

# ਉਸ ਨੇ ਇਹ ਕਰਵਾਉਣਾ ਹੀ ਸੀ ਸਿਰਫ ਆਪਣੇ ਨਵੇਂ ਕੱਪੜੇ ਹੀ ਪਹਿਨੇ ਸਨ।

ਜਦੋਂ ਅਸੀਂ ਨਿਰਾਦਰੀ ਨੂੰ ਮਾਫ ਕਰ ਦਿੰਦੇ ਹਾਂ, ਤਾਂ ਇਹ ਤਸੱਦਦ ਤੱਕ ਵੱਧ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਇੱਕ ਸਮਾਜ ਹੋਣ ਦੇ ਨਾਤੇ, ਅਸੀਂ ਜਾਣਦੇ ਹਾਂ ਕਿ ਔਰਤਾਂ ਅਤੇ ਲੜਕੀਆਂ ਵਿਰੁਧ ਤਸੱਦਦ ਗਲਤ ਹੈ। ਅਤੇ ਸਾਨੂੰ ਹੁਣ ਸਮਝ ਆ ਰਹੀ ਹੈ ਕਿ ਜੇ ਵੀ ਅਸੀਂ ਵੱਡੇ ਹੋਣ ਦੇ ਨਾਤੇ ਕਹਿੰਦੇ ਅਤੇ ਕਰਦੇ ਹਾਂ ਇਹ ਸਮੱਸਿਆ ਨੂੰ ਵਧਾ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਬਹੁਤੀ ਵਾਰ ਸਾਡੇ ਇਸ ਨੂੰ ਅਨੁਭਵ ਕਰਨ ਤੋਂ ਬਗ਼ੈਰ ਹੀ।

ਕਈ ਵਾਰ, ਜੇ ਕੁੱਝ ਅਸੀਂ ਨੈਜਵਾਨਾਂ ਨੂੰ ਕਹਿੰਦੇ ਹਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਲੋਂ ਉਸ ਦੇ ਅਰਥ ਅਲੱਗ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਕੀਤੇ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਨਿਰਾਦਰੀ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਵਾਧਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਪਰ ਸਾਨੂੰ ਹਮੇਸ਼ਾਂ ਇਹ ਪਤਾ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ ਕਿ ਚੀਜ਼ਾਂ ਕਿਵੇਂ ਅਤੇ ਕਦੋਂ ਬਦਲਣੀਆਂ ਹਨ।

ਸਾਡੇ ਸਾਰਿਆਂ ਕੋਲ ਫਰਕ ਲਿਆਉਣ ਦੇ ਮੌਕੇ ਅਤੇ ਯੋਗਤਾ ਹੋ। ਸਭ ਤੋਂ ਸਧਾਰਨ, ਸਭ ਤੋਂ ਛੋਟੇ ਪਲ ਦਾ ਵੀ ਅਸਰ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਸਾਰੇ ਜਵਾਬ ਹੋਣ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ; ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਿਰਫ ਇਹ ਜਾਣਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ ਕਿ ਸ਼ੁਰੂ ਕਿਥੋਂ ਕਰਨਾ ਹੈ। ਆਓ ਸਤਿਕਾਰ ਦੀ ਗੱਲਬਾਤ ਨਿਯਮਤ ਤੌਰ 'ਤੇ ਕਰੀਏ।

**VIOLENCE AGAINST WOMEN**  
**LET'S STOP IT**  
**AT THE START**

ਇਥੇ ਇਸ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣੇ [respect.gov.au/punjabi](https://respect.gov.au/punjabi)



Australian Government

A joint Australian, state and territory government initiative.