ cần cho họ biết số điện thoại của dịch vụ mà bạn muốn liên hệ.</p>
---	---

<p>Conversations in other languages</p>	<p>Các cuộc trò chuyện bằng ngôn ngữ khác</p>
<p>We asked men from communities across Victoria about masculinity</p>	<p>Chúng tôi đã hỏi những người đàn ông từ các cộng đồng khắp Victoria về nam tính</p>
<p>See all conversations</p>	<p>Hãy xem hết cuộc trò chuyện của họ</p>

<p>Let us know your feedback</p>	<p>Hãy chia sẻ ý kiến phản hồi của bạn</p>
<p>If you have any questions or want to provide feedback about the 'What Kind of Man Do You Want To Be?' campaign, click here to leave your feedback in Vietnamese.</p> <p>Note you will be directed to different website, Polaron Connect.</p> <p>If you have any feedback or questions about the 'What Kind of Man Do You Want To Be?' campaign or the resources</p>	<p>Nếu bạn có bất kỳ câu hỏi nào hoặc muốn cho ý kiến phản hồi về cuộc vận động 'Bạn Muốn Trở Thành Người Đàn Ông Như Thế Nào?', Nhấp vào đây để chia sẻ ý kiến phản hồi.</p> <p>Xin lưu ý bạn sẽ được chuyển đến trang mạng khác, Polaron Connect</p>

included this pack, please email: contact@respectvictoria.vic.gov.au.	
--	--